

# MODULE 3

## ZELFBEWUSTZIJN



### Leerresultaten

- Hun rol van moeders in de sociale context waarin ze leven
- Hun sterke punten en problemen in de moederervaring
- Mogelijkheden en middelen die ze hebben om hun problemen te overwinnen

### Totale duur

2 uur aan  
groepsactiviteiten, face-  
to-face of online  
Zelfzorgtijd van 1 uur  
Huiswerkactiviteiten van 3  
uur

### Instructies voor begeleiders

De begeleider moet bekwaam zijn in het faciliteren van de peer-to-peer uitwisseling tussen deelnemers en empathisch begrip hebben

