## Algemene informatie Post-hbo Pons Academie

## Opleiding Trainer Weerbaarheid

<http://www.ponsacademie.nl/opleidingen/weerbaarheid/post-hbo-opleiding-trainer-weerbaarheid>

### 2016/2017

### Toelatingseisen

U werkt in de hulpverlening- of welzijnssector of in het onderwijs en heeft een hbo-opleiding afgerond of werkervaring op dat niveau. U heeft affiniteit en ervaring met het thema ‘weerbaarheid’, een goede fysieke conditie en een bewegingsgerichte attitude. Wanneer u niet aan de eisen voldoet, kunnen wij u na uw definitieve aanmelding uitnodigen voor een intakegesprek. Op basis van dit intakegesprek wordt u dan al dan niet toegelaten tot de opleiding.

### Lesdagen, lestijden en locatie

De lesdagen zijn gepland op vrijdagen van 9:30 tot 16.30 uur. De locatie is Utrecht.

Data start najaar 2016 worden, zodra bekend, op de website gepubliceerd. De intervisiebijeenkomsten en stages worden in overleg gepland.

### Kosten

€ 3.950,- inclusief lesmateriaal en een deel van de literatuur. Voor het intakegesprek brengen wij € 75,- in rekening. Wanneer u wordt toegelaten tot de opleiding wordt dit bedrag afgetrokken van het totaal bedrag.

**Lesmateriaal**

Het lesmateriaal dat verstrekt wordt door de opleiding bestaat uit het ‘Handboek voor de weerbaarheidstrainer: van theorie naar toepassing’ (uitgave september 2016 via SWP) en een studiehandleiding met de achtergrond van de opleiding (programma per lesdag, eindtermen, exameneisen, enzovoorts). Ook ontvangen de deelnemers een dvd met een uitleg van de fysieke technieken.

### Studiebelasting

De opleiding bestaat uit lesdagen, stages begeleide intervisiebijeenkomsten en individuele opdrachten.

*Lesdagen*

De opleiding start met een introductiedag, daarna zijn er 12 lesdagen gepland en twee examendagen, gemiddeld zullen de deelnemers per lesdag ongeveer 8 uur voorbereiding nodig hebben. Gedeeltelijk vindt deze voorbereiding plaats in leerteams met andere deelnemers aan de opleiding.

*Stages*

Er wordt een stage in een training van minimaal tien lesuren onder begeleiding van een ervaren en erkende weerbaarheidstrainer gelopen. Het is niet mogelijk alleen onderdelen van een training te volgen. Deze moet met een voldoende worden afgesloten. De stage wordt in overleg gepland. Weerbaarheidstrainingen worden meestal gegeven in cursussen met 6 tot 15 lessen van een tot drie uur per les, afhankelijk van de doelgroep. Niet overal in Nederland worden evenveel trainingen aan iedere doelgroep gegeven, deelnemers moeten dus rekening houden met reistijd. Per uur stage is gemiddeld ongeveer een uur voorbereiding nodig, nog los van de reistijd.

Een tweede stage bestaat uit een eigen training, samen met een andere deelnemers uit de groep. Deze training bestaat uit tenminste tien uur. Gemiddeld genomen hebben deelnemers ongeveer 20 uur voorbereiding en evaluatie nodig voor deze stage.

Afhankelijk van de reeds aanwezige eigen vaardigheid zal ook eigen training in met name de fysieke technieken noodzakelijk zijn.

*Intervisie*

Er worden tien intervisiebijeenkomsten gepland, waarvan vijf begeleid. In deze bijeenkomsten brengen de deelnemers casuïstiek uit onder meer de stages in. De intervisie wordt afgesloten met een zelfreflectie-opdracht.

