

أبدأ بنفسي

تدريب إيجابي للآباء والأمهات والمربين المشاركين

للآباء والأمهات والمربين المشاركين
أبدأ بنفسي يساعد الناس على اكتساب المزيد من الثقة بالنفس وفهم بعضهم البعض
بشكل أفضل. وبهذه الطريقة يمكن كسر الأنماط التي كثيراً ما تنتقل من جيل إلى جيل
خلال الاجتماعات، يعمل المشاركون على ما يهمهم — لأنفسهم أو لعائلاتهم أو
لمحيطهم.



الجميع مرحب به: يشعر الناس من مختلف الخلفيات والثقافات بالانتماء في أبدأ
بنفسي. يُقدّم تدريب الوالدين بعدة لغات، مثل الهولندية والعربية والتركية والإنجليزية
والبرتغالية. يمكن أن تُدار الاجتماعات من قبل متخصصين أو آباء وأمّهات يمتلكون خبرة
شخصية.



مبادئنا الأساسية:

يمكننا جميعًا أن نكون قدوة إيجابية للأطفال من حولنا.
أنت تختار بنفسك ما تريد تغييره.
ننظر إلى ما هو ممكن، ونثق ونركز على المستقبل.
كل شخص مسؤول عن اختياراته وسلوكه.
الاعتناء بنفسك وإعادة شحن طاقتك من وقت لآخر أمر مهم لتتمكن من الوجود للآخرين.
وإذا نجحت في شيء، فيحق لك أن تفخر بذلك!



أصبح لدي الآن ثقة أكبر بنفسي وأعتني
بنفسي بشكل أفضل. وبذلك أصبح لدي
وقت أكثر لعائلتي.

كان التدريب تعليميًا، لكنه كان أيضًا
ممتعًا جدًا للمشاركة فيه.



معًا نبني بيئة رائعة للنمو فيها!

مزيد من المعلومات

أو أرسل سؤالك إلى QR امسح رموز info@peer3.nl



قصص التجارب



معلومات