De Talententuin

# Gratis mini-training

**Begrijp jouw gevoelige, overprikkelde kind beter!**

Triggers & signalen van een vol hoofd

# Welkom!

- Geen afleidingen:
  - Gsm weg (trek eerst een foto en tag @detalententuin ;-))
- Bekijken gedurende 48u!

# Op de planning

- Wat zijn de triggers die een vol hoofd kunnen veroorzaken?
- Wat zijn de signalen van een vol hoofd?
- Einde van de training: werkboek en slides downloaden

- Wat meer info over oudertraject!
- Toegang tot super waardevolle earlybird extra's aan het einde van deze mini training

# Intentie?

- Wat wil ik uit deze training halen. Waarom ben je hier?

  - **Struggles van jouw kind**:

    heftige emoties
    wisselende stemming
    snel boos, prikkelbaar, snel ruzie
    lijkt van 0 naar 100 te gaan in 1 seconde
    piekeren
    slaapproblemen
    onrustig, lijkt altijd ‘aan te staan’
    klaagt van hoofd- en buikpijn

# Intentie?

- Wat wil ik uit deze training halen. Waarom ben je hier?

  - **Jouw struggles**:

    je verliest je geduld
    de sfeer in huis is niet fijn
    je ervaart stress en hebt zorgen rond de opvoeding
    je zit in een vicieuze cirkel
    je weet niet hoe je kan reageren / hoe je je kind kan helpen
    je hebt al veel geprobeerd maar ziet door alle tips de bomen niet meer
    je hebt geen idee waar het gedrag van je kind vandaan komt,…
    de aanleiding lijkt vaak zo klein om zo te ontploffen

# Na deze workshop…

- Heb jij inzicht in wat jouw kind uit balans brengt
- Wat zijn stemming kan doen omslaan naar woede of groot verdriet
- Wat stress en spanning doet opbouwen

→ Je hebt inzicht in **de triggers** van jouw kind

- Merk jij sneller op dat jouw kind stress ondervindt.
- Heb jij inzicht in hoe je dit kan herkennen bij je kind.
- Ga je bepaald gedrag mogelijks anders bekijken

→ Je hebt inzicht in **de signalen** die jou kind uitstuurt

# Deze workshop is alleen voor jou als…

- jij bereid bent met een open blik en mindset naar het gedrag van je kind te kijken
- jij wil en durft reflecteren over jezelf en je aanpak als ouder
- jij bereid bent om inzichten en tips ook echt om te gaan zetten in ACTIE!

# Hey! Ik ben Els…

- Getrouwd met mijn lieve man en trotse mama van 2 lieve, gevoelige, temperamentvolle dochters (°2013 en °2014)
- Opleiding: psychologisch consulent
- Sinds 2008: psychopedagogisch werker in een CLB
  Sinds 2019: Eigen praktijk "de Talententuin"
- Meer dan 13 jaar ervaring in het begeleiden van ouders en kinderen

- Theoretisch geschoold maar bovenal ervaringsdeskundige ;-)
- Zelf mijn weg gezocht in de opvoeding van mijn meiden
- Hoe wil ik omgaan met volle hoofdjes?
- Veel gelezen, opleidingen gevolgd, verdiept
- Kader gevonden in het afgestemd opvoeden
- Alle tips en inzichten wil ik zó graag delen!

# Wat versus hoe

- Vandaag… **wat**!
  - Alles start hiermee. Geen enkel kind is hetzelfde.
  - Observeren, aftoetsen, bevragen en benoemen adhv de inzichten
- Oudertraject: Eerste hulp bij volle hoofden: **hoe!**
  - **Hoe** ermee omgaan?
  - **Hoe** ernaar kijken?
  - **Hoe** helpen?
  - **Hoe** je kind vaardigheden aanleren

Alles start dus met de “wat?”

Klaar??

Daar gaan we!

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. **Je kind is prikkelgevoelig**
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 1. Je kind is prikkelgevoelig

- Heel gevoelig aan alle prikkels die binnenkomen
- Prikkels komen gemakkelijker binnen
- Deze prikkels worden dieper verwerkt in de hersenen
- Dunnere beschermlaag, minder filter

Hoe prikkelgevoelig is jouw kind? Op vlak van:

- Zintuiglijke prikkels: harde geluiden, fel zonlicht, sterke geuren, prikkende stoffen, smaken
- Emotionele prikkels: gevoelens
- Sociale prikkels: verwachtingen van anderen, wat we denken dat anderen verwachten
- Cognitieve prikkels: alles wat met leren, onthouden, enz te maken heeft
- Prikkels van je binnenkant: honger, moe, warm / koud

→ Extra verwerkingsopdracht in je werkboek:
Duid aan voor welke prikkels jouw kind gevoelig is

- Tip!

