

Movisie werkt aan een krachtige samenleving

Movisie is het landelijke kennisinstituut en adviesbureau voor toepasbare kennis, adviezen en oplossingen bij de aanpak van sociale vraagstukken. Onze betrokken professionals werken aan een samenleving met veerkracht waarin iedereen zijn kwaliteiten en vaardigheden zo goed mogelijk kan ontwikkelen. We doen dit door professionals, gemeenten, cliënten en burgers te ondersteunen, te adviseren én met hen samen te werken.

Onze activiteiten zijn georganiseerd rond vijf actuele thema's: Effectiviteit en vakmanschap, Inclusie en diversiteit, Huiselijk en seksueel geweld, Actief burgerschap en Sociale zorg.

Het Movisie Trainingsbureau

Ieder jaar organiseert het Movisie Trainingsbureau een actueel aanbod van trainingen, studiedagen en congressen. Een uitstekende manier om op de hoogte te blijven van de nieuwste ontwikkelingen in uw vakgebied en uw deskundigheid te bevorderen. Movisie verzorgt sinds vijf jaar de opleiding Docent Weerbaarheid. Kijk voor meer informatie over deze en andere trainingen op: www.movisie.nl/trainingen.

ISO 9001 normering

Kwaliteit zonder winst oogmerk. Movisie heeft betrokken, alerte en inventieve professionals in dienst die met beide benen stevig in de maatschappij staan en die vernieuwing niet schuwen. Wij werken zonder winst oogmerk en hebben daarbij kwaliteit hoog in het vaandel staan. Daarvoor hebben we een kwaliteitssysteem ingevoerd dat voldoet aan de ISO 9001 normering.

CRKBO

Movisie is geregistreerd in het Centraal Register Kort Beroeps Onderwijs (CRKBO).



kennis en aanpak van sociale vraagstukken

Opleiding: Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid

Veel cliënten in zorg en welzijn en leerlingen op scholen krijgen te maken met grensoverschrijdend gedrag. Een weerbare houding kan ondersteunend zijn. Veel professionals willen weerbaarheidstrainingen geven, zodat mensen op een passende manier kunnen opkomen voor zichzelf. Maar weerbaarheid is meer dan fysieke zelfverdediging. Er zijn talrijke stappen tussen 'nee zeggen' en jezelf fysiek verdedigen. Als deelnemer aan de Opleiding Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid leert u fysieke, verbale en mentale technieken toepassen. Dit vanuit de overtuiging dat deze componenten onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn en elkaar kunnen aanvullen en versterken.

Met de Opleiding Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid van Movisie bent u in staat weerbaarheidstrainingen te ontwikkelen en uit te voeren, afgestemd op de kenmerken van de door u gekozen doelgroep(en). In de training is aandacht voor preventie. Hoe signaleert u tijdig wanneer cliënten/leerlingen en anderen met grensoverschrijdend gedrag te maken hebben? Pas als grensoverschrijdend gedrag geconstateerd kan worden, kunnen professionals goede ondersteuning bieden.

Clara Stahlie, de trainster van Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid: 'Sociale vaardigheidstrainingen bestaan al langer, maar daarin is het fysieke aspect niet aanwezig. En er zijn trainingen gebaseerd op (vecht)sporten, maar daar ontbreekt het verbale en mentale aspect. In deze opleiding van Movisie komt juist dit aspect aan bod; de deelnemers leren verbale werkvormen en fysieke bewegingsoefeningen te combineren.'

Doelgroep

- U bent werkzaam in de hulpverlening, het buurthuiswerk, de vrouwenopvang, het jeugd- en jongerenwerk, het onderwijs of de thuiszorg;
- U werkt met groepen of begeleidt u individuele trajecten;
- U bent u in staat feedback te geven en te ontvangen.

Een deelnemer aan de opleiding Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid: 'Doordat cliënten getraind worden in het herkennen van grensoverschrijdend gedrag en hier passend op kunnen reageren, wordt hun zelfbeeld versterkt. Uiteindelijk gaan de houding en uitstraling van de cliënt een bijdrage leveren aan het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag.'

