

Zelfregulatietraining voor kinderen van groep 3 en 4

Wilt u dat uw kind beter leert omgaan met zijn of haar emoties en gedrag? Onze **Zelfregulatietraining** is speciaal ontworpen voor kinderen in groep 3 en 4 om hen te helpen zichzelf beter te begrijpen en te beheersen.

Wat houdt de training in?

De Zelfregulatietraining is een serie leuke en interactieve bijeenkomsten waarin kinderen leren hoe ze hun emoties en gedrag kunnen reguleren. We richten ons op het versterken van hun zelfvertrouwen, het ontwikkelen van sociale vaardigheden en het verbeteren van hun concentratie en aandacht. Zelfregulatie is een belangrijke vaardigheid voor het dagelijks functioneren. Het is het vermogen om grip te krijgen op je gedachten, emoties en gedrag. Op school is een goede zelfregulatie nodig om te leren, om door alledaagse (schoolse) situaties te navigeren en om met andere leerlingen samen te werken (Diamond, 2013).

Wat leert het kind tijdens deze training?

- Stoppen van gedrag en starten aan een (nieuwe) taak
- Richten van de aandacht
- Afleiding weerstaan en uitstellen impulsen tijdens het werk
- Concentreren
- Evalueren
- Omgaan met stress en emoties

De training is bedoeld voor kinderen in groep 3 en 4 die baat kunnen hebben bij het leren reguleren van hun emoties en gedrag (taakwerkhouding en zelfstandig leren). De groepen zijn klein, zodat ieder kind voldoende aandacht krijgt. De kinderen komen in 6 wekelijkse bijeenkomsten in een groepje van 4-5 kinderen bij elkaar om te oefenen. Kinderen moeten de Nederlandse taal redelijk beheersen. De training is niet geschikt voor kinderen die getraumatiseerd zijn, ernstige psychiatrische problematiek hebben of voor kinderen in een stressvolle thuissituatie.

Ouders en school worden nauw betrokken bij deze training.

Van ouders wordt gevraagd om aansluitend aan iedere bijeenkomst thuis specifieke eenvoudige spelletjes en activiteiten met hun kind uit te voeren.

Voor school levert de training op dat de groepsleerkracht handvatten krijgt om aan de slag te gaan met de werkhoudingsproblemen van de leerling. Dit vraagt van de leerkracht bereidheid om het geleerde in de training, in de klassensituatie toe te passen.

Voorafgaand aan de training vullen ouders een aanmeldformulier in voor hun kind. Als naar aanleiding van dit aanmeldformulier nog aanvullende vragen zijn, dan wordt contact opgenomen met ouders, alvorens het kind aan de training kan deelnemen.

Als uit het aanmeldformulier blijkt dat het kind voldoet aan de voorwaarden om deel te kunnen nemen aan de training, ontvangen ouders een betaal link. Na betaling is het kind definitief ingeschreven voor de training.

Kosten voor 6 bijeenkomsten, inclusief werkboek voor het kind: €250,-

De training wordt gegeven door Anne-Marie Visser, Orthopedagoog-Generalist. Trainingslocatie: Leiden en Alphen aan den Rijn

Aanmelden kan via aanmelding@kinderpraktijkenleidsehout.nl

Kinderpraktijken Leidse Hout

Dieperpoellaan 28h (in Gezondheidscentrum Leidse Hout, eerste etage)

2334 CN Leiden

www.kinderpraktijkenleidsehout.nl