- ✓ Bekijk per prikkel waar jouw kind gevoelig aan is wat je kan doen om deze te verzachten, verminderen, vermijden, compenseren,…

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. **Je kind piekert veel**
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 2. Je kind piekert veel

- Lang en blijven nadenken over dingen die gebeurd zijn
- Moeilijk kunnen loslaten

- “Kleine” gebeurtenissen zoals een ruzie, de juf die boos was, iemand die gelachen heeft, een gesprekje dat je kind opgevangen heeft…
- Nadenken over grote thema’s zoals oorlog, corona, het ontstaan van de wereld, het milieu,…
- Problemen met inslapen: hoofdjes staan niet stil

- Is dit een trigger voor jouw kind?
- Verwerkingsopdracht in het werkboek

- Tip!

- ✓ Ga samen met je kind aan de slag met deze gedachten.
- ✓ Probeer te ontdekken wat je kind helpt (uitdagen? Ombuigen?)

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. **Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind**
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 3. Er moet nog gepuzzeld worden

- Bericht wordt niet in 1 keer afgeleverd maar in afzonderlijke stukjes
- Pas als alle stukjes zijn binnengekomen en zijn verbonden aan eerdere informatie kan het bericht begrepen worden
- Hierdoor vaak meer tijd nodig

# Enkele voorbeelden

- Bv hand opsteken – gedag zeggen / stop
- Bv dezelfde woorden met een andere betekenis

- In de war, vermoeiend, meer tijd nodig!
- In je hoofd de juiste weg gaan zoeken naar het woord dat de andere bedoelde
- Hoofd kan vol lopen als dit vaker gebeurt op een dag

- Merk je dit soms op bij je kind?
- Is dit een trigger om zijn/haar hoofd vol te doen lopen?
- Zie werkboek

- Tip!

- ✓ Pas je communicatie aan je kind aan!
- ✓ Geef je kind tijd

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. **Zaken gaan niet zoals verwacht**
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 4. Zaken gaan niet zoals verwacht

- Het plan kan niet doorgaan zoals afgesproken of zoals je kind in zijn hoofd had
- Enkele herkenbare voorbeelden
- Kan erg moeilijk en lastig zijn voor je kind, hij kan zich hier erg boos en gefrustreerd om voelen
- Hij is niet lastig, hij hééft het lastig

- Is dit bij jouw kind ook het geval?
- Triggert dit jouw kind?
- Zie extra verwerkingsopdracht in het werkboek

- Tip!

- ✓ Begeleid je kind om terug rust te vinden
- ✓ Pas daarna kan hij een plan B bedenken

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. **Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels**
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels

- Je kind geraakt snel van de hoofdweg af
- Associaties zonder logische overgangen
- Gedachten slaan zijweggetjes in en verdwalen daar
- Denken duurt langer en opletten wordt moeilijk

- Vb: schoenen in de kast

- Dit kan ook spelen wanneer je kind een verhaal vertelt.
- Onsamenhangend
- De draad kwijt, niet to the point komen

- Herken je dit bij je kind?
- Extra opdracht in het werkboek

- Tip!

- ✓ Zorg voor rust, structuur en duidelijkheid. Zowel in de ruimte als in je communicatie.

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. **Nieuwe situaties / anders dan anders**
7. Moetjes
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 5. Nieuwe situaties / anders dan anders

- Nieuwe situaties zijn vaak spannend.
  Bv de eerste keer naar de turnles, gaan spelen bij een vriendje, mee op kamp of uit logeren…

- Dagen of situaties die anders zijn dan anders.
  Bv sinterklaas op school, een turnfeest, verkleden op de chiro,…

- Kinderen weten niet wat te verwachten, kunnen niet meer terug grijpen naar die vaste structuur

- Herken jij deze trigger bij jouw kind?

- Tip!

