



Eindopdracht casus Rick

Voorwoord

Voor u ligt mijn eindopdracht “Gezin van Rick” ter afronding van de opleiding Holistisch Therapeutisch Kindercoach aan De Regenboog Academy te Pijnacker, Nederland.

In mijn eindopdracht heb ik gebruik gemaakt van methodieken in combinatie met energieën, lichaam, gevoel en denken. Aangepast op de behoeftes en mogelijkheden van het gezin van Rick. Aan het einde van iedere hoofdstuk heb ik teruggekeken en gereflecteerd. Reflecteren is ook groot deel van de opleiding en ontzettend waardevol in ons eigen proces. Iets wat ik steeds vaker doe in mijn dagelijks leven en mij mooie inzichten heeft gegeven.

Terugkijkend op mijn eindopdracht is er een rode draad in mijn eigen proces. Het thema “ik ben goed zoals ik ben”. Ik ben dankbaar dat ik dit proces aan mag gaan en doormiddel van de opleiding Holistisch Therapeutisch Kindercoach verder mag kijken en stappen heb gemaakt.

Ik heb in mijn leven al mogen ervaren wat de holistische zienswijze met mij heeft gedaan als kind en hoe verschillende methodieken mij en daarmee het gezin waarin ik leef heeft geholpen. Ik hoop dat ik mijn ervaring en enthousiasme ook mag overbrengen naar anderen.

Ik ben dankbaar dat het gezin van Rick op mijn pad is gekomen en zichzelf open heeft gesteld.

Zelf ben ik erg trots op het eindresultaat en wens ik u daarom dan ook veel plezier bij het lezen van mijn eindopdracht.

Marga

Inhoudsopgave

Voorwoord.....	2
Inhoudsopgave	3
1. Inleiding	4
2. Intakegesprek met de ouders van Rick	5
Zelfreflectie intakegesprek	9
3. Coachsessie met Rick	10
Boomtekening Rick.....	13
Huistekening Rick	15
Ik-tekening Rick.....	17
Zelfreflectie coachsessie Rick	19
4. Coachsessie met de ouders van Rick	20
Zelfreflectie coachsessie ouders	24
5. Toevoeging coachsessies	25
Coachsessieouders	28
CoachsessieRick:.....	30
6. Afronding/evaluatie.....	31
7. Zelfreflectie coachtraject.....	32
8. Eindmeting.....	35
Bijlage I: Anamnese formulier	38

1. Inleiding

Mijn eindopdracht gaat over het gezin van Rick. Rick is 7 jaar en woont samen met zijn vader en moeder in het dorpje Zetten. De moeder van Rick heeft mij benaderd en haar hulpvraag gemaïld. Deze hulpvraag staat hieronder geciteerd:

“Goedenavond,

Na ons telefonische gesprek wil ik graag een hulpvraag stellen. Voor Rick onze zoon nu 7 jaar. Het is een heel vriendelijk en gevoelig kind. Op school gaat het in het onderwijs heel goed. Maar met mede klasgenootjes is het soms best lastig. Er zijn een aantal kinderen die anderen opjutten. En daar heeft hij last van en vind het moeilijk daar mee om te gaan. Hij slaat alles op van negatieve dingen en krijgt daar last van. Slechter slapen en dromen. En ook door alle inspanning heeft hij vaak hoofdpijn op vrijdag. Ook de juf adviseerde evt. naar kindercoach te gaan. Graag zouden wij hem wat meer zelfvertrouwen willen geven. En dat hij zich kan weren tegen negatieve invloed.

Groetjes Nadine”

Ik heb de moeder van Rick telefonisch gesproken om een eerste intake in te plannen. Na het telefoongesprek met moeder ging er direct van alles door mij heen. De spanning in mijn lijf, het besef dat ik eindelijk van start kan gaan om een gezin te begeleiden, de twijfel in mijn gedachten. Ik laat de spanning toe, maar probeer het ook weer los te laten. Ik mag gaan ervaren wat dit gezin nodig heeft en besef mij dat ik niet alles van tevoren hoeft te plannen. Ik ben met gezonde spanning en enthousiasme aan de slag gegaan met de casus genaamd “Rick”.

2. Intakegesprek met de ouders van Rick

Het intakegesprek vindt plaats bij de ouders van Rick thuis. Moeder Nadine en vader Frits zijn beide aanwezig tijdens het intakegesprek. Tijdens het plannen van het intakegesprek gaf de moeder van Rick telefonisch aan dat vader veel aan het werk is dus moeder grotendeels aanwezig zal zijn bij de sessies. Aan moeder heb ik uitgelegd hoe waardevol het is als beide ouders aanwezig zijn en wat dit meebrengt voor Rick en de gezinsdynamiek. Een paar dagen voor de intake kreeg ik een bericht dat vader graag aanwezig wil zijn en erg benieuwd is naar de sessies. Ik vond het mooi om te ervaren hoe vader dit benoemde. En de eerste stap was al gezet. Met gezonde spanning ben ik in de auto gestapt op weg naar het gezin.

Intakegesprek en coachplan

Naam cliënt: Rick

Naam coach: Marga

Korte probleembeschrijving, initiële klacht:

Rick is een gevoelige jongen van 7 jaar. Rick heeft last van het pestgedrag van andere kinderen op zijn school. Rick wordt hier verdrietig van en kan niet goed voor zichzelf opkomen. Rick doet dan wat de andere kinderen van hem vragen, een voorbeeld hiervan is dat Rick het fietsje waarop hij fietst heeft weggeven. Rick heeft moeite met “nee” zeggen. Ook heeft Rick last van hoofdpijn, slecht slapen en veel dromen. Dit gebeurt vaak na een drukke dag en aan het einde van een schoolweek. Rick neemt alles in zich op en is gevoelig, wat zich uit in slecht slapen en hoofdpijn.

Factoren die van invloed zijn:

Rick heeft voornamelijk aan het einde van de week last van hoofdpijn. Moeder geeft aan dat hij alles van de dag in zich opneemt en 's nachts last heeft van hoofdpijn en gaat dromen. Dit uit zich in slecht slapen. Ook heeft Rick er last van als hij zich bijvoorbeeld druk maakt of veel heeft gedaan op een dag, hij bepaalde informatie niet heeft verwerkt.

Rick voelt zich niet fijn wanneer hij gepest wordt door de kinderen op school en wordt hier verdrietig van. Rick kan geen “nee” zeggen tegen andere kinderen en doet wat er gevraagd wordt. Rick heeft weinig zelfvertrouwen.

Gevolgen van dit probleem voor de cliënt:

Rick voelt zich verdrietig als hij op school gepest wordt. Moeder voelt zich niet gehoord door de juf op school. De juf heeft aangegeven het niet als pestgedrag te zien, maar als iets incidenteels omdat de juf het weinig ziet gebeuren. De juf heeft moeder doorverwezen naar een kindercoach. Rick voelt zich niet fijn als hij hoofdpijn heeft en kan dan werkelijk naar zijn hoofd grijpen en tegen zijn ouders zeggen dat hij zoveel pijn heeft en zich niet fijn voelt. Rick kan niet goed slapen en heeft last van dromen.

Geformuleerde coachvraag:

Hoe kan Rick meer zelfvertrouwen krijgen en omgaan met het pestgedrag? Hoe kan Rick zich weren tegen negatieve invloeden en beter slapen? Hoe kan Rick zich afsluiten en de energie loslaten zodat hij geen hoofdpijn krijgt?

Geformuleerde doelstelling/gewenste situatie:

Rick heeft meer zelfvertrouwen en geen last meer van het pestgedrag van andere kinderen. Ook is het doel dat Rick geen hoofdpijn meer heeft en beter slaapt. Hij kan zich beter afsluiten voor de emoties/gevoelens van anderen.

Wat heeft de cliënt zelf al gedaan om het probleem op te lossen, met welk resultaat?

Ouders hebben Rick ingeschreven voor judo om zijn zelfvertrouwen te verbeteren. Rick vond in het begin de judo niet leuk. Hij vond het spannend en wilde er niet heen. Later toen hij eenmaal gewend was leek Rick het leuker te vinden. Ondanks de judo blijft Rick nog steeds last houden van het pestgedrag van de kinderen op school.

In coaching genomen/doorverwezen naar: n.v.t.**Achtergrondinformatie, toevoeging door de coach:****1. Vermoedelijke oorzaak, indruk:**

Tijdens het intakegesprek nemen beide ouders plaats op de bank. Ik merk dat beide ouders rustig zijn en afwachtend. Hierdoor is het voor mij een uitdaging om de juiste vragen te stellen en hen op hun gemak te laten voelen.

