



TRAININGEN VOOR KINDEREN EN PUBERS BIJ DEVOTAS

Devotas biedt u, ouders en scholen, diverse trainingen aan voor kinderen in de leeftijd van 6 tot 18 jaar. Tevens biedt Devotas een oudercursus voor ouders en/ of verzorgers, waarbij er naast opvoedingsvraagstukken een extra module mogelijk is voor gescheiden ouders.

De trainingen kunnen bij Devotas op de vestiging gevolgd worden.

Deze trainingen kunnen op verzoek van een onderwijsinstelling ook op school aangeboden worden. Bent u een onderwijsinstelling en zou u hier graag meer over willen weten, neemt u dan gerust contact op.

CONTACTGEGEVENS

Hoofdkantoor Devotas

Peperstraat 1
3262 JK Oud-Beijerland

T 0186-785014
F 0186-629609
W www.devotas.nl
E info@devotas.nl



SOCIALE VAARDIGHEIDSTRAINING/ SOVATRaining VOOR KINDEREN

Devotas biedt een sociale vaardigheidstraining aan kinderen in de leeftijd van 4 t/m 12 jaar. Wat betreft de Sovatraining wordt deze zowel individueel als in groepsverband aangeboden. Kiest u voor een korter en intensiever traject dan kunt u het beste de training individueel laten afnemen. Een individueel traject kan zo snel mogelijk opgestart worden, zelfs al in een schoolvakantie. U kunt ook kiezen voor een training in groepsverband. De training in groepsverband begint na schooltijd.

Sociale vaardigheidstraining - Is bedoeld voor kinderen die:

- Problemen ervaren in het sociale contact met anderen
- Vaak op een manier reageren die niet zo handig is in sociale situaties
- Snel ruzie maken
- Onvoldoende voor zichzelf opkomen
- Moeite hebben met het maken en behouden van vriendjes en vriendinnetjes
- Gepest worden of zelf pesten
- Zich onzeker voelen
- Vaak de baas spelen

De training is uitgebreid; waarbij kinderen leren hoe ze meer zelfvertrouwen krijgen, omgaan met en het uiten van emoties, hoe ze gesprekken kunnen voeren, keuzes leren maken, nee leren zeggen, kritiek geven en ontvangen, sociale vaardigheden aanleren, vriendjes maken en ook vriendjes blijven, meer inzicht krijgen in pesten, denken en voelen.

Onderwerpen die aan het bod komen;

- Contact leren maken
- Emoties
- Zelfvertrouwen en zelfbeeld
- Gesprekken voeren
- Keuzes maken, leren nee zeggen
- Denken en voelen
- Kritiek geven en ontvangen
- Pesten



Op maat gemaakt - De training zal geheel op maat worden gemaakt voor uw kind na aanleiding van een intakegesprek. Het aantal lessen verschilt per kind. En zullen kinderen veelal bij leeftijdsgenootjes of naar "kunnen" ingedeeld worden. Tijdens de cursus krijgen kinderen werkbladen mee; Hierin staat de omschrijving van de geleerde vaardigheid, wat er in de bijeenkomst aan de orde geweest is en de uitleg van de thuisopdracht. Zodat u ook als ouder weet welk onderwerp behandeld is en hier ook thuis mee verder kunt gaan. Zo wordt u actief bij de training betrokken. Ook onze trainingen kennen geen wachtlijsten. Op ieder gewenst moment kan gestart worden.

Tip; Vele ouders kiezen er voor gelijk een oudercursus te volgen, parallel aan de sociale vaardigheidstraining.



FUNCTIETRaining

Is bedoeld voor kinderen ten behoeve van het ontwikkelen van de cognitieve functies door middel van oefening. Cognitieve functie training is het trainen van geheugen, aandacht, of concentratievermogen, reactievermogen (en allerlei cognitieve functies).

Na onderzoek kan gebleken zijn dat er een onderontwikkeling is ontstaan, welke door middel van een functie training op een hoger ontwikkelingsniveau getild kan worden. De Functie Training wordt alleen individueel aangeboden in verband met het intensieve traject. Een individueel traject kan snel opgestart worden. Een kind dat zwak presteert voor een bepaald vak op school hoeft nog geen leerstoornis te hebben. Vaak hebben kinderen meer leerpotentie in zich dan de behaalde resultaten laten zien. Door middel van het aanleren van denk, leer- en probleemoplossingsvaardigheden gaan kinderen beter functioneren op school, maar ook op sociaal gebied.