Een deelnemer aan de Opleiding Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid: 'Het doel van de Training is deelnemers te bekwamen in het

Meer informatie en aanmelden

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het Movisie Trainingsbureau:
trainingsbureau@movisie.nl of
030 789 22 22.

Aanmelden via

[Opleiding Leren trainen in psycho fysieke weerbaarheid.](#)

De Basistraining en de Vervolgopleiding zijn een samenhangend geheel en niet los van elkaar te volgen.

zelfstandig en op verantwoorde wijze opzetten en begeleiden van een training over weerbaarheid voor groepen. Gedurende de opleiding verwerf je kennis en inzicht over weerbaarheid, ontwikkel je je eigen persoonlijke weerbaarheid en je vaardigheden om les te geven en een programma samen te stellen. Die combinatie maakte dat ik snel, al tijdens de opleiding aan de slag kon.'



Opzet

De Opleiding Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid start met een basistraining van 1 dag. Tijdens deze basistraining maakt u kennis met de uitingsvormen van grensoverschrijdend gedrag en mentale en fysieke aspecten van weerbaarheid. U ervaart zelf de werkvormen gericht op grenzen en psycho-fysieke weerbaarheid.

Dit is de basis voor het vervolgtraject waarin het ontwerpen van uw eigen trainingsprogramma centraal staat. Doelgroepgericht ontwikkelen van weerbaarheidstrainingen; wat is hiervoor nodig? Een training in weerbaarheid aan kinderen vraagt een andere inhoud en aanpak dan aan mensen met een fysieke of verstandelijk beperking. En weerbaarheidstrainingen in de vrouwenopvang zitten anders in elkaar dan weerbaarheidstrainingen voor jongeren met een kort lontje. De vervolgopleiding kenmerkt zich door praktijkoefening aangevuld met theoretische verdieping.

Er is verdieping in actuele thema's zoals pesten, cyber-pesting, vormen van geweld en hoe deze te verwerken in aansprekende werkvormen. Ook het succesvol ontwerpen van een lesplan krijgt aandacht: hoe sluit u aan bij de interesses van deelnemers, hoe zet u uitdagende werkvormen in en hoe kunt u het leerproces zo optimaal mogelijk beïnvloeden?

Voor de theoretische verdieping maken we gebruik van blended learning: De theorie wordt digitaal aangeboden, waardoor kennis ondersteunend is voor de uitwerking in de praktijk van zowel de lesdagen als het uitvoeren van uw lesplan.

De Opleiding wordt afgesloten met een toets en een opdracht. Na afloop van de Opleiding ontvangt u het Certificaat 'Leren trainen in psycho-fysieke weerbaarheid'. Voor het verkrijgen van het certificaat dient u 90% aanwezig te zijn.

De basistraining en de vervolgopleiding zijn een samenhangend geheel en niet los van elkaar te volgen.

Eindresultaat

Aan het eind van de opleiding:

- heeft u zelf de werkvormen die kenmerkend zijn voor de psycho-fysieke aanpak ervaren;
- zijn de uitingsvormen van grensoverschrijdend gedrag helder;
- bent u in staat weerbaarheidstrainingen op maat te ontwikkelen en uit te voeren, afgestemd op de specifieke kenmerken van de door u gekozen specifieke doelgroep(en).

Trainer

Trainer van de Opleiding is drs. Clara Stahlie. Zij is als onderwijskundige betrokken geweest bij diverse weerbaarheidsopleidingen. Clara is opleidingsadviseur, communicatie- en vechtsporttrainer, docente weerbaarheid en zelfverdediging.

Studiebelasting

De Opleiding Leren Trainen in psycho-fysieke weerbaarheid bestaat in totaal uit 5 lesdagen van 9.30-16.30 uur. Per lesdag wordt 3 uur voorbereidingstijd gerekend.

Locatie

Utrecht (Olympos)

Opleidingsdata

Basistraining: 18 november 2016.

Vervolgopleiding: 2 en 16 december 2016 en vrijdag 13 januari en 10 februari 2017.

Kosten

€ 1745,- (inclusief BTW, cursusmap, koffie/thee en lunch)