Vader begint over de situatie op school. Vader geeft aan dat Rick weleens opdrachten van andere kinderen krijgt en doet wat er gevraagd wordt, bijvoorbeeld het afgeven van zijn fietsje. Rick is niet weerbaar tegen de andere kinderen en zegt geen "nee". Moeder geeft aan dat Rick langer in de kleuterklas heeft gezeten. De groepen zijn namelijk verdeeld in 1-2 en 2-3 en er destijds voor is gekozen is om Rick langer te laten kleuteren. De juf heeft hier bewust voor gekozen omdat Rick dan niet bij kinderen in de klas zit die hem lastigvallen. Vader geeft in het gesprek aan dat zij hier blij mee zijn, maar dit in de toekomst niet tegengehouden kan worden en het belangrijk is dat Rick meer voor zichzelf opkomt. De ouders zijn zich goed bewust dat dit een tijdelijke oplossing is.

Zowel vader en moeder geven aan dat Rick zich alles aantrekt en hier ook het slechte slapen, hoofdpijn en dromen mee te maken heeft. Rick kan niet goed tegen ongelijkheid en kan hier gefrustreerd van raken als dit in zijn ogen op school gebeurt. Rick is een cerebraal kind en beleeft alles intens en kan hier last van hebben. Een voorbeeld hiervan is als een ander kindje gepest wordt. Ook geeft Rick regelmatig aan bij zijn ouders dat hij iemand niet aardig vindt ook al kent hij deze persoon niet, bijvoorbeeld een mevrouw in de kapsalon. Rick wil dan ook niks van deze persoon hebben.

Moeder en vader geven aan dit zelf ook weleens te hebben en dit niet altijd makkelijk te vinden. Aan ouders is uitleg gegeven over de kindbeelden en hoe hiermee om te gaan.

Vader geeft aan dat Rick erg op hem lijkt. Beide houden van structuur, ordening en willen graag weten wat hen te wachten staat. Rick stelt vaak vragen en wilt alles weten. Waarom gaan we ergens heen, hoelang is dat rijden, wanneer gaan we weg etc. Vader gaf aan dit veel te herkennen van vroeger.

2. Mogelijke factoren die probleem in stand houden:

Rick kan zichzelf niet goed afsluiten voor alles om zich heen wat zich uit in slecht slapen, dromen en hoofdpijn. Ouders weten hier beide geen raad mee maar geven wel aan het stukje “alles zichzelf aantrekken” te herkennen in zichzelf. Is Rick hoog gevoelig? Ouders geven aan het stukje hoog gevoelig te herkennen in Rick en te ervaren dat hij na een drukke dag moeite heeft met loslaten. Het pesten op school is regelmatig, de moeder van Rick is naar de juf gegaan in de hoop dat dit het zou oplossen. Echter voelt moeder zich niet gehoord en blijft het pestgedrag op school doorgaan. Rick zit in de fase “ik en de ander”. Rick is bezig om zijn identiteit in een groep te vinden, maar blijkt hier moeite mee te hebben. Wie is hij in een groep? Wat is zijn reactie op het gedrag van een ander en hoe gaat hij hiermee om? Tijdens het intakegesprek is aan de ouders uitgelegd wat deze fase inhoudt en hoe Rick zich aan het ontwikkelen is.

3. Te ontwikkelen:

Rick heeft het naar zijn zin op school en begrijpt de lesstof goed. Hij kan goed meekomen met de andere kinderen wat betreft de lessen. Wel is Rick op school afwachtend en heeft moeite met zijn grenzen aangeven. Rick komt ook rustig en afwachtend op mij over. Hij kijkt graag eerst de kat uit de boom.

4. Sterke kanten van de cliënt:

Rick is een rustige en gevoelige jongen. Hij heeft de motivatie om geholpen te worden en wilt dan ook graag aan de slag. Rick voelt snel alles aan, wat ook zeker een sterke kant is in zijn traject.

Coachplan op basis van COACHING:

Concreet doel:

Het doel van dit traject met het gezin van Rick is dat Rick meer zelfvertrouwen ontwikkeld, beter slaapt en zijn lichamelijke klachten (hoofdpijn) weggaan.

Onderzoek:

Ik wil onderzoeken waar het weinige zelfvertrouwen van Rick vandaan komt? Heeft dit te maken met zijn missende basisbehoeften? Ook wil ik onderzoeken hoe zijn lichamelijk klachten (hoofdpijn) zijn ontstaan en wat is er nodig om het te herstellen?

Afstemmen:

Beide ouders en Rick staan open voor het coachtraject en zijn akkoord gegaan.

Capaciteiten:

De ouders van Rick en Rick zelf zijn gemotiveerd om aan de slag te gaan en staan open voor de coaching. Rick voelt veel aan en lijkt, aan het verhaal van ouders te horen, een gevoelige jongen. Rick is enthousiast over het coachtraject en heeft er zin in. Hij wil graag beter omgaan met de “vervelende” kinderen en hij wil geen hoofdpijn meer.

Haalbaarheid/hulpbronnen:

Beide ouders hebben de intentie om naar de oorsprong te kijken om Rick te helpen van zijn problemen af te komen. Ook Rick staat open voor het coachtraject. In het coachtraject ga ik de volgende hulpbronnen gebruiken: therapeutisch tekenen, aromatherapie (wrijfolie, voetenbadje), coachkaarten (basisbehoefte, kernverlangens, meridianen en EE punten), spiegelen van gedrag, grenzen stellen, energetisch reinigen, holistische massage, coachgesprekken en het boek “*gevoelige kinderen, wat kun je voor ze doen*” van Anne Marie van Bilsen.

Inzichten:

Ik hoop doormiddel van het coachtraject meer inzicht te krijgen in de gezinsdynamiek en aan te

voelen wat dit gezin nodig heeft. Aanvoelen welke stappen we mogen nemen, afstemmen, helderheid krijgen en inzichten creëren.

Nieuwe situatie:

In de nieuwe situatie heeft Rick meer zelfvertrouwen en geen last meer van het pestgedrag van de kinderen op school. Ook is de gewenste situatie dat Rick geen hoofdpijn meer heeft en beter slaapt. Hij kan zichzelf beter afsluiten en alle negatieve energie loslaten.

Goede afronding:

Het gezin heeft een positieve ervaring gehad en zijn tevreden met het traject. Ik als coach kijk met een fijn gevoel terug naar het traject en ben trots op mijn professionaliteit en resultaat.

Coachopzet:

Coachvraag:

Hoe kan Rick meer zelfvertrouwen krijgen en omgaan met het pestgedrag? Hoe kan Rick zich weren tegen negatieve invloeden en hierdoor beter slapen en geen hoofdpijn meer ervaren?

Doelstelling:

Rick slaapt beter en heeft geen last meer van hoofdpijn. Rick heeft meer zelfvertrouwen ontwikkeld en hierdoor geen last meer van het pestgedrag van andere kinderen.

Intentie aanpak (methoden, technieken, oefeningen, aantal sessies, frequentie):

De intentie om Rick en het gezin te helpen is aanwezig. Alle drie staan open voor het coachtraject. De volgende hulpbronnen gaan gebruikt worden: therapeutisch tekenen, aromatherapie (wrijfolie, voetenbadje), coachkaarten (basisbehoefte, kernverlangens, meridianen en EE punten), spiegelen van gedrag, grenzen stellen, energetisch reinigen, holistische massage, coachgesprekken en het boek "gevoelige kinderen, wat kun je voor ze doen" van Anne Marie van Bilsen.

Intentie aanpak besproken met cliënt: ja / nee

Informed consent van de cliënt: ja / nee ~~Bij nee, geef toelichting.~~

Handtekening coach:



Zelfreflectie intakegesprek

Ik merkte een paar dagen voor de intake dat ik ontzettend nerveus was. Wat ik voor mijn gevoel miste was een soort handleiding waarbij ik zeker wist dat het goed zou komen. Een stukje houvast voor mijzelf. Al snel merkte ik dat het juist draait om het mogen ervaren en aanvoelen wat er nodig is en ik niet het plaatje in mijn hoofd van de "juiste intake" moet hebben. Ik ben van nature erg perfectionistisch waardoor het niet altijd makkelijk was om het los te laten en te ervaren. Perfectionisme is ook mijn kracht, maar het moet niet omslaan in mijn valkuil.

Ouders waren tijdens het coachgesprek erg rustig en afwachtend, waardoor ik het gevoel had dat ik als coach goed mijn best moest doen om de juiste vragen te stellen. Dit heeft mij doen ervaren dat stiltes ook zeker een functie hebben en dat ik dit kan gebruiken in mijn volgende gesprekken in plaats van het gevoel hebben dat ik de stiltes moet opvullen. Verder kan ik zeker trots zijn op hoe het coachgesprek is verlopen. Ik ben professioneel geweest en heb mij volledig gericht op wat het gezin nodig heeft.

Ouders hebben een positieve terugblik op het intakegesprek, wat mij erg trots maakt als ik hieraan terugdenk.

