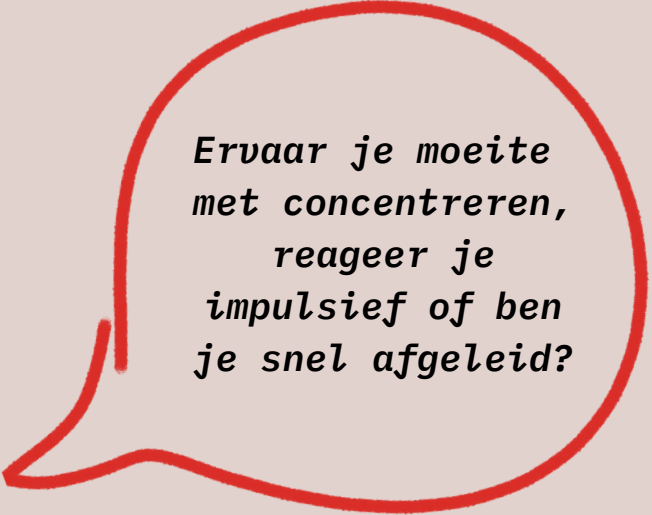


Energiek, impulsief & afgeleid

Jongerengroep



Ervaar je moeite met concentreren, reageer je impulsief of ben je snel afgeleid?

Deze groepsbehandeling is iets voor jou wanneer je moeite hebt met je aandacht, concentratie of het organiseren van dagelijkse routines. Misschien heb je veel energie of reageer je impulsief en levert dit moeilijkheden op thuis, op school of in je sociale leven. Tijdens de groepssessies krijg je meer inzicht in jezelf en je uitdagingen. Je krijgt tips om je dagelijkse bezigheden of schoolwerk te plannen en te organiseren. Je reflecteert op je eigen gedrag en krijgt strategieën aangereikt die je direct kunt gaan proberen. Ook zul je veel leren over de krachten en vaardigheden die je allemaal bezit. Zodat je je goed voelt over jezelf en lekker in je vel komt te zitten. Je ouders worden meegenomen in twee aparte oudersessies, zodat ook zij beter begrijpen hoe ze kunnen helpen.

Aantal groepssessies: 6

Oudersessies: 2

Leeftijd: 12 t/m 17 jaar