

## FOLDER NEGATIEF ZELFBEELD BIJ KINDEREN EN JONGEREN

### *Wat is een negatief zelfbeeld?*

Het zelfbeeld is voor elk mens erg belangrijk. Het is van grote invloed op het zelfvertrouwen. Wanneer iemand van zichzelf denkt: 'Ik ben aardig en de moeite waard', zal dit meer zelfvertrouwen opleveren, dan wanneer iemand denkt: 'Ik word zo snel boos, niemand zal mij aardig vinden'.

Een kind dat het gevoel heeft niet de moeite waard te zijn, kan neerslachtig worden, zich terugtrekken en geen hulp meer accepteren. Het kind moet eerst weer positiever over zichzelf leren denken, voordat het zich weer positiever kan gaan gedragen.

### *De behandeling*

Kinderen met een negatief zelfbeeld zijn er vaak van overtuigd dat ze niets kunnen en niets weten. De negatieve gedachten die ze hebben, resulteren vaak in negatief gedrag. De behandeling van deze kinderen richt zich dan ook met name op het veranderen van gedachten. Met behulp van gesprekken, of in de vorm van spel kan het kind geholpen worden weer op een positieve manier over zichzelf te gaan denken.

### *Het intakegesprek*

Voorafgaand aan de behandeling vindt een intakegesprek plaats. Tijdens dit gesprek zal de psycholoog/orthopedagoog, samen met ouders en/of het kind zelf, inventariseren wat precies het probleem en de hulpvraag is.

Na dit intakegesprek kan, indien gewenst, een afspraak gemaakt worden om verder onderzoek te laten verrichten.

Het is vanzelfsprekend ook mogelijk om alleen een oriënterend intakegesprek te plannen, waarin wordt nagegaan of het daadwerkelijk wenselijk is om een behandeling te starten.

### *Het onderzoek*

Voorafgaand aan de behandeling kan het zijn dat ouders een onderzoek willen naar de sociaal-emotionele ontwikkeling van hun kind. Dit onderzoek wordt ook wel een persoonlijkheidsonderzoek genoemd. Hierbij wordt o.a. gekeken hoe het kind zichzelf vindt functioneren. Tevens kan met behulp van vragenlijsten, voor ouders (en eventueel leerkracht), (achtergrond)informatie verzameld worden. Zo ontstaat een volledig beeld van het sociaal-emotioneel welbevinden van het kind, zowel thuis als op school.

### *Duur behandeling*

Het aantal benodigde sessies kan per kind/jongere verschillen. De gemiddelde behandelingsduur is ongeveer 10 sessies van 45 minuten. De duur wordt in onderling overleg bepaald.

### *Kosten*

Vaak worden kosten geheel of gedeeltelijk vergoed door de zorgverzekeraar. Vooraf kan over de kosten worden overlegd. Als er al gegevens bekend zijn kan soms met een beperkter onderzoek volstaan worden.

Bij aanmelding ontvangt u een overzicht van de actuele tarieven.

### *Informatie*

Voor meer informatie over onze praktijk kunt u terecht op onze website: [www.praktijkdesleutel.nl](http://www.praktijkdesleutel.nl). Ook telefonisch zijn wij te bereiken: 0167-562599.