

## Draaiboek GG/ZZ-Leergang (3 dagdelen)

Gedurende de leergang praktisch oefenen:

Live: zelf oefenen, ervaren in 2 rollen met begeleiding en FB

Online: zelf oefenen via beeldmateriaal traintool, FB van jezelf en via resultaatvragen

Live: zelf oefenen in 2 rollen met begeleiding en FB

Online: zelf oefenen via beeldmateriaal traintool FB van jezelf en via resultaatvragen

Live: zelf oefenen in andere situatie

Live: oefenen via spelen van je eigen casus, FB en handelingsalternatieven en ervaren van perspectief patiënt/cliënt

Online: opdracht/toets doen via portaal en inleveren, waarna FB door Trainer.

### Dagdeel 1; 4,5 uur ( exclusief pauze)

*Oefenen in groepjes, je speelt jezelf en krijgt de eigen ervaring van vit a, b, c, z.*

Tijd	Inhoud
09.30. -09.40.	Welkom, korte inleiding/aanleiding en delen goede voorbeelden, groter doel organisatie, door opdrachtgever. 10 minuten
<b>Welkom en introductie</b>	
09.40- 09.50.	<p><u>Inhoud:</u> Trainers stellen zich voor, aandacht voor het waarom, de visie en de kernelementen van GG. Wat is de opdracht en wie neemt er aan deel?</p> <p>Er is theorie, we gebruiken filmpjes en we gaan veel praktisch aan de slag, we zijn geïnteresseerd in vragen en dilemma's uit de praktijk.</p> <p><u>Doel:</u> Aankomen, welkom voelen, gezien worden, organisatorische verwachtingen.</p> <p><u>Procedure:</u> Er is 1 pauze en we zijn zeker om [tijd] uur klaar</p> <p><u>Proces:</u> 10 minuten, op fase 3 manier. Interactief, we willen graag samen leren, en aansluiten bij de individuele deelnemer en ingaan op wat er in de groep leeft. We hopen op een bijdrage van iedereen, in veiligheid laagdrempelig oefenen, durf fouten te maken, plezier maken en zorgen hopen dat ieder met energie en inspiratie weggaat. We zien diversiteit als kracht</p>
<b>Kennismaking/introductie betrokkenen</b>	
09.50.- 10.20	<p><u>Inhoud:</u> Oefening: Interactief 3 minuten kennismakingsgesprek over de vraag: wat is voor jou belangrijk in je werk? - Wat maakt jou uniek in de groep?</p> <p><u>Doel:</u> Ontvankelijk maken van de deelnemers onderling, nieuwe ervaring geven, nieuwsgierigheid creëren, en (opmaat naar fase 1; hier later reflecteren op luisterhouding*)</p> <p><u>Procedure:</u> totaal 30 minuten 3 x 5 minuten gesprek, wissel en 10 minuten plenaire aandacht voor resume en afspraken</p> <p><u>Proces:</u> In 2-tallen met elkaar in gesprek over een vragen; 3 vragenrondes met 3 verschillende deelnemers, na elke ronde op flap schrijven en wissel.</p>

