

# SOCIALE VAARDIGHEDEN

## WAT?

Training gericht op 'ik en de ander'. We gaan op een creatieve manier aan de slag met een aantal thema's, op maat van de jongere.

Een greep uit het aanbod:

- gevolgen (h)erkennen voor slachtoffers
- opkomen voor jezelf
- omgaan met agressie
- geven en krijgen van feedback
- omgaan met gezag
- drugs/ alcohol
- relaties

...

## HOE?

Individueel of in groep

Wekelijkse sessies

Er wordt samen met de jongere gezocht naar te trainen vaardigheden waar we vervolgens mee aan de slag gaan op een creatieve en actieve manier.

Tussentijds- en eindgesprek met jongere en context.



# ROTS & WATER

## WAT?

Psychofysieke weerbaarheidstraining waarin aan de hand van fysieke oefeningen cognitieve en sociale vaardigheden worden aangeleerd.

Centrale thema's die aan bod komen:

- zelfbeheersing
- zelfvertrouwen
- zelfreflectie
- omgaan met moeilijke situaties
- keuzes maken

## HOE?

Individueel of in groep

Wekelijkse sessies

Tussentijds - en eindgesprek met jongere en context.

# ERVARINGSGERICHTE TWEEDAAGSE

## WAT?

Een groepsprogramma waarin de jongere gedurende 2 dagen geprikkeld wordt om uit zijn of haar comfortzone te treden. Op maat van de groep en ieder individu wordt ervaringsgericht gewerkt en samen op pad gegaan.

Voor jongeren met zin in uitdaging en avontuur.

## HOE?

In groep, met oog voor individuele processen

Vorbereidend gesprek – tweedaagse – evaluatiegesprek

Eindgesprek met jongere en context



## GOED OM WETEN

Indien de jongere het leerproject tot een goed einde brengt, ontvangt het parket of de jeugdrechter een positief verslag.

De begeleid(st)er heeft beroepsgeheim.

De jongere wordt gestimuleerd om het geleerde aan te wenden in zijn of haar verdere leven.



## Praktische informatie

COHEsie  
H. Consciencestraat 9  
8500 Kortrijk  
Telefoon 056/20.63.93

Contactpersoon:

Naam:

Telefoon:

E-mail:

HET LEERPROJECT VOOR MINDERJARIGEN WORDT  
GESUBSIDIEERD DOOR OPGROEIEN

# LEERPROJECT

## Sociale vaardigheden

### Rots & Water

### Ervaringsgerichte

### Tweedaagse

