

## Programma en zelfstudie-opdrachten

### Zelfstudieopdracht 1. Ter voorbereiding op de cursus (1,5 sbu)

Lees ter voorbereiding de cursus de twee hieronder genoemde teksten en leg een relatie met jouw praktijk. Je vindt de teksten in de map *Bronnen*.

Wat hoop je dat straks in jouw praktijk beter gaat als je bekwaamt in het progressiegericht coachen? Wat gaan jouw cliënten daarvan merken?

Neem je antwoorden mee naar de eerste cursusdag.

- Bannink, F. P. (2010). *Oplossingsgerichte therapie*. *GZ-Psychologie*, 3, April 2010, 10–15.
- Van Uden, M. (2023) *Basistekst Cursus Progressie bereiken*. **In ieder geval het eerste deel lezen.**

### Bijeenkomst 1.

**Inhoud:** **Basis progressiegerichte gespreksvoering:**

- Theorie en uitgangspunten
- Eerste gesprek: kennis en vaardigheden
- Tweede gesprek: kennis en vaardigheden

**Tijd:** **9.30 tot 16.30 uur = 6 sbu**

Tijd	Inhoud	Doel
9.30 u	<b>Welkom</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Introductie op cursus</b> (plenair, presentatie)) Doel:<ul style="list-style-type: none"><li>- Helderheid opbouw cursus, zelfstudie en beoordeling</li></ul></li><li>• <b>Kennismaken en benoemen elkaars sterke kanten</b> (plenair, groepsgesprek) n.a.v. zelfstudieopdracht 1</li></ul>	6a en 6b
10.30 u	<b>Introductie Oplossingsgericht coachen</b> (plenaire presentatie theorie en groepsgesprek) <ul style="list-style-type: none"><li>• Herkomst en uitgangspunten OGW</li><li>• De zelfdeterminatietheorie</li><li>• De 7 stappen van het eerste gesprek</li></ul>	1 2a, 2b, 2c
11.15 u	<b>Koffiepauze</b>	

11.30 u	<b>Rollenspel Eerste gesprek</b> (plenair) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Docent speelt een cliënt. De groepsleden voeren ieder een deel van het eerste coachgesprek met deze cliënt. De diverse gespreksfasen worden doorgenomen en geoefend.</li> </ul>	1, 2a, 2b, 2c, en 6.
12.30 u	<b>Lunchpauze</b>	
13.00 u	<b>Theorie en rollenspel Vervolggesprek</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introductie theorie Vervolggesprek: progressie-gericht interviewen</li> <li>• Plenaire oefening van het vervolggesprek, waarbij de docent een cliënt speelt.</li> </ul>	1, 3, 6.
14.00 u	<b>Pas op de plaats: Oogsten</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat zijn de belangrijkste inzichten vandaag opgedaan?</li> <li>• Vergelijken van de progressiegerichte methode met de huidige routine in de praktijk. Wat is van toegevoegde waarde?</li> </ul>	8
14.30 u	<b>Pauze</b>	
14.45 u	<b>Toneel: gegeven casus met script</b> (subgroepen van 3 personen) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Een uitgeschreven coach-gesprek als rollenspel uitvoeren met een ergotherapeut en een cliënt. De derde persoon luistert en past de cirkeltechniek toe.</li> <li>• Nabespreking in 3-tal. <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Herkennen van de diverse stappen (zelfstudieopdracht 2)</li> <li>○ Wat zijn de sterke kanten van deze cliënt/ het cliëntstelsel? Hoe zou je die met de cliënt bespreken?</li> <li>○ De 3<sup>e</sup> persoon bespreekt de sterke kanten alsnog met de cliënt.</li> </ul> </li> </ul> <p>Nabespreking plenair. Wat valt op?</p>	1, 2a, 2b, 4, 6a, 6b  8
16.00 u	<b>Vooruitblik: Hoe ga je het verder verdiepen in theorie en experimenteren in de praktijk verder invullen?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Waar ga je mee experimenteren: concreet plan maken</li> <li>- Oefen-/Intervisiegroepje (2 tot 4 personen) samenstellen</li> </ul>	2, 3
16.30 u	<b>Einde dag</b>	