	<p>3 vragen: (verrassing, ambitie, tevoorschijn komen) - Vragen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Waar word je blij van?</li> <li>• Waar wil je meer van (evt in je werk)</li> <li>• Waar ben jij heel goed, briljant in? Deze samen doorlopen, vragen naar wie er kritisch is en dit laten inzetten om de training beter te maken. Groep naar samen krijgen.</li> </ul>
<p>Startup; inventarisering kennis, bepalen doel, wat heb je nodig?</p>	
10.20-10.30	<p><u>Inhoud:</u> PSUP, Project start up process</p> <p><u>Doel:</u> niveau bepalen, aansluiten, collectieve ambitie vinden, relevantie, doel met een doel creëren.</p> <p><u>Procedure:</u> 10 min</p> <p><u>Proces:</u> Op fase 1 manier</p> <p><u>Inhoud:</u> Wat zijn de verwachtingen? Wanneer ben je na afloop tevreden, wat is je doel?</p> <p><u>Doel:</u> aansluiten op de deelnemers, groep met een doel faciliteren, eventueel programma aanpassen om aan wensen te voldoen. Commitment creëren tav de samenwerking en gezamenlijk doel. Wat wil de groep halen en wat is daar voor nodig, verantwoordelijkheid nemen voor eigen leerproces.</p> <p><u>Procedure:</u> 10 min</p> <p><u>Proces:</u> Op fase 1 manier. Wat zijn de verwachtingen, wanneer ben je tevreden, blij? Op fase 2 manier.</p>
<p>Afsluiten startup met afspraken.</p>	
<p>Opdracht: Voorspellingen gezondheidszorg</p>	
10.30 - 11.00	<p><u>Inhoud:</u> In groepjes in gesprek over toekomst van de gezondheidszorg</p> <p><u>Doel:</u> Interactief, na denken over de gezondheidszorg als voorbereiding op de theorie.</p> <p><u>Procedure:</u> 30 minuten, uitleggen, in groepjes aan de slag, ophalen</p> <p><u>Proces:</u> In 3 groepjes aan de slag met 3 vragen: 1) Hoe gaat het nu (feiten), 2) Hoe gaat het als we zo doorgaan (criticus), 3) wat is het ideaal beeld (visie). In groepjes dit bespreken en opschrijven, aan elkaar presenteren. De uitkomsten vervolgens koppelen aan de theorie die aan de hand van de presentatie wordt vertelt.</p>
<p>Presentatie: Schets van het brede landschap van GG/ZZ, kernelementen (op fase 3 manier inleiden).</p>	
11.00. -12.30. (incl. Pauze)	<p><u>Inhoud:</u> Wie weet wat van GG?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Er zijn bewegingen doen we het goede, triple aim, CAS (andere manier van kijken)</li> <li>2. GG en ZZ naast elkaar/ gezond en ziek, handelen en behandelen</li> <li>3. Voetbalveld metafoor</li> <li>4. Uitgangspunten GG/ZZ</li> </ol> <p><u>Doel:</u> kennisoverdracht GG/ZZ, kader schetsen, begrippen verhelderen, filosofie delen en why delen.</p> <p><u>Procedure:</u> 60 minuten</p> <p><u>Proces:</u> op fase 3 manier, presentatie, interactie</p>

