



Opleiding Verpleegkunde

Auteurs: Jorien van Beek-Booster & Willeke Bosse

- Oefening kennismaking MGV Sturen en gidsen
 - 4 tallen, 2 studenten gaan met elkaar in gesprek, 2 studenten observeren wat er gebeurt
 - Student 1 beschrijft gedrag wat hij wil veranderen (geef voorbeelden: stoppen met nagels bijten, minder snoepen, vaker sporten etc)
 - 1^e ronde: student 2 gaat advies geven/gaat overtuigen (vb zinnen staan op handout; zie bijlage hieronder)
 - Even kort checken: hoe groot is de kans dat student gaat veranderen? Voelt hij/zij zich gehoord/begrepen?
 - 2^e ronde: student 2 gaat vragen/onderzoeken (vb zinnen staan op handout)
 - Even kort checken: hoe groot is de kans dat student gaat veranderen? Voelt hij/zij zich gehoord/begrepen?
 - Plenair nabespreken

Bijlage

Student 1 beschrijft een veranderwens; bv stoppen met nagels bijten, minder snoepen, vaker sporten, vroeger naar bed etc.

Ronde 1:

Student 2 geeft advies/gaat overtuigen. Je mag dit best opdringerig en alwetend brengen. Je geeft ongevraagd advies en roept met je vragen de ander ter verantwoording. Je probeert zelf meer aan het woord te zijn dan de ander.

Gebruik bv onderstaande voorbeeldzinnen:

“je moet proberen om....” (geef een advies)

“heb je al overwogen om....” (benoem een mogelijke oplossing)

“pas op dat je niet....” (beschrijf een gevaar als je niet verandert)

“hoe komt het dat je nog steeds.....?”

“waarom is het nog niet gelukt om.....?”

“waarom doe je dit nog steeds?”

Etc

Ronde 2

Student 2 gaat vragen/onderzoeken (en probeer door te vragen op verkregen antwoorden)

Stel onderstaande vragen en neem nu de tijd. Laat de ander uitpraten en luister geduldig.

Laar zien dat je de ander hoort door soms even te knikken. Of in je eigen woorden te herhalen wat de ander zegt. Wees niet (ver)oordelend.

“wat zou het je opleveren als het je lukt om...”

“waarom zou je willen veranderen?”

“wat zijn de nadelen als je niet zou veranderen?”

“wat zou het de moeite waard maken om...”

“wat zouden de voordelen zijn van?”

“wat zijn de 3 beste redenen om.....?”

“hoe belangrijk is het voor jou om.....?”

Etc

