

Training: Communiceren met Pubers

Voor wie?	Voor ouders én hun puber(s) die de puberteit beter willen leren begrijpen en willen werken aan het verbeteren van de communicatie.
Doel:	Verbeteren van de communicatie tussen ouder en puber <ul style="list-style-type: none">• Inzicht krijgen in het puberbrein• Lastige onderwerpen bespreekbaar maken• Elkaar beter leren begrijpen• Ontdekken wat humor kan doen voor jullie relatie
Inleiding	<p>De puberteit is een roerige periode! Zowel voor de ouders als voor het kind zelf. De groei en drang naar volwassenheid, het afzetten, het nog niet volledig rijpe brein, het snel ontwikkelende lichaam... het is niet niks allemaal. In menig huishouden ontstaan in deze periode dan ook extra spanningen. Hoe komt dat nou eigenlijk? En vooral... wat kun je eraan doen??</p> <p>De groepstraining "Communiceren met Pubers" is bedoeld voor ouders én pubers. Kom dus gezellig SAMEN. Beide ouders zijn welkom, zolang je maar samen met je puber komt. Natuurlijk is een andere samenstelling ook mogelijk (1 ouder, 2 of meer pubers bijvoorbeeld). Samen krijgen jullie uitleg over het puberbrein, doen jullie oefeningen om de communicatie te verbeteren, praten we over onderwerpen als verslaving, alcoholgebruik en weerstand. Wat moet je als ouder wel toestaan en wat niet? Wat zijn de behoeften van de puber en waar liggen de grenzen van de ouders?</p>
Duur training	2,5 klokuren
Kosten	€ 12,50 per persoon (€ 25,= per paar)
Deelnemers	Minimaal aantal deelnemers 8, maximaal 20
Trainer	Jantien Roël – Counsellor / Coach bij Wegwijs Counselling & Coaching