



Ik voel nu wanneer ik boos word en ga dan liever even weg, voordat ik echt agressief word.

Verbetering sociale en emotionele vaardigheden

In essentie

XONAR biedt diverse trainingen aan op het gebied van sociale en emotionele vaardigheden. Het aanbod richt zich o.a. op jeugdigen die onzeker zijn, moeite hebben om relaties aan te gaan, pesten of gepest worden.

Voor wie en wanneer?

Jeugdigen van 4 tot 23 jaar die sociaal-emotioneel kwetsbaar zijn.

Wat doen we?

Tijdens een eerste gesprek luisteren we goed en wordt er samen bepaald welke training het meest geschikt is. Samen met andere leeftijdsgenoten worden er allerlei sportieve, creatieve en sociale activiteiten gedaan. Tijdens die activiteiten wordt er veel plezier gemaakt en veel geleerd. Al doende krijgt uw zoon/dochter meer inzicht in zijn/haar eigen emoties en gedrag en dat van anderen. Uw kind wordt geholpen om nieuwe vaardigheden te oefenen, waardoor hij/zij beter kan functioneren in diverse sociale situaties. De groepsaanpak maakt het mogelijk dat jeugdigen elkaar ondersteunen, van elkaar leren en elkaar helpen. Ook u als ouder wordt betrokken bij de hulp.

Wat bereiken we?

- Uw zoon/dochter heeft meer zelfvertrouwen.
- Uw zoon/dochter kan beter voor zichzelf opkomen.
- Uw zoon/dochter kan op een adequate manier omgaan met grenzen en regels in sociale situaties.
- Uw zoon/dochter kan op een adequate manier communiceren en relaties aangaan.

Onze dienstverlening bestaat uit

- Sociale vaardigheidstraining
- Training Ho, tot hier en niet verder
- Training Rots en Water
- Agressie regulatietraining
- Adventure training jeugdige