

WEERBAARHEIDSTRAINING

✓  
VOOR  
LEERLINGEN  
UIT GROEP  
4,5 EN 6

VERTROUW IN  
**JEZELF!**

# Stevig in je schoenen en lekker in je vel!

De training weerbaarheid/zelfvertrouwen is voor kinderen die zich soms onzeker, angstig, verdrietig voelen en die zich onvoldoende bewust zijn van grenzen bij zichzelf en andere.

## DOEL VAN DE TRAINING

Kinderen die niet lekker in hun vel zitten kunnen zich soms terugtrekken of zich juist naar buiten toe manifesteren en afreageren. Tijdens de training leren de kinderen door bewegen en spel hun zelfvertrouwen te vergroten en leren ze vaardigheden om respectvol met zichzelf en met andere om te gaan.

De training is gebaseerd op de methode 'Ho, tot hier en niet verder...!' en helpt kinderen:

- op zichzelf te vertrouwen, stevig in hun schoenen te staan en veerkrachtig om te gaan met tegenslag en problemen.
- zich geborgen te voelen, gezien en gewaardeerd door hun ouders en belangrijke anderen.
- weer blij en trots op zichzelf te zijn.

## DE TRAINING BESTAAT UIT:

- 9 bijeenkomsten van 1 uur (*tijdens de vakantie is er geen training*)
- Een evaluatiebijeenkomst voor ouders
- Maximale groepsgrootte is 8 kinderen

De organisatie en uitvoering van de training wordt gedaan door de Schoolmaatschappelijk werkers van Stichting ZO! Weet u nog niet of de training geschikt is voor uw kind? Of heeft u andere vragen? Neem dan gerust contact met ons op via [smw@stzo.nl](mailto:smw@stzo.nl).

## VOOR WIE?

Voor kinderen van groep 4 t/m 6 (6-9 jaar)

## KOSTEN:

Het werkboek voor deze training kost €18,- Mocht u niet de financiële middelen hebben om het bedrag te betalen, neem dan contact op met ons via [smw@stzo.nl](mailto:smw@stzo.nl)

## WAAR EN WANNEER?

Kijk op [zovoorelkaar.nl](http://zovoorelkaar.nl) voor een overzicht van actuele trainingen.

## AANMELDEN

Aanmelden voor deze training kan via school, de schoolmaatschappelijk werker op school of via [zovoorelkaar.nl](http://zovoorelkaar.nl).