## Zelfstudieopdracht 2. Voorbereiding op de 2<sup>e</sup> cursusdag. (7,5 sbu)

- a) Experimenteer met de progressiegerichte benadering in je praktijk. Gebruik daarbij de leidraad Progressiegericht coachen (gereedschap).
- b) Lees de basistekst helemaal grondig door. Van Uden, M. (2023) *Basistekst Cursus Progressie bereiken*.
- c) Experimenteer met de cirkelmethode (zie in de Basistekst bij de 'Gereedschappen' en gebruik het werkblad Cirkeltechniek) bij tenminste één cliënt. Tip: je zou de techniek kunnen gebruiken bij een nieuwe cliënt of bij een tussenevaluatie (Waar hoopte u op? Wat is al bereikt? Wat heeft u ontdekt wat helpt?)

## Bijeenkomst 2

**Inhoud:** **Verdieping/ verbreding progressiegericht werken**

- Voorbereiden werken met sterke kanten
- Combineren met expertkennis
- De gestuurde cliënt

**Tijd:** **9.30 tot 16.30 uur** = 6 sbu

Tijd	Inhoud	Doel
09.30 u	<b>Terugblik op zelfstudieopdracht 2 en praktijkervaringen in de afgelopen weken: Bevragen eigen mini-progressie</b> a) Bedenken alternatieve vragen voor "Wat gaat er beter"? b) Coach elkaar (drietallen, 10 min per persoon) c) Conclusie	3
10.15 u	<b>Introductie van de Sterkekantenbenadering</b> Presentatie theorie en praktijk over de sterkekantenbenadering.  <b>Oefening in het achterhalen en benoemen van de sterke kanten van je cliënt</b> Korte inleiding op werkvormen en technieken Oefening: 'Jij op je best' en 'Jij als het lastig wordt' in duo's. Interview elkaar en achterhaal sterke kanten. (verdieping in opdracht 3)	6a, 6b, 6c.  Idem
11.15 u	<b>Koffiepauze</b>	

11.30 u	<b>Toepassen Sterkekantenbenadering oefening plenair</b> Korte inleiding (zelfstudieopdracht 3 c) Plenaire oefening. Docent speelt een cliënt. Verdiepen: zelfstudieopdracht 4a.	6c
12.30 u	<b>Lunchpauze</b>	
13.00 u	<b>Combineren met expert kennis</b> Presentatie over de techniek <i>Informatie delen</i> . Bespreken waar in het proces het wel of niet handig is om expertkennis in te zetten. (Verdieping: zelfstudieopdracht 3b)	7
13.30 u	<b>Intervisie en vaardigheidsoefening eigen casuïstiek</b> In subgroepen van 3 of 4 personen. Analyseer een casus van een van jullie m.b.v. de intervisie-tool en voer een (deel van) progressiegericht gesprek. De inbrenger van de casus speelt de cliënt.	1, 2, 3, 4, 6, 8
14.30 u	<b>Pauze</b>	
14.45 u	<b>Plenaire oefening</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Docent speelt een cliënt. De groepsleden voeren ieder een deel van het eerste coachgesprek met deze cliënt. De diverse gespreksfasen worden doorgenomen en geoefend.</li> </ul>	1, 2a, 2b, 2c, 6
15.30 u	<b>Reflectie op eigen vaardigheden Waar sta je?</b> Aan de hand van een zelfreflectielijst en de cirkelmethode reflecteren op je eigen ontwikkeling: <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Wat zie jij voor in jouw praktijk als gewenste situatie?</li> <li>b) Wat heb je al voor elkaar? Wat kan je al? Hoe heb jij dat voor elkaar gekregen?</li> <li>c) Wat is voor jou nu de volgende stap? Hoe wil je dat gaan aanpakken?</li> </ul> <p>Bespreken met collega's.</p>	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8
16.30 u	<b>Einde dag</b>	

### Zelfstudieopdracht 3. Voorbereiding op de 3<sup>e</sup> cursusdag: 8 Sbu

- a) Beluister de podcast 'Progressiegericht adviseren'.  
<https://www.progressiegerichtwerken.com/podcast-progressiegericht-adviseren/> (0,5 uur)

- b) Lees de tekst 'De sterke kanten benadering in de ergotherapie' (Merel van Uden) geheel door.
- c) Experimenteer met het zien en benoemen van de sterke kanten van je cliënt. Pas een van de genoemde technieken of werkvormen voor het achterhalen van de sterke kanten van je cliënt toe. Maak met een van je cliënten een veerkrachtprofiel en neem dat mee naar de volgende bijeenkomst. (Voorbereiding toepassing in de praktijk en verslaglegging 1 sbu)
- d) Bestudeer de uit de basistekst het gedeelte over typen relaties nogmaals. Herken je de bezoektypische- en klaagtypische relaties in jouw praktijk?

