

3-daagse
specialisatiemodule
2022/2023

Levenshouding

Deze module gaat over levenshouding! Levenshouding betekent 'de bril waarmee je naar jezelf en het leven om je heen kijkt'. Bij Feli-X focussen we op de te trainen eigenschappen en vaardigheden die ervoor zorgen dat jouw 'levenshoudingsbril' een positieve, constructieve is! Het gaat om jezelf leren zijn en vanuit daar te floreren in de wereld. Het klinkt misschien gek maar gelukkig zijn kun je leren. Aan de hand van ons model Doorzien, Doorleven en Doorgeven nemen we je door de laatste wetenschappelijke theorieën op het gebied van geluk, welbevinden en veerkracht.

We zullen kort aandacht besteden aan een stuk kennisoverdracht (doorzien). Hierbij kun je denken aan vragen als: Wat is geluk? Is geluk maakbaar? Wat kun je doen om je eigen welbevinden te vergroten? Hoe kun je geluk en welbevinden een plek geven in het onderwijssysteem? Vervolgens ga je aan de hand van een aantal voorbeelden aan de slag met je eigen levenshouding (doorleven) zodat je het uiteindelijk kunt overdragen aan de kinderen met wie je werkt (doorgeven). Tijdens deze specialisatiemodule duiken we in de wereld van de positieve psychologie en maken we de vertaalslag naar het onderwijs.

Welkom bij onze specialisatiemodule

Levenshouding. We vinden het super leuk dat je geïnteresseerd bent in deze module. Speciaal voor jou hebben we alle informatie even op een rijtje gezet in deze studiegids. Als je vragen hebt, neem gerust contact op met onze receptie via 088-208 0800 of mail info@feli-x.nl.

Veel leesplezier!

Inhoud

De module	3
Voor wie is de opleiding bedoeld?	3
Leerdoelen	4
Wie zijn wij?	4
Trainer	5
Opleidingsduur	5
Locatie	5
Groepsgrootte	6
Investing & Certificaat	6
En nu?	6
Alvast beginnen?	6

De module

Waar we in kenniscolleges de nadruk leggen op het overdragen van kennis en een paar praktische tools meegeven, draait de specialisatiemodule vooral om het integreren en toepassen in de praktijk.

We gaan samen aan de slag om jouw vaardigheden als leerkracht/begeleider op het gebied van levenshouding te ontwikkelen. Binnen deze specialisatiemodule hebben we twee gebieden waar we telkens op focussen:

- jouw levenshouding want “happy teachers create happy classrooms”
- de levenshouding van de kinderen met wie je werkt.

Tijdens de opleidingsdagen zullen we veel verschillende werkvormen doen zodat jij enerzijds de ruimte krijgt om je eigen levenshouding nog positiever en constructiever in te zetten. Anderzijds leggen we de focus op wat je heel concreet met de kinderen in je klas kunt doen. Van hele levenslessen tot 5-minuten spelletjes, van klassenmanagement tot individuele begeleidingsvormen.

Tijdens de opleidingsdagen krijg je verschillende tools aangereikt, vervolgens bepaal jij zelf welke vaardigheden je wil oefenen en waar jij de focus op gaat leggen.

Voor wie is de opleiding bedoeld?

Doordat levenshouding en levenshoudingsgericht onderwijs alleen gegeven kan worden vanuit je eigen ervaringen en ontwikkeling, vragen we een open, eerlijke LEF-houding. Dat betekent niet dat je alles goed moet doen, juist niet! Maar vooral dat je bereid bent om in de spiegel te kijken en jezelf de kans te geven om te mogen groeien.

De module is bedoeld voor leerkrachten en begeleiders die met kinderen werken. De focus ligt op het primair onderwijs, maar er is ruimte om je eigen vertaalslag naar een andere doelgroep (bijv. VO) te maken.

Om uit de training te halen wat er in zit, vragen we je wel om tussen de opleidingsdagen zelf te oefenen met de aangereikte tools. Daarbij wordt uitgegaan van het volgende principe: ‘Niemand heeft ooit piano leren spelen door er een boek over te lezen.’ En er is ook niemand die piano heeft leren spelen alleen door te bedenken dat het een goed idee is.

Zo ook met een gelukkiger leven leiden: dat ontstaat niet vanzelf, alleen maar omdat jij besloten hebt dat het een goed idee is om je meer van dingen bewust te zijn. Het vergt inzet en discipline om aan jezelf te willen werken. De basis van levenshouding is namelijk dat jij de sleutel voor ontwikkeling hebt én bent, pas wanneer jij de materie hebt doorleefd, ben je in staat om het door te geven. En wat is het ergste dat kan gebeuren? Dat je na het volgen van de specialisatiemodule nog gelukkiger bent :).



Leerdoelen

Na afronding van de training:

- weet je hoe geluk en welbevinden zijn opgebouwd
- ken je een aantal theorieën vanuit de positieve psychologie (bijv. PERMA-model, broaden & build theory, positiviteitsratio)
- weet je hoe bepaalde constructen (bijv. vertrouwen, hoop, welbevinden) zijn opgebouwd
- kun je de levenshouding van de kinderen op positieve en constructieve wijze gaan 'uitbouwen'
- ben je in staat om geluk en welbevinden op duurzame wijze te vergroten in jouw klas
- heb je veel praktische tools om meteen in jouw klas aan de slag te gaan
- heb je je eigen levenshouding een positieve boost gegeven
- ben je gelukkiger :)

Wie zijn wij?

Feli-X is sinds 2019 onze officiële naam voor alles wat te maken heeft met levenshouding, geluk, innovatie en welbevinden in het onderwijs.

