

# PSYCHOFYSIEKE WEERBAARHEIDSTRAINING

ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

## Goed om weten ?

- Indien de jongere het leerproject tot een goed einde brengt, ontvangt de jeugdrechter een positief verslag.
- De begeleid(st)er heeft beroepsgeheim.
- De jongere wordt gestimuleerd om het getrainde aan te wenden in zijn of haar verdere leven.

## PRAKTISCHE INFORMATIE

COHEsie

H. Consciencestraat 9 | 8500 Kortrijk

Telefoon 056 20 63 93 | Fax 056 25 74 45

Email [cohesie@cjgb.be](mailto:cohesie@cjgb.be)

Contactpersoon

contactpersoon

Het leerproject voor minderjarigen wordt gesubsidieerd door het Agentschap Jongerenwelzijn van de Vlaamse Gemeenschap.



**PSYCHOFYSIEKE WEER-  
BAARHEIDSTRAINING  
ROTS EN WATER  
VOOR MINDERJARIGEN**

# PSYCHOFYSIEKE WEERBAARHEIDSTRAINING

## ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

ROTS EN WATER

### Wat ?

- De training is een maatregel die opgelegd wordt door de jeugdrechter.
- De jongere volgt een training van u in zijn of haar vrije tijd.
- De Rots & Water training is een groepstraining. Van de u training wordt er u in groep georganiseerd.
- De training kan uitzonderlijk ook individueel worden georganiseerd.
- We trainen in **weerbaarheid**:
  - Omgaan met moeilijke situaties;
  - Keuzes maken;
  - Zelfbeheersing;
  - Zelfvertrouwen;
  - Zelfreflectie;
  - ...

### Hoe ?

- De jongere wordt samen met de ouders uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek.
- De training omvat een groepsdeelte en een individueel gedeelte:
  - ◇ **Groep:** aan de hand van fysieke oefeningen worden mentale en sociale vaardigheden aangeleerd.
  - ◇ **Individueel:** er wordt stilgestaan bij de gepleegde feiten, ingegaan op individuele vragen en bekeken hoe de jongere het geleerde in zijn of haar eigen leven kan toepassen.
- Na het volbrengen van de training, volgt er een **eindevaluatie** met de jongere en zijn of haar ouders en/of vertrouwenspersoon.

### Waarom ?

- De jongere wordt aangesproken op zijn of haar verantwoordelijkheid.
- De jongere krijgt de kans om aan zichzelf, het slachtoffer, de maatschappij en zijn of haar ouders te tonen dat hij of zij iets wil goedmaken.
- Een Rots & Water training biedt de jongere de mogelijkheid om de aangerichte schade op een symbolische manier te herstellen.
- Een Rots & Water training geeft de jongere nieuwe kansen om zijn of haar toekomst op een goede manier uit te bouwen.



Rots & Water