

Trainersinstructie	
Toepassen in de praktijk	
Balans	Alle balansen
Plek in de workshop	<ol style="list-style-type: none"> 1. Introductie op de balans 2. Verkennen van de kracht van beide kwaliteiten 3. Verkennen van de vervorming van beide kwaliteiten 4. Vinden van de integratie: zowel de ene kwaliteit als de andere 5. Zicht op balans in de eigen huidige praktijk 6. Eigen doelen en teamdoelen opstellen
Doel werkvorm	Toepassen van de verkregen inzichten in de eigen praktijk
Trainingsmethode	<input type="checkbox"/> Ervaringsopdracht <input type="checkbox"/> Zelfevaluatie <input type="checkbox"/> Onderwijsleergesprek <input checked="" type="checkbox"/> Subgroepsdiscussie <input checked="" type="checkbox"/> Plenaire discussie
Vorbereiding trainer	Geen
Tijdsindicatie	30 - 60 minuten
Trainers instructie / tijdindicatie	<p>De belangrijkste stap in het leren is de toepassing in de eigen praktijk, de vertaling naar de eigen werkelijkheid. We geven hier een aantal aandachtspunten mee die naar eigen inzicht ingezet kunnen worden.</p> <p>1) Bij het formuleren van verbeterdoelen wordt vaak SMART gebruikt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Specifiek</i>: Kies een concreet voornemen waar je je op wil richten. Hoe concreter je bent in je doelformulering hoe beter je je kan focussen. • <i>Meetbaar</i>: met welk resultaat ben je tevreden? Hoe meet jij eigenlijk of er verbetering is? De valkuil is dat je alles in getallen wil uitdrukken. Maar je kunt ook kwalitatieve doelen gebruiken • <i>Acceptabel</i>: Hoe kijken anderen naar dit voornemen? Mag het binnen het beleid / de wet / de afspraken? • <i>Realistisch</i>: Van wie heb je ondersteuning nodig? Wat gaat je helpen om de kans op succes te vergroten? • <i>Tijdgebonden</i>: Wanneer wil je het resultaat bereikt hebben?

	<p>2) Ga je voor een individueel of een groepsdoel? En is voor beiden iets te zeggen (zonder uitpuittend te zijn):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individueel doel: groter commitment, overzichtelijke stap, iedereen betrokken • Groepsdoel: meer focus van de verbeterinspanning, grotere kans dat er echt iets verandert, grotere kans op individuen die afhaken. <p>3) Elke verandering begint met het zetten van een eerste stap. Door het formuleren van een eerste kleine haalbare en realistische actie kom je in beweging en begint de verandering werkelijkheid te worden. Een te groot voornemen kan verlamdend werken. Dus: maak het klein en haalbaar en zodra je die stap hebt gezet formuleer je een volgende kleine stap. (stoppen met roken begint met een eerste dag niet roken, en een tweede, een derde ... etc.)</p> <p>4) Vasthouden van de verbeter-energie. Na verloop van tijd roept de waan van de dag weer. Zorg voor regelmatige herinnermomentjes: bespreek in teamvergaderingen de voortgang, vraag elkaar wekelijks hoe het staat met het voornemen. En vier de tussenstappen die behaald zijn.</p>
Benodigd materiaal	Flip-over
Bron / achtergrond	

Versie 0.1