

faalangst

training BOF-training

Beste ouder/ verzorger,

Elk kind is wel eens bang om te falen. En dat is ook helemaal niet erg, want het werkt juist motiverend. Pas als het kind ergens heel erg bang voor is, of de angst is niet realistisch, is er sprake van faalangst. Faalangst is een vorm van angst die bovenkomt op het moment dat je beoordeeld wordt of denkt beoordeeld te worden. Hierbij kan de concentratie op een mogelijke mislukking de aanwezige kennis en vaardigheden blokkeren. Faalangst kan optreden bij prestaties op cognitief, sociaal en/of motorisch gebied.

Soms hebben kinderen hulp nodig, omdat ze niet goed weten hoe ze om moeten gaan met het leveren van prestaties.

De BOF (Beter Omgaan met Faalangst)-training is een training die erop gericht is om met en van elkaar te leren als het om faalangst gaat. Waar liggen kwaliteiten, hoe kunnen ze worden ingezet, wat wordt als moeilijk ervaren en wat roept spanning op. Aan de hand van diverse oefeningen en (thuis)opdrachten wordt er een rugzak gevuld om beter te leren omgaan met faalangst. Een training is vaak een eye-opener vanwege de ervaring dat "je niet de enige bent die faalangstig is".

Doelgroep

De BOF-training is bedoeld voor kinderen van groep 6 t/m groep 8 (9-12 jaar) bij wie het leveren van prestaties niet vanzelfsprekend zijn. Hierbij kunt u denken aan kinderen die bijvoorbeeld:

- bang zijn om nadere uitleg te vragen of om een antwoord te geven;
- het moeilijk vinden om met klasgenoten om te gaan en zich terugtrekken;
- bang zijn om "Nee" te zeggen als iemand iets vraagt of bijv. iets wil lenen;
- bang zijn om fouten te maken bij het uitvoeren van lichamelijke handelingen;
- iedere inspanning vermijden om aan een taak te beginnen;
- de lat erg hoog leggen voor zichzelf.

Waaruit bestaat een training:

- Intakegesprek met ouders en kind;
- 8 bijeenkomsten van 1,5 uur (waaronder 1 ouder-kindles);
- 1 evalueerend gesprek met ouders en kind;
- Regelmatige terugkoppeling naar de leerkracht over vorderingen van het kind en inhoud van een les.

Kosten en tijd/ locatie:

De gehele training (inclusief werkboek) kost 350 euro. Op maandag 9 mei 2016 zal de training starten. Deze zal plaatsvinden op maandagmiddag van 4u tot half 6 op een nader te bepalen locatie.

Aanmelden (graag aanmelden vóór maandag 11 april):

Voor meer informatie en aanmelden kunt u terecht bij:

* Heidy Kerste, kindercoach, 06-29518656, info@glinsterkind.nl, www.glinsterkind.nl

* Alberdine van de Hulsbeek, orthopedagoog, 06-22425856, alberdine@bres-vught.nl, www.bres-vught.nl