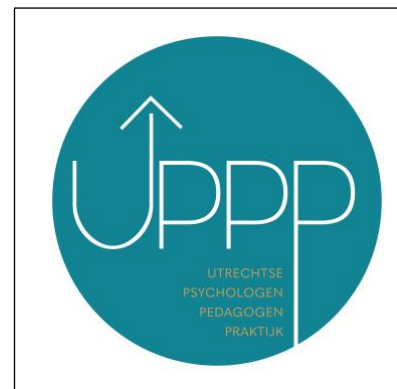


Informatie VO Training 2022

Training ter voorbereiding op het voortgezet onderwijs



Inleiding

De overgang naar het voortgezet onderwijs is voor de meeste kinderen een grote stap. Voor kinderen die moeite hebben met de sociale omgang met anderen, gepest worden, verlegen zijn, nog weinig weerbaar zijn of moeite hebben om hun eigen gedrag onder controle te houden, is deze overstap vaak extra lastig en daarmee ook extra spannend. De laatste fase van groep 8 is dan ook een goed moment om deze kinderen voor te bereiden op de overstap en ze te leren omgaan met nieuwe situaties en nieuwe mensen (zowel kinderen als volwassenen).

Inhoud

Het doel van de training is om kinderen verschillende vaardigheden te leren, waarmee zij het vertrouwen in hun eigen mogelijkheden vergroten en meer regie in dagelijkse situaties gaan ervaren. Hierdoor kunnen zij beter voorbereid aan het voortgezet onderwijs beginnen.

Door het aanbieden van concrete (sociale) situaties uit de toekomstige VO schoolsituatie, leren de kinderen vaardigheden op verschillende gebieden:

Sociale- en emotieregulatie vaardigheden

- presentatie - en gespreksvaardigheden
- herkennen van spanning en emoties bij zichzelf en anderen
- reflecteren op situaties
- zichzelf sterk praten (helpende gedachten)
- spanningsreducerende vaardigheden en introductie mindfulness
- handig (sociale) probleemoplossen
- omgaan met feedback en kritiek
- het effectief reageren op pesten en het omgaan met plagen
- tips en oefeningen in het omgaan met social media

Organiseren van huiswerk en schoolwerk op het VO

- wat is er allemaal anders op het VO (of het verschil tussen basisschool en voortgezet onderwijs)
- welke problemen kan je tegen komen en hoe kan je die handig oplossen?
- bij wie kan je terecht voor hulp
- wat is een goede werkplek
- agenda gebruik en afkortingen
- tips voor inplannen huiswerk
- taakinitiatie tav huiswerk
- verkennen van verschillende leerstrategieën

Aanvullend op bovenstaande vindt er een verdiepende sessie plaats waaruit de kinderen een keuze kunnen maken: omgaan met spanning (Mindfulness) of organiseren van schooltaken (versterken van de executieve functies).

De nadruk ligt op het oefenen van vaardigheden in de vorm van rollenspelen, praktische oefeningen en gedragsexperimenten. Na elke sessie krijgen de kinderen een "klus" mee naar huis om thuis te oefenen met de geleerde vaardigheden. Een deel van de klus wordt online aangeboden.

Onderzoek heeft uitgewezen dat de mate waarin kinderen profiteren van de groep sterk afhankelijk is van de betrokkenheid van ouders en leerkrachten, en de inzet van het kind. Daarom is er een bijeenkomst voor ouders, waarin de trainers de vaardigheden met ouders bespreken en samen bekijken hoe deze thuis toegepast kunnen worden.

Praktisch

De training bestaat uit 6 kindbijeenkomsten van 90 minuten, deze zijn als volgt opgebouwd:

- 4 Bijeenkomsten in de periode medio mei- juni in een vaste groep
- 1 verdiepende bijeenkomst (keuze uit 2). Deze kan op een andere dag plaatsvinden en in een andere groepssamenstelling.
- 1 terugkombijeenkomst in september in de vaste groep

daarnaast is er 1 online ouderbijeenkomst van 60 minuten (voor zomervakantie)

Onderbouwing

Onze training is gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie. Cognitieve gedragstherapie (CGT) is de meest toegepaste therapievorm . Er wordt gewerkt middels verschillende gedragstherapeutische principes zoals: positieve bekrachtiging van gewenst gedrag, modeling, shaping, individuele en groepscontingenties, feedback en gedragsexperimenten.

Kosten

De kosten bedragen 650,- euro. Dit is inclusief het leerdoelengesprek van 30 minuten voorafgaand aan de training.

Indien gewenst kan het traject afgesloten worden met een individueel eindgesprek van 30 minuten (de kosten hiervoor bedragen 60,- euro).

Als deze training de eerste kennismaking bij de UPPP is, dan gaat er aan de training een reguliere intake vooraf (van 105,- euro).

Om gebruik te kunnen maken van vergoeding door de gemeente heeft u een verwijzing van de huisarts of het buurtteam nodig. Op onze site (www.uppp.nl) kunt u lezen met welke gemeenten wij een contract hebben.

In het document over de annuleringsvoorwaarden vindt u alle details rondom aanmelden en annuleren. Wanneer u uw zoon of dochter aanmeldt, sturen wij u deze toe. U dient akkoord te gaan met de voorwaarden voordat uw aanmelding definitief wordt.

We hopen dat we u hiermee voldoende geïnformeerd hebben. Uiteraard kunt u voor vragen of opmerkingen altijd contact met ons opnemen.

Met vriendelijke groet,

Utrechtse Psychologen Pedagogen Praktijk
Info@uppp.nl