De naam Feli-X verdient een korte uitleg: Feli is een anagram van Life en felix betekent geluk in het Latijn.

De X staat los omdat die symboliek staat voor verbinding. Verbinding tussen de toekomst en het heden. Verbinden tussen de leerstof en de praktijk. En bovenal verbinding tussen de trainers en de deelnemers. Samen komen we het verst!

Wij streven naar gelukkige leerkrachten en gelukkige kinderen, omdat gelukkige mensen bewezen succesvoller zijn.

Eén van de uitgangspunten van de trainingen is positieve psychologie; ze gaan uit van het uitbouwen van kwaliteiten en talenten in plaats van het kijken naar beperkingen.

Feli-X zorgt er door begeleiding en training voor dat scholen en leerkrachten de overstap kunnen maken van het huidige, traditionele onderwijs naar het onderwijs van de toekomst, met levenshouding als basis.

Feli-X maakt onderdeel uit van Levanimo Onderwijsadvies BV samen met Novilo, VO op Niveau en Inschool Academie. Samen zorgen wij voor passend onderwijs voor alle leerlingen. We bieden verschillende opleidingen in het basis- en voortgezet onderwijs en verzorgen trajecten binnen scholen, besturen en samenwerkingsverbanden.

Trainer

Deze specialisatiemodule wordt gegeven door Heleen Iordens. Heleen is trainer in levenshouding en innovatie bij Feli-X en Novilo. Daarnaast is ze o.a. yogadocente en moeder van drie jonge kinderen. Na de pabo, een master tot gedragspecialist en een geweldige wereldreis, werd ze leerkracht op een school voor natuurlijk leren. De school had als pijlers; systemisch werken, NLP en oplossingsgericht werk, zodoende nam 'levenshouding' een grote plek in, in haar onderwijs.

Vol passie en idealen heeft zij deze innovatieve school mee helpen opbouwen. Ze deelt haar opgedane inzichten graag met anderen, omdat ze aan den lijve ondervonden heeft hoe waardevol het is om je levenshouding te ontwikkelen: niet alleen voor kinderen, maar ook voor jezelf.



Opleidingsduur

De opleiding bestaat uit een 3-tal dagen met tussenpozen van een aantal weken om de gelegenheid tot het maken van opdrachten en doen van oefeningen te krijgen.

Op de [website](#) vind je de data van de opleidingsdagen:

www.novilo.nl/product/specialisatiemodule-levenshouding ▶

We starten om 09:30 uur en we stoppen om 16:30 uur. Zorg ervoor dat je om 09:00 uur aanwezig bent voor een soepele start van de dag. Voor lunch, koffie en thee wordt gezorgd

Locatie

De bijeenkomsten vinden plaats op onze cursuslocatie bij Novilo in Utrecht: Zwarte Woud 2, 3524 SJ Utrecht.

De locatie in Utrecht is makkelijk bereikbaar met het openbaar vervoer. Het kantoor ligt op loopafstand van NS station Utrecht Lunetten waar ook diverse buslijnen stoppen.

Zie de website voor de route gegevens.
www.novilo.nl/contact ▶

Groepsgrootte

De groep bestaat uit minimaal 8 en maximaal 16 deelnemers om te zorgen voor een maximale persoonlijke inbreng en interactie.

We behouden ons het recht voor om bij te weinig deelname de module tot 2 weken voor startdatum te kunnen annuleren.

Investing

Deze specialisatiemodule Levenshouding kost € 850,- te betalen vóór start van de opleiding.

Indien je je vroeg inschrijft krijg je een vroegboek-korting en betaal je € 750,-. Wil je weten of je hiervoor in aanmerking komt? Zie de uiterste aanmelddatum op de [website](#).

Als beroepsopleiding is deze opleiding vrijgesteld van BTW.

Certificaat

Na afloop van de specialisatiemodule zal het certificaat worden klaargezet in het deelnemersportaal.

En nu?

Schrijf je in via de module op onze website:

www.novilo.nl/product/specialisatiemodule-levenshouding ▶

Heb je nog vragen? Je kunt altijd contact met ons opnemen via 088-208 0800 of info@feli-x.nl.

Tip: Feli-X biedt nog een specialisatiemodule aan: Leren 2.0. Klik hier voor meer informatie.

Alvast beginnen?

Kun je ook niet wachten om te starten? Dan hebben we hieronder een aantal lees- en kijktips op een rijtje gezet voor je:

- Martin Seligman: Flourish
- Frederike Bannink: positieve psychologie de toepassingen
- Leo Bormans: The world book of happiness 2.0
- Peters & Smeets: Geluk en optimisme
- Boniwel: aan de slag met positieve psychologie
- TED Talk Martin Seligman
- TED Talk Shawn Achor

Klik op de naam voor meer informatie



Feli-X geeft trainingen over levenshouding, vaardigheidsonderwijs en innovatie in het onderwijs. We streven naar gelukkige leerkrachten en gelukkige kinderen, omdat gelukkige mensen nou eenmaal succesvoller zijn. Feli-X zorgt er door begeleiding en training voor dat scholen en leerkrachten de overstap kunnen maken van het huidige, traditionele onderwijs naar het onderwijs van de toekomst.

FX-5M-LH-23/02

www.feli-x.nl | info@feli-x.nl | 088-208 0800

Opleidingslocatie:
Zwarte Woud 2
3524 SJ Utrecht

Postadres:
Maassluisstraat 2
1062 GD Amsterdam

Feli-X is onderdeel van
Levanimo Onderwijsadvies BV
Amsterdam