



Mentale veerkracht bij jongeren versterken **Cursus**

We vragen steeds meer van de mentale veerkracht van jongeren. Dit leidt vaak tot motivatieproblemen, somberheid of slechte prestaties. Hoe volg jij als onderwijsprofessional de mentale gezondheid van je leerlingen? En hoe vergroot je met positieve psychologie de veerkracht van jou en je leerlingen?

Ondersteun het mentale welzijn van je leerlingen!

Tijdens deze driedaagse cursus krijg je praktische handvatten om:

- Je leerlingen te leren hun sterke punten te ontdekken
- Beter om te gaan met internaliserend of juist externaliserend gedrag van je leerlingen
- Ervoor te zorgen dat je leerlingen zelf meer verantwoordelijkheid nemen voor hun gedrag en leerprestaties

Voor wie

Deze cursus is speciaal ontwikkeld voor:

- docenten
- mentoren
- leerlingbegeleiders
- zorg- en ondersteuningscoördinatoren
- team- en afdelingsleiders
- slb'ers

uit het voortgezet onderwijs en middelbaar beroepsonderwijs. Overige geïnteresseerden zijn uiteraard van harte welkom.

Programma

De cursus bestaat uit drie interactieve contactdagen van 9.30 tot 16.00 uur in Utrecht. Trainer René Lous brengt de wetenschap van de positieve psychologie samen met handvatten, oefeningen en praktijkvoorbeelden van lesgeven en leren.

De cursusedagen zijn praktisch van aard, er is ruimte voor intervisie en je gaat actief aan de slag met de theorie. Tussen de cursusedagen krijg je een opdracht om in je klas mee te oefenen.

Dag 1

Motivatie, prestatie en mentale gezondheid

- Waarom verliezen leerlingen hun motivatie voor school en leren? En hoe signaleer je dit?
- Welke invloed heeft de motivatie van je leerlingen op jouw eigen welzijn, gedrag en het pedagogisch klimaat in de klas?
- Welk effect hebben jouw overtuigingen op de motivatie en prestaties van je leerlingen?
- Hoe volg jij de mentale gezondheid van je leerlingen? En welk positief effect heeft dit op hun welbevinden, motivatie en prestaties?
- Hoe vergroot je de motivatie van leerlingen?

Dag 2

Positieve emoties, veerkracht en sterke punten

- Met welke interventies ontdekken en ontwikkelen je leerlingen hun sterke kanten? En hoe dragen deze punten bij aan hun mentaal welbevinden?
- Hoe zet je positieve emoties in om het welzijn, leren en ontwikkelen van je leerlingen te stimuleren?
- Hoe vergroot je de veerkracht van jezelf en van je leerlingen?
- Hoe versterk je positieve relaties en interacties binnen jouw klassen en op school?

Dag 3

Groeimindset en zelfinzicht

- Welke invloed heeft de mindset van je leerlingen op hun welbevinden en motivatie?
- Met welke interventies stimuleer je een groeimindset en groeitaal bij je leerlingen?
- Wat is progressiegericht begeleiden en hoe pas je dit toe in je lessen?
- Hoe vergroot je het zelfinzicht van je leerlingen?
- Hoe zorg je dat je leerlingen zelf meer verantwoordelijkheid nemen voor hun gedrag en leerprestaties?

Spontane quotes

Goeie verzorging van de hele dag en een mooie verdeling van luisteren en opdrachten.

****** Google recensie door Crista van Dijk*



Wat een mooie, zinvolle dag was dit!

****** Google recensie door Trudy Wemink*

Medilex Onderwijs conferenties: top! Aansprekende onderwerpen op de praktijk afgestemd.

Een docent uit het v





Praktische Informatie



Datum

Driedaagse cursus | 5 oktober, 2 november en 23 november (allemaal donderdagen)



Kosten

Deelname aan deze cursus betekent:

- ✓ een intensieve nascholing in een kleine vaste groep
- ✓ volop ruimte voor verdieping en casuïstiek

Je krijgt daarnaast:

- ✓ hand-outs 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 1245 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](#).

