

Piep zei de muis

'Piep zei de Muis' is een training voor kinderen van 4 t/m 7 jaar die extra steun kunnen gebruiken, omdat ze thuis, of in hun directe omgeving met stress en spanningen te maken hebben (gehad). Tijdens deze training zetten we kinderen in hun kracht en leren ze dat verdrietige of boze gevoelens normaal zijn.

Kinderen kunnen meestal minder goed met stress en spanningen omgaan dan volwassenen en betrekken veel op zichzelf. Ze voelen zich snel schuldig en denken bijvoorbeeld dat het door hen komt dat papa of mama zo verdrietig of ziek is. Kinderen reageren op verschillende manieren op stress en spanning: ze worden bijvoorbeeld heel stil, onzeker of juist heel boos of dwars. Ook kunnen kinderen bang zijn om te gaan slapen of vallen ze terug in gedrag zoals bijvoorbeeld verlatingsangst, plassen in hun broek of met een baby/peuter stem praten.



Het is belangrijk dat kinderen hierbij ondersteund worden, zodat zij leren om te gaan met gevoelens en inzicht krijgen wat hen kan helpen in situaties van stress en spanningen. In de training doen kinderen spelenderwijs positieve ervaringen op en ervaren dat zij niet de enigen zijn die soms verdrietig of boos zijn.

MOC 't Kabouterhuis is landelijk expert op het gebied van de sociale en emotionele ontwikkeling van het jonge kind van 0 - 7 jaar. 't Kabouterhuis biedt specialistische jeugd ggz, opvoedondersteuning, hulp en trainingen aan het jonge kind. 'Piep zei de Muis' valt onder het preventieve trainingsaanbod.

Ouderbijeenkomsten

Er zijn vier ouderbijeenkomsten waarin we ouders vertellen wat de kinderen bij de training doen en waarom we dit doen. Op die manier kunnen ouders thuis ook het geleerde oefenen met hun kind. Daarnaast is het voor kinderen belangrijk om deze betrokkenheid te voelen en te weten dat ouders het goed vinden dat ze naar 'Piep zei de Muis' komen. Tijdens de bijeenkomsten komen ook onderwerpen aan bod zoals aandacht hebben voor je kind, ook als je overbelast bent en andere zaken waar een ouder in de opvoeding tegenaan loopt. Aan het einde van de training vindt een evaluatiegesprek met de ouders plaats.

Vanwege de maatregelen omtrent COVID-19 informeren wij u nog of en op welke manier de ouderbijeenkomsten plaatsvinden.



Praktische informatie

Waar en wanneer

De Bredeschool Legmeer / De Dolfijn
(volg de borden MOC 't Kabouterhuis)
Randhoornweg 31
1422 WX, Uithoorn

Elke dinsdag van 15.15 - 16.45 uur.

Trainers: Maureen Smit en Judith Bolle. De betrokken regiebehandelaar zijn Jitske Kuling en Sophie Weeda.

E-mail: m.smit@kabouterhuis.nl en j.bolle@kabouterhuis.nl

Telefoon: 0297 810 060 (algemeen)

Eten en drinken

Tijdens elke les is er een moment dat we wat drinken met een koekje. Kinderen hoeven zelf geen eten of drinken mee te nemen. Indien er sprake is van allergie of dieetwensen, kunt u dat aan ons doorgeven.

Afmelden

'Piep zei de muis' kent een opbouw in de thematiek. Het is daarom belangrijk dat kinderen alle trainingen aanwezig zijn. Kan uw kind echt niet? Meld dit dan via de bovenstaande mail of het algemene telefoonnummer.

Piep zei de Muis bijeenkomsten:

Bijeenkomst	Datum kind bijeenkomsten	Tijd kind bijeenkomst	Tijd ouderbijeenkomst
1	2 maart	15.15 – 16.45	
2	9 maart	15.15 – 16.45	
3	16 maart	15.15 – 16.45	
4	24 maart	15.15 – 16.45	
5	31 maart	15.15 – 16.45	
6	6 april	15.15 – 16.45	
7	13 april	15.15 – 16.45	
8	20 april	15.15 – 16.45	
	Koningsdag		
	Meivakantie		
9	18 mei	15.15 – 16.45	
10	25 mei	15.15 – 16.45	
11	1 juni	15.15 – 16.45	
12	8 juni	15.15 – 16.45	
13	15 juni	15.15 – 16.45	
14	22 juni	15.15 – 16.45	

* Op feestdagen en in de vakanties is er geen bijeenkomst.

