



Informatie voor ouders / opvoeders over de:

JONGERENGROEP

Schematherapie bij praktijk Zonnepad

Als uw kind een langer bestaand patroon heeft van hardnekkige onzekerheid, somberheid of stemmingswisselingen en het lukt maar niet om dat te doorbreken, is de jongerengroep wellicht iets voor hem of haar.

De jongerengroep is een wekelijkse therapiegroep, gebaseerd op technieken uit de schematherapie. De jongeren onderzoeken onder leiding van de therapeuten hoe hun patronen (*schema's*) in elkaar zitten en wat ze nodig hebben om die te doorbreken. Door een combinatie van ervarings- en emotiegerichte technieken leren de jongeren steeds beter voor zichzelf te zorgen en daarover te communiceren. Belangrijke vaardigheden voor ontwikkelende jongeren.

Ouders volgen 8 sessies van de **schemacoaching groep** waarin uitleg gegeven wordt over schematherapie en hoe schema's van ouders en jongeren met elkaar kunnen botsen. Ook is er aandacht voor de techniek *emotiecoaching*; een conflicthanteringsmethode voor ouders waarbij empathie en hun eigen emotionele intelligentie belangrijke uitgangspunten zijn.

Meer weten? Lees 'uitleg schematherapie voor ouders/verzorgers' en neem contact met ons op.

Voor wie?

Jongeren tussen de 13-17 jaar (en hun ouders)

Wat?

Jongeren krijgen meer grip op zichzelf en hun leven, leren beter voor zichzelf zorgen en worden zelfstandiger dmv de therapiegroep.

Wanneer?

Donderdagen
16.15 – 17.30
(muv schoolvakanties)

Waar?

Praktijk Zonnepad
Monnickendam

Hoe lang?

Startgesprek: aug.
Start: 30 september
2021.
Duur: één schooljaar

PRAKTIJK ZONNEPAD

0299-231071

Aanmelden voor 14 juli
om in september mee
te kunnen doen op
info@praktijkzonnepad.nl