



TRAINING

DE THEORIE EN KRACHT VAN HOOP MODULE 1

Door Bert Groen en Pascale Franck

Theorie en Tools in het werken aan HOOP en perspectief

Hoop is het geloof dat je toekomst beter zal zijn dan vandaag én dat je daar zelf voor kan zorgen.

Hoopvolle mensen zijn beter in staat hun doelen te bereiken. Ze kunnen beter anticiperen op obstakels die het bereiken van hun doel dreigen te blokkeren. Dit vertaalt zich in motivatie en doorzettingsvermogen, waarbij ze de energie hebben om via nieuwe en andere ideeën belemmeringen te overwinnen. Vanuit deze vaststelling ontwikkelde de positieve psychologie de theorie van HOOP.

Hoop is een belangrijke beschermende factor die mensen in staat stelt zich te ontplooiën en hun welzijn te verhogen. Hoop is ook een belangrijke bron van hulp bij de diverse trauma's, langdurige stress-situaties en burn-out. De toepassing van de wetenschap van hoop in het dagelijkse leven draagt bij aan het overwinnen van tegenslagen waar iedereen mee te maken heeft. Hoopvolle mensen voelen zich goed.

HOOP is meetbaar: de HOOP-score meet de verwachtingen van mensen om doelen te bereiken. Van hieruit kunnen trajecten worden ingezet om mensen te helpen perspectieven voor de eigen toekomst te verbeteren. Hiervoor zijn er verschillende tools ontwikkeld.

Deze module geeft inzichten in kennis en de wetenschap van hoop, hoe om te gaan met traumatische ervaringen en te groeien en bloeien naar toekomstige positieve doelen. We bespreken hoe hoop beschermt tegen de negatieve gevolgen van moeilijke of onplezierige situaties en/of gebeurtenissen en hoe hoop kan worden beïnvloed en ondersteund. De training biedt professionals inzichten om hoop te meten, te beoordelen waar cliënten hoop verliezen en biedt strategieën en praktische manieren om hoop te vergroten.

Doelgroep:

De training richt zich tot professionals en vrijwilligers van geïnteresseerde organisaties, die met mensen willen werken aan hoop, (terug) controle te krijgen op de eigen doelen en hun welbevinden te verhogen. HOOP is aan te leren en biedt mensen tools om het eigen leven weer op het spoor te krijgen. De aanpak vanuit de HOOP theorie is inzetbaar in vele werkvelden en voor diverse doelgroepen.



Interesse?

Meer informatie krijgt u via een mail aan de organisatoren:
Stad Antwerpen: davy.simons@antwerpen.be
Trainers: p.franck@efjca.eu , b.groen@efjca.eu

Module 1 omvat een interactieve training van 4 uren (on line of fysiek).
Er zijn een aantal data waarop de module wordt aangeboden, en ook kunnen per organisatie data worden afgesproken.