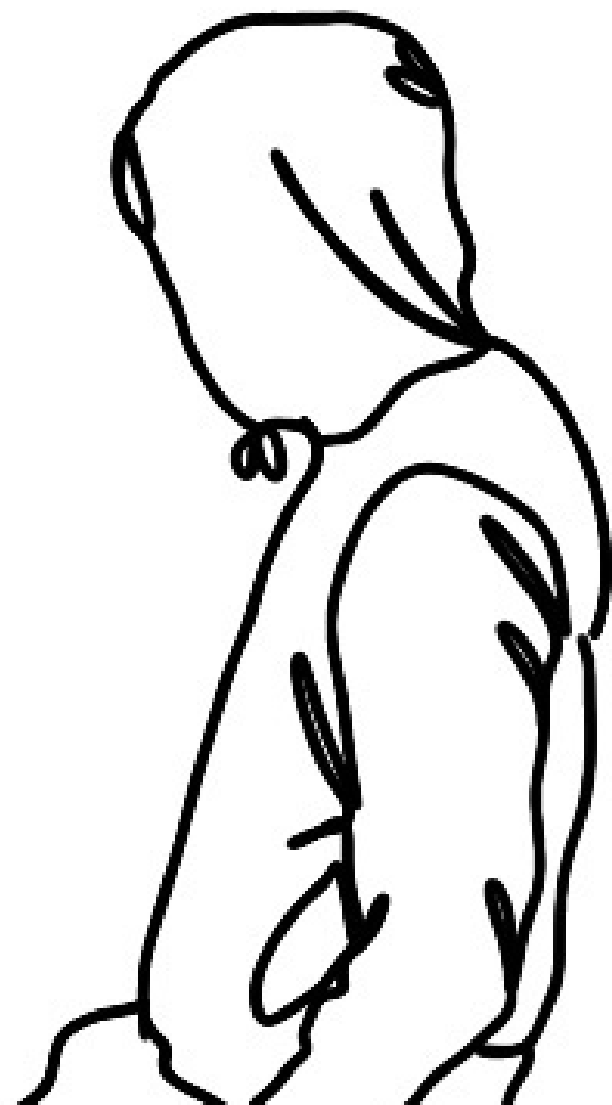


Houd Me Vast/Laat Me Los

training voor ouders met pubers



RELATIE
PRAKTIJKEN



zie data



Fijn dat jullie interesse hebben

In deze training kunnen jullie leren hoe jullie het contact met jullie puber kunnen verbeteren. Want binnen het gezin met pubers kunnen ingewikkelde dynamieken ontstaan. Het is een spanningsveld tussen vasthouden en loslaten. Het kan bijv. zijn dat jullie moeite hebben jullie kind te bereiken, of dat er veel botsingen zijn, of gedoe over school of afspraken die jullie proberen te maken.

Het is vaak een emotionele periode, waarin veel ouders zich bij tijd en wijlen gefrustreerd, boos, machteloos of radeloos kunnen voelen.

Maar gelukkig kunnen we allemaal leren hoe we een betere band met onze puber kunnen krijgen!



Wat kunnen jullie verwachten?

De training bestaat uit 4 avondsessies in een groep van ouders, 1 (online) gesprek met jullie puber, 1 gesprek met jullie alleen als ouders en 1 gesprek met jullie en jullie puber.

Tijdens de avondsessies van 2,5 uur krijgen jullie uitleg over allerlei aspecten van deze fase in het gezin. Over het puberbrein en de 'wereld van de puber'. Over gehechtheid en hoe dat eigenlijk bij jullie zit. Over de impact daarvan op het ouderschap. Over het puberbrein. En over relationele patronen met jullie puber en onderling. Ook doen jullie allerlei oefeningen.

In het online interview met jullie puber praat een van ons met jullie kind over hoe hij/zij het relationele patroon ervaart. Zo gaan we meer begrijpen van de kant van de puber.

In het oudergesprek worden de uitkomsten van het tienerinterview met jullie besproken en in het gezinsgesprek worden jullie geholpen hierover met elkaar te praten op een manier die de onderlinge relatie verbetert of herstelt.

De training neemt ongeveer 8 weken in beslag. Er doen maximaal 6 gezinnen mee.



Wat vragen wij van jullie?

Bereid je puber voor, want zijn/haar deelname is enorm belangrijk. Jullie kunnen je puber vertellen dat jullie een training gaan volgen om te leren hoe jullie een goede band met jullie kind kunnen krijgen. En dat jullie kind op twee momenten ook 'mee' doet. Dat er een online tienerinterview zal zijn met een van ons, waar jullie als ouders niet bij zijn. Puur om te horen hoe jullie kind het contact beleeft. En op het einde van de training moet hij/zij 1 keer mee voor een gesprek van anderhalf uur, waarin we jullie helpen om op een nieuwe en opbouwende manier te praten over hoe jullie op elkaar reageren.

Stuur ons het mailadres en mobiele nummer van jullie kind. Dit is nodig voor het tienerinterview.

Neem elke keer het werkboek mee dat jullie allebei aan het begin van de training krijgen.



start je graag met koffie?
Kom dan een kwartiertje
eerder



Praktische gegevens

TIJDEN:

Avondsessies op een doordeweeksedag van 19.00 uur tot 21.30 uur.

Het tienerinterview, het oudergesprek en het gezinsgesprek worden nog ingepland.

LOCATIE:

Rustenburgerstraat 142 A-C

1073 GJ Amsterdam

TRAINERS:

Katja Pereira, Barbara Veldt en Jaro van der Ende (twee van de drie)

Wil je je aanmelden?

Vul jullie gegevens in via [deze link](#) en dan wordt jullie aanmelding verwerkt!

Heb je nog vragen?

Dan kun je ons ook mailen: info@relatiepraktijken.nl

Na inschrijving onverhoopt toch verhinderd?

Bij annulering tot 6 weken voor aanvang van de training krijgen jullie 50% teruggestort.

Bij annulering binnen 4 weken voor aanvang van de training vindt geen teruggave plaats.

***En omdat we iedereen een
fijne relatie gunnen, delen
we onze kennis op Insta***