- ✓ Normaliseer en begeleid

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. **Moetjes**
8. Je kind voelt zich niet begrepen

# 7. Moetjes

Wetten, regels, grenzen en eisen

- Sommige kinderen hebben het hier heel moeilijk mee
- Weerstand als ze regels MOETEN volgen of dingen MOETEN doen

Teveel moetjes in de agenda

- Teveel druk en opgestapelde spanning
- Te weinig tijd om op te laden
- Te weinig ruimte om te ontladen

Keuzes

- Op een dag ook veel keuzes.
- Veel kinderen hebben er wel eens last van
- Sommige kinderen blijven erover piekeren <keuzestress
- Hierdoor willen ze lang nadenken over hun keuze en worden ze besluiteloos: een keuze maken duurt vaak heel lang
- Deze tijd heb je vaak niet, wat jou als ouder ook frustreert of zelf irriteert Bv ‘s ochtends bij het aankleden

- Herken je deze trigger bij jou kind?
- Lokt “moeten” bij jouw kind weerstand uit?

- Tip!

- ✓ Waar mogelijk : inspraak
- ✓ Waar niet mogelijk: liefdevol begrenzen

# Mogelijke triggers van een vol hoofd

1. Je kind is prikkelgevoelig
2. Je kind piekert veel
3. Er moet nog gepuzzeld worden in het hoofd van je kind
4. Zaken gaan niet zoals verwacht
5. Je kind geraakt afgeleid door omgevingsprikkels
6. Nieuwe situaties / anders dan anders
7. Moetjes
8. **Je kind voelt zich niet begrepen**

# 8. Je kind voelt zich niet begrepen

- Wanneer je kind iets probeert duidelijk te maken, verbaal of met zijn gedrag
  - het wordt niet of foutief begrepen

  of
  - hij krijgt het niet goed uitgelegd.

- Onbegrip kan voor veel emoties en gevoelens zorgen: frustratie, boosheid, verdriet, onzekerheid, teleurstelling, eenzaamheid enz
- Reacties en gedrag worden vaak als ‘overdreven’ benoemd door anderen

- Je kind bekijkt bepaalde zaken met een andere bril of verwerkt prikkels mogelijks op een andere manier (cfr unieke hersenen)
- Het is dus logisch dat je je kind niet altijd (meteen) begrijpt
- Het is niet omdat jij het niet begrijpt dat je kind zich onbegrepen moet voelen

- Tip!

- ✓ Probeer te ontcijferen wat je kind wil duidelijk maken met zijn gedrag / reactie.
- ✓ Wat is de echte boodschap?

- Download 8 triggers

# 8 TRIGGERS VAN EEN VOL HOOFD

## Wat zijn de triggers die het hoofd van jouw kind doen vollopen?

Vink de triggers af die van toepassing zijn op jouw kind

### JE KIND IS SNEL OVERPRIKKELD

Wanneer je kind heel gevoelig is voor zintuiglijke, emotionele, cognitieve en sociale prikkels die binnenkomen, loopt zijn hoofd sneller vol.

### JE KIND PIEKERT VEEL

Wanneer je kind lang blijft nadenken over dingen die gebeurd zijn en dit moeilijk kan loslaten kan een hoofd ook vol lopen.

### ER MOET NOG GEPUZZELD WORDEN

Wanneer je kind in z'n hoofd nog moet puzzelen om te ontdekken wat de ander precies bedoelt, kan dit ervoor zorgen dat hoofden vol lopen

### ZAKEN GAAN NIET ZOALS VERWACHT

Wanneer je kind iets in zijn hoofd heeft en dit gaat niet zoals verwacht kan dit erg lastig zijn en zorgen voor veel onrust en een vol hoofd.

### JE KIND GERAAKT SNEL AFGELEID

Wanneer je kind snel geraakt afgeleid door alle prikkels in z'n omgeving kan dit ervoor zorgen dat een hoofd vol loopt.

### NIEUWE SITUATIES / ANDERS DAN ANDERS

Wanneer je kind zich in een nieuwe situatie bevindt of in een situatie die anders is dan anders kan dat heel spannend zijn en kan dit ervoor zorgen dat z'n hoofdje vol loopt.

### MOETJES

Wanneer je kind last heeft van keuzes maken en dit veel stress met zich meebrengt kan dit een vol hoofd tot gevolg hebben.

### JE KIND VOELT ZICH NIET BEGREPEN

Wanneer je kind iets wil duidelijk maken maar hij wordt niet of verkeerd begrepen, kan dit frustratie uitlokken.

