

Handige werkvormen voor trainers

Thema 1: Kennen van de bewoner

HET FEITELIJK EN VERHALEND LEREN KENNEN VAN DE BEWONER

Duur: 30 minuten

Doel: Tijdens deze oefening ga je samen met de medewerkers doorgronden hoe goed zij één specifieke bewoner kennen. Door deze oefening leren de medewerkers wat het verschil tussen 'feitelijk' en 'verhalend' kennen is en komen zij erachter of zij de identiteit van een bewoner kunnen beschrijven.

Stappen:

- Verdeel de flip-over in twee delen door een streep in het midden van de flip-over te zetten.
- Vraag aan de medewerkers om één bewoner voor zich te nemen en vraag wat ze van deze persoon weten.
- Jij schrijft op welke kennis bij welk vlak hoort: 'feitelijk kennen' of 'verhalend kennen' (let op! Je schrijft het onderscheid en de woorden 'feitelijk kennen' en 'verhalend kennen' niet op de flip-over. De medewerkers zullen aan het einde het verschil tussen de vormen van kennen moeten raden).
- Ga na of ze alle aspecten van de identiteit hebben opgenoemd. Zo niet vraag dan door. Denk aan: medische achtergrond, familie, burgerlijke staat, beroep, geboortedatum, geboorteplaats, hobby's, belangrijke anderen en andere gewoontes en rituelen.
- Vraag aan de medewerkers of zij het verschil tussen de twee flappen inzien. En leg het verschil tussen 'feitelijk kennen' en 'verhalend kennen' uit.
- Ga opzoek naar de identiteit van de bewoner door het antwoord op de volgende vragen te omcirkelen op de flip-over:
 - Wie wil iemand zijn?
 - Wat doet iemand het liefst?
 - Wie is er belangrijk in zijn leven?
- Vraag aan de medewerkers of ze vinden dat ze de bewoner nu goed genoeg kennen. Reflecteer op de antwoorden.

WIE WAS MIJN BEWONER EN WIE IS MIJN BEWONER?

Duur: 45 minuten

Doel: Stilstaan bij wie de bewoner op dit moment is en wie de bewoner was. Hebben er ontwikkelingen plaats gevonden in het gedrag en de gewoontes van de bewoner? Deze oefening houdt je scherp en helpt je de bewoner waar te nemen voor wie hij/zij op dit moment is.

Stappen:

- Kies een bewoner uit die al enige tijd bij jullie in het verpleeghuis verblijft.
- Schrijf op 5 post-its 5 kernwoorden op over wie de bewoner was toen hij/zij binnen kwam en 5 kernwoorden over wie de bewoner op dit moment is. Probeer dit in afzondering te doen zodat niemand weet wat jouw 'verleden' en 'heden' stapel is.
- Plak individueel al jouw 10 kernwoorden bij elkaar op een muur of op een tafel. Zo ontstaan er individuele woordenwolken met de 10 kernwoorden van de bewoner.

Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING

Handige werkvormen voor trainers

- Loop als groep een rondje langs alle andere woordenwolken en bekijk ze goed.
- Verdeel vervolgens samen alle woordenwolken in een tweedelige stapel: 'verleden' en 'heden'. Door samen met elkaar in gesprek te gaan over de verdeling kom je erachter hoe jouw collega's over een bewoner denken en of jullie voldoende kennis hebben over een bewoner.

WAT IS PROFESSIONALITEIT?

Duur: Eén uur

Doel: Groepsreflectie over de grenzen van professionaliteit.

Stappen:

- Denk allemaal na over een werkervaring waarin je je afvraagt of je wel professioneel genoeg gehandeld hebt.
- Ga dan per ervaring na:
 1. Wat er precies in de ervaring gebeurde.
 2. Wat de ervaring met jou deed?
 3. Wat de ervaring met de andere betrokkenen bij de ervaring deed?
 4. Wat je zelf vindt over jouw handelen in de ervaring?
 5. Wat de groep vindt over jouw handelen in de ervaring?
 6. Wat kunnen jullie samen uit deze ervaring concluderen? Bestaat er zoiets als professioneel gedrag en had dit beter moeten zijn in deze ervaring? Of was er juist heel erg professioneel gehandeld doordat er een bepaalde betrokkenheid was?

ROZENDAG

Duur: Eén dag

Doel: Door deze oefening ontstaat er meer begrip tussen bewoners, belangrijke anderen en medewerkers.

Stappen:

- Koop een grote bos rozen en zet deze op de afdeling.
- Spreek met de betrokkenen af dat hij/zij op die dag een roos krijgt voor iedere keer dat een medewerker zich niet aan de gemaakte afspraken houdt.
- Wanneer een bewoner of een belangrijke ander een roos krijgt doordat er een afspraak niet is nagekomen gaat de betrokken medewerker met de bewoners en belangrijke anderen in gesprek.
- Tel aan het eind van de dag wie de meeste rozen heeft en bespreek met elkaar wat deze dag jullie heeft opgeleverd.

Leyden Academy

ON VITALITY AND AGEING

Handige werkvormen voor trainers

TWEE WAARHEDEN EN ÉÉN SPROOKJE

Duur: 30 minuten

Doel: Leren kennen van elkaar en afgaan op je intuïtie.

Stappen:

- Geef de deelnemers de tijd om na te denken over drie feitjes die ze over zichzelf willen delen in de groep. Eén van de drie is niet waar en is een sprookje. Bijvoorbeeld ik heb een tatoeage, ik hou enorm van tuinieren en ik heb in 5 verschillende steden gewoond.
- De groep moet er achter zien te komen welk feitje een sprookje is en welke feitjes echt zijn.

STOELENDANS

Duur: 10 min

Doel: Wat zijn de gedeelde waarden & het belang van het delen van persoonlijke dingen in een veilige setting (wat deze kring niet is).

Stappen:

- Zet samen met de deelnemers de stoelen in een kring. Haal één stoel er uit.
- Ga in het midden staan en deel een leuk feitje over jezelf in de groep. Bijvoorbeeld: ik heb twee honden, ik werk al meer dan 10 jaar bij deze organisatie, ik hou enorm van breien etc.
- De deelnemers die dit feitje met diegene in het midden delen moeten opstaan en een andere plek zoeken. Omdat er een stoel te weinig is zal er altijd iemand in het midden over blijven.
- Diegene in het midden deelt wederom een feitje (mag overigens ook negatief zijn, bijvoorbeeld: ik hou totaal niet van spruitjes).

WAT HEBBEN JULLIE MET ELKAAR GEMEEN?

Duur: 5 min.

Doel: iets van jezelf laten zien en de focus op gelijkwaardigheid.

Stappen:

- Verdeel in tweetallen.
- Stel vragen aan elkaar.
- Zoek naar overeenkomsten en schrijf deze op.

JA EN NEE VRAGEN

Duur: Vijftien minuten

Vorbereiding: papier en pennen meenemen naar sessie.

Stappen:

- Iedereen krijgt een papiertje.
- Schrijf een interessant weetje over jezelf op het papier.
- Verfrommel het in een bal en gooi het in het midden van de cirkel.
- Een persoon pakt een willekeurige prop papier en probeert te zoeken over wie het weetje gaat. Je mag alleen maar ja en nee vragen stellen om er achter te komen.

Handige werkvormen voor trainers

DE KNUFFELKLIK. MAG IK JOUW KNUFFELEN?

Duur: Twintig minuten

Groepsgrootte: max. 7 personen waarvan 1 groepsleider.

Doel: Een oefening in aanvoelen en grenzen aangeven. Je zal niet altijd een klik met iemand hebben, soms kan je hieraan werken en soms kan dit niet. Door deze oefening oefen je met het hebben van wel of geen klik en de gevolgen hiervan.

Stappen:

- Loop met 6 mensen door een grote ruimte. Wanneer je elkaar tegenkomt kan je elkaar een knuffel geven. Dit mag alleen wanneer het 'goed voelt'. Wanneer je geen prettig gevoel hebt moet je voor de knuffel bedanken. Dit doen jullie 5 min. lang.
- De groepsleider houdt de groep in de gaten en na 5 min. roept hij de groep bijeen. De groepsleider beschrijft wat hij gezien heeft en vraagt de groep uit te leggen waarom zij de ene keer wel en de andere keer niet wilde knuffelen met elkaar. Wat doet dit met jullie? Zouden jullie zonder iemand te kunnen kwetsen kunnen uitleggen wanneer het wel en wanneer het niet goed voelde? De groepsleider legt de nadruk op het feit dat het oké is wanneer het niet goed aanvoelt en je dus niet wilt knuffelen.
- De oefening wordt nog een keer 5 min. gedaan.
- De groepsleider heeft de groep weer in de gaten gehouden en zal vertellen of hij/zij verschil heeft ervaren. Vervolgens zal hij/zij vragen of iemand nog een ervaring wil delen over deze oefening.

COMPLIMENTENREGEN

Duur: 45 minuten

Groepsgrootte: max. 6 personen.

Doel: Door het positieve in elkaar te benadrukken zal positief gedrag ook sneller naar boven komen. Tijdens deze oefening leer je naar de positieve kanten van een collega te kijken.

Stappen:

- Bedenk voor ieder in de groep 3 complimenten.
- Vervolgens gaan jullie elke persoon langs en geven jullie de complimenten aan elkaar
- Probeer de complimenten ook echt te 'ontvangen'.
- Hou daarna een groepsgesprek over wat het met je doet om complimenten te geven en te ontvangen.