



Assertiviteitstraining jongeren 17-22 jaar

Wat & Wie?

Een training voor jongeren en jongvolwassenen van 17 tot 22 jaar die moeite hebben om voor hun mening op te komen, neen te zeggen, problemen met anderen op te lossen, met kritiek te krijgen of te geven. De training is gebaseerd op gedragstherapeutische principes waarvan de effectiviteit bewezen is. Er wordt gewerkt in kleine groepjes van maximum 8 deelnemers. Om na te gaan of de training geschikt is voor iemand, wordt een intakegesprek van 50 minuten gehouden dat op voorhand moet worden ingepland.

Hoe?

Op een interactieve wijze wordt nagegaan met welke situaties de deelnemers het moeilijk hebben en er wordt in groep geoefend door middel van rollenspelen. Op deze manier kunnen de jongeren in een veilige context en op hun eigen tempo oefenen met de aangeleerde technieken.

Wanneer & Waar?

Woe 12/10, 18u – 19u30, bijeenkomst 1

Woe 26/10, 18u – 19u30, bijeenkomst 2

Woe 9/11, 18u – 19u30, bijeenkomst 3

Woe 23/11, 18u – 19u30, bijeenkomst 4

Woe 1/02, 18u – 19u30, bijeenkomst 5

Woe 15/02, 18u – 19u30, bijeenkomst 6

Woe 29/02, 18u – 19u30, bijeenkomst 7

De sessies gaan steeds door in FARESA, evidence – based psychologisch centrum, op de Boerenkrijgsingel 25/0.02, te Hasselt. Zie ook www.faresa.be

Aanmelden?

Anmeldingen gebeuren telefonisch op het algemeen nummer van FARESA, 011/75 80 55. Aanmeldingen dienen te gebeuren voor maandag 26/09.

Kostprijs?

De kostprijs voor de volledige training bedraagt €260 inclusief het intakegesprek.