



# Individueel programma aan huis



## Voor ouders met kinderen tot 12 jaar

Je kind wil 's nachts niet slapen. Je zontje ruimt nooit op. Je kinderen maken veel herrie. Kortom, opvoeden is niet leuk meer. Je hebt soms het gevoel dat je er alleen voor staat ...

**Nu is er de opvoedingstraining van Triple P. Tijdens dit programma kunnen ouders hun ervaringen delen met de trainer, veel informatie over opvoeding krijgen en vaardigheden inoefenen. Ouders willen allemaal hetzelfde: het beste voor hun kinderen en (opnieuw) plezier beleven aan de opvoeding.**

## CKG KINDERKASTEELTJE

09/385.40.15

[kinderkasteeltje@kinderkasteeltje.be](mailto:kinderkasteeltje@kinderkasteeltje.be)

([www.triplep.be](http://www.triplep.be))

De sessies worden gegeven aan huis.

Interesse? Neem contact met CKG t' Kinderkasteeltje: 09/385.40.15

Je kan ook mailen naar: [sofie.delaere@kinderkasteeltje.be](mailto:sofie.delaere@kinderkasteeltje.be)

We helpen je graag verder!

Het individuele programma wordt doorlopen binnen een termijn van 3 maanden. Er worden een aantal sessies aangeboden. Daarnaast wordt er ruim de tijd genomen om te oefenen.

### De sessies gaan over:

- Wat is positief opvoeden
- Waarom je kind zus of zo reageert
- Hoe je gewenst gedrag kan beïnvloeden en aanmoedigen
- Hoe je grenzen kan stellen en je kinderen zelfbeheersing kan aanleren

- Hoe je met stressvolle situaties kan omgaan zoals bv. Winkelen, in een rij wachten, de ochtenddrukte ...

Er wordt voldoende tijd genomen om aangereikte strategieën te **oefenen**.