

Met meer energie voor de klas

Je hebt een drukke ochtend thuis met je kind. Op school moppert een collega. Dat haalt jouw energie ook naar beneden. Hoe verander je dat?

Hoe komt het dat de ene collega altijd vrolijk is? Die ziet altijd iets positiefs. En jij? Het is al een gedoe om op te staan. Je hebt het druk thuis en op school. Dus zo makkelijk is dat niet. Wat zorgt er voor dat je energie houdt? Dat je je niet laat mee sleuren in die negatieve spiraal. Deze cursus geeft garantie op heel veel energie.

Hoe houd je je werk leuk? Een leerkracht kan geen slechte dag hebben. In het bedrijfsleven kan achter je computer “hangen”. Hier zitten 30 kinderen op jou te wachten. Buiten de klas is het lastig om je energie hoog en positief te houden. Negatieve collega's, de (ervaren) werkdruk. Van deze cursus wordt iedereen blij! Zelfs die chagrijn.

Voor wie is de cursus bedoeld?

Voor leerkrachten die het lastig vinden om balans werk-prive te vinden. Die (soms) zonder energie opstaan of voor de klas staan. Die op zijn als ze klaar zijn met werken. Dus voor leerkrachten die zelf hun energie, hun passie willen kunnen oproepen. Die sterk, positief en energie voor de klas willen staan.

Wat levert deze cursus je op?

In een dag tijd leer je anders kijken naar jezelf, je collega en jouw invloed op het team en je klas. Behalve vanuit jouw oogpunt leer je ook vanuit de ander en als observator te kijken naar je non verbale communicatie. Enkel vanuit jouw eigen gevoel bij verbinding kun je starten om het proces in de vingers te gaan krijgen.

Oefeningen en technieken zetten we ondersteunend in om de theorie eigen te maken en deze te doorleven. Na deze dag ben je daarom in staat je gemoedstoestand van jezelf en anderen te beïnvloeden zodat je met meer plezier voor de klas staat. Je laat je niet meer leiden door de werkdruk, negatieve sfeer.

Om dit te doen gaan we aan de slag met jou. Want jij bent de allerbelangrijkste schakel. Je kan alleen jezelf veranderen, niet de ander.

Als je de verantwoordelijkheid neemt voor jouw gemoedstoestand, jouw energie, dan verhoog je je mogelijkheden om je gedrag en reacties aan te passen aan het effect dat je communicatie heeft op de ander en op het gedrag van de ander. En exact daar ligt onze expertise: volgens de methodiek op het gebied van communicatie en persoonlijke ontwikkeling (NLP) weten wij de theorie om te zetten in bruikbare modellen zodat je ermee aan de slag kunt voor jezelf en de ander.

Bewustwording is dé sleutel tot verandering

Cursusinformatie

De cursus duurt één dag.

De cursus vindt plaats op elke eerste woensdag* van de maand, in de periode september 2017 tot en met juni 2018 (met uitzondering van de maand december en mei). Deze dag bestaat uit

een deel theorie met de focus op de praktijk en op het aanleren van vaardigheden en persoonlijke ontwikkeling.

De cursus start om 09:00 uur en eindigt om uiterlijk 17:00 uur. Voor lunch, koffie en thee wordt gezorgd.

De cursus vindt op de volgende data plaats** :
2017 :9 september, 4 oktober, 1 november,
2018: 10 januari, 7 februari, 7 maart, 4 april, 6 juni

*onder voorbehoud van wijzigingen

**minimaal 4 deelnemers

Inhoud van de opleiding

De cursus leidt leerkrachten op die zelf hun energie kunnen bepalen. Ze staan zekerder in hun schoenen zodat ze een positievere impact kunnen hebben op zichzelf, collega's, kinderen en ouders. Hiermee draagt de leerkracht bij aan een positief werk klimaat.

De leerkracht leert theoretische en praktische kennis, alsmede bevindingen van het eigen ervaringsgerichte leren en praktijkonderzoek met elkaar te verbinden, teneinde het handelen in de praktijk te verbeteren.

Wat mag je van de cursus ' Met meer energie voor de klas' verwachten?

