



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

Training

Werken vanuit je sterke kanten

Over deze training

Psycholoog en schrijver Martin Seligman, ook wel de vader van de positieve psychologie genoemd, heeft het Sterke Kanten model ontwikkeld. Dit gevalideerde model slaat de brug tussen wetenschap en het praktische toepassen van positieve psychologie. Het model laat 24 sterke kanten zien die ieder mens bezit. Als je weet wat jouw top 5 sterke kanten is en je kunt deze bewust inzetten tijdens je werk, dan:

- Voel je je het meest gelukkig
- Doe je waar je goed in bent en kun je dat verder ontwikkelen
- Krijg je meer positieve feedback
- Word je door anderen als meer authentiek ervaren

Voor wie is deze training bedoeld?

Wil jij de beste versie zijn van jezelf en wil je vanuit je sterke kanten invulling geven aan je functie als ambtenaar? Ben je benieuwd wat deze inzichten kunnen brengen in de samenwerking met anderen en hoe je kunt komen tot betere resultaten? Dan is deze training iets voor jou.

Wat kun je met deze training?

Na deze training:

- Weet je uit welke sterke kanten jouw top 5 bestaat
- Begrijp je hoe je deze kunt inzetten in je werk
- Voel je je in je kracht staan
- Kun je beter en efficiënter samenwerken met anderen
- Voel je je gelukkiger in je werk

Bijzonderheden

Voorafgaand aan de training ontvangen deelnemers een bevlogenheidsonderzoek waarmee zij inzicht krijgen in hun eigen bevlogenheid.

Duur & investering

Deze training bestaat uit 4 bijeenkomsten van 3 uur.

De investering voor deze training bedraagt € 750,-* per persoon. Btw is niet van toepassing binnen de Rijksoverheid. 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

* 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