

Groepstraining

4-7 jaar



- ★ **Voor wie** - pagina 2
- ★ **Wat leert mijn kind** - pagina 2
- ★ **Opbouw** - pagina 3
- ★ **Wat doet mijn kind** - pagina 3
- ★ **Resultaat** - pagina 3
- ★ **Ouderbetrokkenheid** - pagina 4
- ★ **Oudercontact** - pagina 4
- ★ **Data en tijden** - pagina 5
- ★ **Locatie** - pagina 5
- ★ **Investing** - pagina 5
- ★ **Aanmelden** - pagina 5

Groepstraining voor kinderen van 4–7 jaar

De groepstraining kan je kind helpen om zich zelfverzekerder te voelen, weerbaarder te worden en zijn sociale vaardigheden te vergroten. In een klein groepje van maximaal zeven kinderen leert je kind de basisvaardigheden om op een positieve manier met zichzelf en anderen om te gaan. De training wordt gegeven in Pijnacker en bestaat uit zeven bijeenkomsten van 60 minuten met een wekelijkse frequentie.



Voor wie

De groepstraining is voor kinderen van 4 t/m 7 jaar die bepaalde situaties lastig vinden. Deze redenen zien wij vaak bij kinderen om mee te doen:

- ✓ Verlegenheid, weinig durven (in de klas).
- ✓ Onzekerheid, faalangst, geen hulp vragen.
- ✓ Niet weerbaar zijn, niet voor zichzelf opkomen.
- ✓ Moeite met samenspelen, bepalend zijn, niet willen delen, kinderen pijn doen.
- ✓ Vaak boos worden, snel huilen.
- ✓ Weinig aansluiting vinden bij andere kinderen.

In een groepje kan je kind meteen toepassen wat het oefent, omdat er van alles gebeurt in de interactie met andere kinderen. Je kind ziet dat andere kinderen sommige dingen ook lastig vinden. Door de groeps-grootte is er toch genoeg persoonlijke aandacht voor je kind.

“Mijn zoon Jake heeft zo’n mooie metamorfose gemaakt. door deze training is zijn houding op school met werkjes starten positief veranderd.”



Wat leert mijn kind

- ★ **Hoe kom ik over:** stevig staan, de ander aankijken, duidelijk praten.
- ★ **Vragen:** als je iets wilt (wat de ander heeft), om hulp vragen.
- ★ **Zeggen:** vertellen wat je wilt of als je iets niet leuk vindt.
- ★ **Gevoelens:** basisemoties, snappen hoe de ander zich voelt, aardig reageren.
- ★ **Positief denken:** Piepgedachten omzetten naar Bikkelgedachten, zoals ‘ik kan het’.
- ★ **Ontspannen en kalmeren:** rustig worden als je je boos, bang of verdrietig voelt.
- ★ **Boosheid passend uiten:** omgaan met teleurstelling, frustratie, emoties helpend uiten.
- ★ **Sociale vaardigheden:** complimenten geven, samenspelen, delen, overleggen.
- ★ **Nee zeggen:** duidelijk ‘nee’ zeggen als je iets niet wilt, ‘nee’ accepteren van de ander.
- ★ **Situaties handig aanpakken:** inzicht in sociale situaties en weten hoe te reageren.

OPBouw, wat Doet mijn kind, Resultaat

We zijn van mening dat je kind het meeste leert als het zich op zijn gemak voelt. Daarom zorgen we voor persoonlijke aandacht en doen we leuke activiteiten met elkaar. De kinderen mogen voor aanvang van de training altijd eerst een kwartiertje vrij spelen, wat drinken en een koekje eten. Daarna gaan we aan tafel om te horen wat de Bikkels, Piepers, Chillers en Woestelingen nu weer hebben beleefd!



OPBouw van De training

De training bestaat uit zeven bijeenkomsten, waarin je kind wordt meegenomen in de wereld van Bikkellandia. In dit bijzondere land wonen de Bikkels, Piepers, Chillers en Woestelingen en zij maken van alles mee. Aan de hand van het prentenboek staat er iedere bijeenkomst een vaardigheid centraal, zoals stevig staan. Dit oefenen we door verschillende activiteiten. Je kind krijgt het prentenboek en een eigen Bikkel Doe-boek met daarin een poster van iedere vaardigheid om thuis mee te oefenen.



