



Emotieregulatie en mediation op school **Gemist** **Cursus**

Een leerling die het bloed onder je nagels vandaag haalt...

Een collega die in huilen uitbarst als je haar aanspreekt...

Een ouder met een kort lontje die ontploft tijdens een gesprek met jou...

Zie dan zelf maar eens rustig te blijven!

Waar komen al die frustraties en emoties vandaan? Hoe blijf je jouw emoties de baas?

En welke interventies zet je in om leerlingen ouder of collega te helpen zijn emoties te reguleren?

Leer hoe je emoties reguleert, conflicten effectief oplost en constructief gesprekken voert!

Samen met psycholoog en mediator George Smits ga je aan de slag met:

- emotiemanagement
- het onderhandelingsmodel van Harvard
- weerstand en constructieve gespreksvoering

Er is veel ruimte voor eigen inbreng, casuïstiek en intervisie.

Bij je inschrijving krijg je **gratis de boeken** 'Omgaan met emoties', 'Herontdekking van het ware zelf' en 'Ons feilbaar denken'.

Voor wie

Deze cursus is ontwikkeld voor:

- Leerkrachten
- Docenten en mentoren
- Intern begeleiders / kwaliteitscoördinatoren
- Zorg- en ondersteuningscoördinatoren
- Team- en afdelingsleiders

En overige geïnteresseerden uit het po, vo en mbo.

Programma

De cursus bestaat uit vier interactieve contactdagen van 9.30 tot 16.00 uur in Utrecht.

Cursusdata: woensdag 6 maart, dinsdag 26 maart, donderdag 11 april en maandag 9 september 2024

Dag 1

Zicht op emotiemanagement

- Hoe worden emoties door het brein verwerkt? En hoe werkt dit bij kinderen en jongeren?
- Welke voorkeursstrategieën zijn er voor het omgaan met moeilijke situaties? En hoe blijf jij je emoties de baas?
- Hoe zorg je dat je uit het conflict blijft, zonder het probleem te mijden?
- Welke interventies pas je toe om leerlingen, collega's of ouders te helpen hun emoties te reguleren?

Dag 2

Werken met het onderhandelingsmodel van Harvard

- Wat is onderhandelen volgens het model van Harvard?
- Hoe pas je de stappen van het Harvard onderhandelingsmodel toe in gesprekken met leerlingen, collega's en ouders?
- Oefenen met mediationvaardigheden - je past met eigen casussen het model toe in de praktijk

Dag 3

Weerstand en verkennen volgens De Bono

- Met welke denkstrategieën verken je een situatie of probleem volgens het model van De Bono?
- Hoe herken je weerstand bij jezelf en de ander?
- Hoe neem je weerstand weg om constructief het gesprek te voeren en tot een oplossing te komen?
- Hoe stel je grenzen tijdens een gesprek?

Dag 4

Terugkomdag

- De laatste cursusdag biedt ruimte voor vragen, inspiratie en casuïstiek
- Intervisie - terugblik op je praktijkervaringen met emotieregulatie en mediation
- Hoe breng je in kaart wat er speelt in een groep?
- Welke interventies zet je in om een negatieve groepsdynamiek te doorbreken?

Studielast

De totale studielast van deze vierdaagse cursus bedraagt 29 uur. De studiebelastingsuren (SBU) zijn als volgt verdeeld:

Contacttijd	26 uur
Zelfstudie en/of huiswerkopdrachten	3 uur

Er worden geen huiswerkopdrachten gegeven. Wel oefen en pas je het geleerde gelijk toe in de praktijk.

Reviews

George maakt ingewikkelde materie luchtig. Zijn humor maakt zelfs taaie kost interessant.

Deelnemer over de cursusdocent George Smits



Een bekwame docent, hoge meerwaarde voor de praktijk.



Wat een fijne, warme, interessante en meesterlijk getrainde cursus. George Smits is in ieder opzicht een absolute aanrader!

Nancy de Vries



Een zeer leerzame training, gegeven door een goede, bevlogen en humoristische docent. Echt een waardevolle training.

Maike van Peursem



Praktische Informatie



Datum

Vierdaagse cursus | woensdag 6 maart, dinsdag 26 maart, donderdag 11 april en maandag 9 september



Kosten

Deelname aan deze cursus betekent:

- ✓ een intensieve nascholing in een kleine vaste groep
- ✓ gratis de boeken 'Herontdekking van het ware zelf', 'Ons feilbaar denken' en 'Omgaan met emoties'
- ✓ volop ruimte voor verdieping en casuïstiek

Je krijgt daarnaast:

- ✓ hand-outs met de presentaties van de spreker
- ✓ een persoonlijk certificaat van deelname
- ✓ de hele dag koffie, thee en versnaperingen plús een uitgebreide lunch

De prijs bedraagt 1495 ex btw. Kom je met een groep, dan is iedere **5e deelnemer gratis**.



Adres

La Vie Meeting Center

St. Jacobsstraat 61

3511 BP Utrecht



Locatie en parkeren

La Vie Meeting Center, Utrecht

La Vie ligt op een steenworp afstand van de beroemde Utrechtse grachten.

La Vie is prima bereikbaar met het openbaar vervoer. Kom je liever met de auto, dan kun je tegen betaling parkeren in Qpark la Vie.

Openbaar vervoer

Je volgt vanuit Utrecht Centraal Station de bewegwijzeringborden "centrumzijde" vervolgens vanuit winkelcentrum "Hoog Catharijne" volgt u de borden "Vredenburg".

Regardz La Vie Utrecht bevindt zich tegenover het Vredenburg (plein) en naast de Bijenkorf op de hoek St.Jacobsstraat/Lange Viestraat.

Je kunt het meeting center bereiken via **de ingang van het kantorencomplex "La Vie" aan de St. Jacobsstraat**. Op de borden op de 4e etage zie je in welke zaal je moet zijn en daar kun je dan direct naartoe.

Parkeren

Postcode ten behoeve van je navigatiesysteem : 3511 BS

Parkeren kan in de Qpark parkeergarage La Vie, welke langs de verschillende aanrijdroutes wordt bewegwijzerd.

Op parkeerniveau 14 heeft u rechtstreekse doorgang naar La Vie.

Parkeergarage “La Vie” bevindt zich aan de St. Jacobstraat naast de Bijenkorf.

[Download routebeschrijving](#)



Certificaat

Je ontvangt na afloop een certificaat van deelname, dat je kunt downloaden via je [Profielpagina](#).