3. Coachsessie met Rick

Naam cliënt: Rick

Naam coach: Marga

Coachvraag bij aanvang consult:

Heeft Rick dezelfde hulpvraag als ouders? Wat laten de tekeningen van Rick zien? Wat heeft Rick nodig om van zijn klachten af te komen en beter in zijn kracht te staan?

Aanpak van de coach en doel hiervan:

Rick heeft tijdens de coachsessie drie tekeningen gemaakt: een boomtekening, een huistekening en een ik-tekening. De boomtekening weerspiegelt hoe Rick in de buitenwereld staat, de huistekening weerspiegelt de binnenwereld van Rick en voor de ik-tekening is gekozen om te trachten inzicht te krijgen in zijn gevoelens, gedachten en behoeften op dat moment.

Tijdens de coachsessie heb ik gebruik gemaakt van aromatherapie. Een voetenbadje voor het slapen gaan om alle indrukken van de dag los te laten, meer rust te creëren en emoties los te laten. Wrijfolie voor het slapen gaan om het zelfhelende vermogen te activeren. Ook is dit goed voor de band tussen ouder en kind.

Verband met de oorspronkelijke probleemstelling:

Door middel van het therapeutisch tekenen probeer ik erachter te komen waar de hulpvraag van Rick ligt en wat Rick nodig heeft. Waar heeft Rick behoefte aan in verband met zijn klachten?

Met het werken met de aromatherapie door middel van een voetenbadje kan Rick na een dag alle indrukken loslaten, emoties loslaten en rust creëren voor het slapen gaan. Door middel van wrijfolie activeert Rick zijn zelfhelende vermogen en zorgt voor verbetering van zijn slapen.

Wat is er anders t.o.v. de vorige keer:

Dit is de eerste sessie met Rick. In deze sessie stem ik af of de hulpvraag die ouders hebben gegeven overeenkomt met de hulpvraag van Rick. Ik ga aan de slag met Rick door middel van verschillende methodieken. Wat heeft Rick nodig om van zijn klachten af te komen?

Soortgesprekgevoerd: coachgesprek

Ingezette technieken, met welk gevolg:

- Boomtekening
- Huistekening
- Ik-tekening
- Aromatherapie

Huiswerk/opdrachten meegegeven:

Rick en ouders mogen aan de slag met de aromatherapie. Rick heeft de olie "lavendel" getrokken door middel van de aromatherapiekaarten. Ouders gaan met de gekregen wrijfolie aan de slag door beide voeten in te smeren voor het slapen gaan. Ook hebben ouders badolie en de etherische olie lavendel ontvangen om een voetenbadje te geven aan Rick.

Verloop van de sessie:

Moeder doet de deur open en verwelkomt mij. Rick komt aanlopen en kijkt mij met een lachend gezicht aan. Zijn blauwe ogen en afwachtende blik vallen mij direct op. Ik kijk naar hem en stel mij voor. Al snel zegt hij: "Hallo ik ben Rick". Samen lopen we de woonkamer in. Moeder vraagt of ze erbij mag zitten of dat ze liever iets anders kan gaan doen. Ik kijk Rick aan en vraag wat hij zelf graag wil. Rick geeft aan dat hij het zonder mama kan. Moeder vindt dit helemaal oké en kijkt Rick met een lach aan. Ik start beneden aan de eettafel de coachsessie met Rick. Ik vraag aan Rick of hij weet waarom ik hier ben. Rick geeft aan dat mama heeft gezegd dat ik hem kom helpen met alle vervelende dingen.

Rick geeft uitleg over de situatie op school en dat hij zich gepest voelt door voornamelijk twee kinderen. Ook geeft hij aan dat hij soms last heeft van hoofdpijn en vervelende dromen. Ik vraag Rick of ik goed heb begrepen wat hij zegt waarop hij ja knikt. Ik vraag Rick hoe hij zich op dit moment voelt om te controleren of hij de coachsessie kan starten of nog iets nodig heeft. Rick geeft aan zich goed te voelen en te willen starten.

We starten de coachsessie met therapeutisch tekenen. Kleuren is hij dol op geeft hij aan. Hij is dan ook erg enthousiast als hij hoort dat hij een droomboom mag maken. Rick gaat al snel aan de slag met zijn droomboom. Rick tekent erg geconcentreerd. Denkt goed na voordat hij de eerste streep op het papier zet. Kiest bewust de kleuren uit en kijkt soms voor zich uit alsof hij het daadwerkelijk voor zich ziet. Rick is vrij snel klaar met de tekening en start, na wat uitleg, direct aan de tekening van zijn droomhuis. Ook met deze tekening is Rick erg geconcentreerd. Wat mij direct opviel is dat hij bij zijn droomhuis dezelfde kleur gebruikte als zijn boom, ondanks dat hij deze had teruggelegd in de doos. Ook heeft Rick maar één kleur gebruikt. Ik zet mijn gedachten even opzij en kijk naar zijn concentratie tijdens het tekenen. Daarna maakt hij de laatste tekening, een tekening van zichzelf. Rick moet even nadenken voordat hij begint met zijn tekening. Ik vond het erg mooi wat hij zei voordat hij begon. Rick vertelde dat hij moet beginnen met gras, want hij heeft wel iets nodig om op te staan. Ik neem het meteen in mij op wat Rick zegt en ben verbaasd van hoe goed hij eigenlijk zijn behoeftes aangeeft in een tekening.

We ruimen de spullen op en ik pak de oliën erbij. Rick kijkt afwachtend wat we gaan doen, hij lijkt nieuwsgierig. Samen starten we met een oefening en proberen we om naar ons gevoel te gaan. We leggen beide handen op onze buik, bij de navel (zonnevlecht). Na het voelen legt Rick alle kaartjes op een rijtje voor zich uit en geeft aan de opdracht te begrijpen. Hij doet zijn ogen dicht en ik ga een stukje achteruit zitten. Rick neemt rustig de tijd en kiest vervolgens een kaartje. Rick geeft direct het kaartje aan mij en vraagt wat erop staat. Ik lees voor dat Rick voor lavendel heeft gekozen. Ik laat hem ruiken aan de olie en Rick geeft aan het lekker te vinden. Rick krijgt de wrijfolie, de etherische olie en de badolie voor in het voetenbadje. Moeder komt na de coachsessie erbij en ik leg haar uit dat Rick de olie lavendel heeft gekozen. Moeder leest het kaartje en kijkt mij aan, "past goed bij hem" zegt moeder.

Moeder krijgt uitleg over het protocol van de wrijfolie en het voetenbadje. Ik vraag Rick en moeder of ze nog vragen hebben. Beide hebben dit niet en ik eindig de coachsessie met een bedankje. "Fijn dat ik hier mag zijn" zeg ik terwijl Rick mij met een lach aankijkt.

In de avond krijg ik een berichtje van moeder met een foto van Rick. Hij wilde graag een voetenbadje voor het slapen. De ouders gaan aan de slag met de wrijfolie voor drie weken lang, waarna één week rust wordt gehouden en vervolgens weer drie weken lang wrijfolie wordt gebruikt.

Wat is er bereikt en hoe verhoudt zich dit tot de doelstelling:

In de coachsessie is naar voren gekomen dat Rick dezelfde hulpvraag heeft als ouders. Rick voelt zich niet fijn doordat hij op school gepest wordt door twee kinderen. Ook heeft hij last van slecht slapen en hoofdpijn. Rick geeft aan dat hij dit vaak heeft na een schooldag.

Ik ervaar tijdens de coachsessie dat Rick een gevoelige jongen is en alles in de gaten houdt wat er om hem heen gebeurt. Rick heeft drie tekeningen gemaakt, die ik vervolgens ga vertalen en terug coach aan de ouders. Ouders krijgen op deze manier meer inzicht in Rick en kunnen hem meer begrijpen. Door middel van de aromatherapie laten we Rick zijn zelfhelende vermogen activeren en voelt hij zich beter in zijn eigen lijf. Rick gaat aan de slag met de wrijfolie en het voetbad. Energie afvoeren na een dag school om balans te creëren.

Handtekening coach:



Boomtekening Rick

Observatie:

Rick is gestart met het tekenen van de stam. De boom staat niet op de grond getekend en er is geen ondergrond aanwezig. Is Rick goed geaard? Rick is een gevoelige jongen, hij heeft de verbinding met de aarde nodig om energie los te laten en zichzelf af te schermen. Rick zijn stam is stevig en aanwezig, wel zijn er wat kronkelingen en is het geen rechte boom. De omheining van de boom is duidelijk getekend, kan Rick goed zijn grenzen aangeven? Hoe zet hij zichzelf neer? De takken zijn niet één met de boom. Er is geen communicatie tussen voelen en denken. Er is een duidelijke lijn getekend. In de kroon zijn dezelfde symbolen getekend, er is behoefte aan orde en structuur. Links in de kroon is het wat meer een wirwar van takken, rechts is het rustiger en gestructureerd. Er is een behoefte aan rust en structuur in de toekomst. De takken lijken om hulp te vragen, te rijken naar een behoefte. Wat is de behoefte? Liefde, erkenning? Orde, structuur (symbolen)? De stam is onderverdeeld in vakken, er zit veel stagnatie en het stroomt niet door. Dit is een duidelijke hulpvraag naar doorstroming, meer één worden met het gevoel en denken. Het laten doorstromen en weer loslaten in de aarde.

