

Wij doen weer een groepje!

Voor wie? Kinderen van eind lagere school (vanaf 4^{de} leerjaar) die zich vaak onzeker voelen in hun klas/vriendengroep. Kinderen die soms moeilijk met hun boosheid kunnen omgaan, soms bang zijn van de anderen. Kinderen die lijden onder ruzies en/of pesterijen, uitgesloten worden, niet altijd goed begrijpen waarom anderen doen hoe ze doen.

Wanneer? Woensdagen van 14u tot 16u vanaf 16 januari (zie ook bijgevoegd programma).

Wat? We spelen rollenspelen, praten over ervaringen van de kinderen, knutselen en spelen spelletjes. De kinderen voelen zich niet alleen met hun probleem, steunen elkaar en kunnen van elkaar leren. Inspelen op wat de kinderen meemaakten de voorbije week in groep gaat voor op ons programma. Meestal worden de technieken rond pesten, uitgesloten worden, bazige vriendinnen...daardoor vaak herhaald.

Praktisch

Aanmelden

Inschrijven voor 14 december 2018 via mail: annehermans1@gmail.com.

Indien het kind nog niet gekend is op de praktijk, starten we met een intakegesprek.

Op het einde van de training wordt er een evaluatiegesprek gepland met ouders. Indien gewenst kan er ook steeds tussenin een oudergesprek plaatsvinden.

Kostprijs

De kostprijs voor alle kinderbijeenkomsten bedraagt 350 euro. Dit bedrag wordt afgerekend na het intakegesprek of na de eerste sessie. Sommige mutualiteiten komen tussen voor groepsbegeleidingen. Hiervoor contacteer je best jullie mutualiteit.

Het eventuele intakegesprek en het evaluatiegesprek met de ouders is aan de gebruikelijke tarieven (zie website) en wordt afgerekend na het gesprek.

Plaats

Groepjes gaan door op de praktijk: Neerstraat 178, 3150 Haacht.

Aantal

We starten vanaf 4 deelnemertjes en beperken ons tot 8.

Begeleiding

An Hessels – Psychologe

Anne Hermans – Psychologe (indien er meer dan 6 kinderen meedoen)

Kinderbijeenkomsten (woensdag van 14u tot 16u)

16 januari 2019

Kennismaking met elkaar. We maken via opdrachten kennis met elkaar en zoeken een naam voor ons groepje. We oefenen vanzelf op spreken in groep, luisteren naar elkaar en zelfvertrouwen uitstralen (Hoe sta ik, hoe praat ik, hoe kijk ik).

23 januari 2019

Wie ben ik? Mijn kwaliteiten en talenten (Zelfvertrouwen en groeimindset bevorderen).

30 januari 2019

Omgaan met gevoelens van jezelf en van anderen.

6 februari 2019

Positief denken. We introduceren het G-G-G schema waarbij we leren hoe gevoelens, gedachten en gedrag samenhangen en hoe we onze gedachten kunnen veranderen zodat we ons beter voelen.

13 februari 2019

De woederegels! Ik mag me boos voelen maar hoe kan ik reageren? We leren verschillende technieken aan en zien wat best bij jou past.

20 februari 2019

Omgaan met anderen. Hoe kan je op een goede manier samenspelen en –werken met andere kinderen. Vriendschap. Hoe krijg je vrienden en wat betekent vriendschap.

27 februari 2019

Hoe kunnen we voor onszelf opkomen en hoe kunnen we nee zeggen wanneer we iets niet willen. Keuzes leren maken.

13 maart 2019

Omgaan met pesterijen. Wat is het verschil tussen pesten, plagen en ruzie maken en we bekijken hoe we hier best mee omgaan. We introduceren schatje – katje – watje, hoe op een assertieve manier omgaan met pesterijen.

20 maart 2019

Kritiek geven en aanvaarden. We leren hoe we kunnen opkomen voor onze mening zonder anderen daarmee te kwetsen. En wat als jezelf terechte opmerkingen krijgt? Of onterechte?

27 maart 2019

Afsluiter. Complimentjes geven en krijgen. We kennen elkaar ondertussen vrij goed om complimentjes aan elkaar te geven en we staan stil hoe we hier op kunnen reageren. We staan ook stil bij wat we allemaal geleerd hebben en maken er een leuk feest van!

An Hessels
Psychologe/Psychotherapeute i.o.
0479/83.65.13

Anne Hermans
Klin. Psychologe/Gezinstherapeute
016 60 45 39 / 0486 11 21 66