**Uit de oudertraining**
**Eerste hulp bij volle hoofden**

• De Talententuin •

# Signalen

- Het is ook belangrijk om wat beter te gaan kijken wat de signalen zijn bij je kind.
- Sneller herkennen en ingrijpen
- Zien als knipperlichten, als boodschap
- Hoe merk jij wanneer het hoofd van je kind vol zit?
  Wat zijn de signalen?
  Wat voelt / merkt hij zelf? Bevraag je kind

- Download signalen

## Wat zijn signalen van een vol hoofd bij jouw kind?

- [ ] Sneller huilen
- [ ] Helder nadenken lukt niet meer
- [ ] Opletten en begrijpen is lastig
- [ ] Moeilijker uit woorden komen
- [ ] Sneller vergeten
- [ ] Last van drukte en lawaai
- [ ] Moeite met (in)slapen
- [ ] Buik- of hoofdpijn
- [ ] Niet tegen verandering kunnen
- [ ] Onrustig zijn
- [ ] Moeilijk kunnen stoppen met activiteit
- [ ] Sneller geïrriteerd, sneller ruzie
- [ ] Hangerig, zeuren, mopperen
- [ ] Boze buien
- [ ] Negatief denken

# Waarover hebben we het gehad?

- Je hebt nu zicht op de triggers van het volle hoofd van je kind
- Je weet nu op welke signalen je kan letten
- Je weet nu hoe je een vol hoofd bij jouw kind kan herkennen

# Begrijp en begeleid jouw gevoelige, overprikkelde kind!

- Inzicht in triggers
- Inzicht in signalen

Deze training

- Inzicht in hoe de hersenen werken
- Hoe kan je helpen een vol hoofd te voorkomen?
- Hoe kan je kind zijn hoofd weer leeg maken?
- Hoe kan je kind op een gepaste manier ontladen?
- Hoe kan jij als ouder helpen?
- Inzicht in jouw patronen & mindset
- Essentiële inzichten om jouw kind te ondersteunen
- Belang van zelfzorg

Oudertraject

# Wat nu?

Je hebt nu inzicht in de triggers en signalen!
Dusss….

- ✓ Of je gaat hier de komende weken/maanden zelf mee aan de slag. Je observeert je kind en speelt in op deze triggers & signalen. Je hebt de inzichten in handen om hier zelf mee aan de slag te gaan

- ✓ **Of we doen dit samen**! We gaan samen op zoek hoe we bepaalde triggers kunnen verzachten of voorkomen. Hoe we kunnen inspelen op signalen. Hoe we hoofden rustig kunnen maken. Hoe wij als ouder hierbij kunnen helpen en onze kinderen deze vaardigheden eigen kunnen maken.

- Ik neem je mee in deze inzichten, technieken, tools en tips
- Ik zet je aan tot actie door reflectie oefeningen en verwerkingsopdrachten
- Je toetst alles af aan je eigen situatie en je haalt eruit wat bij jou, je kind en je gezin past
- Ik neem je bij de hand!

# Help ik kan het niet alleen!

- Dat is oké! En zelfs goed om toe te geven.
- Heb je al veel gelezen over volle hoofden, hsp, overprikkeling, afgestemd opvoeden enz maar blijf je het lastig om alle tips en inzichten in de praktijk te brengen?
- Net hierbij ga ik je helpen
- **Online community** om ervaringen uit te wisselen, struggles en successen te delen
- Mogelijkheid tot **persoonlijk traject** en onbeperkt vragen stellen!

JA! Dit is wat ik wil!

Ik wil meer rust, verbinding en begrip in ons gezin!

# Wat zeggen andere ouders over het traject?

"Dit zou basiskennis moeten zijn voor elke ouder van een gevoelig, snel overprikkeld kind"

– **moeder van Sten, 7 jaar**

# Wat zeggen andere ouders over het traject?

"Fijne afwisselen tussen theorie en achtergrondkennis
die je nodig hebt om te begrijpen
en proefjes, reflectievragen en oefeningen om te DOEN.
Ik grijp nog steeds vaak terug naar bepaalde modules"

**– moeder van Maxim, 6 jaar**

**Ik heb dit traject gemaakt om…**

**… jou heel wat struggles,**
**negatieve, niet helpende gedachten,**
**frustraties,**
**strijd,**
**onzekerheid,**
**en onrust te besparen!**

# Hoe weet je of je dit moet doen?

Een handvat:

- Beeld je eens in dat alles blijft zoals het nu is. Dat jij en je kind hetzelfde doen dan de afgelopen weken / maanden. Hoe zou dat voelen? Goed genoeg? Prima!
  Of niet? Wil je ergens mss toch verandering?