KIEST:

Kleur: Rick heeft in zijn boomtekening twee kleuren gebruikt, rood en oranje.

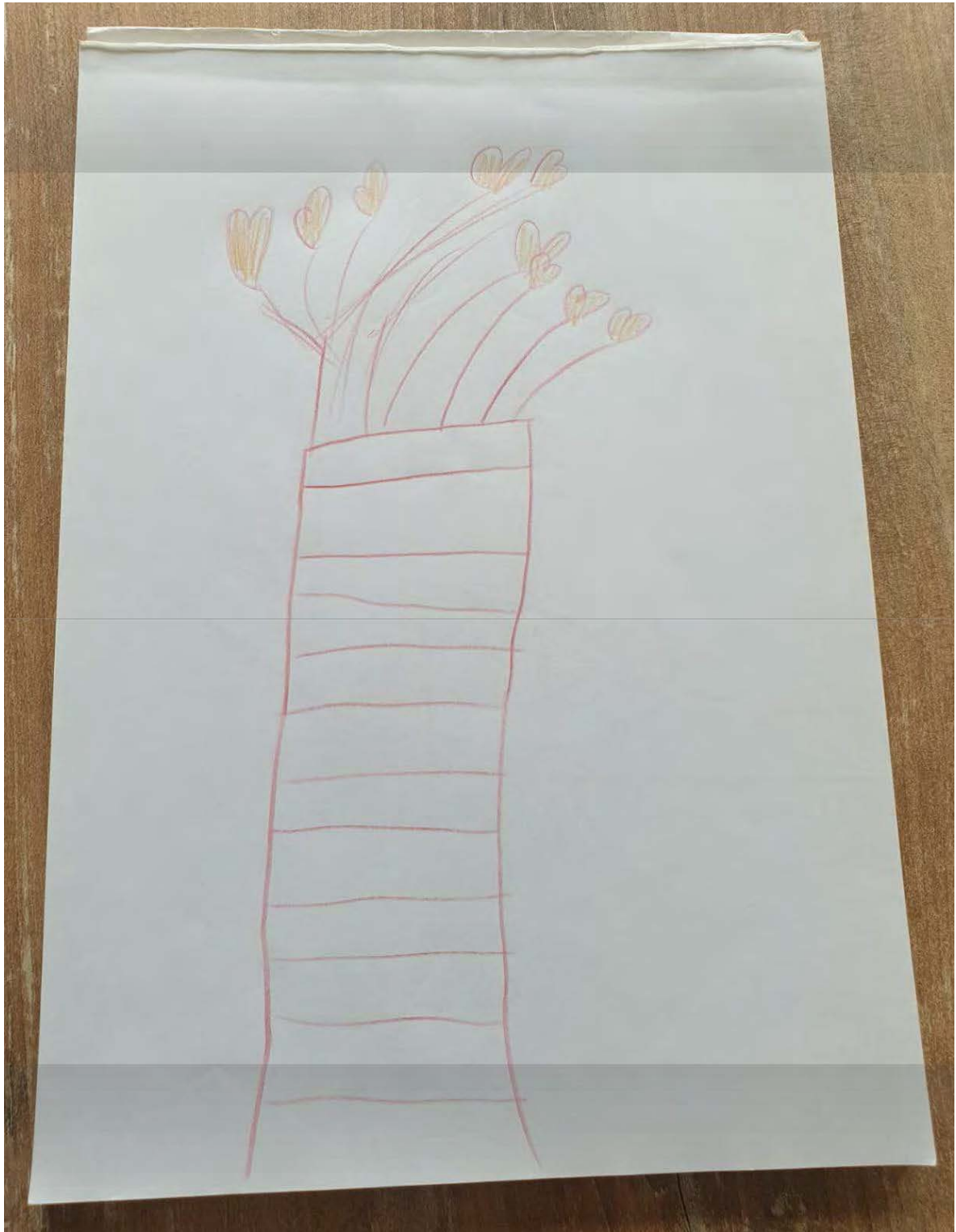
- Rood: rood heeft te maken met nog op te lossen emoties. Heeft Rick last van de emoties van anderen? Rick is een gevoelige jongen en neemt snel alles in zich op. Maar kan hij emoties ook weer loslaten? Rood staat ook voor liefde en levendigheid. Rick geeft aan bij het uitleggen van zijn tekening dat hij verliefd is op Noa. Heeft dit te maken met de emoties? Ook is rood een roep op hulp. De stagnatie en hulpvraag zijn gekleurd in rood. Rick heeft meer behoefte aan doorstroming en het kunnen loslaten.
- Oranje: Oranje staat voor creativiteit, plezier, maar ook voor gevoel. Oranje is een gevoelskleur. Hier komt weer het stukje emoties naar voren. Ook staat oranje voor spannende situaties, kan als signaal voorkomen: help mij. Wat wil Rick duidelijk maken?

Interactie: De boom heeft duidelijk lijnen en is niet één geheel. De stam zelf bestaat uit lijnen, de kroon zijn veel losse lijn en is niet verbonden met de stam. Er is geen interactie tussen lichaam en hoofd aanwezig.

Energie: De tekening heeft duidelijke strakke en ook wel gespannen lijnen. Geen doorstroming maar verstijving. Een gespannen tekening met een hulpvraag.

Symboliek: Boven in de kroon heeft Rick hartjes getekend. Hartjes staan voor verlangen/liefde. Rick heeft het over verliefdheid, maar is dit ook de boodschap achter de tekening. Heeft het te maken naar het verlangen om aardig gevonden te willen worden? Is Rick veel bezig met wat andere van hem vinden?

Tijd-ruimte: Rick heeft ervoor gekozen om zijn papier verticaal te gebruiken. Meer in verbinding met zichzelf tijdens het tekenen van de boom. De onderkant van de boom staat voornamelijk in het verleden. De boom heeft een lichte kromming naar rechts, naar de toekomst toe. Ook is het duidelijk te zien dat de hartjes aan de rechterkant naar de toekomst rijken en drie hartjes in het verleden. Waar heeft het aantal mee te maken? Wat maakt dat Rick niet in het heden staat en iets hem tegenhoudt om naar de toekomst te kijken?



Afbeelding 1: Boomtekening Rick.

Huistekening Rick

Observatie:

De huistekening van Rick is leeg en rustig. Je kan niet goed zien wat zich van binnen afspeelt. Je ziet wel dat er ramen zijn waar je mee naar binnen kunt kijken. Deze ramen zijn afgebakend met een soort tralies. Heeft Rick bescherming nodig? Heeft hij het gevoel dat hij zich moet afschermen? Kan Rick andere zijn emoties laten zien, voelt hij zich kwetsbaar? De hartjes zijn getekend als ramen en staan voor liefde en verlangen. Er zit een dak op het huis, er is bescherming. Er is een deur getekend in het huis, Rick bepaald zelf wie er binnenkomt. Er is een raampje aanwezig in de deur, Rick laat een klein stukje van zichzelf zien. Er is geen schoorsteen aanwezig. Is er behoefte aan meer liefde? Toen Rick klaar was met zijn tekening vertelde hij wat hij heeft getekend, tijdens het vertellen pakte Rick een oranje potlood en zij oh. Hij tekende nog een deurklink in de deur. Rick kan dus zelf bepalen wie er binnen komt. Wat is de reden dat Rick dit er later nog bij heeft getekend? Heeft dit te maken met het proces waar hij op dit moment in zit? Leren grenzen aangeven en de fase "ik en de ander".

KIEST:

Kleur: Rick heeft in zijn huistekening maar één kleur gebruikt, namelijk oranje. Deze kleur hebben we eerder zien terugkomen in de boom-tekening.

- Oranje: de kleur oranje staat voor creativiteit, levenslust, gevoelskleur. Maar ook voor spannende situaties, kan als signaal voorkomen: help mij. Wat maakt dat Rick voor de kleur oranje heeft gekozen? Gevoelskleur, Rick is een gevoelige jongen en neemt alles in zich op. Is de kleur oranje een vraag naar hulp bij het omgaan met gevoel? Rick heeft moeite met nieuwe situaties en vindt deze spannend. Hoe gaat Rick hiermee om?

Interactie: Het huis lijkt wat meer op zichzelf te staan. De onderkant en bovenkant zijn wel met elkaar verbonden. Het huis staat niet volledig op de grond. De ramen hebben allemaal hetzelfde ruitje.

