

Spr!ng

Spr!ng is een praktijk voor coaching, counseling en integratieve therapie voor kinderen en volwassenen, dyslexie-onderzoek en remedial teaching.

Wij gaan er van uit dat elk mens de mogelijkheden tot groeien en leren zélf bezit; dat het er om gaat die mogelijkheden aan te boren en verder uit te bouwen.

Vaak gaat dat gemakkelijk, als vanzelf. Soms kost het echter moeite en aandacht. Op die momenten kun je behoefte hebben aan ondersteuning. Als kind of jongere, maar ook als ouder of als leerkracht.

Spr!ng geeft deze ondersteuning: op maat, doelgericht, helder, open en met beide benen op de grond.

Trainingen

Ook op school zijn er momenten dat een kind een steuntje in de rug kan gebruiken. Als het gaat om de didactische ontwikkeling zijn er op school meestal genoeg manieren en middelen voorhanden. Als het gaat om de sociaal-emotionele ontwikkeling bieden wij een aantal trainingen, die u kunnen helpen die ontwikkeling te stimuleren.

Sociale vaardigheidstraining

Onze sociale vaardigheidstraining is gebaseerd op de training "Bang zijn voor andere kinderen" van Ringrose en Nijenhuis. Dit is een van de weinige sociale vaardigheidstrainingen die is opgenomen in de Databank Effectieve Interventies van het Nederlands Jeugd Instituut.

De training is gericht op kinderen van groep 4 tot

en met 8, die problemen ervaren in de dagelijkse omgang met andere kinderen. We denken daarbij aan: het hebben van geen of zeer wisselende vriendjes, vaak geplaagd worden, zich slecht kunnen verweren tegen leeftijdgenoten, vaak ruzie hebben, regelmatig vechten, zich sterk conformeren aan anderen en gemakkelijk over zich heen laten lopen, een erg lage dunk van zichzelf hebben, veel alleen spelen, zichzelf overschreeuwen.

Het doel van de training is het verhogen van de sociale competentie door middel van verschillende technieken (o.a. gesprekken en rollenspelen). De kinderen hebben succeservaringen en ontdekken dat ze sociaal tot meer in staat zijn dan ze dachten.

De ouders blijven via de thuisopdrachten op de hoogte van de inhoud van de training. Een aantal weken na afloop van de training vindt er met de groep nog een terugkomsessie plaats.

aantal bijeenkomsten	10 + 1 (x 1 uur)
groepsgrootte	6-8 leerlingen
ouderbijeenkomsten	1 (vooraf)
aantal trainers	2
plaats	op school
tijdstip	onder schooltijd
kosten	€ 240,00 per leerling

Faalangsttraining

Er zijn verschillende soorten faalangst te onderscheiden. De training die wij hier bieden is met name bedoeld voor leerlingen met *cognitieve faalangst*: de angst om niet te kunnen voldoen aan de (eigen) verwachtingen op leergebied. Voor leerlingen met *sociale faalangst* bieden wij de sociale vaardigheidstraining (zie elders in deze folder).

Onze training richt zich op kinderen uit groep 3/4/5 en groep 6/7/8. Wij maken dit onderscheid om de oefeningen goed te kunnen afstemmen op de leeftijd van de kinderen. Door middel van gesprekken, rollenspelen, ademhalings- en ontspanningsoefeningen leren de kinderen beter om te gaan met hun faalangst. Ze leren o.a. dat ze fouten mogen maken en hoe ze daarvan kunnen leren, zich bewust te zijn van hun lichamelijke symptomen als gevolg van faalangst, hoe ze helpende gedachten kunnen inzetten en hoe ze zelf oplossingen kunnen bedenken bij een probleem.

De ouders blijven via de thuisopdrachten op de hoogte van de inhoud van de training.

aantal bijeenkomsten	9 (x 1 uur)
groepsgrootte	8-10 leerlingen
ouderbijeenkomsten	1 (vooraf)
aantal trainers	2
plaats	op school
tijdstip	onder schooltijd
kosten	€ 175,00 per leerling

Weerbaarheidstraining

Onze weerbaarheidstraining is gebaseerd op het Marietje Kessels Project, dat de laatste jaren een enorme opmars maakt. De training is gericht op het vergroten van de fysieke en mentale weerbaarheid van leerlingen in groep 7 en 8 van het basisonderwijs.

De lessen worden steeds aan de helft van de klas gegeven, in aanwezigheid van de leerkracht. De kinderen leren hun grenzen aangeven, situaties van machtsmisbruik herkennen, zichzelf beschermen, hun fysieke en mentale kracht gebruiken en hoe en waar ze om hulp kunnen vragen. De technieken die

daarvoor worden gebruikt zijn rollenspelen, groeps gesprekken, fysieke (zelfverdedigings-) oefeningen en opdrachten voor thuis. Een goede voorbereiding op de stap naar het voortgezet onderwijs, in de vertrouwde omgeving van de basisschool.

aantal bijeenkomsten	10 (x 1 uur)
groepsgrootte	max. 2 x 15 leerlingen
ouderbijeenkomsten	1 (vooraf)
aantal trainers	2
plaats	op school (2 lokalen)
tijdstip	onder schooltijd
kosten	€ 1680,00
materiaalkosten	€ 2,50 per leerling

VRIENDENprogramma

Het VRIENDENprogramma is een cognitief gedragstherapeutisch programma, dat ingezet wordt ter preventie en behandeling van angststoornissen en depressieve klachten.

Het programma is geschikt voor kinderen uit groep 4 tot en met 8. Het versterkt de emotionele veerkracht, stimuleert het zelfvertrouwen en helpt kinderen bij het ontwikkelen van vaardigheden om situaties aan te pakken die moeilijk zijn of angst oproepen.

Bij de training worden ook de ouders actief betrokken. In de 4 ouderbijeenkomsten krijgen ze vaardigheden aangereikt om hun kind te helpen om te gaan met moeilijke of angstige situaties. Zo wordt de kans vergroot dat het kind de therapeutische vaardigheden behoudt. Voor zowel de kinderen als de ouders zijn er uitgebreide werkboeken.

De training is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en opgenomen in de Databank Effectieve Interventies van het Nederlands Jeugd Instituut.

aantal bijeenkomsten	10 + 2 (x 1½ uur)
groepsgrootte	min. 5 - max. 12
ouderbijeenkomsten	4
aantal trainers	1 à 2 (afhankelijk van de groepsgrootte)
plaats	op school
tijdstip	onder schooltijd
kosten	€ 280,00 per leerling
materiaalkosten	€ 27,50 per leerling

Algemene informatie

De trainingen worden verzorgd door Marja Odijk-Hulsman en Jacqui Kuijt-Willemse. Zij zijn beiden integratief therapeut én hebben als leerkracht ruime ervaring in het (speciaal) basisonderwijs.

Voorafgaand aan elke training is er (in samenwerking met de school) een informatieve bijeenkomst met de ouders en de betrokken leerkrachten.

Desgewenst kunnen de trainingen ook voor individuele leerlingen verzorgd worden of op een andere wijze op maat gemaakt worden.

De tarieven in deze folder zijn per 1/9/09 en exclusief reiskosten. Voor de meest actuele tarieven kunt u terecht op onze site. Daar vindt u ook informatie over onze overige trainingen.

Mocht u nog vragen hebben of een afspraak willen maken, neem dan contact op met...

Praktijk Spr!ng
Wilhelminastraat 35
2011 VJ HAARLEM
023-5511377
info@praktijk-spring.nl
www.praktijk-spring.nl



Trainingen