- Beeld je nu eens in dat je inzicht krijgt in het gedrag van je kind, hem daardoor beter begrijpt en een hele rugzak vol tips, handvatten en technieken hebt om je kind te ondersteunen en je kind zelf vaardigheden aan te leren. Hoe zou je je dan voelen?

# Dit is het oudertraject

**Voor ouders die hun gevoelige, overprikkelde kind beter willen begrijpen en begeleiden.**

HELLO@REALLYGREATSITE.COM

# Wat is het?

- Eerste hulp bij Volle Hoofden is een oudertraject waarin ik mijn meest waardevolle inzichten, handvaten en technieken met je deel; zodat jij je kind beter begrijpt én afgestemd kan begeleiden
  - **Meer dan 4u aan videobegeleiding** op een online leeromgeving
  - **Extra** audio's, downloads, opdrachtjes en proefjes, reflectie oefeningen en verwerkingsopdrachten bij elke module
  - **Levenslang toegang** tot al het materiaal en eventuele updates
  - Te volgen op je **eigen tempo**, waar en wanneer je wil
  - Mogelijkheid tot **persoonlijke begeleiding** gedurende 3 maanden!

# 5 modules

- **Module 1: Hoe werkt het in ons hoofd?**

- Uitleg over de prikkelverwerking in onze hersenen
- Hoe werken onze hersenen bij een snel vol lopend hoofd?

- **Module 2: Triggers & signalen van een vol hoofd**

- Zie mini training maar dan uitgebreider met meer inzichten

# 5 modules

- **Module 3: essentiële inzichten voor jou!**

- Inzichten in spiegelgedrag tussen jou en je kind
- Leren verder te kijken dan het zichtbare gedrag van je kind
- Waarom ontploft jouw kind thuis het meest?
- Belang van zelfzorg als ouder en hoe doe je dit?
- Downloads om extra te verwerken

# 5 modules

- **Module 4: Hoe kan jij je kind helpen?**

- Tips en tools om je kind vaardigeden aan te leren om zoveel mogelijk te voorkomen dat z’n hoofd vol loopt.
- Technieken om volle hoofden weer tot rust te brengen.
- O.a over emotieregulatie, co-regulatie, grenzen stellen, verbindende communicatie, overzicht en voorspelbaarheid, hoe verbinden enz…
- Helder en concrete uitleg met praktijkvoorbeelden

# 5 modules

- **Module 5: Concrete tips en tools voor jouw kind**

- Handvaten wat jouw kind kan doen als zijn hoofd vol zit
- Tips hoe hij kan voorkomen dat z'n hoofd vol loopt
- Over ontspannen, aan de slag met je gedachten, ontladen en omgaan met prikkels
- Concrete technieken met heel wat voorbeelden en doe-opdrachten voor je kind
- Extra: uitleg op kindermaat in het werkboek "Eerste Hulp bij Volle Hoofden"

# Belangrijke info!

- Het aantal plekken om het traject helemaal op jezelf te volgen is **onbeperkt**
- **Die mét persoonlijke begeleiding niet**… De vorige ronde waren al deze plekjes volzet, dus wees er snel bij als je deze optie graag wil!
- De investering bedraagt **(voor de laatste keer!)**
  - 159€ voor het groepstraject (zelfstandig te volgen)
  - 225€ voor het persoonlijk traject (persoonlijke begeleiding via mail gedurende 3 maanden)
- **100% terugbetaling** vóór de start van het traject (=18/10)

# Wat ik je ga leren!

- Nu je weet WAT de triggers van jouw kind zijn wil ik je leren **hoe** je je kind kan ondersteunen om deze te voorkomen, te verzachten of om er mee om te gaan
- Nu je weet WAT de signalen van jouw kind zijn wil ik je ook leren **hoe** je je kind kan helpen van zodra je deze signalen opmerkt.
- Ik ga je super waardevolle inzichten geven, in jezelf als ouder, in jouw patronen en jouw mindset. In het spiegelgedrag tussen jou en je kind, in **hoe** je achter het gedrag van je kind kan kijken en hier afgestemd op kan reageren.
- Ik geef je een **hele waaier aan tips en technieken** hoe jij je kind kan helpen. Om zijn hoofd leeg te maken, om met heftige emoties en piekergedachten om te gaan enz.