*Individuele opdrachten*

In de opleiding worden, naast groepsopdrachten in de voorbereiding van de lesdagen, een aantal individuele opdrachten gemaakt:

* Een theorienotitie waarin een specifiek thema en doelgroep uitgewerkt worden;
* Een persoonlijke profiel opdracht waarin het eigen profiel als weerbaarheidstrainer uitgediept wordt
* Een mondelinge eindpresentatie

Deze opdrachten komen naast de stage-opdrachten, het examen eigen vaardigheid, de opdrachten ter voorbereiding van de lesdagen (in sommige gevallen groepsopdrachten) en de eindopdracht intervisie)

*Studiebelasting*

Samenvattend moeten de deelnemers dus rekening houden met de volgende studiebelasting:

* 12 lesdagen van 6 uur (half 10 tot half 5 met een uur pauze) en 8 uur voorbereiding
* Twee examendagen van 8 uur en 8 uur voorbereiding
* Stage onder begeleiding: 10 uur uitvoering en 10 uur voorbereiding
* Stage in een eigen groep: 10 uur uitvoering en 20 uur voorbereiding
* Tien intervisie bijeenkomsten van 2 uur per bijeenkomst.
* Opdrachten: 75 uur

Totale studiebelasting: ongeveer 350 uur exclusief reistijd en eventuele extra eigen training. Dit is 10 tot 15 uur per week.

Er geldt een aanwezigheidsplicht van 80% voor de lesdagen en apart voor de begeleide intervisiebijeenkomsten. De stages moeten ieder bestaan uit minimaal tien lesuren (100% aanwezigheidsverplichting).

### Groepsgrootte

Minimaal 12 maximaal 25 deelnemers

**Inhoud van de opleiding en specialisaties**

Men specialiseert zich in de stages en door het maken van opdrachten. Deze specialisatie wordt door de student zelf vormgegeven en wordt op het certificaat vermeld.

De student kan bijvoorbeeld kiezen voor:

* Leeftijd (kinderen, pubers, volwassenen, ouderen)
* Slachtoffers of daders
* Binnen het werk
* Binnen instellingen
* Specifieke kenmerken van de doelgroep, bijvoorbeeld speciaal onderwijs, psychische problematiek, trauma’s, vluchtelingen,… .

Een student die zich specialiseert in het lesgeven aan kinderen tot 12 jaar, accrediteert zich voor het geven van de lessen binnen het Marietje Kessels Project. Het is niet mogelijk twee specialisaties te doen, maar na succesvol afronden van het algemene gedeelte kunt u zich later altijd apart nog inschrijven voor alleen een specialisatie.

In de lesdagen worden de volgende thema’s en onderwerpen behandeld die verdieping krijgen in de stages, intervisie en de individuele opdrachten:

Methodiek en didactiek van weerbaarheid:

1. Doelgroepgericht en psychofysiek werken aan weerbaarheid
2. Werken met de 4 elementen
3. Doelgroep gericht en psychofysiek werken
4. Trainersvaardigheden per doelgroep
5. Spelvormen en stoeispelen in weerbaarheid
6. Werken met de 4 elementen

Doelgroepen:

1. Kinderen:
	1. Motorische ontwikkeling
	2. Kindermishandeling
	3. Pesten
	4. Echtscheiding
	5. Ouders en leerkrachten
2. Pubers:
	1. Ontwikkeling van pubers
	2. Dating en seksueel geweld (ook sexting)
	3. Radicalisering
	4. Agressie
3. Volwassenen
	1. Huiselijk geweld
	2. Geweldservaringen
	3. Veerkrachttrainingen op het werk
	4. Agressie

In de opleiding maakt u kennis met verschillende lesstijlen en zult u kennis maken met een aantal inspirerende gastdocenten.

### Diploma

Na succesvolle afronding van de training ontvangt u een certificaat. Om het certificaat te kunnen ontvangen moet u de het examen met goed gevolg hebben afgesloten. Om het examen te mogen doen moet aan de aanwezigheidsplicht voldaan zijn, moeten alle stages met een voldoende zijn afgesloten en moet u gemiddeld tenminste een 6 hebben voor de opdrachten in de opleiding.

Accreditatiepunten en erkenningen worden aangevraagd bij:

* CRKBO
* SKJ
* Register leraar
* Registerplein (voormalig: NVMW / BAM)

**Meer informatie en aanmelden**

Voor meer informatie en/of aanmelden kunt u zich wenden tot drs. Berendineke Steenbergen MBA, telefoon 06 12138968