

**Programma Centering-training voor begeleiders en co-begeleiders**

**Leerdoelen van de 2 daagse training:**

* De drie pijlers waarop het Centeringmodel is gebouwd benoemen en uitleggen waarom deze drie pijlers belangrijk zijn in de zorg: medische controles, voorlichting/kennis ontwikkeling, support.
* De 9 essentiële elementen van het Centeringmodel benoemen en bij elk element uitleggen waarom deze van belang is en hoe deze in de praktijk uitgevoerd kan worden.
* Uitleggen waarom werkvormen/activiteiten belangrijk zijn tijdens de bijeenkomst en de deelnemer heeft geoefend met het uitvoeren van 1 of 2 werkvormen in de groep.
* De communicatiecyclus van’ faciliterend begeleiden‘(zie blz ….begeleidersgids) beschrijven en de deelnemer heeft geoefend met het uitvoeren ervan. Heeft inzicht in eigen kwaliteiten en valkuilen m.b.t. het faciliterend begeleiden.
* Een implementatie’- en PR plan maken met haar collega’s om Centeringzorg te starten in de praktijk/organisatie: voorzieningen, materialen, financiën, werven cliënten, organiseren/plannen bijeenkomsten.

**Deze doelen worden m.b.v. de digitale evaluatietool geëvalueerd.**

**Materialen**

Begeleidersgids, Handleiding per sessie & Zwangerschapsboek/Ouderschapsboek-bladen, worden tijdens de training uitgedeeld.

**Toetsing:**

Gedurende de twee trainingsdagen gaan de deelnemers aan de slag met de aangereikte instrumenten en theorieën. Vooral dag twee staat in het teken van het toepassen. Gedurende deze oefensessies zal er steeds feed back en feed forward gegeven worden.

**Programma inclusief tijdsindicatie en werkvormen**

**Dag 1 training verloskundigen/(jeugd)arts/jeugdverpleegkundige en co-begeleider**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Onderwerp/ Doel** | **Activiteit/werkvorm**  |
| 8.00-9.30  | Voorbereiding, ontvangst en introductie |  |
| 9.00-9.30  | Registratie en ontvangstEerste indruk, stoelen staan klaar, muziek aan, klaar om te ontvangen, rondlopen. | 1. Deelnemers schrijven zich in
2. Handleiding en programma uitreiken
3. Naamplaatjes maken
 |
| 9.30-10.00 | Welkom en introductieVerwachtingen managen | Flap over, ring the bells1. huishoudelijke mededelingen
2. mobiele telefoon (uit/stil)
3. Programma doorlopen, container uitleggen (op flip-over vragen noteren die niet direct behandeld kunnen worden, zodat er geen vragen verloren gaan)
 |
|  | Introductie/energizer | * + In paren met elkaar praten
	+ Dan elkaar introduceren en de vragen beantwoorden
	+ Nabespreking wat er gebeurd bij de voorstelronde, waarom op deze manier en wanneer je deze werkvorm kan gebruiken(aandacht bij de ander terwijl het over jou gaat, beetje risico, mensen verbinden zich, vergelijkbaar, comfortabel, wanneer gebruiken, iedereen aan het woord geweest )
 |
| **10.00-11.00** | **Overzicht Model Centering** | Flip-over  |
| 10.00-10.15 | Inventariseren van sterke en zwakke punten van het huidige prenatale-/jeugdgezondheidszorgsysteem waar men werkzaam is. | 2 flip-over (dit wordt je agenda van de training)* Wat gaat er goed, wat is de kracht, waar ben je trots op, wat is er te vieren!
* Wat is een uitdaging, wat is je doel, waar wil je aan werken?
* Dit kan op de twee flip-overs genoteerd worden maar kan ook met gele briefjes die opgehangen worden door ieder apart waarbij er hardop de trots en/of uitdaging genoemd wordt.
 |
| 10.15-11.00 | Centering ModelUitleg en oriëntatie9 essentiële elementen | Hier duidelijk bij vermelden dat dit een echt onderwijs/didactisch onderdeel is en niet op de goede Centering manier gaat. Toch zo interactief mogelijk maken en voorbeelden vragen en vertellen.De 9 essentiële elementen van Centering extra benoemen en in boek opzoeken/wijzen |
| 11.00-11.30  | Pauze |  |
| **11.30-13.00** | **Faciliterend procesbegeleider/ondersteunen/** | **Luister SAS. Faciliterende cirkel, verschil klas/Centeringzorg** |
|  |  |  |
| 11.30-12.30 | FaciliterenBasisvaardighedenAandacht voor luisteren en open vragen stellen | Zelfevaluatie luisteren Faciliterende gespreksvoering (cirkel)methode* Erkennen/herkennen-verwijzen naar groep- weer terugpakken en afronden.
* Luisteren
* Houding (hoe zie je dat iemand luistert)
* Vaardigheden (open vragen stellen, niet oordelen, doorvragen)
 |
|  |
| 12.30-13.00 | Vergelijk de begeleidingsstijlenDemonstratie faciliterend begeleiden | Rollenspel (met eventueel rolbeschrijving) |
|  |
| 13.00-13.45  | LUNCH |  |
| **13.45-17.00** | **Bijeenkomst 1 en voorbereiden eigen oefening** |  |
| 30 min | Self-assessmentMat-assessmentSAS persoonlijke doelenVoor de eerste bijeenkomst, zie ook de provider-assessment-tips | De eerste 30 min van een Centeringbijeenkomst ervaren !Rol co-begeleiderRol verloskundige/(jeugd)arts/jeugdverpleegkundigeRol groep |
| 30 min | Bijeenkomst 1In de cirkelIntroductie van de groepservaringThema/inhoud | Iedereen moet zich even een moeder of vader voorstellen (sluit je ogen en beeld je in)Welkom, introductie en oriëntatie* Opening (jezelf introduceren, je voornaam en waar die vandaan komt)
* Pg 10 bekijk de kalender, wanneer welke bijeenkomsten, maak afspraken
* Groepsafspraken maken (noteren op flip-overvel)
* Vertrouwelijkheid overeenkomst ondertekenen
* (Photo release form)pag 14
 |
| 30 min | Cups en beads1e bijeenkomst:Persoonlijke doelen nav ZEF(zelf-evaluatieformulier)1e bijeenkomst:Gezonde voeding | **Persoonlijke doelen: cups en beads oefening****Activiteit: Gezonde voeding** |
| 10 min | Onderbreking  | Balspel(3 ballen) iemand begint met naam en gooit de bal, na een ronde heb je iemand die jouw naam roept (je vangt de bal) en jij noemt ook een naam (bal gooien)Als iedereen weet van wie hij de bal krijgt en moet gooien, kunnen er drie ballen gebruikt worden.  |
| Thee pauze 15.45-16.00 |
| 16-16.45 | **Voorbereiden eigen oefeningen** | * Uitleg opdracht
* Koppels maken
* Verdelen onderwerpen
* Verzamelen materialen
* Afspraken maken
 |
| **16.45** | **Afsluiting** | Evaluatie waar sta je t.o.v. Centeringzorg  |
| 15 min | Sluitingsoefening/evaluatie eerste dag Vooruitblikken op morgen  | **Afspraken voor morgen**  |
| 17.00 uur  |  | Opruimen en alles klaarzetten voor de volgende morgen. |

