Arkin
Jeugd & Gezin
preventie

Heeft u ook weleens het gevoel dat opvoeden niet zo gemakkelijk is?

U bent niet de enige! Veel ouders lopen tegen dezelfde dingen aan en wij zijn er om u als ouder te helpen.

Arkin Jeugd & Gezin Preventie biedt de cursus Triple P Pathways aan voor ouders die moeite hebben met hun eigen boosheid in opvoedingssituaties en de cursus Opvoeden en Scheiding voor gescheiden ouders of samenwonende ouders die uit elkaar zijn gegaan. Tijdens deze cursussen ziet u dat u hier niet alleen in staat en leert u op een andere manier met uw situatie om te gaan. Beide cursussen worden georganiseerd vanuit de methode Positief Opvoeden. Kijk op de achterzijde van deze flyer voor meer informatie.

Deelname is gratis en mogelijk voor ouders uit Amsterdam, Weesp en Diemen. Uw gegevens worden niet geregistreerd en er wordt geen dossier over u opgebouwd. Op onze website vindt u nog meer informatie en kunt u gemakkelijk, gratis en vrijblijvend aanmelden. Bij interesse, vragen of voor overleg kunt u ook altijd contact met ons opnemen.

''Ik vind dit belangrijk omdat ik zie dat alle ouders tegen uitdagingen aanlopen als het gaat om opvoeden en dat het belangrijk is om met en van elkaar te leren.''

Blijf positief tijdens en na de scheiding

Triple P Pathways

Een cursus voor ouders die anders willen leren omgaan met hun eigen boosheid in opvoedingssituaties.

Heeft u het gevoel dat het niet uitmaakt wat u doet; het gedrag van uw kind verandert toch niet? Heeft u het idee dat uw kind vaak expres iets doet wat niet mag? Of merkt u dat u vaker schreeuwt of boos wordt op uw kind dan u wilt? Dan is deze cursus wellicht iets voor u!

"Ik ga niet meer meteen op de 'automatische' boosheid"

In 6 bijeenkomsten werkt u aan uw eigen 'valkuilen' bij het opvoeden en krijgt u tips hoe u die kunt proberen te voorkomen. Uw beleving van de opvoeding staat centraal. U leert dat u op verschillende manieren kunt kijken naar het gedrag van uw kind. Als u begrijpt waarom uw kind bepaalde dingen doet, kunt u vaak makkelijker met het gedrag omgaan. Veel ouders voelen zich schuldig als zij te boos zijn geworden op hun kind terwijl zij dat eigenlijk niet wilden. Iedere ouder wil graag een goede opvoeder zijn en het thuis gezellig maken, maar soms valt het niet mee om dat voor elkaar te krijgen. U leert uw eigen gevoelens van frustratie en boosheid tijdig te herkennen, waardoor het beter lukt om rustig te blijven wanneer uw kind lastig gedrag laat zien. Zo bereikt u meer in de opvoeding en u en uw kind zullen zich prettiger voelen.

Triple P Pathways

6 bijeenkomsten / 2 uur

Stadsdeel: Amsterdam-Zuidoost
Dag en tijd: maandag 09.30 – 11.30
Start: 9 november

Opvoeden en Scheiding

Een cursus voor gescheiden ouders of samenwonende ouders die uit elkaar zijn gegaan.

Vindt u het moeilijk de draad weer op te pakken na de scheiding? Wilt u graag uw kind positief ondersteunen nu de scheiding een feit is? Of zou u graag beter willen kunnen communiceren met uw ex-partner?
Dan is deze cursus wellicht iets voor u!

In 6 bijeenkomsten leert u op een positieve manier om te gaan met de scheiding en krijgt u nieuwe manieren aangereikt om uw kind, en uzelf, te beschermen voor de negatieve effecten van een scheiding. Ouders worden gestimuleerd effectief met de co-ouder samen te werken in de opvoeding en leren nieuwe vaardigheden om in stressvolle situaties te reageren. Tijdens de cursus ontmoet u andere ouders die in een vergelijkbare situatie als u zitten en samen wordt er gewerkt aan bovenstaande doelen. Eén van de ouders doet mee aan de training zonder de co-ouder.

De cursus is een samenwerking tussen Arkin Jeugd & Gezin Preventie en het Ouder- en Kindteam.

Opvoeden en Scheiding groep

6 bijeenkomsten / 2 uur

Stadsdeel: Amsterdam-Nieuw-West
Dag en tijd: woensdagochtend 09.30 – 11.30
Start: 22 oktober

Stadsdeel: Diemen
Dag en tijd: woensdagochtend 09.00 – 11.00
Start: 11 november

versie juni 2026

Contact

Jochen Starreveld & Mariëlle Benic
opvoeden@arkinjeugd.nl
31 (0)6 - 15 02 74 92 | +31 (0)6 - 41 78 35 19
Ook bereikbaar via WhatsApp.