

Trainingskaarten

met oefeningen voor zorgteams



Inleiding

De DEDICATED-werkwijze is een verzameling van materialen en methoden die ondersteunen in het verlenen van gezamenlijke, palliatieve zorg aan mensen met dementie. De werkwijze richt zich op zorgmedewerkers in de thuiszorg, in het verpleeghuis en tijdens de verhuizing van thuis naar het verpleeghuis.

De werkwijze wordt verspreid door middel van een train-de-trainer principe. Daarin bestaan twee rollen:

1. De trainer: leidt zorgverleners op tot ambassadeur van de werkwijze en leidt nieuwe trainers op.
2. De ambassadeur: leidt zorgteams op in het toepassen van de werkwijze (en kan ook trainer worden).

Trainingskaarten

Deze 'trainingskaarten' zijn voor ambassadeurs: zorgverleners die een (eigen/interdisciplinair) zorgteam wegwijz willen maken in het toepassen van de DEDICATED-werkwijze.

De training die daarbij hoort, is samengevat op kaarten en bestaat uit vier onderdelen:

1. Introductie DEDICATED werkwijze
2. Kennismaking met de DEDICATED-werkwijze
3. Rol als ambassadeur
4. Reflectie

De trainingskaarten bevatten verschillende oefeningen en leervormen. Ieder onderdeel heeft een eigen setje kaarten. Ambassadeurs die de DEDICATED-werkwijze binnen een zorgteam willen introduceren, kunnen hiermee zelf aan de slag.

De oefeningen op trainingskaarten kunnen los worden ingezet. De ambassadeur kijkt vooral wat past binnen het team en de organisatie. Naar eigen inzicht kan de ambassadeur trainingskaarten selecteren en inzetten op een daarvoor passend moment.

Sommige trainingskaarten verwijzen naar ondersteunende materialen die bij de oefeningen gebruikt kunnen worden (bijvoorbeeld invulformulieren). Alle materialen zijn ook terug te vinden op de website van het DEDICATED project.





Introductie **DEDICATED**

1.1 Introductie DEDICATED-werkwijze

1.1 Introductie DEDICATED-werkwijze

60 MIN

Introductie

De oefening biedt een kennismaking met de DEDICATED werkwijze.

Stap 1

Toon als eerste de korte DEDICATED film over het belang van palliatieve zorg voor mensen met dementie en ga hierover in gesprek.



Stap 2

Gebruik een van de presentaties om te laten zien wat DEDICATED is (hoe het is ontstaan en welke activiteiten er hebben plaatsgevonden).

Stap 3

Op de DEDICATED website is meer informatie te vinden over zowel de DEDICATED werkwijze en de verschillende materialen, de DEDICATED training en overige informatie. Laat de deelnemers de website bekijken en informatie opzoeken.





Introductie **DEDICATED**

1.2 Klaag en Jubelmuur

1.2 'Klaag en Jubelmuur'

45 MIN

Introductie

In deze oefening brengen jullie samen je zorgteam in kaart. Wat helpt het team bij goede palliatieve zorg bij dementie? Wat maakt het lastiger? Hoe pak je dit aan?

Stap 1

Hang 2 flap-over vellen op. Boven de ene schrijf je "Jubelmuur", boven de andere schrijf je "Klaagmuur". Deel meerdere post-its uit aan de deelnemers: het liefst in twee verschillende kleuren.

Stap 2

De deelnemers vullen op de post-its hun antwoorden in op de vragen:

1. Hoe kunnen jullie je als team verdiepen in de behoeften van mensen met dementie?
2. Hoe staat jouw team tegenover nieuwe werkwijzen?
3. Wat gaat goed bij jullie team? Welke kwaliteiten zie je?
4. Waar wil je als team nog in groeien?

Werk met steekwoorden. Deelnemers plakken hun post-its op de 'juiste muur'. De Jubelmuur is voor positieve antwoorden. De Klaagmuur is voor negatieve antwoorden. Gebruik hiervoor eventueel 2 kleuren post-its.

Stap 3

Deelnemers lopen langs de posters en kijken wat anderen hebben opgeschreven. Zij gaan met elkaar in gesprek bij de posters over wat ze zien.


Stap 4

Bespreek gezamenlijk na. Wat viel op? Wat herken je? Waar had je zelf nog niet aan gedacht? Richt je vooral op onderwerpen waar je als team invloed op hebt. Tijdsgebrek, personeelstekort, enz. zijn belangrijk, maar liggen buiten de focus en invloed van de DEDICATED-werkwijze.