	Let op! Alles met voorbeelden illustreren en zelf voorbeelden laten bedenken.
<b>Intermezzo: Oefening gezondheid en functioneren</b>	
12.30-12.45	<p><u>Inhoud:</u> Hoe is je ervaren gezondheid?</p> <p><u>Doel:</u> Indruk ervaren gezondheid, betekenis van gezondheid voor jou definiëren</p> <p><u>Procedure:</u> Start met dia over positieve gezondheid en ervaren gezondheid, gesprek over betekenis gezondheid en ziekte.</p> <p><u>Proces:</u> groene ballon opblazen voor je gezondheid en rode voor ziekte, gesprek op fase 1 manier.</p>
<b>Oefening casus Willem</b>	
12.45-13.00	<p><u>Inhoud:</u> casus Willem fileren en markeren met ZZ en GG-onderdelen.</p> <p><u>Doel:</u> Ervaren, toepassen en feeling krijgen met begrippen en inhoud van de verschillen in ziekte/ gezondheidsbenadering van deze casus. Feedback en reflectie adhv speelse werkvorm</p> <p><u>Procedure:</u> 15 minuten. Utdelen, invullen, na bespreken met buurman en daarna centraal.</p> <p><u>Proces:</u> In tweetallen gesprek voeren en GG/ZZ-onderdelen markeren en waarom delen. Antwoordvel maken en dan op fase 1 manier laten ontstaan wat er is.</p>
<b>GG Gesprek; Fase 1, praktische tool - Oefening: Ik op mijn best.</b>	
13.00-13.30.	<p><u>Inhoud:</u> fase 1 theorie en praktijk</p> <p><u>Doel:</u> Doen, ervaren, feedback, ontdekken experimenteren met fase 1, bewustwording, wat werkt, wat gebeurt er?</p> <p><u>Procedure:</u> 30 minuten uitleg ik op mijn best...</p> <p><u>Proces:</u> Presentatie dia fase 1, koppelen aan kennismaking interview. Daarna groepjes van 3. Geïnterviewde wordt door interviewer bevraagd wanneer hij/zij op z'n best was, in zijn element is daarna na bespreken volgens sjabloon met vragen: op fase 2 manier, evt aanvullen met fase 3. Centraal na bespreken en eventueel verschil MI, huidige werk, andere methode, LSD. Invloed versus sturen.</p>
<b>Fase 1 theorie uitleg</b>	
13.30.-13.40.	<p><u>Inhoud:</u> Licht dia fase 1 toe. Belicht vanuit de verschillende leerstijlen</p> <p><u>Doel:</u> fase 1 uitleggen, wat is het, wat vraagt het, wat betekent het, wat doet het? *hoe luisterde je net bij de kennismaking, hoe zat het met je oordeel, je aanwezigheid, zocht je herkenning, waar was je nieuwsgierig naar, wilde je begrijpen...?</p> <p><u>Procedure:</u> 10 minuten, uitleg koppelen aan de informatie die is opgehaald uit de groep vanuit "ik</p>

	<p>op mijn best".</p> <p><u>Proces:</u> aansluiten bij de groep, toelichting vanuit GG/ZZ</p>
<p>Film en story</p>	
<p>13.40 - 13.50.</p>	<p><u>Inhoud:</u> 1 x film Gladys Wilson en verhaal 'broodje worst'</p> <p><u>Doel:</u> inspiratie, bewustwording, het kan heel goed anders</p> <p><u>Procedure:</u> 10 minuten</p> <p><u>Proces:</u> film bekijken en nabespreken. Verhaal vertellen en nabespreken</p>
<p>Oefenen fase 1, deel 2</p>	
<p>13.50- 14.20.</p>	<p><u>Inhoud:</u> fase 1 oefenen, praktijk</p> <p><u>Doel:</u> Doen, ervaren, feedback, groei, ontdekken experimenteren met fase 1, wat werkt, wat gebeurt er?</p> <p><u>Procedure:</u> In 3-tallen 30 minuten met elkaar oefenen, trainer loopt rond</p> <p><u>Proces:</u> GG-gesprek fase 1 elkaar over gezondheid en functioneren.</p> <p>Weer in 3-tallen, gebruik sjabloon vragen in app of dia voor observant en geïnterviewde en professional</p>
<p>Afsluiting</p>	
<p>14.20. -14.30.</p>	<p><u>Inhoud:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zelf online: video maken van fase 1, je bent professional en oefent met fase 1</li> <li>• Zelf online: train tool, je leert deelvaardigheden aan, let op, wellicht laten inplannen, het is tijd</li> </ul> <p><u>Doel:</u> duurzame gedragsverandering faciliteren, permanent leren. Met GG-gesprek fase 1 drie open gesprekken met cliënten voeren en 1 gesprek video opnemen. Denk na over wat je nodig hebt om meer GG te gaan werken vanuit je organisatie en of je iets nodig hebt.</p> <p>2. Overview van de dag Opmerkingen over de scholing, in 1 woord. Geef een cijfer voor de dag, de scholing</p> <p>Uitleg dag 2: gaat over beweging: verandering bij patiënt, professional en organisatie Dank voor bijdrage, inbreng, aanwezigheid. Feedback voor trainers, wensen voor deel 2, aandacht voor verwachtingen, gezamenlijk afsluiten</p> <p><b>Uitleg portaal en TrainTool</b></p> <p>Iedereen heeft inlog gegevens voor het Bettery Academy portaal. Daar zie je de presentatie, artikelen, filmpjes, opdrachten en oefeningen. Ook TrainTool start je via het portaal. Het staat bij scholingsdag 1 en scholingsdag 2. Door erop te klikken om je in de traintool omgeving. Je geeft aan wanneer je de scholing bent gestart en je kan starten met de oefeningen.</p> <p>Let op: Het is noodzakelijk dat je een camera en microfoon op je device hebt (laptop/tablet/computer/telefoon).</p> <p>Je kan terplekke ook met elkaar in loggen door er heen te gaan en het te oefenen.</p>



