

Boksend opvoeden

Wij zijn Kevin Heurnink en Bettina Heise uit team Achterhoek. Binnen onze functie als gezinscoach geven wij de weerbaarheidstraining 'Boksend opvoeden'. Afgelopen november (2022) hebben wij een training gevolgd en ons certificaat behaald.

Sindsdien zetten wij deze behandelmethodiek in bij gezinnen. De hulpvragen kunnen zeer uiteenlopend zijn;

- een gezinslid is onzeker,
- heeft faalangst,
- heeft moeite heeft om zijn/haar emoties te reguleren,
- moeite om voor zichzelf op te komen.

Door fysiek bezig te zijn en het herkennen van lichamelijke en mentale signalen, middels verschillende spelmethodieken, leert hij/zij naar zichzelf te kijken. Dit individueel of in gezinsverband denk hierbij aan ouders/broers/zussen.

Dit zorgt voor meer verbinding met elkaar en versterken van de onderlinge band tussen gezinsleden.

De werkwijze sluit aan bij de belevingswereld en kan op een eigen creatieve manier ingezet worden. De aanpak is spelenderwijs en doelgericht.

Boksend Opvoeden benut het boksen als een psycho-fysieke gerichte benadering. De deelnemers hoeven geen boks vaardigheden nodig om deel te kunnen nemen.

Ervaring deelnemer;

Ik ben Maud en ik ben bijna 11 jaar oud.

1. Ik vind boksend opvoeden leuk omdat je in beweging in bent .

2. ik leer voor mezelf op te komen.

3. ik leer mijn grenzen aan geven.

4. door verschillende opdracht te doen en te praten over dingen die ik lastig vind

Wil je meer informatie over de methodiek boksend opvoeden, dan kun je contact opnemen met Kevin op 06-10044196 of Bettina, 06-22975904 of met één van onze intakers.

Wil je een filmpje zien over de methodiek, kijk dan op: <https://youtu.be/8BTbt21jThM>

