



Expertisecentrum Innoord
Breedveld 7
1025 PZ Amsterdam
e-mail: info@expertisecentrum.innoord.nl
www.expertisecentrum.innoord.nl

Directie:
Petra van den Tempel
e-mail:
directie@expertisecentrum.innoord.nl
06-42782062

Onderwijsadviseur:
Tonnie van Laar
e-mail:
directie@expertisecentrum.innoord.nl
06-42782061

Faalangstreductie
training

Voor wie is dit arrangement bedoeld?

Dit arrangement is bedoeld voor leerlingen die door faalangst onder het niveau presteren dat je zou verwachten. Bij deze leerlingen wordt het denk- en concentratievermogen door eigen negatieve gedachten tijdelijk beïnvloed. Dit zijn gedachten als "ik kan het niet" of "ik mag geen fouten maken"

Ze zorgen voor stress en frustratie, lagere resultaten en uiteindelijk voor motivatieverlies. Faalangst wordt vooral zichtbaar bij toetsen en examens, bij presentaties en sociale contacten. Tijdens de faalangstreductietraining werken we aan het verbeteren van het zelfvertrouwen en de reductie van faalangst.

Werkwijze

In de faalangstreductietraining leren kinderen wat faalangst is, hoe het veroorzaakt wordt en hoe zij faalangst kunnen voorkomen. Zij leren dat fouten maken mag en hoe helpende gedachten ingezet kunnen worden. Daarnaast leren zij om te gaan met angst en lichamelijke spanning. In de training wordt gebruik gemaakt van spel, gesprekken en creatieve werkvormen. De training is gebaseerd op principes uit de cognitieve gedragstherapie. In een periode van acht weken kunnen de kinderen groeien op het gebied van zelfbeeld, reflectie en een positieve denkwijze. De training draagt daarmee bij aan het welbevinden, functioneren en presteren van het kind.

Welke leerlingen komen in aanmerking?

De training wordt gegeven in een klein groepje van 4 tot 8 leerlingen, waarbij er combinaties gemaakt kunnen worden van groep 5 en 6 en groep 7 en 8. De training wordt in de meeste gevallen bovenschools gegeven op het Expertisecentrum met leerlingen van verschillende scholen.

Voorwaarden voor deelname

De intern begeleider meldt de leerling aan via de website van Expertisecentrum Innoord. De leerkracht is betrokken en zorgt voor implementatie in de groep. Ouder(s) is/zijn betrokken bij het vaststellen van de leerdoelen en het oefenen met de thuisopdrachten. Leerlingen worden niet belemmerd door ernstige gedrag- of sociaal-emotionele problematiek.

[Aanmelden via Kindkans.](#)

