

## ouders&zo

### *Van GEDOE THUIS naar OPEN COMMUNICATIE in 3 sessies*

Als je kiest voor OUDERS&ZO doorloop je als ouder(s) enkele coachingsgesprekken waarin je helder krijgt waar de knelpunten zitten in de interactie en je communicatie met je kind(eren), waarom dat is ontstaan en hoe je dat zou kunnen verbeteren.

Onze leerpraktijk is primair gericht op de begeleiding van tieners bij hun leerproces. We proeven echter vaak ook frustratie en machteloosheid bij de ouder(s). Onze ervaring leert in het algemeen dat moedeloosheid van ouders een tiener niet helpt in het verbeteren van motivatie- en prestaties. Tegelijkertijd verdient ook het verhaal van de ouder(s) een podium. Want ook voor ouders kan school- en puber- 'gedoe' een schaduw werpen op een prettig gezinsleven.

#### **Wat is het?**

Ouders die kiezen voor onze aanpak OUDERS&ZO komen enkele sessies bij ons voor oudercoaching met een ervaren psycholoog. De ervaring leert dat 4 gesprekken van 1 a 1,5 uur al tot veel verheldering en verbetering leidt. We kiezen onze aanpak van de gesprekken naar aanleiding van de problemen en behoeften, een maatwerkaanpak. Dat bespreken we aan de start van het eerste gesprek.

Onderwerpen die in ieder geval aan de orde komen zijn de ontwikkeling van een tiener in (on)afhankelijkheid, en je positie als ouder(s). Ook bespreken we hoe je constructief met je kind kunt communiceren.

Vooraf vragen we om een kort formulier in te vullen over huidige situatie. Het eerste gesprek doen we in principe met beide ouder(s). Daarna heeft iedere ouder een afzonderlijk gesprek en sluiten we af met een gezamenlijk gesprek.

In de meeste gevallen is ook jullie kind in begeleiding bij LEREN&ZO. We sturen zoveel mogelijk aan op een nagesprek waar kind en ouder(s) met begeleider samen aan tafel gaan. We hebben ervaren dat het creëren van een gezamenlijk startpunt voor een betere gezinscommunicatie heel behulpzaam is.

Vertrouwelijkheid staat - zowel naar ouders als kind - hoog in het vaandel. Zo kan iedereen zich veilig uitspreken. We bespreken duidelijk met elkaar wat vertrouwelijk is en wat gezamenlijk besproken mag worden.

#### **Voor wie?**

OUDERS&ZO is geschikt voor ouders die zelf graag wat willen leren over zichzelf, hun rol als ouders en over communicatie

#### **Wat is het resultaat?**

Een flinke dosis zelfinzicht, een meer open en meestal mildere kijk op het gezin, jezelf en je kinderen en handvatten voor een constructieve communicatie met elkaar.

#### **Wat zijn de kosten?**

De kosten voor OUDERS&ZO zijn € 99,- per uur.

Er is geen BTW verschuldigd over deze begeleiding.

