

Brochure

Opleiding Eenzaamheidspecialist

Waarom

Vroeg of laat krijgt ieder mens te maken met eenzaamheid. Veel mensen blijken niet in staat daarna hun leven weer vorm te geven, doordat eenzaamheid hun sociaal vermogen heeft aangetast. Het gevolg is aanhoudende eenzaamheid, met enorme negatieve gevolgen voor de gezondheid. Er is grote behoefte aan betrokken en deskundige professionals die hierbij kunnen helpen. De post-HBO opleiding 'Eenzaamheidspecialist' leidt professionals op tot deskundige begeleiders op het gebied van de aanpak van (chronische) eenzaamheid.

Voor wie

Wil jij graag je kennis op het gebied van de aanpak van eenzaamheid verbreden en verdiepen? Dan is deze post-HBO opleiding iets voor jou. Na het afronden van deze opleiding kun je cliënten deskundig ondersteunen bij de aanpak van eenzaamheid. Dat niet alleen. Of je nu zelfstandig ondernemer bent of binnen een organisatie werkzaam bent, jij bent de deskundige. Je kunt anderen voorlichten, overheden adviseren en een onderbouwd oordeel geven.

Over de opleiding

Eenzaamheid is een onderwerp dat ons allemaal raakt. Maar wie heeft er nu echt last van eenzaamheid en wanneer is hulp bieden wenselijk? En welke hulp dan? Tijdens de opleiding tot eenzaamheidspecialist krijg je antwoord op deze vragen. Je werkt in een groep van maximaal 12 deelnemers aan het vergroten van je kennis en vaardigheden gericht op de aanpak van eenzaamheid. Hierbij wordt gebruik gemaakt van live lesdagen, een online leeromgeving, intervisie bijeenkomsten en daarnaast zelfstudie. De opleiding wordt afgesloten met een schriftelijk examen en een presentatie.

Wat levert deze opleiding op

Met het certificaat Eenzaamheidspecialist ben je deskundige op het gebied van eenzaamheid. Je kunt cliënten, collega's, beleidsmedewerkers en andere belanghebbenden voorlichten en adviseren. Daarnaast ben je bevoegd te werken met de erkende cursus

Creatief Leven. Hiermee kan je effectief hulp bieden aan mensen die zich langdurig eenzaam voelen. Dit kan één op één, of in groepsverband.

Overheid

Om te bevorderen dat hulp bij eenzaamheid effectief is, heeft de Rijksoverheid in het kader van het actieprogramma **'eentegeneenzaamheid'** geld beschikbaar gesteld om interventies te beoordelen op hun kwaliteit. Onze cursus Creatief Leven is in het kader van dit programma **met steun van ZonMw** positief beoordeeld. De commissie beschreef onze onderbouwing als 'een pareltje' en Creatief Leven is daarmee als "goed wetenschappelijk onderbouwd" opgenomen in de landelijke database van interventies.

Uniek

Met het diploma op zak hoor jij tot de groeiende groep mensen met verstand van (de aanpak van) eenzaamheid. Je kunt beoordelen welke vorm van aanpak geschikt is voor welke doelgroep, en je kunt beargumenteren waarom dat zo is. Dat maakt jou tot deskundig gesprekspartner voor organisaties die de aanpak van eenzaamheid tot hun taak rekenen. Jij bent echt dé deskundige. Bovendien verdien je met een effectieve aanpak de tijd die je in de opleiding investeert makkelijk terug.

Bijscholing en netwerk

Je vindt aansluiting bij het netwerk van Faktor5, waar alle gecertificeerde specialisten deel van uitmaken. Er is regelmatig onderling contact. Je hebt een vak en werkt met een erkende interventie. Daarbij hoort ook de jaarlijks verplichte bijscholingsdag inclusief permanente online bijscholing zodat je op de hoogte blijft van de laatste ontwikkelingen. Je krijgt een account voor ons platform. Daar kun je jezelf profileren en vind je ook alle informatie die je nodig hebt.

Docenten

Josja Biessen, ervaren opleider, NLP deskundige, Eenzaamheidsspecialist en al sinds 2016 betrokken bij de ontwikkeling, organisatie en uitvoering van de opleidingen van Faktor5. Jeannette Rijks, oprichter van Faktor5. Zij heeft meer dan twintig jaar ervaring in het domein eenzaamheid en zij verzorgt masterclasses voor degenen die in opleiding zijn. Bij elke opleiding kunnen ter ondersteuning assistent-docenten aanwezig zijn.

