



Rijksorganisatie voor Ontwikkeling,  
Digitalisering en Innovatie  
Ministerie van Binnenlandse Zaken en  
Koninkrijksrelaties

Training

# Bewust Ambtelijk Vakmanschap werken vanuit waarden

## Over deze training

Deze training combineert de principes van mindfulness en positieve psychologie met de waarden die je hebt vanuit de rol als Rijksambtenaar. Met een groep gelijkgestemden neem je bewust de tijd om te reflecteren op jouw unieke rol binnen de Rijksoverheid. Komt dit overeen met jouw persoonlijke waarden? Hoe ga je om met dilemma's? Welke patronen zie je bij jezelf, de ander en in het systeem van de Rijksoverheid? Deze training is een cadeau aan jezelf als jij vanuit je eigen waarden wilt werken aan een betere samenleving.

Deze training wordt  
gewaardeerd met een

# 8,6

## Voor wie is deze training bedoeld?

Deze training is voor iedereen die binnen de Rijksoverheid werkzaam is en die vanuit zijn of haar eigen waarden wil werken aan een betere samenleving. Daarbij gaat het om de rol die jij als mens binnen de publieke sector inneemt.

## Wat kun je met deze training?

Na deze training:

- Weet je wat er voor jou belangrijk is in je werk als Rijksambtenaar
- Kun je beter reflecteren en weet je hoe je dit in je werkdag kunt integreren
- Ervaar je meer positieve emoties
- Kun je je werk doen met de juiste aandacht
- Heb je meer handelingsperspectief bij het omgaan met dilemma's

## Bijzonderheden

Voorafgaand aan de training is er een intake-gesprek. Daarnaast ontvangen deelnemers een werkboek en audio's om mee te oefenen. Mindful Rijk doet samen met TNO onderzoek naar de effecten van deze training.

## Duur & investering

Deze training bestaat uit 8 modules van 3 uur en een aparte reflectiesessie.

De investering voor deze training bedraagt € 1.190,-\* per persoon. Btw is binnen de Rijksoverheid niet van toepassing. Deze training kan ook op organisatieniveau (incompany) worden ingekocht.

## Inschrijven

Kijk voor data en inschrijven op het LOC-portaal, Leer-Rijk of het leerportaal van je eigen organisatie.

Meer informatie over Mindful Rijk en over ons aanbod vind je op [www.mindfulrijk.nl](http://www.mindfulrijk.nl)

\* prijspeil 1 januari 2024

## Deze training wordt georganiseerd door Mindful Rijk

Mindful Rijk is het expertisecentrum voor positieve psychologie binnen de Rijksoverheid. Onze missie is een toekomstbestendige Rijksoverheid met wendbare, bevlogen medewerkers.



# Mindful Rijk