

## **Blij met mij! zet kinderen lekker in hun vel!**

Blij met mij! is een complete en uitgebalanceerde training die kinderen én ouders begeleidt. Op een spontane en uitnodigende wijze bieden we oefeningen, persoonlijke ervaringen, theorieën, praktische eye-openers en beeldende kinderverhalen aan die ouders en kinderen helpen om samen nieuwe stappen te zetten. Kinderen leren talenten en kwaliteiten (her-)ontdekken, verantwoordelijkheid nemen en helder communiceren met hun omgeving.

Naar kinderen vertalen we dit als “we gaan allerlei leuke dingen (toneel, knutselen, schilderen, praten, en nog veel meer...) doen en we leren er ook nog iets van”. Door de ouders actief te betrekken bij de training, kunnen zij hier ook na de training nog verder op door bouwen. De training is het resultaat is van jaren ervaring, passie en samenwerken met ouders en kinderen.

In deze training creëren we een veilig kader waarin elk kind spelenderwijs zichzelf mag en kan ontdekken, zelfvertrouwen kan opbouwen en emotioneel sterker kan staan met als doel “ik ben ik, leuk hè!”

Voor leerkrachten en zorgcoördinatoren is het interessant om te weten wat deze training inhoudt. Er wordt gewerkt met een kring van mensen rond het kind. Dit zijn ouders, maar ook andere personen die het kind vertrouwt. Daarom is het best mogelijk dat u als leerkracht of zorgcoördinator, zorgleerkracht mee uitgenodigd wordt op een ouderavond of dat u wordt gecontacteerd voor een overleg/terugkoppeling.

### **Opzet traject:**

5 Kindersessies:

- Voormiddagen telkens van 10:30u – 13u. Van 12:45u – 13u komen ouders erbij.
- Namiddagen telkens van 13:00u tot 15:30u. Van 15:15u – 16u komen ouders erbij.

3 Ouderavonden: telkens van 19u30-21u30

Concrete data en dagen worden bepaald per traject.

## Hoe we samen optrekken met de ouders!

- o vooraf is er met de ouders een kort telefonisch intakegesprek
- o aan het eind van elke bijeenkomst is een moment met de ouders en kinderen samen. Ouders kunnen dan ervaren wat we gedaan hebben en hoe ze dat samen met hun kind de komende week thuis kunnen voortzetten
- o er zijn drie ouderavonden, waarin het vooral gaat over hoe ouders hun kind kunnen steunen
- o de laatste avond is bedoeld om te weten hoe de ouders de effecten van de training vast kunnen houden in het gezin

Natuurlijk zijn er nog meer belangrijke volwassenen in het leven van een kind. Denk aan grootouders, leerkrachten, oppas, zwemjuf, burens, ooms en tantes. Ook zij zijn van harte welkom op de avonden van de kindertraining en aan het eind van elke bijeenkomst. Zo kunnen ouders en andere 'helpers' een kring vormen om de kinderen heen. En dat helpt enorm!

## Wie?

### Voor wie is de kindertraining Blij met mij?

Voor elk kind is het fijn om zelfvertrouwen te vergroten en weerbaarder in het leven te staan.

Er hoeft dus niet iets 'mis' te zijn of niet goed te gaan... deze training is waardevol voor elk kind.

We werken in de training met kinderen die.....

- o Meer zelfvertrouwen willen hebben
- o Willen leren met nieuwe situaties om te gaan, ook als je dat spannend vindt
- o Willen leren omgaan met situaties die anders gaan dan je dacht
- o Willen leren meer te durven
- o Willen weten waar ze goed in zijn
- o Positief over zichzelf willen denken
- o Een positief zelfbeeld willen hebben
- o Zichzelf meer willen laten zien
- o Op dingen af durven stappen
- o Willen leren om STOP te zeggen als ze het niet meer leuk vinden
- o Willen weten wat te doen als je gepest wordt
- o Willen weten hoe ze het anders kunnen doen als ze degene zijn die pest
- o Willen leren (meer) voor zichzelf op te komen

- Onafhankelijk van anderen keuzes willen leren maken
- Graag gemakkelijker vriendjes leren maken
- Willen leren dat het niet zo erg is als je een fout maakt
- Willen leren om rustiger te reageren op moeilijke situaties
- Willen weten hoe je in de klas een vraag moet stellen als je dat eigenlijk niet durft
- Willen leren hoe ze hun emoties kunnen uiten, zodat anderen er meer rekening mee kunnen houden
- Graag meer in balans willen zijn
- Zich graag wat zekerder voelen, in allerlei situaties
- Willen leren hoe ze kunnen stoppen als de grens er is
- Willen leren hoe ze beter hun eigen verantwoordelijkheid kunnen nemen
- Graag steviger in de wereld willen staan
- ...

### **Waar?**

- De 'Blij met mij' training gaat door te Rummen in een lokaaltje op de terreinen van Overleef

### **Prijs?**

- € 375 per kind