Energie: Het is een vrij lege en rustige tekening. Je kan niet goed ervaren wat er zich binnen afspeelt en of zich er wel iets binnen afspeelt. Het huis voelt erg gericht op de buitenkant. Is Rick veel bezig met wat de omgeving van hem vindt?

Symboliek: twee ramen in de tekening zijn met hartjes getekend, de behoefte aan liefde. Alle ramen zijn getekend met tralies/vensters. Rick beschermd zichzelf voor de buitenwereld. Er is een dak getekend. Het huis is een vierkant huis met een driehoekig dak. Het huis is beschermd. Er is een klein raampje getekend in de deur. Rick laat een klein beetje zien van zichzelf. Wat maakt dat hij zichzelf moet beschermen voor de buitenwereld?

Tijd-ruimte: Rick heeft ervoor gekozen om het blad horizontaal te houden waardoor hij meer ruimte geeft voor de invloeden uit het verleden en de toekomst, de sociale interactie. Het huis is bijna helemaal in het midden getekend. Net een kleine centimeter meer naar recht, naar de toekomst gericht. Rick is meer bezig met de buitenwereld dan met de gevoelskant. Is Rick veel bezig met wat andere van hem vinden?



Afbeelding 2: Huistekening Rick.

Ik-tekening Rick

Ondanks dat ik voornamelijk in de opleiding heb gewerkt met boomtekeningen en huistekeningen, wilde ik toch graag aan de slag gaan met de ik-tekening van Rick. En zijn boodschap doormiddel van zichzelf te tekenen. Ik merkte dat ik nog niet volledig vertrouwen had in het lezen van de tekening. Ik heb hiervoor de opleiding tekencoach gevolgd.

Observatie: De ik-tekening van Rick is duidelijk aanwezig. Ik vond het zo mooi wat hij zei voordat hij begon. Rick vertelde dat hij moet beginnen met gras, want hij heeft wel iets nodig om op te staan. Ik neem het meteen in mij op wat Rick zegt en ben verbaasd van hoe goed hij eigenlijk zijn behoeftes aangeeft in een tekening. Wat mij direct opvalt is het grote hoofd wat Rick heeft getekend met de haren als antennes. Rick is een gevoelige jongen en pikt snel alles op. Is Rick veel bezig in zijn hoofd? Kan hij ook alles weer loslaten? Rick heeft geen oren getekend. Oren gaan over horen en gehoord worden, gewetensvorming. Luisteren naar wat goed en niet goed is. Voelt Rick zich gehoord? Rick heeft geen neus getekend. De neus gaat over het allereerste moment van hechting en band met het zorgende figuur. Rick zijn handen rijken uit. Rick kan makkelijk contact maken met andere mensen. Rick heeft geen nek getekend, kan hij goed zijn eigen emoties uiten? Rick zijn trui is in strepen getekend, is dit zijn eigenheid laten zien in de tekening? Hebben de streepjes ook te maken met doorstroming wat moeilijk is van gevoel naar denken? Rick zijn broek is als enige ingekleurd en aanwezig. Waar heeft dit mee te maken? Kan Rick op zijn eigen benen staan. Heeft hij genoeg zelfvertrouwen om de stap te maken. Rick heeft kleine voeten getekend met hele smalle enkels/onderbenen. Kan Rick zichzelf staande houden? Krijgt Rick te veel om te dragen? De blauwe broek is erg zwaar getekend. Rick zijn ogen zijn groot en duidelijk aanwezig. Rick houdt alles in de gaten en is erg alert. Dit was ook zichtbaar tijdens het tekenen. Hij was geconcentreerd bezig, maar hield ook zicht op zijn omgeving.

KIEST:

Kleur:

- Bruin: nuchterheid, stoffelijke invulling, aardse verbinding en voeding, tolerantie, mix van gevoelens die elkaar tegen kunnen spreken. Rick is gevoelig en ervaart de emoties van anderen sterk. Rick lijkt behoefte te hebben aan warmte en geborgenheid.
- Groen: harmonie, vernieuwing, kleur van de hartchakra, groei, balans, hoop, natuur, ontspanning, rust en gezondheid.
- Blauw: zelfvertrouwen, communicatie, vredig, rust, transformatiekleur, goddelijke kleur. Maar ook verwarring, zweverig gevoel (verliefdheid).
- Lentegroen: liefde voelen, lente in je leven, van jezelf houden, voor jezelf kiezen, groei, bloei, vernieuwing.

Interactie: Er voelt niet veel interactie te zitten in de tekening. Het hoofd lijkt los op het lijf en de benen lijken ook weer los van de romp. Het zit wel aan elkaar verbonden, maar de stroming is niet aanwezig.

Energie: Het hoofd heeft duidelijk veel energie en trekt mijn aandacht. Ook de benen zijn energievul, terwijl de voeten juist erg klein en fragiel aanvoelen. Rick heeft zichzelf aanwezig getekend.

Symboliek: Er zijn geen losstaande symbolen getekend in de ik-tekening van Rick.

Tijd-ruimte: Rick zijn voeten en broek in de tekening staan in het verleden. Terwijl Rick zijn hoofd en bovenlichaam in het heden staan en naar de toekomst rijken. Zijn onderlichaam en bovenlichaam staan niet gelijk. Wat is de reden dat Rick niet met beide benen/voeten in het heden staat? Doormiddel van een balans creëren kan Rick meer ruimte krijgen om één geheel te zijn en met beide voeten in het heden te staan.



Afbeelding 3: Ik-tekening Rick.

Zelfreflectie coachsessie Rick

Voordat de coachsessie begon had ik voor mijzelf voorgenomen hoelang een coachsessie ongeveer kon duren. Niet langer dan een uur voor de concentratie van Rick, maar ook mijn eigen energie.

Toen we eenmaal begonnen en Rick het eerste onderdeel therapeutisch teken afrondde ervaarde ik dat Rick een jongen is die snel werkt en precies wist wat hij wilde tekenen. Ik merkte dat ik hierdoor weer even terugging naar mijn hoofd. Ik was al klaar binnen 30 minuten en niet het uur wat ik in gedachten had. Was het dan wel effectief genoeg? Is het ook oké als het maar 30 minuten duurt?

Hoe voelen ouders zich hierbij? Veel vragen gingen door mijn hoofd, terwijl ik diep van binnen wist dat dit goed was. We hebben een mooie coachsessie gehad afgestemd op Rick. Dat dit 30 minuten korter was dan in mijn hoofd is prima. Rick vond het fijn, dat maakt dat ik er ook een goed gevoel bij heb.

4. Coachsessie met de ouders van Rick

Naam cliënt: Rick

Naam coach: Marga

Coachvraag bij aanvang consult:

Herkennen ouders zich in de boodschap in de tekening van Rick?

Aanpak van de coach en doel hiervan:

Tijdens deze sessie wil ik erachter komen of ouders zich herkennen in de klachten van Rick? Een stap dichter naar de kern en een laag dieper coachen. Doormiddel van coaching met de coachkaarten (kernverlangens, basisbehoefte, Meridianen en EE punten) creëren we meer inzicht bij ouders in zichzelf en de gezinsdynamiek.

Verband met de oorspronkelijke probleemstelling:

Herkennen ouders zich in de klachten van Rick? Wie is de eigenaar van de klachten van Rick, waar mogen ouders aan gaan werken? Hoe staan de ouders van Rick in het leven en waar mogen zij stappen in nemen.

Wat is er anders t.o.v. de vorige keer:

Tijdens de coachsessie gaan we de tekeningen naar ouders vertalen en ondervinden of ouders zich herkennen. Ook gaan we met ouders aan de slag door middel van de coachkaarten. Hoe is de gezinsdynamiek? Rick is gekoppeld aan zijn ouders, waardoor ouders een aandeel hebben. Waar mogen ouders mee aan de slag om Rick verder te helpen? We gaan inzicht creëren en een stap verder.

Soort gesprek gevoerd: Coachgesprek.

Ingezette technieken, met welk gevolg:

- Terug coachen tekeningen Rick
- Coachkaarten (kernverlangens, basisbehoefte, meridianen en EE punten)
- Coaching
- Spiegelen van gedrag

Huiswerk/opdrachten meegegeven:

Beide ouders mogen de EE punten gaan tappen voor 21 dagen achtereen sluitend.

