

Aanbod voor kinderen en jongeren

Van 8-12 jaar

Kinderkamp Groeikracht

6-daagse tijdens de grote vakantie.

Op een speelse en creatieve manier brengen we beproefde tools aan die je kind helpen om rust te vinden in zichzelf en beter om te gaan met zijn emoties. **Opzet:** Preventief de basis leggen voor een schoolstart vol zelfvertrouwen.

Groeikracht 4 Kids NIEUW 2017

8-delig Ateljee.

Communicatievaardigheden en assertiviteit ontplooien op een speelse manier, met tal van relaxatie- en creamomenten. Een echte verdieping van de aangebrachte tools, tips & tricks, die de kids in het dagelijkse leven kunnen toepassen. **Opzet:** Veerkracht en zelfredzaamheid van het jonge kind verhogen.

Van 12-15 jaar

Jongerenkamp Groeikracht

6-daagse tijdens de grote vakantie.

Op een positieve manier leren omgaan met de specifieke uitdagingen van hooggevoeligheid, talenten ontdekken, duidelijk communiceren, gepest worden, omgaan met gevoelens, omgaan met verlies... **Opzet:** Creatieve en interactieve aanpak, voor een extra portie zelfvertrouwen!

Van 14-18 jaar

Jongerentweedaagse

2-daagse tijdens de Kerst- en/of Paasvakantie

Opzet: Jongeren motiveren tot het inzicht 'ik ben ok zoals ik ben' en hun kracht hernieuwen om de 'dagelijkse struggle' het hoofd te bieden.

Jongerengespreksplek

Dagprogramma door het jaar

Opzet: Een HSP-Praatkoffie voor jongeren met thema-inbreng door de jongeren zelf. Hoogsensitieve jongeren met elkaar in debat brengen over thema's die hen aanbelangen en de positieve kracht van de 'peer-group' bevorderen.

Meer info, data en inschrijvingen

www.hspvlaanderen.be > onder agenda



**MISSCHIEN IS
JOUW KIND WEL
HOOGSENSITIEF**

Dan is HSP Vlaanderen er voor jou



Wie zegt
dat zacht & sterk
niet kunnen
samengaan?

Vlaamse Vereniging voor Hoogsensitieve Personen VZW

Informatie en Expertisecentrum | Prudens Van Duyseplein 12a
9000 Gent | 09 324 81 99 | www.hspvlaanderen.be
info@hspvlaanderen.be | KBC BE08 7370 1952 3113
Telefonische permanentie: dinsdag tot vrijdag van 9u -12u
Bezoek op afspraak mogelijk

Hooggevoelig?

Gedraagt je kind zich 'anders' dan andere kinderen?
Vind je kind moeilijk zijn/haar plekje thuis, op school of bij vriendjes?
Merk je dat je kind snel angstig of geïrriteerd is?

Hoogsensitiviteit

Hoogsensitiviteit is een persoonlijkheidskenmerk dat voorkomt bij 1 op 5 kinderen. Hoogsensitieve kinderen vinden verjaardagsfeestjes vaak overweldigend, kunnen zich moeilijk aanpassen aan nieuwe situaties, hebben meestal voldoende aan 1 vriendje, functioneren niet zo goed in groep, staan dikwijls angstig tegenover klasuitstappen...

Zij vangen veel meer prikkels en subtiele signalen op dan het gemiddelde kind, verwerken al wat binnenkomt dieper en ervaren vaak leer-, gedrags- en/of sociale problemen. Tegelijk zorgt onze prestatie-gerichte, snelle en veeleisende informatiemaatschappij voor meer stress. Zo raakt het hoogsensitieve kind steeds sterker overprikkeld.

Door het kind een veilige (thuis)basis te bieden waar het zijn/haar gevoelens kan uiten, leert het stap voor stap beter omgaan met zijn/haar hoogsensitiviteit. Dit voorkomt psychische problemen bij het opgroeien.



Persoonlijkheidskenmerk met positieve eigenschappen

Het is zeker niet allemaal kommer en kwel. Hoogsensitieve kinderen zijn immers empathisch, creatief, hebben een levendige fantasie, zijn diep ontroerd, hebben een rijke innerlijke belevingswereld... Hun verantwoordelijkheid- en rechtvaardigheidsgevoel is eveneens sterk ontwikkeld. Hoogsensitiviteit is dus vooral ook een mooie, positieve en boeiende eigenschap.

Wanneer moet ik denken aan hoogsensitiviteit?

Doe als ouder of leerkracht de test op onze website. Herken je het kind in meer dan de helft van de kenmerken, dan is de kans groot dat het hoogsensitief is. De test is niet sluitend maar kan een indicatie zijn. Een sluitende test is in ontwikkeling door Prof. Elke Van Hoof (VUB). Voor verdere vaststelling kan je terecht bij onze gespecialiseerde therapeuten: de HSP-Professionals.

Aanbod voor ouders

Omgaan met hoogsensitieve kinderen. Interactieve infosessie of workshop. Wat zijn de kenmerken van een hoogsensitief kind? Hoe kan je als ouder en als gezin terug in je kracht komen? Wat zijn de struikelblokken in de opvoeding van een hoogsensitief kind? Met tal van voorbeelden en tips.

Meer info, data en inschrijvingen:

www.hspvlaanderen.be > onder agenda



For a happy kid
Benader je kind positief
Geef het veel complimentjes
Kijk naar de inzet van het kind
Ga voluit voor de talenten

Aanbod voor scholen

Voor een infosessie op school, via ouderraad, scholengemeenschap of pedagogische studiedag, vraag onze voorwaarden via:

info@hspvlaanderen.be

Stel je vraag: Op de website van HSP Vlaanderen staan onze gespecialiseerde medewerkers je graag te woord.

Lees het boek: 'Mijn kind is hooggevoelig'

Ilse Van den Daele en Linda T'Kindt - Lannoo

Laat je begeleiden: Ondervind je problemen met je hoogsensitieve kind of wens je een vaststelling, neem dan contact op met een van de HSP-Professionals in jouw regio. Zie www.hspvlaanderen.be
Het gaat om therapeuten of psychologen, gespecialiseerd in HSP.

Is jouw kind hoogsensitief?

Doe als ouder of leerkracht de test op:
www.hspvlaanderen.be



Deze folder wordt u aangeboden door: