



**‘In verbinding met je kind’
Een training voor ouders van
jongeren (12-18 jaar) die echt in
verbinding willen komen met hun
kind, en zoeken naar meer gezag,
zonder strijd.**



BINDKRACHT 10

Heb je weleens het gevoel dat je je kind niet goed kunt bereiken? Dat je kind zich afsluit, niet luistert, of dat gesprekken snel tot conflicten leiden? Weet je niet goed hoe je de verbinding kunt behouden of herstellen?

Je bent niet de enige. Veel ouders lopen hier tegenaan, zeker met kinderen in de puberteit! In deze training ontdek je hoe je weer in contact komt met je kind, ook op lastige momenten. Samen met andere ouders wissel je ervaringen uit, oefen je met praktische situaties en leer je hoe je thuis actief aan de slag gaat met het versterken van de relatie met je kind.

Deze training is gebaseerd op de principes van Verbindend Gezag®. Je leert hoe je als ouder rustig en stevig kunt blijven en zelfverzekerd kan reageren. Hierin neem je ook verantwoordelijkheid voor je eigen gedrag en werk je aan bewustwording, zelfreflectie en het omgaan met emoties.

Doelgroep

Deze training is bedoeld voor ouders van jongeren (12-18 jaar) die zich soms onmachtig voelen in de opvoeding. Ouders die moeilijkheden ervaren in het in verbinding zijn met hun kind, hier verandering in willen en er actief mee aan de slag willen.

Bijeenkomsten

De training bestaat uit 4 bijeenkomsten van 2 uur en een terugkombijeenkomst.

De bijeenkomsten vinden om de week plaats. Tussen bijeenkomst 4 en de terugkombijeenkomst zit wat langer tijd. Tussen de bijeenkomsten ga je thuis aan de slag, en kan er contact worden opgenomen met de trainers om vragen te bespreken.

Voor de effectiviteit van de training is het aan te raden dat beide ouders meedoen, als dat mogelijk is.

Praktische informatie

De cursusdata zijn:

Vrijdag 29 mei, 12 + 26 juni,
10 juli 2026

28 augustus terugkombijeenkomst

De cursuslocatie is:

Wijkcentrum Ark van Oost
Cipresstraat 154
6523 HR Nijmegen

Er zijn geen kosten verbonden aan
deelname.

*Deelname is mogelijk voor ouders uit
de gemeente Nijmegen*

Informatie/aanmelden

Voor meer informatie of aanmelding
voor de cursus ga je naar:

[https://propersona.nl/preventie/in-
verbinding-met-je-kind-training/](https://propersona.nl/preventie/in-verbinding-met-je-kind-training/)

of scan de QR code.



Pro Persona helpt

Pro Persona Preventie

T (026) 312 44 83

E preventie@propersona.nl

W www.propersona.nl/preventie

KvK 41053219



Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg