

Maatwerk Training Assertiviteit team OKM

Tijdens de eerste workshop wordt het thema verkend en met casuïstiek geoefend. In de tussenliggende periode wordt het geleerde toegepast, geëxperimenteerd en gereflecteerd.

De tweede workshop start met een terugblik op deze periode en gaan we (weer) aan de slag met het thema en de casuïstiek. In beide workshops zal een acteur aanwezig zijn als dynamisch 'leermiddel'. na deze workshops wordt in kleinere groepen (zes personen), twee keer een begeleide intervisiebijeenkomst gehouden van 1,5 uur. De eerste twee keer begeleid en daarna in eigen "beheer begeleid". Dit om de ontwikkeling, uitwisseling & het leerproces actief verder te monitoren en te versterken. Dit vergroot het teamleren, met en van elkaar leren .

Programma

Vooraf

- Intakeformulier invullen
- Situatie bedenken die vaak voorkomt en waar je last van hebt/ die je in wilt brengen

Workshop 1 (middag)

Terugkoppeling intakes

Begripsverkenning Assertiviteit

Koppeling drijfveren & overtuigingen

Met behulp van regiemodel een aantal praktijksituaties uitbeelden & experimenteren

Actieve voornemens & buddy 's vormen



Tussenliggende periode

Experimenteren, buddy-gesprekken



Workshop 2 (middag)

Terugblik praktijk, inventariseren situaties

Aan de slag met casuïstiek

Actief voornemen & buddy

Inschrijven intervisie groepen



Tussenliggende periode



2 x Intervisie (1,5 uur)



Begeleiding & deelnemer zijn

Het is een actieve aanpak waarin we als trainer & acteur een goede combinatie van luchtigheid, diepgang & praktijkgerichtheid willen bereiken. Iedereen wordt uitgenodigd om te experimenteren, te kijken of een andere mogelijkheid te laten zien.

Ook tijdens dit programma wordt je gevraagd om assertief te zijn, je mag zelf instappen en uitstappen. Natuurlijk wordt je wel uitgedaagd !

Voor sommige teamleden speelt het thema niet of minder: we willen graag van hun expertise en ervaring gebruik kunnen maken.

Bijlage Assertiviteit

Assertief optreden betekent op een rustige manier opkomen voor jezelf, of wat je werk van je vraagt zonder de ander daarbij nodeloos te kwetsen.

- Je bent sociaal en expressief.
- Je bereikt je doel zonder anderen nodeloos te kwetsen.
- Je bent tevreden met jezelf. Je hebt een gepast zelfvertrouwen.
- Je kiest zelf.
- Anderen & andere afdelingen kunnen daardoor leren
- Je houding is relatieversterkend.
- Je beschermt je rechten. Je respecteert rechten van anderen.

Het is doen en zeggen, wat in overeenstemming is met wat je werkelijk voelt , vindt en wat het werk van je verlangt.

Agressief gedrag betekent zodanig voor jezelf opkomen dat je de ander daarbij nodeloos kwetst/ ver grenzen van de ander gaat.

- Je schendt rechten van anderen. Je maakt misbruik van anderen.
- Je bereikt je doel ten koste van anderen.
- Je bent defensief, vechtlustig. Je toont geen respect voor anderen.
- Je reageert explosief, onvoorspelbaar en vijandig.
- Je bemoeit je met de keuzes van anderen.
- Je houding is relatie verstorend.

Sub assertief of passief gedrag is dat je je eigen belangen, meningen & gevoelens ondergeschikt maakt aan die van de ander en de behoeften van de ander voorop stelt.

Sub assertief gedrag herken je in je gedrag door:

- je geeft je eigen mening niet
- je durft niet voor jezelf op te komen
- je verzint uitvluchten
- je zwijgt als iets verkeerd loopt
- je komt niet op iets terug als anderen je overtroeven
- je geeft achteraf kritiek op anderen.

