



## Training 'Sterk staan' voorjaar 2019 in Wijk bij Duurstede

Wanneer kinderen zich op sociaal vlak onzeker voelen en/of bang zijn om fouten te maken of te falen, dan heeft dat gevolgen voor hun zelfvertrouwen; ze staan dan niet stevig in hun schoenen. Dit kan leiden tot problemen in het gedrag: kinderen trekken zich terug, 'botsen' met anderen of laten sociaal onhandig gedrag zien, waardoor het contact met leeftijdgenoten moeizaam verloopt. Het doel van de training is het vergroten van assertieve en sociale vaardigheden van het kind, groei van het zelfvertrouwen en het ontwikkelen van een positief zelfbeeld. Hiermee groeit ook de eigen verantwoordelijkheid en de waardering voor anderen en de betrokkenheid tussen ouders en kinderen.

### Voor wie

De training is bedoeld voor kinderen tussen 9 en 12 jaar die willen leren met hun (faal)angst om te gaan, meer zelfvertrouwen willen en beter contact willen hebben met leeftijdgenoten.

### Inhoud

De training wordt op maat verzorgd en is praktijk- en ervaringsgericht. De kinderen ontwikkelen in de training verschillende vaardigheden waardoor hun zelfvertrouwen groter en hun (faal)angst minder wordt. De training richt zich zowel op het denken en voelen als op het gedrag. In iedere bijeenkomst staat een thema centraal en krijgen de kinderen informatie over het thema, gaan zij zelf oefenen, zien zij voorbeelden en leren zij van en met elkaar.

### Realisatie

De training bestaat uit 8 bijeenkomsten en een ouderavond. Voorafgaand aan de training vindt een kennismakingsgesprek plaats met de ouder(s) en kind. Tijdens de ouderavond krijgen ouders informatie over de inhoud van de training en manieren waarop ze hun kind hierin kunnen ondersteunen. Hierdoor kan het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden thuis doorgaan. Dit versterkt het effect van de training. Na ongeveer een maand vindt een evaluatiegesprek plaats met de ouder(s) en kind. De groepsgrootte bestaat uit 6 tot 10 kinderen met twee professionele begeleiders.

### Data voorjaar 2019

De training start op **woensdag 10 april a.s. van 15.00 – 16.30 uur**. Alle data: 10 april, 24 april, 8 mei, 15 mei, 22 mei, 29 mei, 5 juni en 12 juni 2019. De ouderavond staat gepland op woensdag 22 mei van 19.30 – 21.00 uur. Locatie training: Kinderboerderij De Vliert, Educatief centrum (gebouw bij de hertjes), Droogoven 1 in Wijk bij Duurstede.

### Kosten

De training wordt gesubsidieerd door de gemeente. Om de training goed vorm te geven wordt een bijdrage gevraagd van € 25,=.

### Informatie en aanmelding

Patricia te Braak, groepsmaatschappelijk werk Vitras, 06 10650181; [p.tebraak@vitras.nl](mailto:p.tebraak@vitras.nl)