**Dag 2 training verloskundigen/(jeugd)arts/jeugdverpleegkundige en co-begeleider**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8.30-9.00 | **Start** | Stoelen in cirkel, muziek aanzetten, klaar zijn zodat je kan integreren en iedereen welkom heten. |
| 9.00 | **Welkom terug** |  |
|  | Welkom heten en de dag introducerenErvaren van een Centeringgroep | Opening:Essentie van vorige dag bespreken: ophalen van kennis en ervaring .In 4 sub groepjes: in 3 high-lights essentie benoemen van:1. Essentiele elementen
2. Interactief leren
3. Medisch onderzoek
4. Netwerkvorming
 |
| 9.00-9.30 | **Onderzoek/evaluatie** | Wat is de evidence van Centeringzorg in Nederland en de wereld.Welke onderzoeken lopen er? |
|  |  |  |
| 9.30-11.00 | **Oefenen verschillende werkvormen** | In tweetallen (begeleider en co begeleider) de verschillende werkvormen/activiteiten oefenen 2 halve groepen. (20 min oefenen 10 min nabespreken)Wat gaat goed, wat zijn de valkuilen? |
|  |  |   |
| 11.00-11.15 | **Pauze** |  |
| 11.15-12.00 | **Boekje, begeleidersgids**  | Demonstreren, zelf zaken laten opzoeken/wachtkamer |
| 12.00-12.45 | **Lunch** |  |
| **13.00-17.00** | **Organisatie/implementatie/werving**  |  |
|  | **Flip-overdialoog**  | Met behulp van flip-overdialoog de verschillende onderwerpen inventariseren, aanvullen en bespreken.Ideale ruimteBoodschappenlijstPR (hoe ga je CenteringZwngerschap/CenteringOuderschap in de markt zetten) |
|  | **Essentiële elementen herhalen** | ‘De wind waait’  |
| 15.00-15.15 | **Theepauze** |  |
| 15.15-16.00 | **Plan van aanpak /implementatie** | Per praktijk/VSV/JGZ een plan van aanpak maken  |
|  | **Container/wachtkamer**  |  |
| 16.00-16.30 | **Afsluiting** |  |
|  | **Demonstratie van de afsluiting zoals die ook bij Centeringgroepen zal gaan.** |  |
|  | **Evaluatie wordt per mail aan de deelnemers verstuurd.** |  |

**Exclusieve content voor Centering-professionals**

Enkele dagen nadat je de Centering-training hebt gevolgd ontvang je van ons gegevens om in te kunnen loggen op het besloten deel van onze website. Achter de login vind je functionaliteiten zoals een prikbord/forum om tips en informatie uit te wisselen, een map met handige documenten om te downloaden en gegevens over je eigen account. Ook kun je je via je account inschrijven voor (online)intervisiebijeenkomsten.

**Op de hoogte blijven van CenteringZorg?**
Meld je aan voor onze [nieuwsbrief](https://www.centeringzorg.nl/nieuwsbrief) en volg ons op sociale media:
    