Korte info gastsprekers; Matthijs Steeneveld



**Matthijs Steeneveld**

*Trainer, positief psycholoog en auteur*

Matthijs Steeneveld traint professionals en teams in organisaties met appreciative inquiry, mindfulness en psychologisch kapitaal. Hij richt zich op het bevorderen van zelfontwikkeling en inzetten van sterke kanten. Hij verbindt de wetenschap en praktijk van positieve psychologie in zijn werk. Samen met Marjolijn Punt en Sabine Mur heeft Matthijs het Bureau voor Positieve Psychologie opgericht. In 2017 publiceerde Steeneveld zijn eerste boek over psychologisch kapitaal: Optimisme – Hoop – Veerkracht – Zelfvertrouwen.

*“Vanaf dat we leren lopen groeien we met vallen en opstaan. Soms zit het tegen, maar met onze veerkracht zijn we vaak in staat om er het beste van te maken en er soms zelfs van te leren. Veerkracht kan groeien door een gezonde balans tussen erkennen van de pijn van het vallen en te leren dat we weer kunnen opstaan. Volgens mij is het een belangrijke taak van psychologen om mensen te helpen hun eigen veerkracht te laten groeien.”*