

Uitnodiging voor een Psycho-Drama in Actie training voor jeugdigen

Beste ouder/verzorger,
Ik start met een sociaalvaardigheidstraining voor jongeren, met als doel de jeugd emotioneel sterker en daardoor ook emotioneel weerbaarder te maken.
Ik werk met de psychodrama methodes volgens Moreno.

Wat is psychodrama eigenlijk

P.D.I.A. is een gestructureerde training vorm.
Jacob Moreno is de grondlegger van Psychodrama. psycho = ziel drama = handelen. Dus eigenlijk bezielde handelen.
Moreno noemt het zelf de sociatrie = wetenschap van de omgangskunde.
Hoe ga je met elkaar om?
Door elkaar te ontmoeten, leer je van elkaar. In Psycho-Drama in Actie staat deze ontmoeting centraal.

Opbouw van de training P.D.I.A.

De jongeren in de actie te brengen. Dat wil zeggen, dmv oefeningen, in de actie komen.
De training wordt gestructureerd aangeboden.

- Het begin: De warming-up. Zittend in een kring beginnen we met een kringgesprek.
- Het spel: Het uitwerken van een situatie die in het kringgesprek ter sprake is gekomen, dat kan het gevoel blijheid zijn of ongeloof. Of een conflict van twee vriendjes. Het zijn herkenbare thema's, die bij een ieder van de groep spelen.
- De sharing: Het delen van de erkenning en herkenning.

Waarom jouw kind naar de training laten gaan?

Dat is een keus die je samen met je kind maakt.
Vaak zijn de kinderen zich er niet van bewust dat anderen kinderen ook hetzelfde over situaties denken zoals ze zelf doen. Ze zijn van mening dat ze alleen zo denken. Dat is het sociale gedrag; het gedrag dat de kinderen door de jaren heen geleerd hebben gekregen.
Toch is het in de werkelijkheid anders. Eenieder denkt op zijn eigen manier. Maar er zijn wel heel vaak herkenningspunten.
Door daar over te praten, maar vooral die gevoelens om te zetten in actie. Krijgen de kinderen een andere ervaring en gaan ze anders handelen. De P.D.I.A. training is eigenlijk een speeltuin voor het ervaren handelen.
Ze mogen oefenen, vallen en weer opstaan in het kader van de veiligheid die ik hun bied als psychodramaleidster.

Wat zijn de resultaten van P.D.I.A.?

Doordat het kind inzicht heeft gekregen in zijn eigen handelen, maar ook in het gedrag van de ander, wordt het kind rustiger, zelfstandiger en leert sneller. Dat komt omdat hij/zij minder energie hoeft te stoppen in zich te laten zien aan de ander. Hij/zij mag er zijn zoals hij is. Dat geeft rust aan het kind.

De visie van psychodrama die ik, als psychodramaleidster, uitdraag.

Kinderen zijn de bouwstenen van onze toekomst. Door hun deze training aan te reiken, breng ik de kinderen, door psychodrama methodes, in evenwicht met hun eigen ik.
Mijn visie is dat het omgaan met elkaar zo moeilijk lijkt, maar zo gemakkelijk is, als je in evenwicht bent met jezelf.

Psychodrama leidster:
Hanneke Cleuters
Email: hanneke.cleuters@hccnet.nl