



Informatie voor kinderen

(om zelf te lezen of om voor te lezen)

Hoi!

Als je hulp nodig hebt, omdat je ergens last van hebt, dan kun je bij mij in therapie. Wat dat precies is leg ik je hieronder uit.

Hoe is het met jou?

Als kind kun je het wel eens moeilijk hebben. Er zijn ook zo veel dingen die je dwars kunnen zitten. Misschien zijn je ouders gescheiden en kun je daar heel moeilijk aan wennen. Of is er iemand dood gegaan en weet je je geen raad met je verdriet. Of word je gepest op school en weet je niet hoe hier mee om te gaan. Of spookt het in je hoofd en blijf je maar piekeren? Of ben je ergens anders bang voor?

Maar er kan ook iets anders aan de hand zijn

Voel je je alleen? Of anders dan andere kinderen? Plas je in je bed? Of poep je in je broek? Heb je vaak buikpijn of hoofdpijn? Heb je last van allergie? Maak je veel ruzie? Kun je niet met andere kinderen opschieten? Ben je vaak jaloers? Huil je vaak? Ben je vaak bang dat iets niet lukt? Ben je erg druk? Heb je zenuwtics? Doe je jezelf wel eens pijn? Kun je je niet concentreren? Of nog iets anders?

Misschien weet je niet zo goed wat er aan de hand is, maar voel je je niet blij. Kindertherapie kan je helpen erachter te komen hoe het komt en wat je er tegen kunt doen.

Kan ik jou helpen?

Je hebt vast al gepraat met je vader of moeder, met je vrienden, je oma of juf over wat jou dwars zit. Vaak kun je het ook zelf wel oplossen. Maar soms lukt dat niet helemaal. En soms weten jouw ouders ook niet meer zo goed hoe ze je kunnen helpen. Dan is het goed om te weten dat er zoiets als kindertherapie is. Kindertherapeuten helpen je om een oplossing voor jouw probleem te vinden. Zodat jij je weer beter kunt voelen.

Ik ben zo'n kindertherapeut. Mijn naam is Natalija Grasso. Bij mij kun je elke week een uurtje komen spelen, tekenen, schrijven, knutselen, schilderen, boksen, vechten, spelletjes doen, naar verhalen luisteren, lekker niksen en nog veel meer. Het maakt eigenlijk niet uit wat. En ik probeer om zo goed mogelijk te begrijpen wat je probleem precies is. Dus stel ik soms vragen en dan praten we wat.

Oudere kinderen praten vaak liever dan dat ze spelen. Dat kan ook. En als je dan weet wat er aan de hand is, dan ga je bedenken wat je er aan kunt doen. Daarbij help ik je. Om te zorgen, dat ik niets hoeft op te schrijven, neem ik ons gesprek vaak op op dvd, maar daar merk je weinig van. Die dvd is privé, dus ik laat geen beelden zien aan je ouders, juf of vrienden. Ook wat we doen of zeggen tijdens onze gesprekken is privé. Daarom spreek ik altijd met jou af, wat ik je vader of moeder wel of niet over jou mag vertellen.

En je ouders?

Wanneer je ouders het goed vinden dat je komt, spreek ik eerst met hen af. Dan praten we over wat er volgens hen aan de hand is. Daarna kom jij alleen om te praten en te spelen. En als je vijf keer bij mij bent geweest, dan praat ik weer een keer met jouw ouders. Als je probleem nog niet helemaal is opgelost, kom je nog een paar keer bij me. Tot je weer helemaal zelf verder kunt!

Graag tot ziens!

