

# Positieve Psychologie

4 Maanden

Wil je vanuit hun talenten en positieve ervaringen kijken naar het gedrag van mensen? De positieve psychologie richt zich op het ontwikkelen van iemands krachten. Met de opleiding ICM Positieve Psychologie kun je technieken en interventies toepassen om de zelfredzaamheid en het probleemoplossend vermogen van jezelf en anderen te vergroten. Je ontdekt wat positieve psychologie voor jou persoonlijk betekent en kunt het welzijn van jezelf en van anderen positief beïnvloeden. Je bent de vernieuwende coach of begeleider met veranderkracht die anderen in staat stelt verder te komen vanuit eigen talent.

## Resultaat

- Je vergroot je inzicht in positieve psychologie
- Je kent de wetenschappelijke achtergrond van de positieve psychologie
- Je begrijpt je eigen gedrag en het gedrag van anderen vanuit inzichten uit de positieve psychologie
- Je weet wat de kernelementen van positieve psychologie inhouden
- Je bent in staat middels positieve psychologie de persoonlijke kracht van anderen te vergroten
- Je kunt verschillende interventies en methodes uit de positieve psychologie toepassen in de begeleiding van anderen

## Doelgroep

Iedereen die vanuit de positieve psychologie inzicht wil krijgen in het gedrag van mensen en deze wil toepassen in het begeleiden van mensen.

## Vooropleiding

ICM stelt geen eisen aan jouw vooropleiding. HBO werk- en denkniveau helpt je de opleiding succesvol af te ronden.

## Studiewijze

Voorafgaand aan de opleiding krijg je toegang tot de ICM-leeromgeving. Je bekijkt een aantal kennisvideo's, oriënteert je alvast op een aantal kwesties binnen het vakgebied en stelt je persoonlijke doelen vast. Hierdoor start je optimaal voorbereid aan de opleiding. Tijdens de bijeenkomsten ga je aan de slag met praktijksituaties, interviews en oefeningen. Ook tussen de bijeenkomsten vindt interview plaats met je groepsgenoten.

In de eerste module staan de kernelementen uit de positieve psychologie centraal en onderzoek je wat deze voor jezelf en je werk betekenen. In de tweede module richt je je op verschillende interventietechnieken en -methodes gebaseerd op positieve psychologie. Je verdiept je in één van deze methodes relevant voor je eigen werkpraktijk en leert deze effectief inzetten in de begeleiding van anderen. De opleiding wordt verzorgd door een ervaren psycholoog met veel kennis van de positieve psychologie.

## Programma

Module Positieve Psychologie (4 dagen)

- Betekenis van positieve psychologie
- Geluk, zingeving en waardering
- Motivatie en waarden
- Compassie en mindfulness
- Gevoel, emoties en emotieregulatie
- Krachtgericht werken
- Het positieve brein
- Wetenschappelijke achtergronden positieve psychologie
- Praktijksituaties en -voorbeelden
- Persoonlijk actieplan

Module Positieve Psychologie in de praktijk (2 dagen)

- Verschillende toepassingsgebieden van positieve psychologie
- Positieve psychologie in begeleiding: Zorg, welzijn, onderwijs, organisaties
- Focus op één methode relevant voor je werkpraktijk: Acceptance and Commitment Therapy (ACT)
- Appreciative inquiry
- Oplossingsgericht coachen
- Sterkekantenbenadering
- Mindfulness
- Praktijksituaties en -voorbeelden
- Persoonlijk actieplan

## Studievoorbereiding

Iedere bijeenkomst vereist ongeveer 4 tot 6 uur voorbereiding.

## Studiemateriaal

Het meest actuele studiemateriaal wordt gebruikt tijdens de opleiding.

## Duur

ICM verzorgt de opleiding ICM Positieve Psychologie als dagopleiding. De dagopleiding is van 9.30 tot 17.00 uur en omvat 6 bijeenkomsten. De gehele opleiding duurt 4 maanden.

De opleiding start in september 2019 en februari 2020.

## Dagopleiding

Amsterdam – vr – za <sup>1)</sup>	Groningen – vr – za <sup>1)</sup>
Arnhem – vr – za <sup>1)</sup>	Rotterdam – vr – za <sup>1)</sup>
Breda – vr – za <sup>1)</sup>	Utrecht – vr – za <sup>1)</sup>
Eindhoven – vr – za <sup>1)</sup>	Zwolle – vr – za <sup>1)</sup>

1) Je kunt zelf een dag kiezen.

Maximale groepsgrootte: 15 personen

## Examenvoordeel

Mocht je onverhoopt niet slagen voor de ICM-praktijkopdrachten, dan kun je deze tegen gereduceerd tarief herkansen.

## Diploma

De opleiding ICM Positieve Psychologie biedt je de mogelijkheid om het diploma te behalen:

- ICM Positieve Psychologie – diploma

Tijdens iedere module schrijf je praktijkopdrachten. Indien je alle opdrachten met een positief resultaat afsluit, ontvang je het officiële ICM Positieve Psychologie – diploma.

## Investing

De investering bedraagt € 2.095 en bestaat uit:

- Leskosten: € 1.695 (of 2 termijnen à € 872,50)
- Literatuur: € 100
- ICM-praktijkopdracht: € 150 per module

De totale investering is excl. het luncharrangement, de kosten hiervoor zijn € 1750 per dag. Indien gewenst kun je je hiervoor afmelden. Alle prijzen zijn onder voorbehoud, bekijk de website voor actuele informatie.

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Zie voor meer informatie [www.icm.nl/btw](http://www.icm.nl/btw).

## Advies & inschrijving

Bekijk de meest actuele data en informatie op onze website.

- 📞 Persoonlijk studieadvies 030 – 29 19 888
- 📄 Offerte aanvragen of inschrijven [www.icm.nl/pp](http://www.icm.nl/pp)

Deze opleiding biedt ICM ook In Company aan ([www.icm.nl/maatwerk](http://www.icm.nl/maatwerk)).