

Sociale vaardigheidstraining / assertiviteitstraining voor kinderen

Kinderen gaan op verschillende manieren met elkaar om. Sommigen leggen makkelijk contact, anderen zijn eerder verlegen of vinden moeilijk hun eigen plaats in een groep. Omgaan met elkaar, emoties gepast kunnen uiten en geloven in jezelf zijn belangrijke vaardigheden die je als kind dient te ontwikkelen.

Doel:

- leren opkomen voor jezelf, neen zeggen
- meer zelfvertrouwen/zelfinzicht krijgen
- leren omgaan met anderen

Hoe:

- in groep vaardigheden oefenen
- elkaar steunen en motiveren
- gedurende 8 sessies m.b.v. methodieken welke tevens aangereikt worden via een thuisboekje
- een evaluatiemomenten samen met de ouders tijdens en na afloop

Wie:

- kinderen/jongeren tussen 6 en 18 jaar oud (groepjes op basis van leeftijd)
- maximum 8 deelnemers per groep

Prijs: 250€ (inbegrepen : 8 sessies, persoonlijk evaluatiemoment, werkboekje)

Start: januari 2018

Contact: 0477/41.62.84 - info@depiramide.be



Veemarkt 50, 2800 Mechelen
Dorp 38, 2861 O.-L.-V.-Waver

Faalangstraining voor kinderen

Veel mensen hebben last van faalangst. Wanneer faalangst echter niet goed gehanteerd wordt, wanneer je er last van hebt en onder je niveau gaat presteren, spreken we van negatieve faalangst. Hoofdpijn, buikpijn en angstig zijn voor toetsen worden vaak veroorzaakt door deze faalangst. In onze faalangstraining staan we stil bij negatieve gedachten en gaan we op zoek naar meer helpende gedachten en vaardigheden. We leren emoties herkennen en versterken het zelfbeeld, het zelfvertrouwen en reiken hulpmiddelen aan die helpen in stressvolle situaties.

Doel:

- leren te vertrouwen op zichzelf en werken aan een positief zelfbeeld
- doorbreken van negatieve denkpatronen
- leren omgaan met spanningen en stress d.m.v. ontspanningstechnieken
- aanleren van probleemoplossende vaardigheden

Hoe:

- in groep elkaar steunen en motiveren
- dmv 5 sessies van telkens anderhalf uur
- m.b.v. methodieken welke tevens aangereikt worden via een thuisboekje
- een evaluatie samen met de ouders na afloop

Wie :

- kinderen/jongeren tussen 7 en 16 jaar oud
- groepjes per leeftijdscategorie

Prijs : 180€ (inbegrepen : intake, 5 sessies, persoonlijk evaluatiemoment, werkboekje)

Start:

- maart 2018
- oktober 2018

Contact: 0477/41.62.84 - info@depiramide.be



Veemarkt 50, 2800 Mechelen
Dorp 38, 2861 O.-L.-V.-Waver

Kinderen en Rouw

Iedereen kan iemand verliezen, groot of klein. Het brengt heel wat verdriet en andere gevoelens met zich mee. Er over praten valt niet altijd mee. En aan de buitenkant zien wij niet altijd hoe iemand zich vanbinnen voelt. Zeker niet bij kinderen en jongeren. Zij hebben vaak veel vragen rond hun eigen gevoelens en zenden vaak in hun gedrag verwarrende boodschappen uit. Om kinderen en jongeren te ondersteunen in het omgaan met al die gevoelens gaan wij op een creatieve manier aan de slag. In kleine groepjes geven wij taal en beeld aan het verlies. We werken o.a. met verhalen, tekeningen, boetseren, knutselen...om zo elk de kans laten om op een eigen manier gevoelens tot uiting te brengen.

Doel:

- vaardigheden leren om gevoelens te uiten en om te gaan met het verlies
- betekenis van het verlies binnen het gezin, omgaan met fundamentele veranderingen
- blijvende kracht en vaardigheden vinden om om te gaan met het verlies

Hoe:

- met lotgenoten je verhaal brengen, elkaar steunen en herkennen, betekenis geven
- 3 sessies van 1,5 u met aan de leeftijdgebonden methodieken o.a. tekenen, verhalen, knutselen

Wie:

- Groep 1: 6-12 jaar
- Groep 2: +12 jaar
- Maximum 5 deelnemers per groep

Prijs: 100 euro (inbegrepen : intake, 3 sessies, persoonlijk evaluatiemoment met ouders, materiaal)

Startdatum:

- maart 2018
- oktober 2018

Contact: 0477/41.62.84 - info@depiramide.be



Veemarkt 50, 2800 Mechelen
Dorp 38, 2861 O.-L.-V.-Waver