

Coachend Luisteren voor Verloskundigen



Praktische 6-daagse training om coachend te leren luisteren met afsluitende toets, incl.
terugkommiddag

ARJENNE
HOEKSEMA
VERLOSKUNDIGE
& COACH

Inleiding

Als verloskundige en coach merk ik de toegenomen vraag naar psychosociale zorg voor vrouwen in de vruchtbare fase van hun leven. Daarom heb ik in 2008 de Beroepsopleiding tot Eclectisch Coach gevolgd bij Amethyst in Amersfoort. Ook ben ik gecertificeerd bevallingsverwerkingspecialist met EMDR-bevoegdheid en behaalde het certificaat EHBB, een methode om bevallingstrauma's te resetten. In het werkveld merk ik bij collega verloskundigen ook de behoefte om zwangere vrouwen en kraamvrouwen beter te kunnen begeleiden. We herkennen allemaal de volgende zorgvragen:

- Ik ben bang voor de bevalling maar een geboortepan helpt me onvoldoende
- Mijn vorige bevalling was zo naar, ik wil misschien wel een primaire keizersnede
- Ik ben zo somber, die eerdere miskraam zorgt dat ik nu niet kan genieten
- Als ik aan bevallen denk breekt het zweet me uit
- Ik voel me zo eenzaam, niemand begrijpt dat mijn snelle thuisbevalling vreselijk was
- Ik voel me schuldig omdat ik een VE heb gekregen
- Ik durf niet zwanger te worden hoewel ik nooit eerder bevallen ben
- Ik ben bang dat ik me niet aan mijn baby kan hechten
- Alle adviezen maken me vreselijk onzeker
- Ik ben nu eenmaal altijd perfectionistisch geweest, maar met een kind breekt het me op

Zo kunnen we deze lijst met nog met heel veel meer hulpvragen aanvullen. Ik noem ze ook wel: *moederschapgerelateerde coachvragen*. Het opvallende aan deze groep vrouwen is dat ze meestal een onbelaste psychische anamnese hebben. Dat ze een normale gezinssituatie hebben en een gemiddelde of bovengemiddelde SES. Dat de stap voor hen om hulp te zoeken bij een psycholoog (terecht) veel te groot is. Dat een (uitgebreid) geboortepan hen eigenlijk alleen maar meer controlebehoefte maakt. Dat ze achteraf, na al onze goede zorgen, nog steeds niet altijd tevreden zijn over zichzelf of hun bevalling. Dat hun problemen en zorgen vooral gaan over moederschap, bevallen, de kraamtijd, hun relatie met hun partner, het combineren van werk en zorg, perfectionisme, controlebehoefte, prestatiedruk, niet kunnen genieten en allerlei reële en irreële angsten.

De training Coachend Luisteren leidt niet op tot therapeut. De training is bedoeld voor 1^e en-2^e lijns verloskundigen die deze vrouwen willen helpen binnen een eigen praktijksetting, of via verwijzing door geboortezorgverleners. Je kunt er eventueel een extra financiële vergoeding voor vragen. Meestal volstaan 2-3 gesprekken van ongeveer een uur per gesprek.

De training is een prachtige aanvulling op je werk als praktiserend verloskundige. Ook werk je en passant aan je eigen persoonlijke ontwikkeling. Uiteraard bepaal je zelf hoe ver je daarin gaat.

De training leert je te selecteren welke vrouwen jij zelf kunt helpen en welke vrouwen je moet verwijzen naar een bevallingsverwerkingspecialist of GGZ-hulpverlener.

