

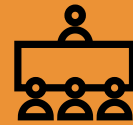
BOOST CAMP

EEN PROGRAMMA OM JOUW KIND TE ONDERSTEUNEN



BOOST CAMP

Boost Camp is een klassikaal programma dat focust op het versterken van emotieregulatie.



DOEL

Het doel van Boost Camp is

- stimuleren van sociale en emotionele ontwikkeling
- meer contact maken met klasgenoten en leraar
- beter leren omgaan met minder leuke gevoelens
- hulp kunnen zoeken wanneer het niet goed gaat



EMOTIEREGULATIE

- op een goede manier leren omgaan met gevoelens
- verkleint het risico op het ontwikkelen van psychologische problemen
- is moeilijk voor jongeren tussen 11 en 15 jaar



HET BOOST CAMP PROGRAMMA

- jongeren leren in 5 stappen hun gevoelens (h)erkennen, begrijpen en er mee omgaan
- de klas wordt begeleid door 2 experts
- de leraar ondersteunt het proces
- jongeren kunnen nadien de vaardigheden gebruiken

