

Rots & Water



Leentje
'T-op-Stap'

Ilse
'STeRK_in_BaLaNS'

op school

Wat leert de groep tijdens de training?

De leerlingen gaan als klasgroep aan de slag. Het gaat vooral om 'leren door te doen'. Het doel is gericht op het ontwikkelen van sociale competenties, het voorkomen en aanpakken van pesten, zelfbeheersing, weerbaarheid en zelfvertrouwen.

De Rots en Watertraining maakt leerlingen sterker en wijzer. Ze leren zichzelf beter kennen en tegelijkertijd leren ze daardoor meer begrip op te brengen voor anderen. De training leert de leerlingen hun gedrag onder de loep te nemen en van daaruit bewuste keuzes te maken. Samenwerken, grenzen stellen, maar ook flexibeler zijn als ze iets moeten doen waar ze geen of minder zin in hebben.

Thema's

- sterk staan - zelfvertrouwen
- verbale communicatie
- lichaamstaal
- focus en concentratie
- grenzen aangeven en respecteren
- jezelf mogen en durven zijn: emoties (h)erkennen
- groepsdruk en pesten
- samenwerken
- opkomen voor je eigen mening

Contact

- 0473/20.81.23
- 0479/81.54.40
- sterk_inbalans@hotmail.com
- leentje.vds@t-op-stap.be
- www.sterkinbalans.be
- www.T-op-stap.be

~ Het mooiste dat je kan worden,
is jezelf' ~