Wanneer een kind wel over de cognitieve capaciteit beschikt, kan er bijvoorbeeld gewerkt worden aan;

- Sociaal inzicht
- Sociaal emotioneel welzijn
- Taal
- Inzichten
- Planning en overzicht (structuur)
- Rekenen
- Geheugen
- Concentratie
- Reactie

GROW UP! PUBERTRAINING

Iedere tiener ontwikkelt zich op een ander wijze; bij de meeste verloopt de pubertijd als vanzelf en heel soepel. Maar soms is een beetje extra hulp gewenst. Pubers tussen de 12 en 18 jaar kunnen bij Devotas een training volgen, waarin ze binnen een veilige omgeving zichzelf beter leren kennen en krijgen ze inzichten en handvaten om zichzelf te kunnen ontwikkelen.

De inhoud van de training:

- Wie ben jij en wat zou je willen?
- Welke gedachten heb je? Welke gevoelens en emoties heb je?
- Communiceren met jezelf en je omgeving? (Assertiviteit)
- Hoe is jouw zelfbeeld? Ken je faalangst en hoe krijg je meer zelfvertrouwen?
- Hoe leren we? Wat is leren eigenlijk?
- Wat vind jij belangrijk in relaties en vriendschappen?
- Pest jij? Of wordt je gepest? Wat kun je daar aan doen?
- Verslavingen en verleidingen; Hoe gaat het met jouw gezondheid?
- Onderwijs en huiswerk
- Ouders en regels
- Zelf keuzes leren maken
- Zakgeld en schulden
- Toekomstdromen





PESTEN, GEPEST WORDEN

Pesten, wat bedoelen we daarmee precies? Pesten is vaak niet alleen een fysieke aanval,; het kan ook verbaal, emotioneel of psychologisch zijn, of allemaal tegelijk. Soms kan het heel duidelijk en schokkend zijn, of heel bedekt, stil en onzichtbaar. Ernstige episode van pesten kan van invloed zijn op het huidige functioneren, maar ook later nog steeds van invloed zijn in de rest van haar of zijn leven. Voor sommigen laat het hele diepe littekens na... Kinderen kunnen om verschillende redenen pesten. Dit kan zijn om te voorkomen dat ze zelf gepest zullen worden. Of omdat ze denken dat het stoer is om te pesten, maar ook omdat er bijvoorbeeld een beloning tegenover staat.



Pestgedrag wordt niet minder naarmate kinderen ouder worden. Pesten is tegenwoordig al lang niet meer alleen geestelijk en lichamelijk; De laatste jaren is er een grote opkomst van het pesten dat zich online of via de telefoon voordoet: genaamd cyberpesten. Denkt u hierbij aan chatprogramma's zoals MSN, Hyves, Facebook, Blogs en dergelijke...

Wanneer een kind gepest wordt zal het in het begin proberen om de situaties te ontlopen. Dit gebeurt door bijvoorbeeld de pauze op school ergens anders door te brengen en niet meer naar school durven. Het kind geeft in de ochtend voor het naar school gaan aan dat het zich niet lekker voelt. Een kind durft er meestal niet over te praten met ouders of leraren als het gepest wordt. Dit komt doordat het kind denkt dat het pesten dan alleen maar erger zal worden.

Als het pesten een tijdje over is zal het kind zich vanzelf beter gaan voelen. Maar helaas komt er vaak een terugval als alles weer normaal is. Het kind kan dan gaan terugblikken, bang worden en angstaanvallen krijgen. Om deze reden is het heel belangrijk om professionele hulp in te schakelen bij pesten in de vorm van bijvoorbeeld een training en individuele hulp aan het kind.

Kinderen kunnen een training volgen met als doel;

- Inzichten in eigen gedrag
- Leren praten en luisteren,
- Gevoelens leren uiten
- Woede leren uiten,
- Grenzen leren stellen en "nee" leren zeggen
- Wat is pesten, wat is plagen?
- Sociaal-cognitieve vaardigheden te verbeteren (begrijpen van de omgang met anderen)
- Meer zelfverzekerd te zijn

De training is zowel voor de pesters als voor de kinderen die gepest worden. Trainingen kunnen ook op scholen, sportverenigingen of anders aangeboden worden. Ouders krijgen tips en trucs aangeleverd, welke hulpbronnen geraadpleegd kunnen worden om pest-gedrag te voorkomen, dan wel te verminderen. Het aantal sessies is in overleg.