## Bijeenkomst 3

### Inhoud:

#### Verdieping/ verbreding progressiegericht werken

- Terugblik afgelopen weken: uitwisselen succesverhalen
- Zelf ervaren achterhalen sterke kanten en benutten sterke kanten om progressie te bereiken
- Typen relaties
- Meetinstrumenten: proces en voortgang

#### Implementatie in de praktijk.

- Zelfevaluatie vaardigheden
- Intervisie casuïstiek  
Implementatieplan

### Tijd:

**9.30 tot 16.30u**

**= 6 sbu**

Tijd	Inhoud	Doel
9.30 u	<b>Welkom en monitoren voortgang</b> a) Delen van succeservaringen, in tweetallen b) Zelfevaluatie vaardigheden, individueel c) Plenair: inventariseren van de thema's die tijdens de bijeenkomst aan de orde moeten komen	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
10.15 u	<b>Typen relaties, theorie en oefening</b> Presentatie theorie, plenair Naar keuze oefenen met klaag-typisch relatie of bezoek-typische relatie in subgroep	5
11.15 u	<b>Pauze</b>	6.c
11.30 u	<b>Intervisie en vaardigheidsoefening eigen casuïstiek ronde 1</b> In subgroepen van 3 of 4 personen. Analyseer de casus met elkaar m.b.v. de intervisie-tool en voer een (deel van) progressiegericht gesprek. De inbrenger van de casus speelt de cliënt.	2, 3, 4, 5, 6, 7,

12.15 u	<b>Lunchpauze</b>	
12.45 u	<b>Theorie Meetinstrumenten: proces en voortgang</b> Presentatie en discussie	5, 8
13.00 u	<b>Intervisie en vaardigheidsoefening eigen casuïstiek ronde 2</b> In subgroepen van 3 of 4 personen. Analyseer de casus met elkaar m.b.v. de intervisie-tool en voer een (deel van) progressiegericht gesprek. De inbrenger van de casus speelt de cliënt.	2, 3, 4, 5, 6, 7,
14.30 u	<b>Pauze</b>	
14.45 u	<b>Implementatie: Brief uit de toekomst</b> a) Individueel schrijven (20 min) b) Voorlezen en bespreken in groep van 3 of 4 personen	8
15.30 u	<b>Implementatieplan maken</b> Individueel beschrijven hoe je het geleerde gaat toepassen in jouw praktijk	8
16.00 u	<b>Afronding cursus</b> a) Toelichting eindopdracht Paper b) Evaluatie inhoudelijk	8
16.30u	<b>Einde cursus</b>	

## Zelfstudieopdracht 5: Eindopdracht Paper Sbu = 3 uur

Beschrijf in maximaal 2 a 3 A4-tjes welke progressie jezelf hebt bereikt door jouw deelname aan deze cursus. Het gaat om:

- de inzichten die je hebt opgedaan,
- de vaardigheden die je hebt ontwikkeld,
- de processen die je anders inricht,
- veranderingen die je hebt doorgevoerd of van plan bent te gaan doorvoeren...,
- De progressie die je hebt gemaakt / van plan bent te gaan maken.

Kortom dat wat voor jou en jouw samenwerking met cliënten betekenisvol was/is.

De wijze waarop je dit doet is vrij.

### **Eis:**

Je verwijst in je opdracht tenminste 3 maal naar een gebruikte bron (uit de verplichte bronnen of door jouzelf gekozen aanvullingen op de verplichte literatuur).

De opdracht wordt uiterlijk 3 weken na de laatste cursusdag via de mail naar de docent gestuurd ([m.vanuden@devraagcentraal.nl](mailto:m.vanuden@devraagcentraal.nl)).