Verloop van de sessie:

We zijn de coachsessie begonnen bij de vertaling van de boom, daarna de huistekening en als laatste de ik-tekening van Rick. Het was voor beide ouders herkenbaar dat Rick gevoelig is en moeite heeft met doorstroming. De behoefte naar orde en structuur begrepen ouders ook. Moeder gaf aan dat ze dit eigenlijk ook al doet. Vader gaf aan dat dit klopt, maar hij het dus fijn vindt om dingen duidelijk te hebben. Beide ouders gaven aan dat ze Rick niet te vroeg dingen vertellen zoals bijvoorbeeld de dag van

tevore, omdat Rick dan slecht kan slapen. Ook wanneer het leuke dingen zijn. Rick is dan vroeg wakker. Ik leg ouders uit dat het goed is om te proberen hoe Rick reageert als hij informatie eerder weet en de tijd heeft om vragen te stellen en zich voor te bereiden. Het moeite met loslaten was ook herkenbaar. Het stukje verlangen naar liefde/erkenning vonden ouders wat moeilijker te erkennen. Vader was wat stiller en moeder gaf aan Rick toch wel liefde en erkenning te geven. Ik heb aan ouders uitgelegd dat dit niet direct betekent dat ouders Rick nooit liefde of erkenning geven. Aan ouders uitgelegd dat dit een moment opname is. Ook uitgelegd dat Rick misschien de liefde/erkenning op een bepaalde manier wil in de vorm van bijvoorbeeld een compliment of een knuffel en dus wel liefde/erkenning krijgt, maar niet op een andere manier zoals hij dit graag wil. Ouders gaven aan het te begrijpen en inderdaad te ervaren dat de behoefte van liefde bij Rick anders kan zijn dan de liefde die gegeven wordt. Dit was een confronterend stuk voor ouders om terug te coachen.



Abbeelding 4: Coachkaarten vader.

Vervolgens zijn we doorgegaan naar het coachen met de coachkaarten. We zijn begonnen met het coachen met de coachkaarten met vader. Vader begon met de kernverlangens en trok het kaartje “seksualiteit” en “intimiteit”. Vader gaf aan dit te herkennen van vroeger. Vroeger mocht er niet gepraat worden over dit onderwerp. Vader gaf aan dat er als puber toch behoefte was naar dit onderwerp, maar dit niet mocht en hij dit dus ook niet deed. Hij merkte wel dat bij andere kinderen er wel over gepraat werd en hij dit niet kon/mocht. Vader geeft aan eigenlijk ook nooit in het heden over dit onderwerp te praten. Moeder haakte hierop in en gaf aan dit wel graag te willen meegeven aan Rick dat hij wel over zulke onderwerpen mag praten. Vader lijkt hierin onderdrukte emoties te ervaren. Vader trok twee kaartjes bij de basisbehoeften; “begrip” en “goedkeuring”. Vader gaf aan dat dit wel met elkaar te maken heeft. Vader gaf aan goedkeuring te missen, het stukje “ik ben goed zoals ik ben”. Hij eigenlijk ook weinig begrip heeft gehad voor zichzelf en dus ook voor anderen. Hij gaf aan dat hij in het heden nog steeds niet altijd begrip heeft voor de keuzes die andere mensen maken. Dat hij door de jaren heen wel meer goedkeuring naar zichzelf heeft gecreëerd door het ouder worden, maar dat dit nooit helemaal 100% zal zijn. Ook op zijn werk ervaart hij dit. Vader trok ook twee meridiaan kaartjes; “gouverneursvat” en “dunne darm”. Vader gaf aan dat hij zich zeker niet altijd stabiel en rustig voelt. En van binnen op bijvoorbeeld zijn werk zich druk kan maken over heel veel dingen. Hij continu aan het nadenken is en zich dan niet rustig of stabiel voelt. Hij geeft aan dat hij het nadenken altijd al heeft gehad. Ik vraag hem of zijn ouders dit ook hadden. Vader gaf aan dat er

thuis weinig over gesproken werd en zijn ouders alles in zich hielden en weinig uitten. Vader gaf aan dat hij altijd nadenkt over veel dingen en in het verleden en ook het heden nog wel veel hoofdpijn heeft. En dat wat er bij het kaartje gouverneursvat "ik leef mijn leven moeiteloos met liefde en plezier" zeker niet altijd zo is. Vader denkt veel na over dingen en is een echte binnenvetter. Hij praat weinig en heeft ook vroeger nooit gepraat over onderwerpen die hem bezighielden. Dit herken ik duidelijk bij Rick. Rick lijkt hierin erg op zijn vader en creëert nu ook de fysieke klachten (hoofdpijn) die vader in het verleden ook heeft gehad. Vader mag hiermee aan de slag gaan voor de gezinsdynamiek.

Als laatste trok vader twee EE kaartjes; "blaas" en "lever". Bij blaas gaf vader aan dat dit wel te maken heeft met vroeger. Dat er vroeger weinig begrip werd getoond en je dan toch ook weinig begrip voor jezelf creëert en je niet altijd jezelf goed vindt. De band met zijn ouders is oké, maar de band kan beter. Hij gaf als voorbeeld dat de band die zijn vrouw met haar eigen moeder heeft sterk is. Moeder werd op dit vlak emotioneel en gaf aan dat ze inderdaad haar moeder overal mee naar toe neemt en dit niet altijd als positief wordt gezien door de mensen om haar heen. Ze gaf aan dat collega's wel eens opmerkingen maken dat als haar moeder er straks niet is dat ze wel in een gat zal vallen. Ik vraag moeder wat voor gevoel haar dit geeft. Moeder geeft aan dat haar moeder er altijd voor haar is geweest en ze dit graag terug wil doen. En ze dit ook zal blijven doen ondanks dat een ander een andere mening hierover heeft. Moeder geeft aan dat haar vader niet altijd makkelijk is voor haar moeder en zij daarom ook haar moeder regelmatig even meeneemt uit huis. Moeder biedt haar excuses aan voor het emotioneel worden en gaf aan niet te weten waar haar overkwam. Ik geef aan dat het goed is dat ze haar emoties uit en deze er ook mogen zijn. Na goedkeuring van moeder zijn we verdergegaan met vader. Het valt mij direct op dat het onderwerp onzekerheid duidelijk aanwezig is. "ik ben goed zoals ik ben", vader trok ook het kaart lever. Vader geeft aan wel regelmatig last te hebben van een vorm van boosheid. Als hij dingen anders wil of het in zijn ogen niet eerlijk is en dit als vervelend ervaart. Vroeger was dit ook al aanwezig. Vader mag aan de slag met de EE punten.



Abbeelding 5: Coachkaarten moeder.

Moeder heeft als eerste het kernverlangen veiligheid getrokken. Moeder gaf aan dat ze zich thuis altijd veilig voelde, maar hierdoor ook graag thuis was en liever niet wegging. Moeder gaf aan dat ze weinig ging stappen en liever thuis bij haar ouders bleef. Ik vraag moeder hoe dit op het moment in het heden is. Moeder geeft aan dat ze merkt dat ze ook Rick veiligheid wil bieden. Moeder geeft aan dat ze het ook fijn vindt als Rick met een vriendje/vriendinnetje thuis komt spelen in plaats van bij het vriendje/vriendinnetje omdat ze er dan zicht op heeft. Moeder geeft na wat doorvragen aan dat ze ook wel wil dat hij juist bij vriendjes/vriendinnetjes gaat spelen, omdat ze bang is dat hij anders geen vriendjes/vriendinnetjes heeft. Moeder werd emotioneel. Moeder geeft aan dat zij zelf weinig vrienden had en vroeger ook veel vrienden is verloren omdat ze voor zichzelf koos en haar toekomst en een winkel begon.

Ze gaf aan dat ze nooit heeft ervaren hoe het is om vrienden te hebben en die liefde te ontvangen en dit wel graag wenst voor haar zoon. Ik bedenk mij direct dat Rick hartjes op zijn tekening heeft getekend. Staat dit in verbinding met het stukje liefde en erkenning? Moeder trok als basisbehoefte ook "erkenning". Ook komt het stukje loslaten naar boven. Rick mist zelfvertrouwen en dit staat in verbinding met het loslaten van moeder. Ik leg moeder uit wat spiegelen van gedrag inhoudt en hoe haar basisbehoefte "erkenning", het loslaten en bij vriendjes spelen en moeder haar verleden rondom dit onderwerp betrekking heeft op Rick in het heden. moeder heeft op dit gebied meer bewustwording gecreëerd. Als tweede trok moeder "erkenning" en "geruststelling" bij de basisbehoeften. Moeder gaf aan dat ze het gevoel heeft dat ze beide als kind heeft gehad. Met wat doorvragen gaf moeder aan dat haar vader veel moeite had met zijn gevoelens uiten en complimenten geven. Ze gaf aan dat ze nu weet dat hij trots is op haar, maar hij het weinig en met veel moeite uitspreekt. Moeder heeft in het verleden ervaren dat ze die erkenning voornamelijk van haar vader minder heeft gehad of niet zoals ze wilde. Ondanks dat ze in het begin aangaf beide basisbehoefte te hebben ontvangen veranderde dit toen ze vertelde over haar vader. Ook heeft moeder "geruststelling" gekozen. Moeder gaf aan dat ze veel bezig is met Rick gerust te stellen, maar dat ze ook kort door de bocht kan reageren en dan later bedenk dat het niet handig was.

