Workshop

Verbindend opvoeden voor ouders en opvoeders

Je voelt je misschien wel eens machteloos als je kind zich terugtrekt of juist heel boos wordt. Je hebt al van alles geprobeerd, maar niets lijkt echt te helpen. Je wilt meer rust thuis en fijner contact met je kind... en soms ben je het echt helemaal zat! Herken je dit?

Dan is de ouderworkshop **Verbindend Opvoeden** misschien iets voor jou.

Verbindend Opvoeden kan ouders en verzorgers helpen om hun gevoel van machteloosheid t.a.v. lastig gedrag van hun kinderen te overwinnen. Door meer inzicht te krijgen in je eigen houding en communicatie word je bewuster van het effect van je eigen gedrag op je kind en andersom. Hierdoor ben je beter in staat om de juiste balans te vinden tussen sturing geven en loslaten.

Als ouder wil je er zijn voor je kind, ook als het lastig wordt.
Verbindend Opvoeden helpt je duidelijk en standvastig te zijn, zonder steeds in ruzies of machtsstrijd te belanden. Deze manier van opvoeden, laat je op een respectvolle manier 'nee' zeggen tegen negatief of grensoverschrijdend gedrag, zonder jezelf te verliezen. Het werkt aan verbinding tussen jou en je kind.

Als ouder ben je een voorbeeld en heb je veel invloed op het zelfbeeld en de mate van zelfvertrouwen van je kind. Veel gebeurt onbewust via je houding en communicatie naar je eigen kind. Waar liggen bijvoorbeeld je eigen grenzen en hoe geef jij die aan? Hoe geef je uiting aan je eigen emoties en hoe ga je om met die van anderen? Hoe reageer je op conflicten? Welke verwachtingen heb je ten aanzien van jouw kind en hoe uit je die verwachtingen naar je kind?

Werkwijze
Samen gaan we met jullie kijken naar thema's als:
- Positieve communicatie
- Grenzen en consequenties
- Omgaan met emoties
- Inzicht in gedrag en verbindend gezag.

De onderwerpen zullen vanuit Rots & Water en Verbindend Gezag® / Geweldloos Verzet methodes worden belicht en uiteraard op een bewegings- en lichaamsgerichte aanpak worden uitgevoerd.

Hoe: In 3 avonden van 1,5 uur, verspreid over 9 weken, zal er gewerkt worden aan verschillende thema's
Voor wie: Voor ouders van kinderen in de leeftijd van 6 t/m 18 jaar
Wanneer: Individuele training: in overleg en op afspraak.
Prijs: € 299,00 voor 3 sessies (1,5 uur per sessie).

Wat levert het jou op?
Door meer inzicht te krijgen in je eigen houding en communicatie word je bewuster van het effect van je eigen gedrag op je kind en andersom. Hierdoor ben je beter in staat om de juiste balans te vinden tussen sturing geven en loslaten.

PSYCHOMOTOR
Therapie & Training