

OMGAAN MET PERFECTIONISME

IK BEN NETJES EN GEORGANISEERD

Ik moet alles in één keer goed
doen van mezelf

IK BEN ALLEEN TEUREN MET
EEN 9 OF EEN 10

Ik ben (bijna) nooit
tevreden of trots als
ik iets gedaan heb

Ik heb lichamelijke klachten
zoals hoofdpijn, buikpijn,
rugpijn etc.

IK WERK NIET GRAG
SAMEN. IK DOE HET
LIEFST ALLES ZELF

Groepstraining Omgaan met Perfectionisme

Jongeren leren tijdens de training imperfecties te verdragen waardoor ze met meer zelfwaarde naar zichzelf leren kijken bij fouten. Daarnaast krijgen de jongeren ook inzicht in hun leerkulien en worden ze geholpen om gezond en in evenwicht te blijven bij prestatiedruk. Dit alles wordt bereikt door middel van gesprekken, oefeningen en doen.

- De training start op 18 januari en zal elke maandag plaatsvinden, locatie Stationsweg 78M.
- Voor jongeren van de middelbare school.
- Aan deze training zijn geen kosten verbonden.

Kijk voor meer informatie op: www.centrumvoorjeugdengezin.nl/cursussen-voor-kinderen