Wat Doet mijn kind

Kinderen van 4-7 jaar hebben nog een korte spanningsboog en leren vooral door te spelen. Daarom doen we afwisselende activiteiten die meestal maximaal vijf minuten duren. We starten met een nieuw verhaal uit het prentenboek. Daarna doen we actieve groepsspelletjes, een werkblad, rollenspellen, enzovoort.

Als ouder ben je de laatste tien minuten bij de training aanwezig om te zien wat je kind heeft geleerd. In de tussentijd kun je iets voor jezelf doen in de wachtruimte of er op uit gaan in de omgeving, zoals wandelen of boodschappen doen.

“Onze dochter heeft veel baat gehad bij de training. Ze vond de bijeenkomsten erg leuk en was graag met de oefeningen bezig.”



Resultaat

We horen van alle ouders dat hun kind baat heeft gehad bij de training. Per kind is dit verschillend, het ene kind zet grote stappen en het andere kind doet dit in kleine stapjes. Nieuwsgierig wat je kunt verwachten? Lees de ervaringen op de website.

ouderBetrokkenheid, ouderContact

Het succes van de training wordt vergroot als je het samen doet met je kind. Daarom ben jij als ouder onmisbaar in de training. Bij iedere bijeenkomst ben je er de laatste tien minuten bij om te zien wat je kind heeft geleerd en hoe je er thuis verder mee kunt oefenen. Daarnaast zijn er twee telefonische evaluatiemomenten. Zo help je jouw kind om zich steeds fijner te voelen!



ouderBetrokkenheid

Om de vaardigheden die je kind leert op de training te kunnen toepassen, heeft je kind het nodig als het thuis wordt ondersteund in het oefenen. Lees samen het verhaal uit het Bikkel Prentenboek en oefen met de vaardigheid uit de bijeenkomst met hulp van de Bikkelposter. Iedere bijeenkomst krijgt je kind nieuwe werkbladen voor in het Bikkel Doe-Boek, waar jullie samen mee aan de slag kunnen. Dit kost ongeveer een uur per week, wat je kunt verspreiden over meerdere dagen.

“Ons zoontje van 5 heeft erg veel gehad aan de Bikkelcursus bij Apetrotse kinderen. Hij kan nu beter voor zichzelf opkomen en omgaan met emoties. Wij kunnen deze cursus iedereen met een onzeker kind aanraden.”



ouderContact

- ➔ Na iedere bijeenkomst ontvang je een persoonlijke e-mail over de training.
- ➔ Na de derde en zevende bijeenkomst volgt er een telefonische evaluatie.
- ➔ We denken graag met je mee hoe je thuis en op school situaties kunt aanpakken.



“Een zeer prettige training waar ruimschoots ruimte is voor persoonlijke problemen/vraagstukken.”

Data en tijden, locatie, investering, aanmelden

De eerste keer is meestal even spannend voor kinderen, omdat ze nog niet precies weten hoe het zal gaan op de training. Daarom mogen ouders er aan het begin even bij blijven. Over het algemeen voelen kinderen zich snel op hun gemak. En vinden ze het vaak zelfs leuk om te komen naar de training.



Data en tijden

De training bestaat uit zeven wekelijkse bijeenkomsten van 1 uur. Deze wordt gedurende het jaar op diverse data en tijdstippen gegeven. Bekijk de website voor actuele data en tijden.



Locatie

Alle trainingen worden gegeven bij Apetrotse Kinderen in Pijnacker. Hier zijn we gevestigd op een boederij. Ons adres is: Oude Leedeweg 25 in Pijnacker.

“Super, hoe Ruben veranderd is na de Bikkel-training. Hij durft meer en komt ook meer voor zichzelf op. We krijgen het ook in de omgeving te horen, dat hij veranderd is na de training.”



Investering

De training kost €472,- incl. 21% BTW. Dit is voor de complete training incl. kennismaking, zeven lessen, e-mail met verslag na elke bijeenkomst, materiaal, telefonische evaluaties.

- ★ Kennismakingsgesprek
- ★ 7 Bijeenkomsten van 60 minuten
- ★ 2x Telefonische evaluatie
- ★ Bikkel Prentenboek, Bikkel Doe-boek



Aanmelden

Je kunt je op diverse manieren aanmelden:

- ✓ Vul het formulier in op de website.
- ✓ Bel 085-4017182.
- ✓ E-mail naar info@apetrotsekinderen.nl.

Er vindt altijd eerst een vrijblijvend kennismakingsgesprek plaats, waarna je kunt besluiten om je kind in te schrijven voor de training.

