Een korte kennismaking

Het traject Tussen regen en regenboog werd ontwikkeld binnen De Boomhut (praktijk voor psychologische begeleiding), vanuit expertise in verlies- en rouwbegeleiding bij kinderen.

Binnen dit traject staat een warme, afgestemde begeleiding centraal, met aandacht voor de veerkracht die kinderen kunnen tonen in tijden van verlies en verandering.

Ben je benieuwd naar wie we zijn en onze werking? Je bent welkom om een kijkje te nemen op de websites.

Wil je jouw kind graag extra ondersteuning bieden?

Inschrijven kan eenvoudig via e-mail.

Contact:

www.de-boomhut.be

www.isabelledekkers.be

info@de-boomhut.be

Ben je benieuwd of heb je nog vragen? We horen graag van je.

Tussen regen en regenboog

Het naschools traject voor kinderen rond verlies en veerkracht

1

19 februari 2027
- Ik en mijn gevoel.

- Kennismaking en veiligheid creëren
- Eigen gevoelsthermometer maken
- Ademhalingsoefening
- Kort afrondend moment

2

26 februari 2027
- Ik en mijn verhaal.

- Verlies herkennen
- Stilstaan bij verandering
- Gevoelens leren uiten
- Ademhalingsoefening
- Kort afrondend moment

3

5 maart 2027
- Ik en mijn gedachten.

- Herkennen van piekergedachten
- Eigen gedachtendoos maken
- Ademhalingsoefening
- Kort afrondend moment

4

12 maart 2027
- Ik en mijn roeiboot.

- Verkennen wie en wat steun geeft
- Leren schakelen tussen verdriet en het gewone leven via creatie
- Ademhalingsoefening
- Kort afrondend moment

5

19 maart 2027
- Wat neem ik mee.

- Wat leerde ik van mezelf
- Eigen krachtsteen maken
- Ademhalingsoefening
- Afrondend moment

6

26 maart 2027
- contactmoment ouders

- terugkoppeling van het traject
- Ruimte voor vragen

Wanneer kinderen iets verliezen

Verlies kan zich op verschillende manieren tonen: ziekte in de familie, het gemis van iemand die ze liefhebben of andere ingrijpende verlieservaring.

Als ouder merk je misschien dat je kind anders reageert dan je gewend bent**. Niet elk kind kan onder woorden brengen wat er vanbinnen speelt.** Gevoelens laten zich vaak zien in gedrag, in kleine signalen, of net in stilte.

In vijf sessies krijgt jouw kind een warme en veilige plek aangeboden waar het op eigen tempo mag ontdekken wat er in hem of haar leeft. Je kind krijgt handvatten om met moeilijke gedachten en gevoelens om te gaan en deze stap voor stap weer los te laten.

Wat betekent dit concreet ?
Je kind leert omgaan met veranderingen en ontdekt op een speelse manier hoe het betekenis kan geven aan wat het meemaakt. Het leert woorden geven aan gevoelens en ervaart steun en herkenning bij leeftijdsgenootjes.

Praktische info

De deelname is gratis

We werken in een kleine groep van maximaal 6 kinderen.

De sessies vinden plaats in de Boomhut, Grensstraat 128, 2950 Kapellen

Wanneer? Op vrijdag van 16u30, tot 18u00