



**Van ziekte & zorg naar  
gezondheid & gezond gedrag**



Duur	Programma	Activiteiten	Doel
15 minuten	Introductie (plenair)	Voorstellen, wensen en behoeften qua leerdoelen Uitleg programma en doel van de training.	
25 minuten	Theorie	Model bespreken 'Omgaan met stress en weerstand': Diverse vormen van weerstand en hoe daarop te reageren	Inzicht krijgen in verschillende vormen van weerstand en weten hoe je hierop kunt reageren. Herkennen van verschillende gedragingen / frustratie agressie , instrumentele agressie
15 minuten 05 minuten pauze	Oefening	Zelfcontrole: Ademhaling, grondhouding, spierspanning, gedachtensturing	Bewustwording van eigen houding en leren deze te controleren
50 minuten	Praktijksimulatie	Inbrengen eigen casuïstiek, reflectie hierop. Deelnemers vragen te observeren en feedback te geven. Drie trappen: Situatie- gedrag- leerdoel	Oefenen met omgaan met verschillende gedragingen o.b.v. praktijksituaties. Gedrag herkennen, observeren en feedback geven
10 minuten	Pauze	<b>2e deel , Interculturele Communicatie</b>	
45 minuten	Theorie	Naast een theoretisch kader met betrekking tot diversiteitsvraagstukken en praktische werkvormen wordt er gewerkt aan persoonlijke leerdoelen.	Na deze training heeft u inzicht en de vaardigheden om aan te sluiten (niet verwarren met aanpassen) bij een grote diversiteit aan cliënten van verschillende culturele achtergronden.
10 minuten	Pauze		
10 minuten	Oefening	Benaderingsoefening: Persoonlijke grenzen ervaren en kunnen benoemen	Bewustwording van de eigen fysieke grenzen
45 minuten	Praktijksimulatie	Inbrengen eigen casuïstiek, reflectie hierop. Deelnemers vragen te observeren en feedback te geven. Drie trappen: Situatie- gedrag- leerdoel	U wordt bewuster van uw eigen houding en je leert hoe u het beste contact kunt maken met de cliënten van verschillende culturele achtergrond.
10 minuten	Afronden (plenair)	Rondvraag: vertel in één woord wat je vandaag hebt geleerd, leg uit in één zin wat je gaat toepassen. Uitdelen evaluatieformulier	Reflectie en evaluatie