Stap 5

Bespreek en brainstorm samen: hoe nu verder? Wat is er nodig om binnen jullie team actief met de DEDICATED-werkwijze aan de slag te gaan? Denk aan:

- **Wat wil je bereiken?**
- **Waarom wil je dat?**
- **Welke acties moet je daarvoor ondernemen?**
- **Wie heb je daarvoor nodig?**
- **Wanneer ga je hiermee aan de slag?**



Kennismaking **DEDICATED** werkwijze

2.1 SWOT schema

2.1 'SWOT schema'

10 MIN

Introductie

Deelnemers vullen dit SWOT schema eerst individueel in, met als doel om in kaart te brengen wat er goed gaat, wat er minder goed gaat, wat de mogelijkheden zijn en wat de belemmeringen zijn. Deelnemers richten zich hierbij op de palliatieve zorgverlening voor mensen met dementiesamen met collega's, zorgteam en/of organisatie. Bespreek vervolgens de resultaten in subgroepen. Wat valt je op? Wat herken je? Waar denken jullie andersover?



Sterkte

Waar zijn jullie al goed in? Wat helpt jou, je collega's en/of jouw team om palliatieve zorg bij dementie goed te verlenen? Wat draag jij hieraan bij?

Zwakte


Waar zou jij, je collega's en/of jouw team in kunnen verbeteren? Wat vind je lastig aan het toepassen van palliatieve zorg bij dementie?

Mogelijkheden

Welke factoren binnen jouw team (collega's uit eigen en andere vakgebieden) of organisatie helpen palliatieve zorg bij dementie goed te verlenen?

Bedreigingen

Welke factoren binnen jouw team (collega's uit eigen en andere vakgebieden) of organisatie maken het lastiger om palliatieve zorg bij dementie goed te verlenen?



Kennismaking **DEDICATED** werkwijze

2.2 Concrete toepassing

2.2 Concrete toepassing

85 MIN

Introductie

Het doel is om de deelnemers inzicht te geven in de DEDICATED materialen. In subgroepen wisselen deelnemers hun leerwensen uit en verdiepen zij zich in de materialen en hun toepassing. Daarna presenteren ze hun bevindingen aan de rest van de groep.

Stap 1

De trainer deelt de deelnemers in groepjes. De subgroepen kunnen worden ingedeeld per thema van de DEDICATED-werkwijze, maar je kunt de keuze voor bepaalde thema's ook open laten. Subgroepen kunnen dan een thema kiezen dat bij hun leerwensen aansluit.

Stap 2

Wissel je leerwensen uit om te leren mét en ván elkaar. In deze oefening verdiepen de groepjes zich in de DEDICATED materialen op de website dedicatedwerkwijze.nl. Deze kennis presenteren zij vervolgens aan de anderen, en ze maken hiervoor een poster of slides ter ondersteuning. Ze nemen de andere deelnemers mee in de praktische toepassing van de materialen. Groepjes richten zich op de vragen (vanuit de oefening 'SWOT schema'):

- **Wat waren de geformuleerde leerwensen uit jullie SWOT analyse?**
- **Welke DEDICATED materialen zijn er, aansluitend bij jullie leerwensen?**
- **Wat houdt elk materiaal in?**
- **Wanneer en hoe pas je dit toe?**
- **Wie heb je nodig om de materialen toe te passen?**

Stap 3

Subgroepen verdiepen zich in de materialen, zetten de belangrijkste informatie op één of meer posters/slides en bereiden een presentatie voor. Zorg dat de groepjes ook hun leerwensen behandelen.

Stap 4

Elke groep heeft 15 minuten voor de presentatie en eventuele vragen uit het publiek. Gebruik praktijkvoorbeelden in de presentatie en probeer het 'publiek' te betrekken.

Na alle presentaties volgt een gezamenlijke nabespreking. Hoe kan men de materialen inzetten op de werkvloer? Welke ideeën zijn hierover (ontstaan)? Welke leerwensen zijn besproken, en hoe kunnen deze worden aangepakt?



Kennismaking **DEDICATED** werkwijze

2.3 BLAFje

2.3 BLAFje

10 MIN

Introductie

Het invullen van het BLAF'je is bedoeld om leerresultaten terug te halen en om deelnemers hiervan bewust te maken.

Uitleg

Vraag de deelnemers voor zichzelf op de schrijven:

- **B: welke BOODSCHAP neem je mee van vandaag?**
- **L: wat was voor jou de belangrijkste LES vandaag?**
- **A: wat vraag je je na vandaag nog AF?**
- **F: wat is de volgende FASE, hoe ga je aan de slag met wat je hebt geleerd?**

Laat de groep bedenken en benoemen: op basis van de extra kennis en inzichten van deze bijeenkomst, wat ga je morgen al anders doen?



