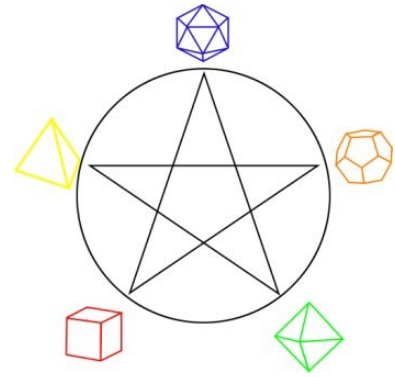


Praktijk voor Persoonlijke Bewustwording

Sociale vaardigheden.



SOCIALE EN EMOTIONELE VAARDIGHEDEN VOOR KINDEREN ?

Vind jij van jezelf:

- ☉ Dat je niet gezien wordt door andere kinderen?
- ☉ Dat je weinig vriendjes of vriendinnetjes hebt?
- ☉ Dat je veel geplaagd wordt of zelfs gepest?
- ☉ Dat je verlegen, faalangstig of juist erg dominant bent?

Zou je willen:

de laatste jaren ☉ Dat je je zelf beter kent...

- ☉ Dat je positiever over jezelf denkt...
- ☉ Dat je je zwakke en sterke kanten beter kent...
- ☉ Dat je je grenzen duidelijk kunt aangeven...
- ☉ Dat je gemakkelijker contact met anderen kunt maken...
- ☉ Dat je enkele verdedigings-technieken kent...

WERKEN AAN SOCIAAL EMOTIONELE VAARDIGHEDEN:

Bij kinderen die (veel) geplaagd of gepest worden ontbreekt het vaak aan een positief gevoel van eigenwaarde. Het beeld dat een kind (onbewust) van zichzelf heeft, bepaalt hoe hij/zij in de dagelijkse praktijk functioneert.

De manier van lopen, het uiterlijk, de wijze waarop op contacten wordt gereageerd kunnen zowel uitnodigend (dus opbouwend) als afstotend (dus uitsluitend) zijn.

In deze sessies proberen Tjeu en Rieny het bewustwordingsproces van het kind op gang te brengen: hoedenk ik over mezelf en de ander, wat doe ik eigenlijk, waardoor lopen dingen mis of kan ik me niet goed weren?

Eigenwaarde en zelfvertrouwen zijn twee basale gevoelens die bepalen hoe je (als kind of als volwassene) het dagelijks leven ingaat.

Op allerlei (speelse) manieren leert het kind zichzelf kennen en hoe het kan reageren in situaties thuis, op school en elders.

Steeds weer wordt gekeken welke van de **vijf Natuurgerichte Principes** in het bijzonder de aandacht vraagt:

SOCIALE VAARDIGHEDEN STARTEN NL. MET:

GOED IN JE VEL ZITTEN -

ZOWEL FYSIEK ALS OOK EMOTIONEEL EN MENTAAL!