

## Voor welke klachten?

Problemen waarbij hulp geboden kan worden zijn o.a.

- onvoldoende zelfvertrouwen
- negatief zelfbeeld
- faalangst
- sociale angst en verlegenheid
- scheidingsproblematiek
- verlieservaring/rouwverwerking
- pesten en gepest worden
- eetproblemen
- slaapproblemen/nachtmerries
- veel piekeren
- onverklaarbare buik- en hoofdpijn
- gedragsproblemen
- problemen op school
- omgang met bijzondere eigenschappen, zoals AD(H)D, autisme, hoogsensitiviteit.

Ook voor:

- sociale vaardigheidstraining
- faalangstreductietraining.

## Tarieven

Een sessie kost 75 euro (exclusief BTW). Ditzelfde tarief geldt voor het intakegesprek, oudergesprekken en eventuele gesprekken/observaties op school.

De praktijk is aangesloten bij de VvVK (beroepsvereniging van & voor kindertherapeuten). Er zijn steeds meer verzekeraars die de behandeling (deels) vergoeden, afhankelijk van de polis.

Voor meer informatie kan vrijblijvend contact opgenomen worden. Dit kan telefonisch op 0492-463280 of 06-48296424 en per email op [info@voskindertherapie.nl](mailto:info@voskindertherapie.nl)

Praktijk voor Kinder- en Jeugdtherapie Karin Vos

Langenakker 107

5731 KB Mierlo

[www.voskindertherapie.nl](http://www.voskindertherapie.nl)

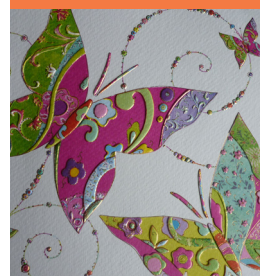


Jk kan het!

Jk vertrouw op mijn gevoel!



Jk mag boos zijn!



Jk mag om hulp vragen!



Jk kies mijn eigen weg!



Jk durf te stralen!

Jk mag verdrietig zijn!

Jk ben tevreden!

Praktijk voor Kinder- en Jeugdtherapie



*Elke ouder wil dat het goed gaat met zijn of haar kind en dat het gelukkig is. En elk kind wil zich gelukkig, veilig en tevreden voelen. Helaas lukt dit niet altijd. Het kind kan door allerlei problemen uit balans raken en geremd worden in zijn of haar ontwikkeling. Als ouder wil je er alles aan doen om je kind te helpen, maar soms weet je niet meer hoe je dat moet doen. Kinder- en Jeugdtherapie, kortweg 'kindertherapie' genoemd helpt kinderen en hun ouders op weg naar een nieuw evenwicht.*

### **Wat is Kindertherapie?**

Kindertherapie is een laagdrempelige en kortdurende vorm van therapie, speciaal ontwikkeld voor kinderen en jongeren van 6 -18 jaar. In deze therapie staat het kind met zijn of haar klacht centraal. De grondgedachte is dat het kind zelf (onbewust) weet wat het nodig heeft om het probleem op te lossen. De kindertherapeut richt zich op de binnenwereld van het kind, maar ook op zijn plek in het gezin en zijn relaties met de buitenwereld. Waar andere vormen van hulpverlening gebruik maken van één invalshoek, kiest deze therapie voor observatie, onderzoek en behandeling vanuit zes verschillende invalshoeken. Deze aanpak maakt kindertherapie uniek. Voor elk kind een plan op maat!

Toegepaste therapievormen zijn o.a.

- ontspanningstherapie (ontspanningsoefeningen, metaforen, lichaamswerk, visualisaties)
- gedragstherapie (straffen en belonen, sociale vaardigheden)
- cognitieve therapie (werken aan de gedachten en gevoelens van het kind, die zorgen voor bepaald gedrag bij bepaalde gebeurtenissen)
- systeemtherapie (familierelaties, school, vrienden, communicatie)
- oplossingsgerichte therapie (aandacht voor de oplossing i.p.v. voor het probleem).

*Pleun (9 jaar)*

*'Eindelijk iemand die mij begrijpt!'*

### **Therapieverloop**

Ouder(s)/verzorgers kunnen zich rechtstreeks aanmelden, zowel op eigen initiatief als op doorverwijzing van bijvoorbeeld de huisarts of school.

*Anke (14 jaar)*

*'Ik ben sterker geworden en positiever gaan denken. Ik durf meer dingen te zeggen en beter te kiezen.'*

Na aanmelding wordt er een afspraak gemaakt voor een intakegesprek met de ouder(s)/verzorgers. Tijdens dit gesprek worden de problematiek en de verwachtingen aan de hand van een vooraf ingevulde vragenlijst besproken. Daarna volgen vijf sessies met het kind. Datgene waar het kind last van heeft en wat het zelf wil bereiken (doel) wordt helder. Tegelijkertijd richt de kindertherapeut zich op alle kwaliteiten en mogelijkheden die het kind al heeft. Dan volgt opnieuw een oudergesprek. Hierin wordt het proces besproken en een behandelplan voorgesteld met eventuele begeleidingsadviezen.

Vervolgens volgt het aantal sessies dat nodig is voor het kind. De therapie wordt afgesloten met een eindevaluatie.

Soms is een therapie met enkele sessies klaar, soms duurt het wat langer. Gemiddeld duurt een therapie 5 -15 sessies van een uur. Vaak geeft het kind het moment van afronding zelf aan. Er wordt naar gestreefd de behandeling kort te laten duren.

*Moeder van Pleun (9 jaar)*

*'Al na drie sessies hadden we te maken met een ander kind dat als het ware bevrijd was van een enorme emotionele last. We hebben nu thuis te maken met een dochter die lekker in haar vel zit.'*



*Jk ben trots op mezelf!*