Rol als DEDICATED ambassadeur

3.1 Hoe heb jij de verhuizing ervaren?

3.1 Hoe heb jij de verhuizing ervaren?

25 MIN

Stap 1

Vorm tweetallen. Deelnemers delen hun ervaringen met een eigen verhuizing. De onderstaande vragen kunnen worden gebruikt om het gesprek op gang te brengen:

1. Ben jij ooit verhuisd? Hoe vond je dat en hoe heb je dit ervaren?
2. Wat is van deze verhuizing het meest bijgebleven? Wat had de meeste impact?
3. Hoe was de voorbereiding? Wat kwam er allemaal bij kijken?
4. Wat waren voor jou de belangrijkste aandachtspunten vóór de verhuizing?
5. Wat waren de belangrijkste inzichten achteraf? Wat zou je nu anders doen?
6. Wat deed de verhuizing met je? Hoe heeft dit je leven veranderd?

Stap 2

De 3 belangrijkste inzichten koppel je terug in de plenaire groep aan de hand van de **PIN** methodiek:

Positieve ervaring?

Interessante ervaring?

Negatieve ervaring/uitdaging?

Stap 3

Na het toepassen van bovenstaande oefening, kun je met je collega's en/of zorgteam je ervaring van de verhuizing van een persoon met dementie bespreken aan de hand van onderstaande vragen:

1. Hoe heb je jouw betrokkenheid tijdens de verhuizing van een persoon met dementie ervaren?
2. Wat is jou van deze verhuizing bijgebleven?
3. Hoe was de voorbereiding op de verhuisdag naar het verpleeghuis?
4. Wat waren voor jou de belangrijkste aandachtspunten voor de verhuisdag?
5. Welke 3 belangrijkste inzichten neem je hieruit mee in de zorgverlening aan mensen met dementie tijdens een verhuizing?
6. Welke impact zou een verhuizing kunnen hebben voor mensen met dementie?



Rol als DEDICATED ambassadeur

3.2 Omdenken binnen het team

3.2 Omdenken binnen het team

45 MIN

Introductie

De oefening zet deelnemers aan tot positief denken. Er is een andere denkwijze nodig om vaste patronen van een team te doorbreken. Dit kun je met tegenvragen activeren. Oefen eerst met een denkbeeldig team. Bespreek daarna het echte team.

Stap 1

Hang 2 flap-over vellen op. Beschrijf samen een denkbeeldig team. Vraag de groep:

1. Welke 'typische' teamleden kunnen jullie bedenken?
2. Welke kenmerken/karaktereigenschappen horen daarbij?
3. Welke opmerkingen zou je van zulke teamleden verwachten, als we het hebben over toepassing van de DEDICATED-werkwijze?

Schrijf de antwoorden in steekwoorden op één van de flap-over vellen.

Stap 2

We gaan nu enthousiasme aanwakkeren met positieve tegenvragen. Op standaardopmerkingen van verschillende 'types' verzinnen we vragen die juist iets positiefs belichten. Voorbeelden van positieve tegenvragen als reactie zijn:

- **Ik kan hier niks mee < > Waar zie je wél mogelijkheden?**
- **Niemand heeft mij wat gevraagd < > Waar zou je graag over meedenken?**
- **Wat voegt dit toe aan mijn werk? < > Wanneer voel jij dat je belangrijk werk doet?**
- **Geen tijd voor < > Hoe maak je zelf ruimte om taken op te pakken?**

De opmerkingen zijn negatief, gericht op barrières. Het is aan het team om juist de mensen die dit soort opmerkingen maken aan boord te krijgen, hen te motiveren en uit te dagen positiever te denken. Met welke tegenvraag krijg je dat voor elkaar?

Stap 3

Maak drietallen. In de vorige stappen ging het om een denkbeeldig team. We werken verder op basis van het eigen zorgteam. De groepjes bedenken: welke types herken je in jouw team? LET OP: benoem alleen bepaalde eigenschappen die je herkent. Noem geen namen. Bespreek samen hoe het team eruitziet en hoe reacties positief kunnen worden omgebogen. Welke concrete acties zijn hiervoor nodig binnen het team?

Stap 4

Elk drietal heeft één woordvoerder: hij/zij noemt 3 concrete handvatten om een positieve houding binnen het team te creëren. De trainer schrijft deze voor elk drietal op de flap-over. Daarna volgt de gezamenlijke bespreking. Elke deelnemer:

1. kiest een handvat wat hem/haar aanspreekt
2. vertelt waarom dit hem/haar aanspreekt
3. vertelt hoe hij/zij dit in de praktijk kan inzetten.



Rol als DEDICATED ambassadeur

3.3 Reflectie volgens het 4C model

3.3 Reflectie volgens het 4C model

10 MIN

Introductie

Via de gerichte vragen in dit model worden de deelnemers gevraagd om even terug te kijken naar hun eigen proces en vooruit te kijken naar de manieren waarop zij actief aan de slag willen gaan met het geleerde.