TRAINING “ROTS EN WATER” OF “KIEZEL EN DRUPPEL”

Wat betreft de training Rots en Water wordt deze zowel individueel als in groepsverband aangeboden. In de training leren kinderen en jongeren samenwerken, samen spelen en samen leven.

Iedereen moet leren zich onafhankelijk op te stellen en eigen keuzes te maken (Rots). Daarnaast leren ze hoe ze met anderen samen te werken, spelen en leven (Water). Afhankelijk van de situatie zal voor een Rots- of een Waterhouding gekozen moeten worden. De training is geschikt voor jongens die een sociale vaardigheidstraining nodig hebben. Ook voor meisjes die moeite hebben om zich te uiten is het programma uitermate geschikt.

De harde rotshouding staat recht tegenover de beweeglijke, verbindende waterhouding. Dit gebeurt op fysiek, mentaal en sociaal niveau.



Op fysiek niveau ontstaat een aanval door de spieren aan te spannen (Rots), maar de effectievere manier is hierbij beweeglijk meegaan met de energie van de aanvaller (Wateraspect). In de communicatie staat het kind voor de keuze om een harde rotsopstelling of een meer communicatievere wateropstelling aan te nemen. In relaties ziet het kind dit terug tussen een rotsopstelling ('ik ga gewoon mijn eigen gang') of een wateropstelling ('we zijn samen op weg'). Uiteindelijk ontstaat het inzicht en wordt duidelijk dat beide wegen nodig zijn om tot persoonlijke ontwikkeling te komen. Iedereen is met elkaar verbonden en legt een gezamenlijke weg af.

De kinderen leren zich onafhankelijk op te stellen en eigen keuzes te maken (Rots). Daarnaast leren ze hoe ze met anderen samen werken, spelen en leven (Water). Afhankelijk van de situatie zal voor een Rots- of een Waterhouding gekozen moeten worden. De training kan worden gezien als een weerbaarheids-programma.

Door het werken aan verschillende doelstellingen middels de 4 thema's worden uiteenlopende resultaten behaald met de kinderen. Zoals het verbeteren van de zelfbeheersing, zelfreflectie en zelfvertrouwen. Maar ook het verbeteren van de positieve communicatieve en sociale vaardigheden.

Er zijn 4 thema's waar aan wordt gewerkt:

- Zelfbeheersing
- Zelfreflectie
- Zelfvertrouwen
- In actie kunnen en durven komen

T.O.M. TRAINING

T.o.M. staat voor Theory of Mind: inlevingsvermogen.

Deze training is onder andere bedoeld voor kinderen met een stoornis in het autistisch spectrum, of een vermoeden daarvan. Kinderen met ADHD of zwakbegaafdheid kunnen ook baat hebben bij een T.o.M. training. De definitie van de Theory of mind (ToM) is het menselijk vermogen om zich een beeld te vormen van het perspectief van een ander en indirect ook van zichzelf. Hierbij wordt er beschreven wat een ander ziet, voelt of denkt vanuit zijn perspectief. Dit is een belangrijke vaardigheid om empathisch te kunnen zijn. Hiermee kun je je verplaatsen in het gevoelsleven van een ander.

De Theory of Mind start in de peuter-kleutertijd (vanaf 2-3 jaar). Het kind begrijpt percepties, emoties en wensen. Wat betreft TOM Training wordt deze in groepsverband aangeboden. Het doel van de groepstraining is om het sociaal inzicht en invoelend vermogen aan te leren. Na de TOM training kan eventueel aansluitend een SOVA training gevolgd worden. Alleen de TOM training in een groep is niet genoeg. Het is effectiever om de aangeleerde vaardigheden ook thuis te oefenen, met ouders en op school.

Kinderen leren in de training om zich in te leven in gevoelens, gedachten en gedrag van iemand anders en oefenen om hun eigen gedrag daarop aan te passen. Kinderen leren nadenken over gevoelens, gedachten en gedrag van iemand anders. Waar dat bij de meeste mensen een automatisch proces is, missen kinderen met autisme dit inlevingsvermogen.

