

Faalangstreductietrainer

Faalangst heeft grote invloed op het dagelijks functioneren van jongeren. Het kan leiden tot stress, spanningsklachten, piekeren, sociaal isolement of schoolverzuim. Door het hardnekkige karakter vereist het begeleiden van faalangstige jongeren specifieke kennis en vaardigheden van jou. Met welke soorten faalangst krijgen jouw leerlingen of studenten te maken? Hoe hangt het zelfbeeld van jongeren samen met faalangst? En hoe integreer je verschillende interventies om de faalangst bij jongeren te reduceren?

Pak faalangst bij jongeren effectief aan!

George Smits, psycholoog en mediator, verzorgt alle vier de cursusdagen die globaal verdeeld zijn in:

- Dag 1: Emotionele en fysiologische interventies
- Dag 2: Gedragsmatige interventies
- Dag 3: Cognitieve interventies
- Dag 4: Terugkomdag - voor verdieping, vragen en intervisie

Voor wie

Deze cursus is ontwikkeld voor:

- Docenten
- Mentoren
- Studieloopbaanbegeleiders
- Zorgcoördinatoren en leerlingbegeleiders
- Vertrouwenspersonen

uit het vo, mbo, hbo en wo. Er is veel ruimte voor eigen inbreng en intervisie.

LET OP: maximaal 16 deelnemers!

Programma

De cursus ‘Faalangstreductietrainer’ bestaat uit vier interactieve contactdagen van 9.30 tot 16.00 uur in Utrecht. Na dag drie beschik je over voldoende kennis en een adequaat competentieniveau om een faalangstreductieprocedure bij leerlingen uit te voeren. Waarna er tijdens dag vier tijd is voor verdieping, vragen, casuïstiek en intervisie op basis van jouw leerbehoeften en die van je medecursisten.

Klik op 'inschrijven' voor actuele startdata

Dag 1

Emotionele en fysiologische interventies

- Emotieleer – Wat zijn de functies van onze emoties en hoe hangt dit samen met het ontstaan van faalangst?
- Met welke verschillende soorten faalangst krijgen jouw leerlingen of studenten te maken?
- Wat zijn fysiologische gevolgen van faalangst?
- Oefenen met methodes om faalangst bij leerlingen te reduceren vanuit de fysiologie. We gaan hierbij in op ontspannings- en exposure-oefeningen.

Dag 2

Gedragsmatige interventies

- Wat zijn belangrijke gedragsmatige componenten bij faalangst?
- Welke gedragsmatige interventies zet je in om faalangst bij jouw leerlingen of studenten te reduceren?
- Oefenen met methodes gericht op het verbeteren van de leesvaardigheid, vergroten van de actieve leerstijl en het maken van toetsen onder druk bij jouw leerlingen of studenten.

Dag 3

Cognitieve interventies

- Hoe hangt het zelfbeeld van jongeren samen met faalangst?
- Welke cognitieve interventies zet je in om jouw leerlingen of studenten te helpen een positief zelfbeeld te ontwikkelen, waardoor ze minder last hebben van faalangst?
- Hoe integreer je de verschillende emotionele, gedragsmatige, cognitieve en fysiologische interventies tot een complete faalangstreductieprocedure voor jouw leerling(en)?
- Afsluitend kijk je naar alle gebruikte interventies en ga je aan de slag met jouw technieken

Dag 4

Terugkomdag - voor verdere verdieping, vragen en intervisie

- De laatste cursusdag biedt ruimte voor vragen, inspiratie en casuïstiek
- Intervisie - terugblik op je praktijkervaringen met faalangstreductie. Samen met George en je medecursisten loop je alle interventies na en kijk je waar je kunt bijsturen.
- Welke interventies zet je in om dwangmatige door angst ontstane gedragsketens te veranderen?
- Hoe herken je weerstand bij je leerlingen? En hoe neem je deze weerstand weg?

Spontane quotes

De cursus Faalangstreductietrainer vind ik een heel praktisch toepasbare cursus. George Smits is een inspirerende cursusleider!

Oud-deelnemer

Er was een veilige sfeer, de kennisoverdracht was goed op niveau en zeer compleet. Het was uitdagend en prikkelend om zelf verder te denken.

Oud-deelnemer

Heel inspirerend, praktijkvoorbeelden geven een goed beeld, veel ruimte voor inbreng en vragen, veilig gevoel in de groep.

Oud-deelnemer

Mooie training die je handvatten geeft om je studenten goed te begeleiden

Gewoonweg de meest toepasbare en leerzame cursus die je kunt volgen mbt tot faalangstreductie. En George is onvergetelijk leuk en slim!

Miranda

Praktische Informatie

Data

Vierdaagse cursus | diverse startdata

- Vierdaagse cursus | dinsdag 14 mei, woensdag 29 mei, maandag 17 juni en dinsdag 12 november 2024
- Vierdaagse cursus | woensdag 9 oktober, maandag 4 november, dinsdag 26 november en dinsdag 11 maart

Kosten

Deelname aan deze cursus betekent:

- een intensieve nascholing in een kleine vaste groep

- volop ruimte voor verdieping en casuïstiek

Je krijgt daarnaast:

- gratis het boek 'Omgaan met emoties'
- handouts met de presentaties van de spreker
- een persoonlijk certificaat van deelname
- de hele dag koffie, thee en versnaperingen plús een uitgebreide lunch

De prijs bedraagt 1495 ex btw. Kom je met een groep, dan is iedere **5e deelnemer gratis**.

Adres

La Vie Meeting Center

St. Jacobsstraat 61

3511 BP Utrecht

Locatie en parkeren

La Vie Meeting Center, Utrecht

La Vie ligt op een steenworp afstand van de beroemde Utrechtse grachten.
La Vie is prima bereikbaar met het openbaar vervoer. Kom je liever met de auto, dan kun je tegen betaling parkeren in Qpark la Vie.

Openbaar vervoer

Je volgt vanuit Utrecht Centraal Station de bewegwijzeringborden "centrumzijde"
vervolgens vanuit winkelcentrum "Hoog Catharijne" volgt u de borden "Vredenburg".
Regardz La Vie Utrecht bevindt zich tegenover het Vredenburg (plein) en naast de Bijenkorf op de hoek St.Jacobsstraat/Lange Viestraat.
Je kunt het meeting center bereiken via **de ingang van het kantorencomplex "La Vie" aan de St. Jacobsstraat**. Op de borden op de 4e etage zie je in welke zaal je moet zijn en daar kun je dan direct naartoe.

Parkeren

Postcode ten behoeve van je navigatiesysteem : 3511 BS

Parkeren kan in de Qpark parkeergarage La Vie, welke langs de verschillende aanrijdroutes wordt bewegwijzerd.
Op parkeerniveau 14 heeft u rechtstreekse doorgang naar La Vie.
Parkeergarage “La Vie” bevindt zich aan de St. Jacobstraat naast de Bijenkorf.

Download routebeschrijving

Certificaat

Je ontvangt na afloop een certificaat van deelname, dat je kunt downloaden via je Profielpagina.

Studielast

De totale studielast van deze cursus bedraagt 29 uur. De studiebelastingsuren (SBU) zijn als volgt verdeeld:

Contacttijd	26 uur
Literatuurstudie	3 uur

Er worden geen huiswerkopdrachten gegeven. Wel oefen en pas je het geleerde gelijk toe in de praktijk.