



# Vragen over opvoeden en opgroeien?

Opvoeden klinkt zo makkelijk, maar kent veel uitdagingen. Soms weet je het als ouder even niet meer. Dan helpt het om met iemand te praten en je vragen, twijfels en zorgen te delen.

Alphen aan den Rijn

**Kwadraad**  
maatschappelijk werk

 centrum voor  
jeugd en gezin **Alphen aan den Rijn**

## Voor wie?

Bij Kwadraad in het CJG kunnen alle ouders/verzorgers van kinderen van 0-18 jaar terecht met vragen en problemen over opvoeden en opgroeien. De vraag van de ouder(s) staat centraal.

Voorkomen wordt dat opvoedingsvragen uitgroeien tot grote problemen; die de ontwikkeling van een kind belemmeren.

“Mijn zoontje van drie eet alleen brood, iets anders krijg ik er echt niet in! Dat kan toch niet gezond zijn?”

“Mijn zoon van 14 is vaak brutaal. Hoe kan ik met hem praten?”

## Samen zoeken naar een oplossing

Als ouder/verzorger ben je deskundige van je kind(eren). De wijkpedagogen zijn deskundigen op het gebied van opvoeding. Zij kunnen met je meedenken in jouw situatie, adviseren over de beste aanpak en geven antwoord op je opvoedingsvragen. Je kind(eren) is/zijn doorgaans niet bij de gesprekken aanwezig. Voor de meeste ouders zijn een paar gesprekken al genoeg om de zorgen weg te nemen en zelf weer verder te kunnen. Soms is er meer hulp nodig. Dan zoekt de wijkpedagoog samen met jou naar andere begeleiding.

“Sinds mijn ex en ik uit elkaar zijn, sta ik er alleen voor. Ik vraag me vaak af of ik het wel goed doe met de kinderen.”

“Als mijn dochter haar zin niet krijgt gaat ze heel hard krijsen. Vaak geef ik maar toe omdat ik bang ben dat de burens denken dat er iets ergs aan de hand is”.

## Cursussen

Op het gebied van opvoeden en opgroeien zijn er diverse cursussen te volgen:

- Opvoedcursussen voor ouders met kinderen van 2-12 jaar/12-18 jaar
- Trainingen gericht op weerbaarheid en omgaan met emotie (kinderen/jeugd)
- KIES; Kinderen In EchtscheidingSituatie
- Grip op je leven; thema bijeenkomsten voor jongeren over zorg voor jezelf, toekomst en positieve gezondheid

## Aanmelden

Wil je meer informatie of wil je een afspraak maken? Stuur een email naar [opvoedenenopgroeien.alphen@kwadraad.nl](mailto:opvoedenenopgroeien.alphen@kwadraad.nl) of bel T 088 900 4000.