

trainMEE



DE TRAINING VOOR OUDERS
VAN JONGE KINDEREN VAN
3 TOT EN MET 8 JAAR

PITTIGE JAREN

WWW.PITTIGEJAREN.NL

Jengelen, niet luisteren en boze buien horen bij jonge kinderen. Maar als jouw 3-jarige dochtertje niet ophoudt met krijsen omdat ze geen tv meer mag kijken, wat is dan verstandig om te doen? Hoe reageer je als jouw 5-jarig zoontje zijn jongere zusje een duw geeft, omdat ze zijn speelgoed heeft afgepakt? En wat doe je als je jouw zoontje naar de gang stuurt, maar hij komt steeds de woonkamer weer in? Het zijn pittige jaren, soms zwaar en heftig. Maar gelukkig ook levendig, vol met voorvallen waar ouders later met vertedering op terugkijken, of hartelijk om kunnen lachen.

Hoe kun je kinderen helpen beter met hun boosheid om te gaan? En hoe kunnen ouders de sociale vaardigheden van hun kinderen helpen vergroten?

Wat is Pittige Jaren?

Pittige Jaren is een training voor ouders van jonge kinderen in de leeftijd van 3 t/m 8 jaar. Het programma richt zich op het versterken van opvoedingsvaardigheden van ouders, en heeft als doel jullie als ouders te leren hoe je het gedrag van jouw kind kan veranderen. Op deze manier helpen we kinderen beter om te gaan met hun boosheid en versterken we hun sociale vaardigheden. In wetenschappelijk onderzoek is het positieve effect van het programma aangetoond in veel verschillende landen, waaronder Nederland.





Voor wie is Pittige Jaren geschikt?

Het programma is geschikt voor alle ouders die graag ondersteuning willen bij het opvoeden. Het programma richt zich op jonge kinderen die druk, dwars, of opstandig gedrag vertonen. Hierbij kun je denken aan niet luisteren, boze buien, ruzie maken en over alles in discussie gaan.

Hoe ziet deze training eruit?

De training vindt plaats in groepsverband en bestaat uit 14 wekelijkse sessies van twee uur. Tijdens de training wisselen deelnemers ervaringen uit en ontvang je veel informatie. We bespreken en oefenen veel verschillende situaties. Verschillende onderwerpen komen aan bod zoals: spelen met je kind, prijzen en belonen, grenzen stellen en omgaan met ongewenst gedrag.

Annemieke Sederel, Roos van Eijk, Lisenka Bartels-Dekkers en Nika van Gastel zijn schoolmaatschappelijk werkers van MEE Rotterdam Rijnmond. Zij hebben via www.pittigejaren.nl (www.incredibleyears.com) de opleiding tot trainer gedaan.

Wil je meer informatie of aanmelden?

Informatie over de trainers en de trainingsmethode is te vinden op <https://www.meerrotterdamrijnmond.nl/pittigejaren>. Daar staan ook de telefoonnummers van de trainers voor Whatsapp en een link naar het aanmeldformulier.

Ouders kunnen zich ook aanmelden door een e-mail te sturen naar:

teampittigejaren@meerrotterdam.nl

Wij nemen daarna contact met je op.

Hieronder staat wanneer de training(en) van start gaat: