Positieve Psychologie

Ontdek hoe je de zelfredzaamheid en het probleemoplossend vermogen van jezelf en anderen vergroot.

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 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.

Kenmerken

Studieduur	4 maanden
Investering	€ 2.695,-
Aantal locaties	11

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.

Programma

Dag 1

- De basis van positieve psychologie
- Kennen van je eigen waarden
- Leven vanuit je sterktes en werken met je sterktes
- Klacht- en krachtgericht werken
- Werken aan jouw positieve veerkracht

Dag 2

- Ontstaan van Positieve psychologie
- Wat is geluk? Hedonisme en Eudamonia
- Rol van Positieve emoties
- Neuroplasticiteit
- Psychologisch welbevinden in je werk
- PERMA-model

Dag 3

- Emoties en gevoel
- Werking van de hersenen
- Gevoel, emoties en emotieregulatie
- ACT
- Compassie
- Mindfulness

Dag 4

- Florerende relaties
- Zingeving en waardering
- Sociaal welbevinden
- De kracht van dankbaarheid

Dag 5

- Verzorgen van een themasessie

Doelen:

- Verdiepen op een onderwerp waar jij in geïnteresseerd bent
- Kennis en ervaring met jouw medestudenten delen
- Combinatie van theorie en beleven
- Trouw zijn aan je eigen waarden en sterktes en de inzichten die je hebt gekregen in de opleiding

Dag 6

- Verzorgen van een themasessie
- Jouw levensmotto
- Afronding

Studiewijze

Intake

Voorafgaand aan de opleiding vul je een schriftelijk intakeformulier in waarin je een aantal vragen beantwoordt gericht op jouw persoonlijke situatie. Deze vragen helpen je om jouw ontwikkeldoel helder te omschrijven.

Ervaren trainers

De opleiding wordt verzorgd door een ervaren psycholoog met veel kennis van de positieve psychologie.

Bijeenkomsten

Tijdens de bijeenkomsten ga je aan de slag met praktijksituaties, intervisies en oefeningen. Ook tussen de bijeenkomsten vindt intervisie plaats met je groepsgenoten.

Online leeromgeving

Naast de interactieve klassikale dagen werk je met de rijke online leeromgeving die je ondersteunt in het leerproces. Tevens is dit je persoonlijke leerportfolio. Na de opleiding hou je één jaar toegang tot al het online materiaal ter verdieping en naslagwerk.

Praktijkopdrachten

Tijdens de opleiding maak je twee praktijkopdracht ter toetsing van je nieuwe inzichten en vaardigheden.

Plaats & data

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. Tevens is deze opleiding volledig online te volgen via de Virtual Classroom.

De opleiding wordt gegeven in februari 2027, augustus 2027 en februari 2028.

Je kunt kiezen uit de volgende locaties, dagen en dagdelen:

Online Virtual Classroom	Dag: woensdag of vrijdag
Amsterdam	Dag: woensdag of vrijdag
Arnhem	Dag: woensdag of vrijdag
Breda	Dag: woensdag of vrijdag
Den Bosch	Dag: woensdag of vrijdag
Den Haag	Dag: woensdag of vrijdag
Eindhoven	Dag: vrijdag of woensdag
Groningen	Dag: woensdag of vrijdag
Rotterdam	Dag: vrijdag of woensdag
Utrecht	Dag: woensdag of vrijdag
Zwolle	Dag: vrijdag of woensdag

Investering

De investering bedraagt € 2.695,-.

De investering bestaat uit:

- Leskosten
- Literatuur
- ICM-praktijkopdracht

Betaling in 2 termijnen is mogelijk. Je betaalt dan € 1373,- per termijn (excl. btw en arrangementskosten).

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement. Dit zijn kosten voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee/frisdrank en (bij het dagarrangement) een uitgebreide lunch. Voor online bijeenkomsten rekenen we uiteraard geen arrangementskosten.

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

Meer informatie

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

Meer informatie

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Studiewijze Virtual Classroom

Wanneer je deze cursus volgt in de Virtual Classroom dan geldt deze studiewijze.

Vooropleiding

ICM stelt geen specifieke eisen aan de vooropleiding.

Studievoorbereiding

Iedere bijeenkomst vereist ongeveer 4 tot 6 uur voorbereiding.

Studiemateriaal

Het meest actuele studiemateriaal wordt gebruikt tijdens de opleiding.

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.

Incompany

Deze cursus biedt ICM ook incompany aan, voor maatwerk in jouw organisatie.

Advies

Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/psychologie/positieve-psychologie/

Of bel 030 – 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.