De thema's van

Piep zei de Muis



	Bijeenkomsten	Thema	Doel
1	Wij zijn de Okidokies!	Kennismaken	- Kennismaken met elkaar. - Introduceren van handpop Piep. - Een veilige plek voor de kinderen creëren.
2	Dierbare schatten.	Gevoelens Persoonlijke helpertjes (schatten)	- weten wat waardevol is - leren welke gevoelens er zijn en waar ze voor dienen. - leren dat persoonlijke schatten kunnen helpen bij gevoelens.
3	Kijk mij eens!	Uniek zijn/eigenheid. Complimenten. Trots zijn op jezelf.	- leren wat complimentjes zijn en hoe je die aan iemand kan geven. - dingen benoemen waar ze goed in zijn of die ze mooi aan zichzelf vinden. - laten zien aan anderen at ze goed kunnen.
4	Lachen mag!	Blij zijn	- met kinderen praten over dingen waar je blij van kunt worden. - leren dat het ook belangrijk is om leuke dingen te doen. - plezier hebben met elkaar.
5	Een knuffel voor elke traan.	Verdrietig zijn	- leren dat verdriet erbij hoort en mag bestaan. - leren wat kan helpen en troost kan bieden bij verdriet. - leren dat het helpt om verdriet te delen.
6	Iedereen is wel eens bang.	Bang zijn	- leren dat bang zijn of je zorgen maken er bij hoort en er mag zijn. - Kinderen duidelijk maken dat je voor verschillende dingen bang kunt zijn of je zorgen over kan maken. - leren wat kan helpen bij bang zijn.
7	We gaan die boosheid verjagen!	Boos zijn	- Kinderen leren dat boos zijn of je zorgen maken er bij hoort en er mag zijn. - Kinderen duidelijk maken dat je over verschillende dingen boos kunt zijn. - Kinderen leren wat kan helpen als je boos bent.
8	Mijn verhaal over thuis	- Leuke en stomme geheimen. - Scheiding / heftige ruzies thuis / ziekte in huis / verlies en rouw / een spanningsvolle omgeving.	- het verschil leren tussen leuke en stomme geheimen. - leren dat nare geheimen altijd gedeeld moeten worden. - Kinderen krijgen informatie over wat een scheiding / heftige ruzies thuis / ziekte in huis / verlies en rouw / een spanningsvolle omgeving bij kinderen voor gedachten en gevoelens kan oproepen.

			Kinderen tekenen, schrijven, knutselen of spelen hun eigen verhaal over scheiding / heftige ruzies thuis / ziekte in huis / verlies en rouw / een spanningsvolle omgeving.
9	Weet je wat ik zou willen..?	Wensen en behoeften van kinderen.	- De kinderen vertellen hun eigen verhaal over de scheiding / heftige ruzies thuis / ziekte in huis / verlies en rouw of een spanningsvolle omgeving. - De kinderen geven aan wat ze nodig hebben ten tijde van de scheiding / heftige ruzies thuis / ziekte in huis / verlies en rouw of een spanningsvolle omgeving.
10	Mij blaas je niet omver!	- Omgaan met moeilijke situaties. - Eigen grenzen aangeven.	- leren dat moeilijke situaties erbij horen - leren dat je een moeilijke situatie op verschillende manieren aan kan pakken. - leren grenzen aan te geven (zeggen dat ze iets niet willen).
11	Wie komt er op visite?	Sociale steun	- kinderen leren dat het belangrijk is mensen en dieren om zich heen te hebben om mee te praten en om leuke dingen mee te doen. - inzicht geven met welke mensen of dieren ze kunnen praten over wat ze leuk en niet leuk vinden en ze hierin stimuleren. - inzicht geven met welk mensen of dieren ze leuke dingen kunnen doen en ze hierin stimuleren.
12	Speel je mooi!	- De kracht van spel. - Ontspanning.	- kinderen leren dat het belangrijk is te blijven spelen en plezier hebben.
13	We zullen de donderpad vinden!	- Herhaling van de eerder thema's. - Omgaan met moeilijke situaties.	- alle thema's en hulpmiddelen die bij 'Piep' zijn behandeld worden nog een keer genoemd. - De kinderen leren door samenwerking een moeilijke situatie op te lossen.
14	Eind goed al goed!	Afscheid nemen	- bespreken met de kinderen wat ze leuk, stom en leerzaam vonden aan de 'Piep zei de muis' groep. - op een positieve manier afscheid nemen.