

Interesse?
Schrijf je in via de QR-code!



Psycho-Logo

Trainers:

Lieselot Verschueren
(klinisch psycholoog)

&

Stefanie Van Craen
(klinisch psycholoog/gedragstherapeut)

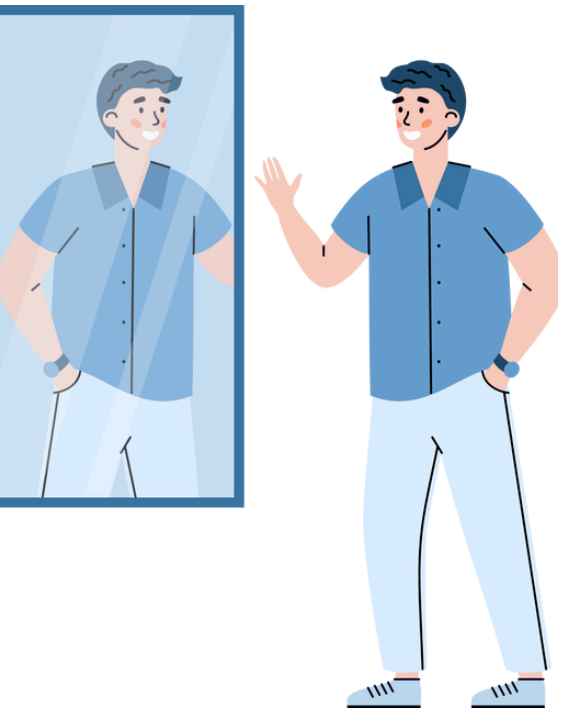
Contacteer ons

info@psycho-logo.be
www.psycho-logo.be

Broekstraat 15 - 2220 Hallaar



**VERSTERK JE
ZELFBEELD**



Waarom zelfbeeld versterken?

Iedereen heeft wel eens last van wat minder zelfvertrouwen of een negatieve bui.

Heel wat kinderen en jongeren hebben echter al last van een **negatief zelfbeeld**, wat zich kan uiten in uitspraken zoals “ik kan niks” of “ik ben dom”.

Uit **onderzoek** blijkt dat een negatief zelfbeeld bij verschillende psychische problemen een rol speelt én een negatief effect heeft op de ontwikkeling.

De **kindertijd en periode voor adolescentie** is een **cruciale** periode als het gaat om de ontwikkeling van het zelfbeeld. Hét moment dus om te werken aan een positiever zelfbeeld!

Praktisch

Trainingsdata

Reeks 9 - 12j - telkens 16u tot 17u30
donderdag 3 okt. - 10 okt. - 17 okt. - 24 okt. -
7 nov. - 14 nov. - 21 nov.

Reeks 13 - 16j - telkens 18u tot 19u30
donderdag 3 okt. - 10 okt. - 17 okt. - 24 okt. -
7 nov. - 14 nov. - 21 nov.

Oudersessie voorafgaand aan de training

Locatie

Centraal in Heist-op-den-Berg

Kostprijs

Geen persoonlijk aandeel* voor jongeren
t.e.m. 23 jaar (RIZIV-conventie).

**De groepstraining wordt volledig vergoed door het RIZIV, op voorwaarde dat je verzekeraarbaarheid bij de mutualiteit in orde is.*

Achtergrond van de training

In deze groepstraining maken we gebruik van de **COMET-training** voor kinderen en jongeren.

We maken gebruik van positieve aandachtstraining en contra-conditionering om zo de ‘groene’ bril te versterken.