Aan het eind van deze training heb je de volgende hoofdleerdoelen behaald:

- *Vrouwen kunnen helpen hun vertrouwen te halen uit zichzelf en niet uit het geboortepan*
- *Vrouwen kunnen helpen hun moederschapperelateerde coachvraag zelf op te lossen*
- *Een Socratisch coachgesprek te voeren waarbij de cliënt zelfgevoelde inzichten creëert*
- *Inzicht kunnen creëren in (je eigen) emoties en zelfbeeld*

Specifieke leerdoelen:

- ***Het voeren van een gestructureerd Socratisch coachgesprek***
- ***Diverse luister- en gesprekstechnieken kunnen toepassen***
- ***Kennis hebben van emoties en gedachten***
- ***Het vervangen van wringende overtuigingen***
- ***Het stellen van diagnoses zoals onverwerkt of inadequaet verwerken van verdriet***
- ***Verdriet adequaat (helpen) verwerken***
- ***Slachtoffertaal tackelen***
- ***Coachen bij schuldgevoel***
- ***Coachen bij ergernis en boosheid***
- ***Coachen bij angst***
- ***Helpen een geboortepan te schrijven dat wel werkt***
- ***Diagnosticeren van negatieve cognities***
- ***Coachen naar positieve cognities***
- ***Jezelf kunnen coachen***
- ***Diagnosticeren van psychotrauma en PTSS (niet behandelen, andere training)***
- ***Kennis hebben van resetmethoden zoals EMDR***

Ik hanteer de volgende uitgangspunten:

- Praktiseer wat je Predikt
- Iedereen is Leraar en Leerling tegelijkertijd
- Ieder mens verdient het op eigen benen te staan

Ik werk vanuit de volgende waarden:

Liefde, Autonomie, Empathie, Vriendelijkheid

Inhoud

Onderwerpen dag 1 t/m 6

- Non-verbaal gedrag bij luisteren
- Zenden en ontvangen
- Spiegelend luisteren
- Oordeelloos luisteren, oordeel parkeren
- Verkennend luisteren
- Kaderen
- Emoties parkeren
- Verdriet ontvangen
- Parkeergarage leegmaken
- Letterlijk herhalen
- Slachtoffertaal herkennen
- Slachtoffertaal omzetten naar verantwoordelijke taal
- E-moties
- Angst
- Schuld en spijt
- Ergernis
- Boosheid
- Verdriet
- Overige emoties
- Gedachten en emoties
- Verschil tussen doen en zijn
- Talig luisteren
- Talig coachen
- Negatieve cognities
- Positieve cognities
- Hoe werken overtuigingen
- Wringende overtuigingen herkennen en vervangen
- Socratisch coachen, structuur van een coachgesprek
- Negatieve cognities in relatie met trauma herkennen (niet aanpakken, andere training)
- Psychotrauma en PTSS herkennen (niet aanpakken, andere training)
- Geboortepan dat wel werkt
- EMDR en nucleus als resetmethode

Studiebelasting dag 1 t/m 6:

7 uur actieve deelname lesdag; na elke lesdag:

2 uur oefenen met je buddy

1 uur gesprek met een oefen cliënt

1-2 uur uitwerken buddy gesprek

1-2 uur uitwerken gesprek oefen cliënt

1 uur schrijven in het werkschrift

Studiebelasting voor dag 7, examenvoorbereiding;

6 uur de syllabus bestuderen

Huiswerk inleveren

Per mail, in een Word bijlage die ik online kan bewerken en naar je kan terugsturen met feedback.
(Word online is gratis)

Kosten en praktische zaken

De training is geaccrediteerd door de KNOV in het kwaliteitsregister voor verloskundigen in de
Categorie A: 16 punten
Categorie D: 60 punten

De kosten bedragen 1375,- inclusief BTW

Inclusief syllabus, lunch en schrijfmateriaal.

Inclusief koffie, iets lekkers, thee en water

De groep bestaat uit maximaal 8 deelnemers dus veel persoonlijke aandacht.

We oefenen in een ontspannen en prettige sfeer waarin we elkaar helpen en waarin we kunnen
groeien. Voor de data zie de website.

Locatie: Verloskundig Centrum DeIVI

Buitenhofdreef 272

2625RE Delft

Docent: Arjenne Hoeksema, tel 06-24255310

Parkeren is gratis aan de Buitenhofdreef. NB: de slagboom gaat NIET open.

