



berichtje van Frieda

Hallo, wat leuk dat u dit leest! Dit is de eerste nieuwsbrief. Ik vind het spannend en ook leuk om deze nieuwsbrief te schrijven. Hopelijk vindt u het interessant; ik hoor graag uw feedback!

Deze eerste uitgave gaat over 'Rots en Water'. Veel ouders hebben hier al iets over gehoord, maar wat is het nu eigenlijk? Aan welke doelen wordt tijdens de Rots en Watertraining gewerkt?

Bent u nieuwsgierig en wilt u meer weten? Neem dan contact met mij op via frieda@KJPTalent.nl We kunnen dan samen kijken naar de mogelijkheden om uw kind snel verder te helpen. U kunt op de website www.kjptalent.nl ook meer informatie lezen.

Hartelijke groet,
Frieda Oud

achtergrond

De Rots en Watertraining is een weerbaarheidsprogramma voor jongens en meisjes. Het verschil met andere programma's is dat er geleerd wordt door te bewegen en te doen. De training van weerbaarheid gaat samen met de ontwikkeling van positieve sociale vaardigheden. De training heeft als doel het verbeteren van zelfbeheersing, zelfreflectie, zelfvertrouwen, sociale en communicatieve vaardigheden. Andere belangrijke thema's zijn: het leren maken van eigen keuzes en het gaan van je eigen weg.

Meer vriendjes door Rots en Water?

Vaak vertellen ouders mij dat hun kind moeite heeft om vriendjes te maken. Zij staan niet stevig genoeg in hun schoenen, of ze zijn juist te assertief. De vraag die zij hebben is dan: helpt Rots en Water mijn kind om makkelijker vriendjes te krijgen?

Bij de training Rots en Water gaat niet over meer assertiviteit. Het gaat over de juiste balans tussen te veel en te weinig assertiviteit. De termen Rots en Water staan voor verschillende vaardigheden. Van beide hebt je iets nodig! Zo staat Rots voor je eigen mening en opkomen voor jezelf. Water staat voor contact met de ander en rekening houden met de ander. Kinderen ervaren op deze manier dat ze in iedere situatie zélf kunnen kiezen hoe zij reageren.

Aan het begin van de training stellen we samen de groepsregels op. We maken duidelijke afspraken. Voor sommige kinderen is het de eerste keer dat ze ervaren dat zij deel van een groep zijn en dat ze erbij horen. Dit is een belangrijke ervaring. Zij oefenen als het ware hoe zij zich in een groep kunnen opstellen. De kinderen die niet stevig in hun schoenen staan leren hoe zij een eerste contact kunnen opbouwen. En de kinderen die te assertief zijn leren juist hoe zij zich op een andere manier kunnen opstellen. Zo neemt ieder kind een belangrijke ervaring mee!

Ziet u ook wel eens dat uw kind 'onhandig' reageert? Probeer hierover eens met uw kind in gesprek te gaan. Reageert uw kind als Rots of als Water? Bespreek samen eens hoe je anders zou kunnen reageren. Hoe zou de afloop zijn als je anders reageert?

Spreekt dit u aan? Regelmatig start er een nieuwe training. Kijk op <http://kjptalent.nl/diensten/rots-en-water-hoorn-enkhuizen> voor meer informatie en voor de startdatum van de volgende training.