Stap 1

Projecteer de vragen op een groot scherm, en gun de deelnemers 5 minuten in stilte om voor zichzelf een antwoord op te schrijven voor elke C. De gerichte vragen bewegen hen tot reflectie.

Stap 2

Het is de bedoeling dat de deelnemer antwoord geeft op de volgende vragen. In de klassikale nabespreking mogen andere deelnemers ook uitgenodigd worden om te reageren op de andere deelnemers.

- **Het 4C model kijkt naar de volgende vragen:**
- **Wat constateer ik?**
- **Welke conclusie trek je hieruit?**
- **Wat heeft dit voor een consequentie(s)?**
- **Welke concrete acties zet ik uit (en wie heb ik daarbij nodig)?**



DEDICATED **Reflectie**

4.1 Associatiekaarten



4.1 Associatiekaarten

15 MIN

Introductie

Het werken met associatiekaarten is bedoeld om leerresultaten terug te halen en om deelnemers hiervan bewust te maken. Associatiekaarten zijn vaak fotokaarten, die een bepaalde sfeer weergeven of een gevoel oproepen. Ga na of er op de afdeling een set kaarten aanwezig is, of kies met je team een set die jullie aanspreekt.

Uitleg

Vraag de deelnemers om twee kaarten te kiezen:

- **Kaart 1**
Staat voor hoe je bij de eerste bijeenkomst binnenkwam. Wat waren je verwachtingen? Hoe begon je hieraan?
- **Kaart 2**
Staat voor hoe je bent gegroeid. Waar sta je nu? Wat heb je bereikt en waar ben je trots op?

Deze oefening is bedoeld als eindreflectie, om samen terug te kijken op het werken met de DEDICATED-werkwijze en het werken met de trainingskaarten.



DEDICATED **Reflectie**

4.2 Feed-up, feedback en feed-forward

4.2 Feed-up, feedback en feed-forward

50 MIN

Introductie

In deze oefening leren deelnemers om feed-up, feedback en feed-forward in te zetten rondom de DEDICATED-werkwijze. We werken met de PDCA cirkel. Deelnemers vullen deze in over hun eigen toepassing van de DEDICATED-werkwijze. Daarna geven zij elkaar feed-up, feedback en feed-forward. Daarmee ondersteunen ze de ander, zonder te bekritisieren.

Benodigheden

Invulschema PDCA cirkel, **begrippenkaartjes** met uitleg over feed-up, feedback en feed-forward.



Stap 1

Geef elkaar feed-up, feedback en feed-forward. Volg de stappen:

1. Vul individueel de PDCA cirkel in; werk met (leesbare) steekwoorden.
2. Vorm drietallen
3. Wissel binnen je drietal jullie PDCA cirkel met elkaar uit.
4. Als drietal werk je samen om feed-up, feedback en feed-forward te geven.

Check voor de start of iedereen de opdracht heeft begrepen.

Stap 2

Deelnemers vormen drietallen. Ze schuiven hun ingevulde PDCA cirkel door binnen dit drietal. Ze lezen elkaars PDCA cirkel en schrijven feed-up, feedback en feed-forward achterop de begrippenkaartjes. Na 5 minuten schuiven de PDCA-cirkels binnen het drietal door. Opnieuw bekijken zij de cirkel en worden de kaartjes ingevuld. Na de derde keer doorschuiven, zijn alle PDCA cirkels weer bij hun eigenaar.

Stap 3

Binnen de drietallen geven deelnemers de PDCA cirkels mét de bijbehorende feed-up, feedback en feed-forward kaartjes weer terug aan de eigenaar. De 'ontvangers' lezen de kaartjes die zij van de anderen hebben gekregen rustig door. Daarna bespreekt het drietal per PDCA cirkel in 5 minuten wat er op de kaartjes staat. De 'ontvanger' kan hier aanvullende vragen stellen over onduidelijkheden of waar hij/zij nog mee zit.

Stap 4

Gezamenlijke terugkoppeling met de hele groep: hoe vonden jullie deze oefening? Hoe was het om te werken met feed-up, feedback en feed-forward? Hoe vonden jullie het om te geven en om te ontvangen? Waar kwamen jullie nog niet uit?



DEDICATED **Reflectie**

4.3 ABC'tje

4.3 ABC'tje

10 MIN

Introductie

Het invullen van het ABC'tje is bedoeld om leerresultaten terug te halen en om deelnemers hiervan bewust te maken.

Uitleg

Vraag de deelnemers voor zichzelf op de schrijven:

A: Wat trok voor jou vandaag de AANDACHT?

B: Wat is voor jou hierin BELANGRIJK?

C: Welke CONCLUSIE trek je hieruit / welke CONSEQUENTIE heeft dit?

Laat de deelnemers bedenken en benoemen: met de kennis en inzichten van deze bijeenkomst, wat ga je morgen al anders doen?