# Wat ik je ga leren!

- Ik ga je daarnaast ook een heleboel tips en handvaten geven wat je kind zelf kan doen als zijn hoofd vol zit, hoe hij dit kan aantonen en wat hij kan doen om overprikkeling zoveel mogelijk te voorkomen (**vaardigheden aanleren**) die hij de rest van zijn leven zal kunnen gebruiken.
- Ik ga je inzicht geven in **hoe onze hersenen werken**, ook wanneer een hoofd vol loopt. Zodat je beter begrijpt hoe dit precies verloopt en ook meer begrip hebt voor natuurlijke reacties (**inzichten geven**)
- Ik wil je leren **afstemmen**; op je kind en zijn noden en behoeften; maar ook op jezelf en wat jij nodig hebt en op dat moment kan bieden
- Ik geef je tips hoe je liefdevol grenzen kan stellen, kan co-reguleren en verbindend kan communiceren met je kind.
- En echt waar… Nog veel meer!

# Extra's voor de vroege vogels

**Voor wie aanmeldt tem 9/10 !**

## Document fases emotionele ontwikkeling + Positief dagboek

Krijg je gratis toegestuurd in je mailbox

# 3 bonussen voor iedereen!!

1. **Online community** om met de andere ouders te connecteren, je zorgen, twijfels en successen te delen

2. **Werkboek** “eerste hulp bij volle hoofden”

3. **Materialenlijst:** (kinder)boeken, websites, podcasts, werk- en doeboeken, spelletjes, en andere materialen

# Hoe aanmelden?

Via onderstaande link kan je NU METEEN aanmelden!!

- **Zonder begeleiding** (159€)

https://detalententuin.be/product/1ste-hulp-bij-volle-hoofden-zonder-begeleiding/

- **Met begeleiding** (225€)

https://detalententuin.be/product/1ste-hulp-bij-volle-hoofden-met-begeleiding/

# Vragen!

1. Ik ben professional, kan ik het traject volgen?
2. Is mijn kind toch niet te jong?
3. Mijn kind heeft ASS / AD(H)D / STOS. Is het traject dan iets voor ons?
4. Is de training wel iets voor mij? / Kan ik dit wel online leren?
5. Mijn man / omgeving is niet mee in mijn visie… Heeft het traject dan zin?
6. Volg ik dit traject alleen of samen met mijn kind?
7. Wat houdt het groepstraject in?
8. Is er 1 op 1 begeleiding mogelijk?
9. Ik twijfel of het nu het moment is, het is zo druk en ik heb weinig tijd; wanneer is de volgende ronde?
10. Ik heb geen facebook, kan ik dan deelnemen?
11. Ik blijf liever anoniem, kan ik dan deelnemen aan het groepstraject?
12. Kan mijn kind hierin begeleid worden door jou?

1. Ik ben professional, kan ik het traject volgen? JA
2. Is mijn kind toch niet te jong? NEE
3. Mijn kind heeft ASS / AD(H)D / STOS. Is het traject dan iets voor ons? JA
4. Is de training wel iets voor mij? / Kan ik dit wel online leren? JA
5. Mijn man / omgeving is niet mee in mijn visie… Heeft het traject dan zin? JA
6. Volg ik dit traject alleen of samen met mijn kind? KAN BEIDE
7. Wat houdt het groepstraject in? ZELFSTANDIG VOLGEN
8. Is er 1 op 1 begeleiding mogelijk? JA
9. Ik twijfel of het nu het moment is, het is zo druk en ik heb weinig tijd; wanneer is de volgende ronde? SOWIESO VOLGEND JAAR
10. Ik heb geen facebook, kan ik dan deelnemen? JA
11. Ik blijf liever anoniem, kan ik dan deelnemen aan het groepstraject? JA
12. Kan mijn kind hierin begeleid worden door jou? JA

# Ik ga voor groei en schrijf me nu in!

**Klik hier:**

**Ik wil het traject volgen!!**

# Dankjewel!

- Aan zij die nu al aanmelden: ik kijk er super hard naar uit om met je aan de slag te gaan, je hoort me héél snel!!
- Aan zij die nog twijfelen of het traject iets voor hen is: feel free om mij elke mail, elke vraag te sturen die maar in je opkomt. Via mail, prive bericht, messenger, what's app (website)… Ik antwoord graag én snel!
- info@detalententuin.be
- Evaluatie
- Downloads en slides van deze training
- Te downloaden via: https://detalententuin.be/gratis-mini-training-downloads/