## Dagdeel 2; 4 uur ( exclusief pauze)

Oefenen met groepjes, ervaringsleren en doen in beide rollen, casuïstiek kruip in de huis van een pt, leren door rolwissel. Verschil ZZ/GG

Tijd	Inhoud
Welkom, terugblik dag 1 en Kahoot	
09.30-10.00	<p><u>Inhoud:</u> Welkom allen, terugblik interactief, delen gebeurtenissen tussen dag 1 en 2. Afsluiten met kennisspel Kahoot 1.</p> <p><u>Doel:</u> Aankomen, gezien worden, uitwisseling van nawerking eerste dag en gesprek over visie</p> <p><u>Proces:</u> 30 minuten Korte samenvatting van dag 1. Eerste dag ging over Gezondheid: wat houdt ons bezig? Kennisgemaakt met de visie, de vraag hoe kun je mensen activeren, tot ontwikkeling stimuleren? Op fase 1 manier terug horen belevenissen van deelnemers rondom het GG oefenen. Wat is er gebeurd, hoe is je denken verandert, hoe kijk je aan tegen van ZZ naar GG? Delen van overdenkingen.</p> <p>Beantwoorden van vragen, in eerste instantie vanuit de groep, indien nodig door trainers.</p>
Programma dag 2; Gedrag (richting en actie)	
10.00-10.20	<p><u>Inhoud:</u> korte uitleg dagdeel 2; verdieping van de visie, oefenen fase 2 en gedrag (verandering)</p> <p><u>Doel:</u> Afstemming/commitment van de verwachtingen van dag 2 groep met een doel afstemmen, gezamenlijkheid creëren, mogelijkheid om wensen en verzoeken te integreren in het programma.</p> <p><u>Proces:</u> 20 minuten, delen van programma, eventueel afspraken herhalen en openstellen voor wensen en behoeften.</p>
Waar sta je in het veld ZZ-GG. Trainers bevragen om en om.	
10.20-10.30	<p><u>Inhoud:</u> polariteiten ZZ en GG neerzetten en positie innemen en over spreken.</p> <p><u>Doel:</u> plaatsbepaling eigen positie zz/gg en kijken naar beweging en betekenis.</p> <p><u>Proces:</u> 10 minuten. Spectogram ZZ- GG hele groep; op lijn ZZ en GG-plek bepalen en bevragen. Wat betekent deze plek, waar kom je vandaan, waar wil je naar toe, wat heb je nodig, wat ga je doen?</p>
Filmopdracht, trainers lopen rond	
10.30-11.00	<p><u>Inhoud:</u> elkaars films bekijken en analyseren.</p> <p><u>Doel:</u> Reflectie op actie; feedback ontvangen en verwerken tot groei.</p> <p><u>Proces:</u> 30 minuten, in 3-tallen elkaars films bekijken en volgens sjabloon analyseren de filmmaker heeft de regie over de manier van de feedback.</p>

