



Praktijk voor kinderen van 0-18 jaar.



Kinderkracht

Wat en voor wie?

Kinderkracht is een weerbaarheidstraining voor kinderen van 5 tot 8 jaar en hun ouders. Samen met andere kinderen leert het kind “wie ben ik?” “wat wil ik?” “wat kan ik?” en “wat voel ik?”. Kinderen oefenen bij ons in kleine groepen en ouders krijgen informatie hoe zij hier in de thuissituatie een bijdrage aan kunnen leveren.

Doelen

- Het herkennen van de seintjes in je lijf, het leren verwoorden van je gevoel en het leren emoties te herkennen.
- Het leren van vaardigheden om in een groep te functioneren en hoe goed te kunnen samenwerken.
- Het leren op te komen voor jezelf en hoe om te gaan met pesten/ faalangst.
- Leren om te gaan met spanning/ontspanning.
- Het ontwikkelen van meer zelfvertrouwen en zelfstandigheid.
- Het leren ontdekken van jouw kracht en jouw sterke punten.

Opzet

Na aanmelding krijgen de ouder(s)/verzorger(s) van ons een vragenlijst. Deze lijst wordt gebruikt om de doelen voor de groepssessies op maat te maken zodat de kinderen optimaal kunnen profiteren van de training.

Er zijn 8 bijeenkomsten met een duur van 1,5 uur. In de eerste bijeenkomst zijn de eerste 30 minuten samen met ouders en kinderen. Hierin wordt informatie gegeven over de inhoud en opzet van het programma. Het laatste uur van deze bijeenkomst is alleen met de kinderen en maken de kinderen kennis met elkaar. De bijeenkomsten 2,3,4,6,7,8 zijn alleen met de kinderen. Sessie 5 is een ouderbijeenkomst. In deze vijfde sessie krijgt u inzicht in wat wij doen en hoe u thuis samen met uw kind nog verder aan bovenstaande doelen kunt werken. Ieder kind krijgt een werkboek en na elke bijeenkomst materiaal mee om thuis te maken en mee te oefenen. De begeleiding wordt gegeven door Marja (orthopedagoog generalist/kind- en jeugdpsycholoog) en Marieke (kinderfysiotherapeut/, psychomotor therapeut i.o) .

Informatie en aanmelding

Zie op onze website; www.paramee.nl.

Marja Kruiswijk: marja.kruiswijk@gmail.com en/of

Marieke Kamphof: marieke@paramee.nl.

Telefoonnummer: 0229-284343.

Kinderpraktijk Paramee Wognum

Westerspoor 13, 1687 AZ Wognum

Tel: 0229-284343

info@paramee.nl

