

# ACMO Training • Kinderen weerbaar maken

Een weerbaar kind is een gelukkig kind.  
Is dit niet de diepste wens van iedere ouder?

ACMO gelooft in een wereld waarin ieder mens een eigen plek heeft en waar we allemaal kunnen en mogen zijn. Ieder mens wil immers een veilige wereld waarin kinderen opgroeien tot positieve wereldburgers met ondersteuning van volwassenen.

## Wat is een weerbaar kind?

Een weerbaar kind is in staat om voor zichzelf en voor anderen op te komen. Dit kind is zelfstandig, heeft een krachtige uitstraling, blijft proberen als een opdracht moeilijk is, zoekt actief naar oplossingen, kent zijn/haar grenzen en weet wanneer hij/zij hulp kan en mag vragen. Dit heeft alles te maken met zelfvertrouwen. Wanneer een kind genoeg zelfvertrouwen heeft, durft het sneller uitdagingen aan te gaan.

## Doel van de training

Weinig zelfvertrouwen werkt angst om te falen en angst voor de omgeving in de hand. Deze training heeft als doel de weerbaarheid van kinderen en hun ouders te verbeteren zo het zelfvertrouwen te vergroten. Onze training leert kinderen en hun ouders dit onder de knie te krijgen. Wij laten kinderen hun eigen positieve krachten ontdekken. We leren hen hoe zij die vervolgens kunnen en mogen inzetten voor zichzelf en anderen. Het resultaat is dat ze zich veilig gaan voelen in de wereld.

## Inhoud training

Om tot het gewenste resultaat te komen, vindt de training plaats op een praktische en herkenbare manier in een veilige omgeving. In een kleine groep van maximaal 6 personen (ouders en kinderen in een aparte groep) oefenen we vaardigheden. De training zal meer effect hebben als ouders meedoen aan een eigen programma.

De training bestaat uit 5 bijeenkomsten van 1,5 uur verdeeld over 4 maanden.

Bijeenkomst 1: Kennismaken en onderzoeken van de vraag

Bijeenkomst 2: Antwoord vinden op de vraag

Bijeenkomst 3: Werken aan het antwoord

Bijeenkomst 4: Hoe nu verder?

Bijeenkomst 5: Hoe gaat het na 2 maanden met je?

Bij de bijeenkomsten worden huiswerkopdrachten meegegeven. We werken aan de volgende onderwerpen: contact maken, communicatieve vaardigheden, conflicten vermijden/oplossen en je grenzen bewaken. Individuele coaching tijdens dit traject is mogelijk tegen een gereduceerd tarief.

## Intake

Voorafgaande aan de training vindt een intakegesprek plaats om de specifieke vraag bespreekbaar te maken, zodat we ons programma hierop aan kunnen passen.

## Kosten

€ 400,- per deelnemer (inclusief BTW).

Deze training kan alleen doorgaan bij een groep van minimaal 4 deelnemers, de tijdstippen en datums worden in overleg vastgesteld. We starten in Limburg en Utrecht, incompany en/of op (externe) locatie.

## Aanmelden en vragen

U kunt een aanmeldingsformulier aanvragen door te mailen naar [info@acmo.eu](mailto:info@acmo.eu) of door te bellen met Bella Joosten.