 **Voortgezet onderwijs**

**Training: Sociale Vaardigheid training**

**Voor wie?**De training in sociale vaardigheden is er voor leerlingen die vaardiger willen worden in de omgang met andere mensen.

**Theoretische onderbouwing.**

De ‘Situational Perception Training’ van Goldstein (1997) vormt de basis van de training Sociale Vaardigheden. In dit programma worden door Goldstein specifieke instructies genoemd en uitgelegd voor het aanleren van 50 vaardigheden. Oké op school heeft een aantal van deze vaardigheden in de training verwerkt.

**Hoe?**  
In de training, behandelen we iedere week een ander thema. Door groepsgesprekken, oefeningen, rollenspellen en feedback geven de leerlingen elkaar inzicht in het effect van verschillend gedrag en leren zij verschillende manieren van reageren aan.

**Welke thema’s?**Iedere groep is anders. We proberen de training zo veel mogelijk aan te laten sluiten bij de leerdoelen van de groep. Om je een beeld te geven volgt hier een aantal onderwerpen die binnen deze training aan de orde komen:

* Jezelf voorstellen in een groep
* Hoe kom ik over op een ander?
* 3 manieren van reageren (agressief, verlegen, aanpakken)
* Gedachten, gevoelens, gedrag, gevolg
* Een praatje maken met een onbekende
* Meedoen met een groep / weerstand bieden tegen groepsdruk
* Je eigen mening geven
* Opkomen voor jezelf
* Pesten en gepest worden
* Rekening houden met een ander
* Samenwerken

**Leerdoelen Sociale Vaardigheidstraining:**

1. Ik ben zelfverzekerd.
2. Ik kan op een handige manier voor mezelf opkomen
3. Ik praat met een rustige en duidelijke stem.
4. Ik kan omgaan met autoriteit.
5. Ik maak oogcontact als ik met iemand praat.
6. Ik kan op een assertieve manier reageren in geval van een conflict.
7. Ik kan feedback geven.
8. Ik kan feedback ontvangen.
9. Ik herken grenzen bij anderen.
10. Ik kan rekening houden met anderen.
11. Ik kan iemand aanspreken die ik niet ken.
12. Ik kan op mijn beurt wachten.
13. Ik kan vriendschappen sluiten en onderhouden

**Hoe vaak?**Voordat de leerling gaat starten worden de ouder(s)/verzorger(s) samen met de leerling uitgenodigd voor een intakegesprek. Hierin bespreken we de motivatie om deel te nemen aan de training en de doelen waar de leerling aan zou willen werken.

De training duurt 10 groepsbijeenkomsten.

Na de training sluiten we af met een individueel eindgespre*k* waarbij ook de ouder(s)/verzorger(s) en de leerling worden uitgenodigd. In dit eindgesprek bespreken we wat de leerling geleerd heeft van de training.

**Waar?**De trainingen worden aangeboden op de eigen school of een andere VO school. We kunnen ook uitwijken naar ons hoofdkantoor om daar de training te verzorgen.  
De exacte locatie versturen wij in de startmail naar de ouders.