**Programma zachtjes balen Verdieping in het kort**

**Vragen van te voren aan hen gesteld:**

• 1 fijn momentje met toontje

• Hoe blijf jij aandachtig nieuwsgierig, hoe check jij je waarnemingen?

• Hoe help je ouders en kinderen hun eigen spanningsniveau te reguleren?

• Hoe zorg je dat ouders en kinderen zich gezien en uitgenodigd voelen om hun binnen wereld naar buiten te brengen?

• Hoe verlangzaam je via Toontje de interactie tussen ouder en kind om deze te begrijpen?

• Hoe spiegel je via Toontje behoeftes, gevoelens en gedachten?

**In training komt aan bod:**

• Hoe laat je ouders en kinderen mentaliseren mbv Toontje?

• Hoe bewerkstellig je de liefdevolle onvoorwaardelijke acceptatie van Toontje voor ouders en kinderen?

• Hoe zorg je dat ouders en kinderen zich gezien en uitgenodigd voelen om hun binnen wereld naar buiten te brengen?

• Hoe kan je Toontje laten fungeren als intermediair tussen ouders en kinderen.

• Hoe verlangzaam je via Toontje de interactie tussen ouder en kind om deze te begrijpen?

• Hoe  informeer je via Toontje naar de binnen wereld van ouders en kinderen?

• Hoe spiegel je via Toontje behoeftes, gevoelens en gedachten?

• Hoe help je ouders en kinderen hun eigen spanningsniveau te reguleren?

• Hoe geef je een ouder-kind sessie vorm?

Specifiek:

• checken van waarnemingen, niet wetende nieuwsgierige houding

• erkennen van wensen, erkennen gevoel

• stop and stand.(verlangzamen om te begrijpen)

• Ouders en kinderen zien en uitnodigen hun binnen wereld te vertellen (via: daar heb je vast een goede reden voor)

• Spanningsmeter erbij halen

• Brein erbij halen: in het kader van kalmeren

• Lucht, adem geven, laten doorvoelen

**Programma in het kort**

**Welkom/aankomen**

**hoe zit iedereen erbij, oefening griefelen, spanningsmeter**

**wat wil je bereiken?**

**vieren en leren van successen, dmv teken oefening met still face variant**

**hoe een aandachtige liefdevolle werk-basis creeeeren**

**vieren van wat werkt**

**pauze**

**verhaal blinden over point of view**

**mentaliseren: wat is het?**

**hoe doet toontje het:**

**aanbod komt: kalmeren, onder zoeken wat er (van binnen )speelt bij frustraties, woorden geven aan wensen, gedachten, gevoelens, en bekrachtigen adequaat gedrag**

**beeld concept module therapie sessie: elkaar begrijpen in een aandachtige ontmoeting**

**interventies in het kort**

**demo stukje over gevoelens**

**benoemen interventies die ze herkennen**

**zelf oefenen interventies**

**pauze**

**filmpje sessie**

**oefenen met interventies**

**pauze in frisse lucht**

**spelen oefenen en toepassen interventies**

**ruimte voor vragen**

**compacte samenvatting oefening**

**afronding**