- werken vanuit diverse invalshoeken en nieuwe manieren van kijken
- verdieping en verbreding van je kennis ten aanzien van (lichamelijke) communicatie
- ondersteuning bij je professionele en persoonlijke ontwikkeling
- coaching op verbeteracties
- werken aan een eigen interventie, gericht op verbetering in je eigen werksituatie
- een platform om ervaringen uit te wisselen met andere professionals

Opbouw en inhoud van de cursus

De cursus wordt gegeven in de regio Utrecht. Makkelijk bereikbaar met OV en parkeren met auto is ook mogelijk.

Inloop: 9.00 uur

Deel 1: 9.30 – 13.00 uur (met kwartier pauze)

Lunch: 13.00 – 14.00 uur

Deel 2: 14.00 – 17.00 (met kwartier pauze)

De inhoud van de cursus

- Rapport opbouwen (soms spiegelen genoemd)
- Welke waarden, overtuigingen zorgen voor jouw gemoedstoestand?
- Wat zijn jouw energie vreters en wat geeft je energie?
- Hoe jij je wilt voelen bepaal jezelf. Welke krachten zijn hier bij van belang?

- Welke vragen stel jij jezelf en de ander? De impact van vragen is immens. Als je dit beter kan, voel je je meteen beter. Je leert andere vragen te stellen vanuit verschillende invalshoeken.
- Hoe kan je de mindset van je collega, team, ouder beïnvloeden zodat je zelf niet mee gaat in bijvoorbeeld negatieve spiraal?
- Je hebt drie waarnemingsposities als je met je collega of ouder praat. Vanuit jezelf, de ander en als observator.
Als je deze techniek beheerst dan helpt het je:
 - Meer flexibel en creatief te denken en te handelen
 - Anderen beter te begrijpen
 - Een stap terug te doen en situaties meer objectief waar te nemen
 - De invloed van jouw verbale en non-verbale gedrag op anderen, en de invloed van hun gedrag op jou beter te bevatten.
- Modelleren van iemand die wél de energie of gemoedstoestand heeft kan zeer leerzaam zijn. Waarom het wiel opnieuw uitvinden.
Leer aan de hand van een regie model, zelf je koers te varen. Hier krijg je gegarandeerd meer energie van. Je staat anders in het leven waardoor je veel meer aankan.
- De kracht van het woord. Sleight of mouth is de verzameling van taalpatronen die al intuïtief werden gebruikt door mensen die in staat waren om op een krachtige manier de overtuigingen van anderen te beïnvloeden door middel van taal. De kracht van het woord.

Groepsgrootte

De groep bestaat uit minimaal 4 en maximaal 16 deelnemers om te zorgen voor een maximale persoonlijke inbreng en interactie. Oefeningen en interventies worden zowel individueel als in verschillende groepsgroottes uitgevoerd om zo het leereffect te optimaliseren.

Studiemateriaal

Je ontvangt als onderdeel van de cursus verschillende hulpmiddelen, waaronder: een studiemap met hand-outs van de cursusdag en achtergrondinformatie betreffende het besproken onderwerp.

Studiebelasting

De totale studiebelasting voor de cursus erg afhankelijk van je eigen inzet en enthousiasme en de tijd die je beschikbaar hebt.

Er wordt van je verwacht dat je één reflectie verslag maakt binnen twee weken na de gegeven cursus. Hierdoor kan je de kennis uit de cursus actief inbrengen in je onderwijsomgeving. Deze

opdracht dient per mail aangeleverd te worden. Het betreft een reflectie op jezelf voor, tijdens en na het gesprek.

Het is mogelijk om je praktijkopdracht binnen je huidige werksetting uit te voeren.

Kosten voor de cursus

De kosten voor deze cursus bedraagt € 297 excl. BTW per persoon. Betaling in termijnen is niet mogelijk. Per 4 teamleden van dezelfde school geldt een korting op het totaalbedrag van € 100.

De cursusprijs is inclusief uitgereikte lesmaterialen, 1 uur terugkoppeling van de praktijkopdracht én een coaching gesprek (op initiatief van de deelnemer) van 60 min (live/telefonisch). Voor koffie/thee, fris en een uitgebreide broodjeslunch gedurende cursus wordt gezorgd.

Na behalen van de cursus krijg je het certificaat van het Lerarenregister en de mogelijkheid om je in te schrijven voor een gratis coaching gesprek.

Inschrijving

Voor deze cursus kun je je vanaf heden inschrijven. Geef via onderstaande link je gegevens door.
<http://www.kikikemp.nl/met-meer-energie-voor-de-klas/>