

Cursus Positief Opvoeden voor gescheiden ouders

Een scheiding brengt allerlei veranderingen en vaak ook onzekerheden en/of spanningen met zich mee. Voor zowel de ouders als voor de kinderen. Hoe ondersteun je je kind hier zo goed mogelijk bij? Hoe geef je (samen met je ex-partner) de opvoeding vorm?

Voor wie?

De cursus Positief Opvoeden voor gescheiden ouders is er voor ouders die gescheiden of uit elkaar zijn en die problemen ervaren als gevolg van deze scheiding. Dit maakt het gezamenlijk opvoeden met de ex-partner lastig. Beide ouders kunnen de cursus volgen, maar zitten niet bij elkaar in de groep.

Doel

- De ouders heeft kennis van de gevolgen van ingrijpende gebeurtenissen als echtscheiding op kinderen
- De ouder is in staat zijn/haar handelen af te stemmen op het belang van het kind
- De ouder heeft handvatten om om te gaan met conflicten en stressvolle situaties
- De ouder heeft vaardigheden om het gedrag van het kind op een positieve wijze te stimuleren
- De ouders heeft inzicht in de eigen balans in werk, gezin en ontspanning

Hoe doen we dat?

De cursus bestaat uit 10 groepsbijeenkomsten van 2 uur en 2 telefonische gesprekken. Er zitten maximaal 12 ouders in een groep. De eerste 5 bijeenkomsten gaan over echtscheiding, omgaan met emoties en conflicten en het werken aan een nieuw gezinsleven. De volgende 4 bijeenkomsten zijn gericht op het opvoeden waarbij ouders een eigen plan van aanpak maken. De dvd die bij de cursus hoort, geeft voorbeelden uit de praktijk en het werkboek geeft je middelen die je op weg helpen om positief op te voeden in deze nieuwe situatie. Je wisselt ervaringen met andere ouders uit en oefent met elkaar. Als je jouw plan thuis gaat uitvoeren, zijn er 2 telefonische afspraken met de cursusbegeleider om je te ondersteunen. Samen zoek je naar oplossingen voor lastige situaties. Tenslotte is er een terugkombijeenkomst. Hoe gaat het nu thuis? En ben je voorbereid op de toekomst?



De cursussen Positief Opvoeden worden verspreid over Amsterdam door de Ouder- en kindteams aangeboden. Aanmelden kan via deze [link](#).

Algemene informatie over Positief Opvoeden vind je op de website www.positiefopvoeden.nl.