Houd me Vast - Laat me Los voor ouders en hun tiener – 23 & 24 April 2027

Met Tanja de Jong en Hans Dieleman



Houd Me Vast - Laat me Los is een goed onderbouwd programma voor ouders en hun tiener, gebaseerd op de Emotionally Focused (Family) Therapy (Johnson, 2008). Het is bedoeld voor ouders die geloven dat de band met hun kind belangrijk is, en dat je (omdat kinderen nu eenmaal groeien) nooit klaar bent in de afstemming. Het is ook bedoeld voor tieners die geloven dat hun ouders nog wel wat kunnen bijleren over wat zij wel en niet nodig hebben in die band.

Waarom meedoen?

- Om elkaar terug te vinden na een moeilijke periode
- Om beter te begrijpen waarom het soms vastloopt tussen jullie
- En om nieuwe manieren te vinden om er weer uit te komen
- Kortom, om jullie band te beschermen binnen een soms turbulente levensfase

Onderwerpen die tijdens de training aan bod komen:

- Steunbronnen voor ouders
- Tienerthema's
- Terugkerende patronen bij ouders
- Terugkerende patronen bij tieners

- Vastlopende patronen tussen ouders en tieners
- Nieuwe gesprekken leren voeren
- Trots zijn op je gezin en je groei

Tijdens het weekend werken we soms in groep, maar belangrijke gesprekken houden we gewoon binnen je eigen gezin. We maken tijd voor ouders onderling en voor tieners onderling. En een deel doen we al pratend, maar we gaan ook graag ‘al doende’ naar buiten. Er is tot slot ook tijd om te ontspannen, en gezellig samen te koken en af te wassen.



“I’m afraid you suffer from
‘Teen Traumatic Stress Disorder.’
Once your kids grow up, it’ll go away.”

BEGELEIDERS





Tanja de Jong is therapeutisch (groeps)begeleidster met meer dan 20 jaar ervaring in binnen het Universitair Psychiatrisch Ziekenhuis (UPC) te Leuven.

“Ik werk er met kinderen en jongeren die te maken hebben met specifieke uitdagingen zoals ADHD, ASS, OCD en complex trauma.

Wat ik doorheen de jaren heb geleerd, is dat praten alleen vaak niet volstaat. Zodra we met jongeren naar buiten trekken, gebeurt er iets bijzonders: hun talenten en mogelijkheden komen naar boven of angsten worden zichtbaar. Waardoor we er mee aan de slag kunnen. Voor veel jongeren is stilzitten moeilijk, en net door te bewegen – spelend of wandelend – kunnen we samen werken aan wat vastloopt.”

https://www.groei-ringen.be/

Hans Dieleman is psycholoog en gezinstherapeut, eveneens binnen het UPC te Leuven, als-ook een deel privé thuis.

“Ik werk graag met gezinnen. Daar valt immers altijd wel iets te beleven. Ik heb doorheen de jaren geleerd om toch telkens weer te durven. Durven om samen te spreken met ouders en kinderen, durven om moeilijke dingen bij naam te noemen, en durven verantwoordelijkheid nemen voor wat anders moet. Als dat lukt gebeuren er vaak wonderlijke dingen. Want familie blijf je immers voor het leven.”
https://www.huisvoorrelatietherapie.be/

PRAKTISCH

Wanneer

Zaterdag 23 en zondag 24 april 2027, inclusief overnachting.

Locatie

Moulin de Belle Meuse
BERISMENIL nr. 5
6982 LA ROCHE-EN-ARDENNE

https://www.moulindebellemeuse.be/contact

Kostprijs & deelnemers

400 EUR per deelnemer (bij meer dan twee gezinsleden kan vermindering van de deelnemersprijs bekeken worden).
We richten ons op ouders met hun tiener (12-16 jaar). Dit kunnen één of twee ouders zijn, en mogelijks ook meerdere tieners. Heb je vragen over wie er (best) wel en niet kan meedoen? Contacteer ons gerust.

In dit bedrag is inbegrepen:

- Uitwerking van het Houd me Vast - Laat me Los programma door Tanja en Hans
- Overnachting in de Molenhoeve
- Eten en drinken

Inschrijven

Inschrijven kan **door een mail te sturen aan**: hans.dieleman@hotmail.com of dejongtanja28@gmail.com

De inschrijving is definitief **na betaling van het voorschot.** Gegevens worden via mail doorgegeven.

Annuleringsvoorwaarden

De inschrijving kan enkel omwille van onvoorziene omstandigheden geannuleerd worden en dit **tot ten laatste 1 maand voor de start**, met afhouding van **10% administratiekosten**.

Afzeggingen binnen de laatste maand voor het weekend kunnen niet meer terugbetaald worden. Op dat moment zijn we immers niet meer in de mogelijkheid om jullie plaatsje nog in te vullen, en is alles praktisch en organisatorisch geregeld.


HOLD IT! I DON'T SEE THAT ONE ON MY TEEN GIRL TRANSLATION APP!