

Competentietraining 12+

Met de Competentietraining van het Ouder- en Kindteam leert uw zoon of dochter prettig om te gaan met leeftijdgenoten. Op een manier die bij hem of haar past. Uw kind ontdekt bijvoorbeeld hoe hij aardig kan zijn, zonder over zich heen te laten lopen. Ook leert uw kind hoe om te gaan met pestgedrag en om voor zichzelf op te komen zonder ruzie te krijgen.

Voor wie?

De training is bedoeld voor jongens en meiden vanaf 12 jaar. Vindt uw kind het lastig om vrienden te maken? Is hij of zij erg onzeker of verlegen? Of juist snel boos en loopt het vaak uit op ruzie? In deze gevallen kan uw kind veel baat hebben bij de Competentietraining.

Doel

Door de Competentietraining neemt het zelfvertrouwen van uw kind toe. Uw kind leert om op een bij hem of haar passende, helpende manier met leeftijdgenoten en onverwachte situaties om te gaan. Uw kind leert het beste uit zichzelf te halen.

Hoe doen we dat?

In de training praten en oefenen de deelnemers met situaties die zij lastig vinden. Bijvoorbeeld opkomen voor zichzelf of gevoelens herkennen bij zichzelf en anderen. Zij leren zich in spannende situaties te ontspannen. Het programma bestaat uit zes tot acht bijeenkomsten van anderhalf uur. In een groep zitten zes tot acht deelnemers. Voordat de training begint, is er een startgesprek met u en uw zoon of dochter. Dan wordt gekeken of de training geschikt is en wat uw kind wil leren. Halverwege de training is er een ouderbijeenkomst. Na afronding ontvangen de deelnemers, in aanwezigheid van hun ouders, een certificaat. De school van uw kind wordt op de hoogte gehouden door de trainer.

Belangrijk is dat uw kind ook buiten de training oefent met wat hij of zij in de training leert. U helpt daarbij door uw kind te ondersteunen bij de huiswerkopdrachten.