Plenair bekijken van de filmpjes.	
11.00-11.20	<p><u>Inhoud:</u> samen kijken naar film en elkaar verrijken en delen perspectief, vragen, overdenkingen, enz.</p> <p><u>Doel:</u> elkaar verrijken, kennis verbreden, verdiepen, ervaren.</p> <p><u>Proces:</u> 20 minuten. Wat gebeurt er in het gesprek, dynamiek? Wat werkt en wat werkt niet? Verzamelen feedback, resumeren wat waardevol voor ieder was.</p>
Fase 2; GG/ZZ-gesprek	
11.20-13.00	<p><u>Inhoud:</u> Uitleg fase 2, 10 minuten. Oefenen; 50 minuten (incl pauze)</p> <p><u>Doel:</u> kennis en inzicht fase 2, inzet duurzame gedragsverandering deelnemers</p> <p><u>Proces:</u> korte uitleg gespreksmodel, oefenen, ervaren, doen in 3-tallen 30 minuten speeddaten. 15 minuten, resumeren 5 minuten.</p> <p>Fase 2 vragen binnen het thema... (een klus die je te doen hebt op werk/thuis)..</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wat vind je belangrijk? Wat is de waarde?</li> <li>2. Waar wil je wat mee? Wat wil je bereiken?</li> <li>3. Hoe is het nu tov dat doel?</li> <li>4. Wat ga je doen? Tiny steps, eerste kleine stap, evt. aan welk bestaand gedrag koppel je het?</li> <li>5, hoe groot is de kans dat dit lukt?</li> </ol> <p>Evt. fase 1 en fase 2 gesprek achter elkaar.</p> <p>Later aandacht voor belonen en effect daarvan</p>
Fase 3 toevoegen ZZ, hoe maak je de brug?	
13.00-13.15	<p><u>Inhoud:</u> Fase 3 uitleg, plaatsbepaling, wanneer, hoe?</p> <p><u>Doel:</u> Kennis van hele gespreksmodel, waarde van fase 3, wanneer wel/niet</p> <p><u>Proces:</u> 15 minuten, voordoen, gehele gesprek oefenen</p>
Elementen gedragsverandering. Trainers verdelen stof om en om	
13.15.-13.45	<p><u>Inhoud:</u> Visie op gedragsverandering in notendop.</p> <p><u>Doel:</u> kennis en visie van waaruit te handelen over gedragsverandering delen.</p> <p><u>Proces:</u> 30 minuten, gesprek over gedragsverandering, dia's over visie, filmpjes. Filmpje van Ben Tiggelaar met opdracht welke aspecten noemt hij en hoe zie je dat terug in ons gespreksmodel?</p>
Afsluiten met een cijfer	

13.45- 14.00	<p><u>Inhoud:</u> Afronden van de dag, samenvatting geven, verwijzen naar het portaal, voor nalezen documenten/presentatie, maken van toets.</p> <p><u>Doel:</u> feedback, wensen voor dagdeel 3 ophalen</p> <p><u>Proces:</u> 15 minuten. Terugblik, woord en cijfer van de dag. Verwijzen naar portaal.</p> <p>Bettery Academy en TrainTool</p> <p>Oefenen van de GG/ZZ Gespreksvaardigheden in TrainTool.</p>
-----------------	--



## Dagdeel 3; 4 uur ( exclusief pauze)

Casuïstiek meenemen uit de afgelopen week, voorbeeld waar het lukte en voorbeeld waar het moeilijk was.