Online academie

Tijdens de opleiding maak je gebruik van een **digitale leeromgeving**. Hier zijn bij alle modules de theorie en opnames van colleges te vinden. Ook bevat de online academie achtergrondartikelen en verdiepende films. Je krijgt een jaar lang online toegang.

Lesmodules

Module 1: Inleiding Eenzaamheid - Studielast: 6 contacturen en 20 uur zelfstudie

- Wat is eenzaamheid: verschillende theoretische benaderingen
- Eenzaamheid en sociaal isolement – verschillen en overeenkomsten
- Herkennen en bespreekbaar maken

Module 2: Diagnostiek en Verwijzing Eenzaamheid - Studielast: 6 contacturen en 20 uur zelfstudie

- Diagnostiek in uiteenlopende situaties
- Wanneer is welke hulp zinvol
- Welke opties zijn er – voorliggende voorzieningen onder de loep

Module 3: Ontwikkelingsgericht Coachen bij Eenzaamheid - Studielast: 6 contacturen, 26 uur zelfstudie en online contacturen

- Waarom coachen bij eenzaamheid
- De ontwikkelingsgerichte methode
- Voetangels en klemmen: contra-indicaties

Module 4: Communiceren in Positieve Patronen bij Eenzaamheid - Studielast: 6 contacturen, 26 uur zelfstudie en online contacturen

- Eenzaamheid en persoonlijkheid
- Communicatie als basis van verbinding
- NLP – basisvaardigheden bij eenzaamheid

Module 5: Individueel Coachen in Groepen - Studielast: 6 contacturen, 26 uur zelfstudie en online contacturen

- Groepsprocessen en stadia
- Communicatie in de groep
- Individueel proces begeleiden

Module 6: Creatief Leven (afsluiting opleiding tot cursusleider) - Studielast: 12 contacturen, 48 uur zelfstudie en online contacturen

- Methodiek Creatief Leven en Creatief Leven Compact: inhoud en onderbouw
- Diagnostische elementen, werkvormen, contra-indicaties
- Programma zelf doorlopen, toepassen en onderling oefenen

Verslagen

Van elke bijeenkomst maak je een verslag dat je opstuurt naar je docent. Dit heeft twee doelen: je leert beter als je opschrijft wat je hebt geleerd en je docent kan controleren of is overgebracht wat ze wilde overbrengen.

Intervisie

Als er iets is dat in deze opleiding duidelijk wordt, dan is het de noodzaak om vorm te geven aan het leven samen met anderen. Samen met anderen leren door observatie, *vacarious learning*, het zijn allemaal aspecten van samen zijn die leren eenvoudiger en leuker maken. Je vormt met twee tot vier anderen een intervisiegroep. Samen neem je de opdrachten door, oefen je gesprekstechnieken en bereid je je voor op het examen. Je kunt dat live doen of online.

Examen Eenzaamheidspecialist

Het examen duurt een dag en bestaat uit

- Een schriftelijk deel met zowel multiple choice als open vragen
- Naar keuze: een presentatie over het onderwerp eenzaamheid, of een werkvorm.
- De beoordeling van jouw ingeleverde (proces) verslagen
- De beoordeling van je gesprekstechnieken door je docent

Praktische informatie

Duur opleiding

De zes modules worden verdeeld over zeven maanden aangeboden, het examen is dan ongeveer twee maanden daarna. Exacte data vind je op de website.

Leslocatie

De locatie vind je bij de betreffende opleiding op de website.

Tijden

De bijeenkomsten vinden plaats van 10.00 uur tot 16.30 uur. Inloop vanaf 9.30 uur.

Eten en drinken

Bij de opleiding zijn lunches, koffie en thee inbegrepen. Heb je bijzondere dieetwensen, dan vragen we je zelf voor je lunch te zorgen.

Meer weten

Heb je vragen of wil je meer informatie over deze opleiding? Neem dan contact op met academie@faktor5.nl of maak een afspraak voor een gratis adviesgesprek via de website.

Tot slot verwijzen we naar de algemene voorwaarden voor onze opleidingen.

Brochure versie 2025