



Psychologenpraktijk Groene Hart
Voor kinderen en volwassenen



Groepsaanbod 2026-2027

Webinars voor ouders

We organiseren regelmatig webinars over belangrijke thema's in de opvoeding, zoals over emoties bij kinderen, zelfvertrouwen, weerbaarheid en over autisme bij kinderen. Aanmelden kan door een mail te sturen naar info@pghwoerden.nl. Het is voor ons handig als u in uw mail vermeldt of u al bekend bent bij onze praktijk en hoe (bent u zelf bij ons in behandeling of uw kind?).

De volgende webinars staan al gepland:

- Dinsdag 6 oktober 2026 van 20.00 tot 21.30 uur: Omgaan met emoties bij kinderen.
- Dinsdag 17 november 2026 van 20.00 tot 21.30 uur: Zelfvertrouwen bij kinderen.
- Dinsdag 12 januari 2027 van 20.00 tot 21.30 uur: Weerbaarheid bij kinderen.
- Dinsdag 16 februari 2027 van 20.00 tot 21.30 uur: Autismen bij kinderen.

Psycho-educatie over ADHD aan ouders

'Mijn ID van ADHD' is een psycho-educatie voor ouders van een kind (t/m 18 jaar) met ADHD. De klachten die bij ADHD horen kunnen in meer of mindere mate invloed hebben op het leven van je kind. De mate en ernst kan wisselen per levensfase. In deze training leer je de sterke en kwetsbare kanten van je kind kennen, dit draagt bij aan acceptatie en begrip en is daarmee een stap in het vinden van een nieuwe balans.

- We bespreken de kenmerken van ADHD.
- Je krijgt handvaten hoe je het gesprek over ADHD kunt aangaan thuis en op school en adviezen hoe je de omgeving kunt aanpassen.
- Je krijgt zicht op behandelmogelijkheden en mogelijke gevolgen van ADHD-gedrag in de toekomst (zowel in positieve als in negatieve zin).

Er zijn in totaal 3 bijeenkomsten van elk 2 uur.

In 2026:

Dinsdagavond 13 en 27 oktober & 10 november 2026, van 19:00 tot 21:00 uur.

In 2027:

Donderdagavond 1, 8 en 22 april 2027, van 19:00 tot 21:00 uur.



Psychologenpraktijk Groene Hart
Voor kinderen en volwassenen

Groepsaanbod 2026-2027

'Omgaan met emoties'

Groepstraining voor kinderen (9-13 jaar)

'Omgaan met emoties' is een emotie-regulatietraining in groepsverband voor kinderen, in de leeftijd van 9 tot 13 jaar (groep 6-7-8 van de basisschool). In deze training leren deelnemers stap voor stap om op een goede manier met gevoelens om te gaan, door gevoelens te (h)erkennen, aanvaarden, analyseren en reguleren. Ook is er aandacht voor ontspanning en motivatie. Wat je hier leert kun je de rest van je leven goed gebruiken!

Er zijn 5 wekelijkse bijeenkomsten (1,5 uur), een terugkomsessie en een ouderbijeenkomst. In de schoolvakanties vinden er geen sessies plaats.

Training najaar 2026:

Start op vrijdag 30 oktober 2026 van 15:00 tot 16:30 uur. Ouderbijeenkomst op 5 november 2026 om 20:00 uur.

Training voorjaar 2027:

Start op vrijdag 21 mei 2027 van 15.00 tot 16.30 uur. Ouderbijeenkomst op 27 mei 2027 om 20:00 uur.

'Werken aan je zelfbeeld'

Groepstraining voor jongeren/jongvolwassenen (14-23 jaar)

'Werken aan je zelfbeeld' is een zelfvertrouwen training in groepsverband voor jongeren en jongvolwassenen (14-23 jaar). In deze training leer je om positief over jezelf te denken door meer aandacht aan positieve eigenschappen te besteden. Daarnaast leer je een positieve herinnering op een krachtige manier op te roepen, ook op momenten dat je je onzeker voelt. De meerwaarde van een training in een groep is dat er gezamenlijk geoefend kan worden én dat je van elkaars ervaringen kunt leren. Bovendien is het vaak helpend om te kunnen ervaren dat je niet de enige bent die last heeft van een negatief zelfbeeld. Een deelnemer van een vorige training gaf het volgende aan; *'Doe het, de anderen zijn waarschijnlijk net zo bang als jij bent om er voor de eerste keer heen te gaan en het helpt je echt!'*.

We starten met een korte individuele intake. Daarna zijn er zijn 6 bijeenkomsten (1 uur) en een terugkomsessie.

De geplande data zijn woensdag 13, 20 & 27 januari, 3, 10 & 17 februari en 10 maart 2027 van 16:00 tot 17:00 uur.

Aanmelden

Voor deelname aan de webinars kunt u zich opgeven per mail (info@pghwoerden.nl), ook als uw zoon/dochter niet bekend is bij onze praktijk.

Voor de overige groepsbehandelingen is aanmelding bij onze praktijk nodig. Om voor vergoeding in aanmerking te komen heeft u een juiste verwijsbrief van de huisarts of beschikking van de gemeente nodig. Kijk op onze website voor meer informatie over aanmelden bij onze praktijk.

We denken graag met je mee!

Neem contact met ons op voor overleg of aanmelden

Lindenhof 4

3442 GT Woerden

Tel: 06-55025395

Info@pghwoerden.nl

www.psychologenpraktijkgroenehart.nl