Tijd	Inhoud
Welkom, terugblik dag 2 en Kahoot	
09.30-09.50	<p><u>Inhoud:</u> Welkom allen, terugblik interactief, delen gebeurtenissen tussen dag 2 en 3, afsluiten met kennisspel Kahoot 2.</p> <p><u>Doel:</u> Aankomen, gezien worden, uitwisseling van nawerking eerste dag en gesprek over visie</p> <p><u>Proces:</u> 20 minuten. Korte samenvatting van dag 2. Op fase 1 manier terug horen belevenissen van deelnemers rondom het GG oefenen. Wat is er gebeurd, hoe is je denken verandert, hoe kijk je aan tegen van ZZ naar GG? Delen van overdenkingen.</p> <p>Beantwoorden van vragen, in eerste instantie vanuit de groep, indien nodig door trainers. Eindigen met Kahoot, spelvorm</p>
Programma dag 3; Gedrag (richting en actie)	
09.50-10.00	<p><u>Inhoud:</u> korte uitleg dagdeel 3; verdieping van de visie, oefenen fase 2 en 3 en bekijken wat we moeten doen om dit in praktijk te brengen. Met 2 vragen: wat ga ik in mijn werk betekenen voor de klant? Klantbehoefte in beeld? Hoe doe ik dat? Wat gaan wij betekenen met elkaar voor het grotere geheel.</p> <p><u>Doel:</u> Afstemming/commitment van de verwachtingen van dag 3 groep met een doel afstemmen, gezamenlijkheid creëren, mogelijkheid om wensen en verzoeken te integreren in het programma.</p> <p><u>Proces:</u> 10 minuten, delen van programma, eventueel afspraken herhalen en openstellen voor wensen en behoeften.</p>
Terugkoppelen van het GG/ZZ gesprek, helemaal	
10.00-10.55	<p><u>Inhoud:</u> wandelconsult Fase 1, 2 en zo nodig, toevoegen fase 3</p> <p><u>Doel:</u> oefenen en ervaren dat een heel gesprek in een wandeling van 10 min kan.</p> <p><u>Proces:</u> 45 minuten, ophalen ervaringen, nogmaals oefenen fase 1 en 2 in twee tallen.</p> <p>Start met fase 1, overstap maken naar fase 2 en eventueel fase 3.</p> <p>Fase 2 vragen:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wat vind je belangrijk? Wat is de waarde?</li> <li>2. Waar wil je wat mee? Wat wil je bereiken?</li> <li>3. Hoe is het nu tov dat doel?</li> <li>4. Wat ga je doen? Tiny steps, eerste kleine stap, evt. aan welk bestaand gedrag koppel je het?</li> <li>5. Hoe ga je jezelf belonen, hoe groot is de kans dat dit lukt?</li> </ol> <p>Evt. fase 1 en fase 2 gesprek achter elkaar.</p>
Casuïstiek	

<p>10.55- 11.40</p>	<p>In groepjes casuïstiek laten bespreken. 1 iemand brengt casus is, (verplaatst zich in zijn cliënt) anderen vragen, oefenen en delen handelingsalternatieven... Casus benaderen volgens de vier regels.</p> <p>Doel: De inbrenger moet met zin en geactiveerd weg Proces: 45 minuten</p>
<p>Regenboogmodel vertalen naar eigen context</p>	
<p>11.40- 13.30</p>	<p><u>Inhoud:</u> Inleiding op model en voorbeeld verduidelijking, plannen maken voor eigen praktijk/ omgeving <u>Doel:</u> Inzichten en GG-beweging vertalen naar eigen werk en grotere geheel binnen eigen werksituatie. <u>Proces:</u> 60 minuten (15 minuten regenboogmodel, achtergrond, 45 minuten praktische vertaling), in groepjes aan de slag met maken van plannen in de eigen omgeving/praktijk. Wat ga jij morgen zelf anders doen om meer persoonsgericht te gaan werken. Welke toepassingen zijn mogelijk in de praktijk, wat is daarvoor nodig, welke actie ga je zelf ondernemen? Afsluiten met pitch aan elkaar, 15 minuten ( incl pauze)</p>
<p>Afsluiten met een cijfer</p>	
<p>13.30 - 14.00</p>	<p><u>Inhoud:</u> Afronden van de dag, zorgen voor implementatie. <u>Doel:</u> Verbinding houden, toegankelijkheid laag houden, duurzaamheid gedragsverandering, in perspectief leergang plaatsen. <u>Proces:</u> 15 minuten, terugblik, bedanken, openhouden contact, verdiepingsmodules, beschikbaar voor dilemma's/ vragen en feedback vragen in woord en cijfer.</p>