

Kinderen

VOOR WIE?

- Je piekert veel
- Je bent vaak boos, bang of verdrietig
- Je denkt vaak dat je iets niet kan
- Je hebt vaak hoofdpijn of buikpijn zonder dat je echt ziek bent
- Je kan niet goed slapen
- Je ouders of de leerkrachten zeggen vaak dat je stout bent
- Je hebt vaak ruzie met andere kinderen
- Je weet niet hoe je vriendjes of vriendinnetjes moet maken
- Je voelt je vaak alleen
- Je voelt je niet op je gemak bij andere kinderen
- Je wordt gepest door andere kinderen of je pest zelf
- Je hebt iets ergs meegemaakt en je hebt het hier heel moeilijk mee (scheiding, overlijden, seksueel misbruik...)
-

Problemen zijn vervelend:

je zit ermee en je weet niet goed waar ze vandaan komen. Meestal kunnen mama of papa helpen, maar soms is er speciale hulp nodig. Dan kan je bij ons terecht: de therapeut of 'speeldokter'.

HELP MIJ! HOE?

- Eerst heeft de therapeut een gesprekje met jou en je ouders over je problemen.
- Daarna maken je ouders en de therapeut een plan om je te helpen.
- Samen met de therapeut doe je een aantal opdrachten om te weten wat je problemen veroorzaakt



- Je mag met de therapeut spelen en praten zonder je ouders erbij. De therapeut helpt jou te begrijpen wat je voelt en wat je denkt waardoor je je beter voelt.
- Af en toe praat de therapeut met je papa en mama of met iemand anders. Zo helpt de therapeut de grote mensen uit je omgeving om je goed te begrijpen en goed met jou om te gaan.

VERTROUWEN:

Je kan met de therapeut over je problemen praten. De therapeut vertelt niemand zomaar over wat je gedachten en gevoelens zijn. Als de therapeut met je mama, papa of leerkracht praat over belangrijke dingen die je verteld hebt, zal hij dat eerst met jou bespreken.