



Zelfbeeldtraining

Doelgroep:

Voor kinderen tussen 8 en 12 jaar die weinig zelfvertrouwen of een negatief zelfbeeld hebben en hierdoor ook moeilijkheden ondervinden in de omgang met anderen.

Doel:

De zelfbeeldtraining is gericht op het verhogen van het zelfvertrouwen en het bekomen van een positiever zelfbeeld. Tijdens de training leren de kinderen positiever over zichzelf te denken. Door middel van verschillende oefeningen gaan ze spelenderwijs op zoek naar wie ze echt zijn. Ze leren hun positieve eigenschappen kennen en vasthouden. Dit versterkt het zelfvertrouwen, waardoor ze zich ook zelfverzekerder zullen voelen in sociaal contact. De training is gebaseerd op het evidence-based COMET protocol.

Werkwijze:

In een groepje van 4 kinderen wordt op een speelse wijze geoefend. Kinderen kunnen in een groep ook veel van elkaar leren. De training wordt begeleid door een psychologe.

Wij kiezen bewust voor een klein groepje van slechts 4 kinderen opdat elk kind de nodige individuele opvolging krijgt. Daarnaast wordt het proces van elk kind regelmatig op een teamoverleg besproken en wordt er een individuele effectmeting gedaan.

Na de reeks groepssessies wordt in een evaluatiegesprek met de ouders de evolutie van het kind besproken. Er worden ook tools meegegeven waarmee ouders het zelfbeeld van hun kind verder kunnen bevorderen in het dagelijkse leven.

Praktische informatie:

- 7 sessies van 1,5u die doorgaan op dinsdag van 18u15 tot 19u45
- kostprijs 7 sessies, werkmap en evaluatiegesprek: 260€ (intakegesprek voor kinderen die bij ons niet gekend zijn: 60€)
- sommige mutualiteiten bieden een beperkte terugbetaling
- een training kan van start gaan bij 4 inschrijvingen
- er worden aparte groepjes opgestart voor 8-10 jarigen en 10-12 jarigen.

Informatie en inschrijven:

Voor informatie en/of inschrijvingen neem gerust contact met ons op.

Telefoon: 015/21 19 84

E-mail: info@andare.be