

Ik kan het!

Faalangstreductietraining voor jongeren 12-16 jaar



Op dinsdag 30 januari 2018 starten we bij Welzin met een faalangstreductietraining voor jongeren van 12-16 jaar.

Doel: Het doel van de training is om jongeren tussen de 12-16 jaar met faalangst te begeleiden op weg naar meer zelfvertrouwen, door hen aan te moedigen en te helpen zich bewust te worden van hun mogelijkheden.

Voor wie:

De training is bedoeld voor jongeren van 12-16 jaar op het voortgezet onderwijs met minimaal VMBO niveau, die last hebben van faalangst. Onder faalangst verstaan we spannings- en angstervaringen die optreden als men iets van zichzelf moet laten zien en de prestatie vervolgens door anderen beoordeeld zal worden. Van negatieve faalangst is sprake als dergelijke ervaringen leiden tot verminderde prestaties.

Wanneer:

De faalangstreductietraining bestaat uit 6 tot 8 bijeenkomsten (afhankelijk van het aantal deelnemers.) Locatie wordt op een later tijdstip bekend gemaakt.

De bijeenkomsten zijn van 15.30uur tot 17.00uur op:

30-01-2018, 06-02-2018, 13-02-2018, 20-02-2018, 06-03-2018, 13-03-2018 (en evt. op 20-03-2018 en 27-03-2018)

Kosten: €40 per persoon

U kunt met ons overleggen wanneer deze bijdrage een probleem voor u is.

Informatie bij:

Trainers:

Karin Niesing: (0643280277/ karin.niesing@welzin.nl)

Machteld van Vulpen: (0610570492/ machteld.vanvulpen@welzin.nl)

Algemene telefoonnummer: (033) 469 24 69