



# **Pesten is niet cool. In je eigen kracht staan wel!**

***Vanaf groep 3 gaan kinderen zien en merken dat ieder kind anders is en anders reageert. Dat is leuk en eng tegelijk. De meer introvertere, verlegen kinderen kunnen zich wat minder goed uiten en voelen deze enge gevoelens en onmacht van binnen.***

*De extrovertere kinderen zijn sterk in hun uitdrukkingsvermogen en overschreeuwen hun angstige gevoelens, hun onmacht, door stoer en pest-gedrag.*

*Introvert of extrovert is zichtbaar in de houding. De introverte kinderen hebben een teveel naar binnen gerichte/ licht gebogen houding. De extroverte kinderen strekken meer op en zijn teveel naar buiten gericht in hun houding.*

*Vrij bewegen van buigen naar strekken hoort bij een gezonde natuurlijke ontwikkeling. Lopen kinderen vast in hun introverte houding, dan worden ze onzeker, maken minder makkelijk vrienden, hun zelfvertrouwen neemt af en dan zijn ze een gewillig slachtoffer voor pesters.*

*De pestkoppen, zijn net zo goed slachtoffers, maar dan van hun eigen gedrag. Is hun houding meer in balans met strekken en buigen dan kunnen ze zowel "gezond stoer" doen maar ook voelen.*

*De meelopers volgen de pestkoppen uit angst dat het pesten anders tegen hen gericht zal worden.*

*In onze praktijk werken we met leuke, speelse en eenvoudige oefeningen, van de Methode Niek Brouw om kinderen en pubers, maar ook volwassenen met oud zeer, te laten voelen en ervaren dat het ook anders kan!*

## **Ons doel is in je eigen kracht leren staan en hiermee:**

- je zelfvertrouwen vergroten
- je gevoelens kunnen benoemen en ermee omgaan in de buitenwereld
- een eigen keuze kunnen maken in welk gedrag bij je hoort in wie jij bent

*We hebben bewezen, via onze therapie vorm een verschil te kunnen maken in hoe natuurlijk, gezond en vrij kinderen kunnen opgroeien en zich gedragen.*

*Neem vrijblijvend contact op voor meer informatie over onze werkwijze.*