De cursus is voor kinderen van acht tot en met twaalf jaar met een stoornis in het autistisch spectrum, die moeite hebben met het begrijpen van en omgaan met emoties en/of angstig en agressief zijn in sociale situaties.

Tijdens de T.o.M.-training komen o.a. de volgende onderwerpen aan bod:

- leren gericht kijken, luisteren en nadoen
- leren herkennen van bedoelingen en van gevoelens bij jezelf en anderen
- stimuleren van het zelfbeeld en het voorstellingsvermogen
- leren zich te verplaatsen in de gedachten en de gevoelens van de ander

Er wordt op een speelse manier met de vaardigheden geoefend.



TRAINING ZELFCONTROLE

In deze training leren kinderen agressief gedrag en/of oppositioneel gedrag om controle te krijgen over hun gevoelens, gedachten en gedrag. In een veilige omgeving oefenen ze samen met nieuw geleerde vaardigheden, bijvoorbeeld via rollenspel.

Gewerkt wordt aan;

- aandacht voor probleembesef;
- luisteren;
- op je beurt wachten;
- aandacht voor jezelf vragen en aandacht aan anderen leren geven op het juiste moment;
- leren delen;
- kijken naar anderen en begrijpen wat je ziet;
- gevoelens leren kennen;
- leren jezelf te concentreren in verband met zelfcontrole (zelfobservatie, zelfbeoordeling, zelfversterking);
- leren reageren op uitdaging;
- kritiek geven en krijgen.

De training heeft als doel om;

- gedragsproblemen te verminderen in sociale situaties
- sociaal-cognitieve vaardigheden te verbeteren (begrijpen van de omgang met anderen)
- de controle over boosheid te vergroten
- impulsief gedrag te verminderen

Meer investeren in dergelijke interventies zal niet alleen het agressieve kind, maar uiteindelijk ook de samenleving ten goede komen. Het aantal sessies is in overleg.

OUDERCURSUS VOOR OUDERS EN/OF VERZORGERS

Opvoeden is uitdagend en vaak ontzettend leuk om te doen. Maar makkelijk is het zeker niet altijd. Iedere ouder heeft soms een moment waarop hij of zij het even niet meer weet. De oudercursus geeft u praktische handvatten en tips die het opvoeden een beetje makkelijker maken. U leert beter omgaan met alledaagse opvoedingskwesaties en kunt eventuele problemen straks doeltreffend en op een positieve manier aanpakken.

DEVOTAS biedt u de oudercursus aan; een cursus welke gegeven wordt in 4 avonden, met de mogelijkheid een extra avond waarin een extra module behandeld wordt voor gescheiden ouders of anders mogelijke nieuwe verzorgers, (nieuwe partner).

Deze cursus is voor ouders en/of verzorgers die;

- Ondersteuning zoeken voor de optimale ontwikkeling van uw kinderen
- Meer willen begrijpen over het gedrag van uw kinderen
- Meer willen begrijpen over de wijze van opvoeden, waar stelt u grenzen, waar laat u ze vrij
- Misschien meningsverschillen heeft met uw partner over de opvoeding van uw kinderen
- Conflicten met uw kinderen zo goed mogelijk willen oplossen
- Willen dat uw kinderen emotioneel zo gezond mogelijk opgroeien
- Duidelijk en direct willen zijn in de omgang met uw kinderen
- Handvatten, wanneer uw kinderen bloot staan aan verschillende verleidingen

De cursus is voor ouders die met kinderen in alle leeftijden te maken hebben. Ook voor aanstaande ouders of ouders met reeds volwassen kinderen. De basis doelstelling van de cursus is het beïnvloedend vermogen van u als ouder ten aanzien van uw kind(eren), leren duidelijk te communiceren en leren gedragsprincipes oordeelkundig te gebruiken. De cursus bevat informatie en oefeningen. De huiswerk opdrachten zijn ervoor bedoeld dat u deze samen met de andere gezinsleden, thuis uitwerkt.



Het volgende komt tijdens de cursus aan het bod;

- De ontwikkeling van een kind,
- Zelfbeeld,
- Communicatie,
- Gedragsbeïnvloeding,
- Stemming.

