

**Training: S.T.O.R.M.**

**groep 5 t/m 8**

**Voor wie?**

De S.T.O.R.M. training is bedoeld voor leerlingen die moeite hebben met het reguleren van emoties, met de nadruk op boosheid. Ook leerlingen die soms in moeilijkheden komen door een verlaagde impulscontrole kunnen deelnemen aan de training. Gedurende de training kunnen de leerlingen gezamenlijk oefenen met; samenwerken, verplaatsen in de ander, reflecteren, opsporen van denkfouten en het bedenken en inzetten van oplossingen.

Tijdens de training kan de leerling in een veilige omgeving ontdekken welke vaardigheden en kwaliteiten hij/zij al heeft en hoe deze kunnen worden ingezet. We gaan samen aan de slag met onderstaande thema's. Dit doen we door middel van groepsgesprekken, samenwerkingsopdrachten, werkbladen en activerende oefeningen.

**Welke thema's staan er centraal?**

- Zich verplaatsen in de ander
- Gevoelens leren herkennen bij jezelf en bij de ander
- Leren andere oplossingen te bedenken en uit te voeren
- Onderhandelen, voor jezelf opkomen en invoegen in een groep
- Reflecteren: kijken naar jezelf, ben ik tevreden/niet tevreden met wat ik doe en waarom?
- Complimenten geven
- Jezelf beheersen
- Samenwerken
- Helpende gedachten maken
- Ontspannen
- Denkfouten opsporen

**Achtergrondinformatie**

Aan de hand van verschillende theorieën en methodieken is deze een laagdrempelige en preventieve training ontworpen. Een positieve insteek staat hierin centraal. De basis van de training ligt bij het bestaande S.T.O.R.M. stappenplan. Deze komt voort uit de groepsdynamica theorie. Daarnaast zijn er thema's en onderdelen gebruikt vanuit de cognitieve gedragstherapie, de sociale-informatieverwerkingstheorie en het EQUIP programma.

**Wat kun je verwachten?**

Kennismaking: Voor de start van de training vinden we het fijn om met elkaar kennis te maken. Graag sluiten we aan bij de voorkeur van ouder(s)/verzorger(s) voor het voeren van het kennismakingsgesprek. Dit kan d.m.v. een gesprek op locatie, digitaal (via videobellen) of telefonisch.

Tijdens de kennismaking geven we graag meer uitleg over de training, is er ruimte voor vragen en staan we stil bij de eigen motivatie en leerdoelen van de leerling.

Afronding: Na de training delen we een eindevaluatie en is er de optie om in een eindgesprek terug te blikken op de training. We bespreken in dit gesprek wat de training heeft opgeleverd en welke oefeningen thuis en op school (als vervolg) ingezet kunnen worden.

**Duur en locatie?**

- De training bestaat uit acht bijeenkomsten.
- We trainen in een gymzaal (in gemakkelijke kleren en op blote voeten)
- De training kan worden aangeboden op de school\* van de leerling of in het stadsdeel\*\*

\*De training op de school van de leerling, vindt in overleg met de school tijdens of na schooltijd plaats.

\*\*De training in het stadsdeel (wijkoverstijgend), vindt na schooltijd plaats. De locatie van de training wordt bekend gemaakt tijdens het kennismakingsgesprek.