

Peersupport in de zorg

De kracht en kwetsbaarheid van gelijkwaardige ondersteuning

 Driedaagse cursus | voorjaarseditie & najaarseditie

NIEUW IN 2026

Programma en data

De cursus "Peersupport in de zorg" bestaat uit drie interactieve lesdagen van 9:30 tot 16:30 uur. Met een volledig verzorgde lunch en twee koffiepauzes, in de ochtend en de middag.

De cursus vindt plaats op de volgende momenten:

- > **Datareeks A:** 3, 10 en 17 april 2026 - allen vrijdagen
- > **Datareeks B:** eind september, begin oktober 2026 - data volgen nog

Dag 1 - Achtergronden en toepassingsveld

Inloop en kennismaking – wat kom je hier halen?

- > Waarom peersupport?
- > Intro-film peersupport
- > Eigen ervaringen peersupport deelnemer

De kernprincipes van peersupport

- > Wat is peersupport?
- > Ontstaan en effecten peersupport
- > Wat kunnen we leren van peersupport in andere sectoren?
- > Wat is second victim?

Reflectie op eigen ervaringen - een interactieve groepsopdracht

- > Wat heb jij nodig hebben om als peersupporter te kunnen fungeren?
- > Waar had je zelf behoefte aan toen je zelf support nodig had?
- > Casuïstiekbespreking in groepjes - wanneer werkt peer support wel/niet?

Dag 2 - Vaardigheden & grenzen

- > Hoe voer je een goed supportgesprek?
- > Timing en concrete gespreksvaardigheden
- > Omgaan met weerstand

- › Geweldloze communicatie

Rollenspel: oefenen met peer supportgesprekken in drietallen en plenaire terugkoppeling

Grenzen, verantwoordelijkheid en doorverwijzen

- › Wat zijn de grenzen aan peersupport
- › Wat de verantwoordelijkheid is van de peersupporter
- › Wanneer is het tijd om door te verwijzen.
- › Hoe zit het met geheimhouding?
- › Wat mag wel en niet gedeeld worden met de organisatie?
- › Wat is de positie van de peer supporter in de organisatie?

Werken met dilemma's uit de praktijk

- › Deelnemers werken per groep een casus/voorbeeld uit te praktijk. Hoe pak je dit aan?

Dag 3 - Integratie & toepassing – van “liefdewerk oudpapier” naar professionele peersupport

Peer support als onderdeel van je organisatiecultuur

- › Hoe zorg je voor draagvlak in het team en bij het management?
- › Hoe maak je het laagdrempelig en vertrouwd?
- › Hoe ga je om met weerstand en/of misvattingen?

Van plan naar praktijk: eerste stappen – ontwikkel een actieplan in 5 stappen met tijdlijn en verantwoordelijkheden

- › Wie ga je betrekken?
- › Hoe geef je peersupport vorm?
- › Hoe zorg je voor zichtbaarheid?
- › Hoe positioneer je peer support in je organisatie?
- › Hoe ga je om met eventuele tegenwerking vanuit het management?

Zelfzorg

- › Wat heb jij nodig?
- › Op welke steun mag je rekenen?
- › Hoe kom je voor jezelf op in de organisatie?