Bij de meridiaan kaartjes trok moeder "hart meridiaan" en "lever meridiaan". Moeder gaf direct aan beide niet te herkennen. Ik ervaaarde dat moeder erg star was en leek wat moeilijk tot de kern te komen. Ik heb aan moeder gevraagd om het om te draaien wat er op de kaartjes stond dus niet dat zij mild, zacht en vergevingsgezind is. Maar juist dat er iets meer behoefte is hieraan. Moeder gaf aan dat ze wel moeite heeft met vergeven, maar heel haar familie eigenlijk zo is. En het nog wel meevalt met haar. Ik vraag moeder of zij een ander kan vergeven in het heden. Ze geeft aan dit niet altijd te kunnen en dat ze snel klaar kan zijn met iemand. Vader gaf aan dat zij er dan ook erg lang in kan blijven hangen.

Beide kaarten waren dus een behoefte om aan te werken, een verlangen.

Als laatste trok moeder "EE colon (dikke darm)" en "EE milt". Bij gebrek aan zelfvertrouwen gaf moeder aan dit zeker te voelen. Voornamelijk in een groep voelt moeder zich niet fijn. Ze geeft als voorbeeld dat met een kerstborrel ze zich niet fijn voelt en het idee heeft dat ze altijd alleen staat. Ook al kent ze haar collega's al jaren. Rick heeft zelf ook minder zelfvertrouwen en lijkt hiermee in verbinding te staan met zijn moeder, maar ook met vader. Moeder geeft aan zich wel oké te voelen bij veranderingen. Zolang de veranderingen leuk zijn. Ik geef bij moeder aan dat je natuurlijk niet altijd van tevoren weet of veranderingen leuk zijn en wat voor gevoel haar dit geeft. Moeder gaf aan het moeilijk te vinden, maar hier wel mee om kan gaan. Moeder gaf ook aan dat als er iets is op het werk, bijvoorbeeld een cursus, waarbij ze iets moet doen zij dit ook niet doet als ze iets niet wil.

Het coachgesprek is met beide ouders positief afgesloten en gevraagd of het voor hen goed is en

duidelijk. Voor beide was het duidelijk. Ze gaven aan dat ze het allemaal even gingen verwerken. Ik heb richting ouders benoemd dat het niet erg is als dit even tijd nodig heeft en zij mij kunnen contacten bij vragen. Ze gaan aan de slag met de EE punten tappen.

Wat is er bereikt en hoe verhoudt zich dit tot de doelstelling:

ouders hebben door de vertaling van de tekening geleerd hoe Rick staat in de buitenwereld en binnenwereld. En ze hebben informatie gekregen over Rick zijn behoeftes door middel van de tekeningen. Er is meer inzicht ontstaan in Rick zijn behoeftes.

Doormiddel van de coachkaarten hebben beide ouders gesproken over de gezinsdynamiek en hun missende basisbehoeftes. Er is inzicht gecreëerd hoe dit in verband staat met Rick en zijn klachten. Beide ouders mogen aan de slag gaan met de EE punten.

Handtekening coach:



Zelfreflectie coachsessie ouders

Beide ouders waren erg rustig en terughoudend tijdens de coachsessie. Ze wachtten af wat ik zei en leken gespannen. Beide ouders hebben al aangegeven niet goed over hun gevoel te kunnen praten en weten dat dit wel naar voren zal komen in de coachsessie.

Voorname vader is een binnenvetter en praat weinig. Ik vond het zelf spannend om deze coachsessie aan te gaan, maar ik was verbaasd van het resultaat. Vader was ontzettend open en na wat doorvragen kwam hij steeds meer los. Hij vertelde dingen die zijn vrouw ook niet wist. Er ontstond een hele andere kijk op elkaar.

Ik was klaar met de coachsessie en keek op de klok. De coachsessie had twee uur geduurd en langer dan ik voor ogen had. Ik merk dat wanneer ik in een coachsessie zit ik weinig besef heb van de tijd en aan het einde constateer wat de tijd is. Voor mijn eigen energie, maar natuurlijk ook die van je cliënt is het belangrijk om dit te begrenzen. In het vervolg wil ik hier meer naar kijken en een balans vinden.

Ouders spraken uit erg positief te zijn over de veranderingen die zich in het gezin met Rick hebben voorgedaan. Dit was fijn om te ervaren.

5. Toevoeging coachsessies

Deze toevoeging geeft een kort samenvatting van welke verdere coachsessies ik heb uitgevoerd bij het gezin van Rick.

Tussentijdse evaluatie - juni 2021:

Doelcoachsessie:

Zijn de klachten van Rick verbeterd? Hebben ouders bewustwording gecreëerd na de coachsessie? Waar zijn vervolg stappen nodig?

Wat is er bereikt:

Rick heeft geen klachten meer. Rick slaapt goed en heeft geen last van hoofdpijn. Ouders zijn zich meer bewust van hun eigen stukken en hoe dit resoneert met Rick. Rick is meer zelfvertrouwen aan het creëren en maakt hier goede stappen in. Op school heeft de juf aangegeven dat het goed gaat met Rick.

Technieken: Coachgesprek.

Huiswerk: n.v.t.

Extra informatie:

Samen heb ik met moeder een evaluatie gehad. Vader kon er helaas niet bij zijn vanwege zijn werk. Ook ligt zijn vader in het ziekenhuis, waardoor hij het erg druk heeft. Ik vraag aan moeder hoe het met Rick gaat. Moeder geeft aan dat het goed gaat met Rick en hij sinds de eerste sessie geen last meer heeft gehad van hoofdpijn. Moeder geeft aan dat ze aan Rick merkt dat hij ook steeds sterker in zijn schoenen staat en dingen doet waar zij zich over verbaast. Moeder geeft aan dat Rick regelmatig aangeeft de dingen zelf te kunnen en zich wat meer los maakt. Ook zijn er twee situaties geweest waarbij Rick zelfstandig iets heeft gekocht in een winkel en zelfstandig een vriendin van Nadine heeft opgebeld om haar te bedanken voor een cadeau. Rick staat dus zekerder in zijn schoenen, maar ook in zijn eigen lijf. Moeder vraagt wat meer informatie over het loslaten en hoe dit is ontstaan. Ik geef aan moeder uitleg over de coachkaarten EE die zij heeft getrokken en hoe dit resoneert met Rick zijn zelfvertrouwen en het kernverlangen "Ik- en de ander" waar Rick zich nu bevindt. Ook slaapt Rick beter en heeft hij nauwelijks last van dromen. Wanneer Rick een drukke week heeft gehad en onrust ervaart gebruikt moeder bij hem de aromatherapie als middel. Moeder biedt dan een voetbad aan om hem na een drukke dag te ontladen. Het is mooi om te zien dat moeder de aromatherapie toepast. De juf heeft vorige week ook contact gehad met moeder en geeft aan dat het goed gaat op school. De juf merkt ook dat Rick socialer is geworden. Ik vraag aan moeder hoe het gaat met ouders na onze laatste sessie en of het lukt met de coachkaarten. Moeder geeft aan dat zij haar best doet om iedere dag te tappen, maar dat vader dit niet doet. Vader geeft aan het wat "zweverig" te vinden en te benoemen er geen tijd voor te hebben. Later in het gesprek geeft moeder wat meer uitleg over de situatie van de vader van Frits die in het ziekenhuis ligt.

Moeder geeft aan dat vader regelmatig boosheid ervaart over bepaalde dingen, maar dit moeilijk uit. Hij heeft irritaties ook richting zijn eigen moeder, maar bespreekt dit niet met haar. Ik geef bij moeder aan dat vader bij de coachkaarten ook boosheid heeft getrokken en begrip. En dat dit resoneert met de gevoelens die hij op dit moment heeft, maar er geen ruimte aan geeft, omdat hij het niet uit. Ik gaf bij moeder aan hoe waardevol dit proces is als vader hiermee aan de slag gaat. En ik graag tijdens een verdere coachsessie hier nog op wil ingaan als vader hiervoor open staat. Moeder geeft aan dat ze ook verbaasd was van de coachsessie met ouders. Dat vader dingen heeft uitgesproken die zelfs zij niet van hem wist. Moeder geeft aan dat ze merkt dat de omgang met Rick ook anders is, terwijl vader naar zijn idee niks bewust anders doet. Vader is geduldiger met Rick en legt hem dingen uit zodat hij het begrijpt. Iedere zondag doet hij samen met hem wat werkjes van school. Ook benoemd vader weleens richting moeder dat hij bepaalde dingen niet heeft mogen ervaren thuis en daarom Rick deze ervaring wel wil meegeven. Er is bewustzijn ontstaan na de coachsessie bij de ouders.

