

De training "Ik durf, jij ook?" bestaat uit 8 bijeenkomsten van 1,5 uur. Kosten € 200,--

Sinds 2007 organiseert Ria Geerlings samen met Andine Dijkman voor kinderen van 8 t/m 12 jaar de faalangst- en communicatietraining: "Ik durf, jij ook?" .

Ria Geerlings is hypnotherapeut en kindervertherapeut.

Bij het werken met kinderen wordt gebruik gemaakt van verhalen, speltherapie, creatieve therapie en NLP .

Consulten worden door de meeste zorgverzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed.

Naast groepstraining is ook individuele begeleiding mogelijk.

Voor informatie en aanmelding:

Ria Geerlings

Kemienstraat 17

5953 RD Reuver

077 – 474 3517

riageerlings@home.nl

www.riageerlings.nl

"Ik durf jij ook?"



Training voor kinderen van 8 t/m 12 jaar

In de training leren kinderen van 8 t/m 12 jaar voor zichzelf op te komen, contact te maken, samen te werken en met emoties (o.a. woede) om te gaan.

Door middel van een positieve en oplossingsgerichte benadering worden sociale- en communicatieve vaardigheden alsmede het zelfvertrouwen vergroot, waardoor het kind op een positieve manier leert om te gaan met emoties, faalangst en macht.

De training helpt bij:

- een negatief zelfbeeld
- faalangst
- pesten of gepest worden
- ruzie maken of juist heel teruggetrokken en stil zijn
- onvoldoende weerbaarheid
- verdriet

Zelfvertrouwen en een gezond positief zelfbeeld vormen de basis waarop een kind zich kan ontwikkelen. Als het kind kan vertrouwen op zijn eigen mogelijkheden maakt het makkelijker contact met anderen en durft het uitdagingen aan te gaan. Vertrouwen op eigen mogelijkheden is alleen mogelijk met een positief zelfbeeld. Er bestaat geen goed of fout, maar elke ervaring levert een leermoment op. Vrijwel alle problemen kunnen worden opgevat als vaardigheden die verder ontwikkeld kunnen worden.

Een ingrijpende gebeurtenis, zoals een scheiding, ziekte of een verhuizing, kan het leven van een kind volledig op zijn kop zetten. Daarnaast zijn er tal van andere, minder grijpbare redenen waarom een kind niet lekker in zijn vel zit. Ook kunnen er vervelende omstandigheden op school zijn waar het kind last van heeft, b.v. pesten. Er is altijd een oorzaak voor het gedrag dat een kind laat zien.

Faalangst is de angst om te mislukken in situaties waarin iemand wordt beoordeeld of denkt te worden beoordeeld. Deze angst werkt belemmerend. Kinderen met faalangst denken vaak vanuit een negatief zelfbeeld. Faalangst kan zich uiten in lichamelijke klachten, zoals buikpijn. Het kan ook zijn dat een kind heel stil wordt en zich terugtrekt, of juist zijn angst gaat overschreeuwen, door brutaal te worden. Faalangst kan zich voordoen bij toetsen of overhoringen, bij sporten maar ook in de omgang met andere kinderen. Bij faalangst hebben ouders vaak het idee: "Er komt niet uit wat erin zit".

Tijdens de training leren we kinderen een positief zelfbeeld te ontwikkelen. Door het ontwikkelen van sociale- en communicatieve vaardigheden is het kind in staat makkelijker contact met anderen te maken en uitdagingen aan te gaan.