



## Positieve Gezondheid & Werken met groepen

### In het kort

Leerweg / Niveau

**Volwassenenonderwijs / Niveau  
4**

Duur

**0-0,5 jaar**

Locatie

**Utrecht  
Herculesplein 285**

Startdatum

**In overleg**

Kosten

**Volgt**

## Positieve Gezondheid in groepen

De training kan gevolgd worden door professionals die de introductie hebben afgerond en het werken volgens Positieve Gezondheid willen inbedden in het werken met groepen mensen, bijvoorbeeld op het gebied van welzijn, bewegen, cultuur of onderwijs. Je kunt hierbij onder meer denken aan een welzijnswerker, een buurtsportcoach, een kunstdocent of een leerkracht/docent.

Na de training hebben deelnemers zich de essentie eigengemaakt van het werken met Positieve Gezondheid. Ze kunnen deze vertalen naar groepsactiviteiten en -interventies, waarin ze mensen de mogelijkheid geven om beter te benoemen wat belangrijk voor ze is, daar meer regie op te voelen en stappen te kiezen die hun Positieve Gezondheid vergroten.

## Inhoud training

De training bestaat uit drie dagdelen van drie uur. Tijdens de training behandelen we:

- Deelnemers kunnen de essentie van het werken met Positieve Gezondheid helder beschrijven en aangeven hoe ze dit in hun eigen werk vormgeven.
- Deelnemers hebben meerdere malen gereflecteerd op hun eigen Positieve Gezondheid en kunnen beschrijven wat hun opbrengst daarvan is.
- Deelnemers kunnen minimaal drie werkvormen toepassen om mensen groepsgewijs te laten reflecteren op hun Positieve Gezondheid en hierover in gesprek te laten gaan.
- Deelnemers zijn zich bewust van het belang van goed luisteren en kijken naar (de individuen in) een groep en zijn bereid een open en onbevooroordeelde houding bij zichzelf te blijven oefenen.
- Deelnemers passen Positieve Gezondheid toe in hun gedrag door zich te verdiepen in het perspectief van de ander, ruimte te geven, de tijd te nemen en niet te sturen op bepaalde oplossingen.
- Deelnemers kunnen minimaal drie werkvormen toepassen om mensen groepsgewijs te laten ontdekken welke haalbare stap ze kunnen zetten om hun Positieve Gezondheid te behouden of versterken.
- Deelnemers hebben gereflecteerd op hun eigen vermogen om de groep (mede) regie te laten nemen over hun ontwikkelproces en hier gericht mee geoefend.
- Deelnemers kunnen vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid samenwerken met partners binnen en buiten de organisatie.

- Deelnemers weten waar ze informatie en inspiratie kunnen (blijven) vinden over het toepassen van Positieve Gezondheid.

Het volgen van de basis positieve gezondheid is voorwaardelijk voor deelname aan deze leerlijn

## Locatie

Vitaliteitslab ROC Midden Nederland, Herculesplein 285 Utrecht. De training kunnen we ook incompany uitvoeren.

## Afronding

Na een succesvolle deelname krijgt de deelnemer een certificaat als bewijs van deelname van het Institute for Positive Health.

## Vervolg mogelijkheden

Na dit traject kunnen deelnemers zich verbreden door het volgen van een andere leerlijn:

- Positieve Gezondheid & Zorgen voor mensen
- Positieve Gezondheid & Gespreksvoering
- Positieve Gezondheid & Implementatie in de organisatie

---

## Wil je meer informatie over deze training?



Taco Knol

**Sport & Vitaliteit**

06 36 21 38 35

knol.taco@rocmn.nl