Coachsessie Rick: juni 2021

Doelcoachsessie:

Wat zijn Rick zijn gemiste basisbehoeften en hoe staat dit in verbinding met zijn ouders? Waar mag door middel van de EE punten aan gewerkt worden? Rick energetisch reinigen om alle overtollige negatieve energie te verwijderen en op te vullen met zachte fijne energie en een bescherming. Rick beter in zijn kracht te laten staan.

Wat is er bereikt:

Rick staat goed in zijn energie en voelt zichzelf ook goed. Door middel van de coachkaarten is er duidelijkheid ontstaan bij de gemiste basisbehoeften en waaraan gewerkt mag worden door middel van de EE punten. In de volgende sessie met ouders wordt dit terug gecoacht. Rick gaat aan de slag met de EE punten.

Technieken:

- Energetisch reinigen
- Coachkaarten

Huiswerk: EE punten tappen voor 21 dagen achtereenvolgend.

Extra informatie:

Vandaag heb ik met Rick energetisch reinigen uitgevoerd en coachkaarten getrokken (basisbehoefte en EE punten). Als eerste zijn we begonnen met het energetisch reinigen. Rick vond het erg spannend en ik ervaarde dat Rick wat spanning had om het energetisch reinigen te ondervinden. Ik wilde Rick niet over zijn grenzen laten gaan en naar hem luisteren. Rick pakte zijn knuffelbeer van de bank en wilde deze graag beethouden. Ik vroeg Rick of hij het een goed idee vond dat ik het eerst bij de beer deed. Zodat hij weet wat hij kan verwachten. Rick knikte uitbundig en vond het een goed idee. Ik reinigde de beer eerst met jeneverbes olie en liet de beer daarna een kaartje trekken om mee op te vullen. Rick deed met het handje van de beer de kaartjes neerleggen en trok het kaartje citroen. Nadat we klaar waren wilde Rick het graag zelf ervaren.

Rick nam de beer mee in zijn handen en ging op de grond staan. Ik reinigde eerst Rick met jeneverbes en liet hem daarna een kaartje trekken. Rick trok net als de beer het kaartje citroen. Na het reinigen en

opvullen gaf Rick aan zich goed te voelen. Samen hebben we een glas water gedronken voordat we verder gingen met de kaartjes. Als eerste trok Rick twee basisbehoefte kaartjes “geruststelling” en “bewondering”. Ik geef bij Rick aan dat hij 7 jaar is en dit dus van papa en mama mag vragen. Moeder trok ook tijdens de sessie “geruststelling”, wat ik direct even in mij opneem. Vervolgens gaan we verder met de EE punten. Rick trok “EE 1 blaas; onzekerheid” en “EE 5 conceptievat; onderdrukte emoties”. Ook hierbij trok Rick een kaartje die al eerder is getrokken door zijn vader, namelijk blaas; onzekerheid. Samen hebben we gekeken wat op de kaartjes stond en de EE punten getapt. Rick deed goed mee met het tappen. Met moeder en Rick heb ik besproken hoe Rick aan de slag mag gaan met de punten tappen. Rick gaf aan dit graag in de avond te willen doen voor het slapen samen met zijn olie. De sessie is goed afgesloten.

Coachsessie ouders

Doel coachsessie:

Hoe gaat het met het gezin? Bespreken van de coachkaarten van Rick. Evaluatie met vader, hoe vindt vader dat het gaat? Terugkomen op de eerste tussentijdse evaluatie met moeder. Wat is er verder nodig in het gezin?

Wat is er bereikt:

Er is bewustwording gecreëerd bij ouders hoe de coachkaarten van Rick resoneert met ouders. Waar mag aan gewerkt worden bij ouders en Rick? Er zijn handvatten gegeven aan ouders hoe om te gaan met energieën van anderen (energetisch vervuilen). Hoe bescherm je jezelf.

Technieken:

- Coachgesprek
- Spiegelen van gedrag
- Uitleg over energetisch vervuilen en hulpmiddelen

Huiswerk: N.v.t.

Extra informatie:

Met moeder heb ik al eerder een tussentijdse evaluatie gehad, maar vader kon hier niet bij aanwezig zijn. Richting vader gevraagd hoe hij vindt dat het gaat met Rick. Vader gaf aan een verandering te zien bij Rick en te ervaren dat Rick beter in zijn vel zit en meer zelfvertrouwen heeft. Vader gaf aan dat er onbewust wel een last van zijn schouders valt. Ik vraag aan vader of hij nog aan de slag is gegaan met de EE punten. Vader geeft aan er weinig tijd voor te hebben. Richting vader uitgelegd waarom het wel belangrijk is dat ook ouders aan de slag gaan met hun eigen stukken. En dit weer verbonden is met Rick. Met ouders heb ik de coachkaarten van Rick besproken, basisbehoeften “geruststelling” en “bewondering”. Moeder heeft in een aantal coachsessies geleden “geruststelling” getrokken, dit is uit- gecoacht richting ouders. Moeder geeft aan Rick regelmatig gerust te stellen en het idee te hebben dat ze dus deze basisbehoefte wel aan Rick geeft. Ik heb ouders uitleg gegeven over de basisbehoeftes en verlangens van het kind. Dat een kind op een bepaalde manier geruststelling wil in de vorm van bijvoorbeeld een knuffel, maar dat hij van ouders geruststelling krijgt in de vorm van woorden. Het is niet dat ouders het niet aan het kind willen geven, maar dat een ouder het soms niet kan geven op de manier hoe een kind het graag wilt. Ouders gaven aan dat dit inderdaad iets is om over na te denken en te beseffen. De tweede basisbehoefte was “bewondering”. Rick vindt het inderdaad fijn om complimenten te krijgen. Dit komt ook weer samen met de erkenning die te zien is in zijn tekeningen.

Rick is onzeker en heeft de bewondering nodig om zekerder te worden. Ouders herkende zich hierin. EE punten blaas; onzekerheid en conceptie vat; onderdrukte emoties. Voor beide ouders komt dit bekend voor. Onzekerheid is het middelpunt van het doel waar ouders aan willen werken. Het is het middelpunt van de gezinsdynamiek waaraan gewerkt wordt. Voor onderdrukte emoties was wat meer aandacht nodig om te achterhalen of ouders dit herkennen. Door het coachen gaven ouders aan dat Rick last kan hebben van emoties na een schooldag, maar niet te weten hoe dit te uiten, waarom dit te voelen etc. Er ontstaat hierdoor frustratie. Het kwam mij bekend voor als energetisch vervuilen. Ik heb wat meer uitleg hierover gegeven en moeder herkende dit direct. Moeder en vader hebben hier zelf ook last van tijdens een dagje weg of zelfs met een boodschapje in de supermarkt. Ik heb ouders handvatten gegeven om hiermee om te

gaan. Voetenbadje, aura reinigen met douchen en wandelen in de natuur. Moeder was erg enthousiast en wil hier graag voor zichzelf mee aan de slag. Ik heb tegen moeder gezegd dat in het boek wat ik heb gegeven ook fijne tips staan. Moeder is bekend met hoog gevoeligheid en ervaart het op dit moment meer als een last. Door middel van de tips willen we het gaan omzetten naar een kracht. Niet alleen bij Rick, maar ook bij ouders.

Onderdrukte emoties lijken gekoppeld aan vader. Vader spreekt niet altijd uit hoe hij zich voelt en heeft boosheid over de dingen die in zijn ogen oneerlijk zijn. Rick lijkt op vader, maar wil wel graag deze dingen uitspreken. Rick mag thuis zijn emoties uiten die hij ervaart. Vader is zich meer bewust en doet zijn best om Rick meer ruimte te geven.

Tussentijdse evaluatie: juli 2021

Doelcoachsessie:

Hoe gaat het met Rick en het gezin? Afstemmen of alles nog oké is.

Wat is er bereikt:

Rick en ouders zitten goed in hun vel. Rick slaapt goed en heeft geen last van vervelende dromen. Voor ouders is er een last van hun schouders af. Rick heeft meer zelfvertrouwen ontwikkeld en heeft geen last van het pest gedrag op school.

Technieken:

Coachgesprek Huiswerk: n.v.t.

Extra informatie:

Vandaag telefonisch gesproken over hoe het gaat met Rick en het gezin. Moeder was enthousiast en gaf aan echt een verandering te zien in het hele gezin. Rick zit goed in zijn vel, straalt zelfverzekerdheid uit en wordt niet meer gepest op school. Hij slaapt goed, heeft geen hoofdpijn meer en geen last van vervelende dromen. Met beide ouders gaat het goed. Er valt een last van hun schouders af en voelen zich trots richting Rick. Moeder gaf aan dat vorige week ouders een gesprek hebben gehad op de school van Rick, omdat hij na de zomervakantie naar groep 4 gaat. De juf zag ook een verbetering bij Rick. Hij is sociaal, komt voor zichzelf op en geeft goed zijn grenzen aan. Hij wil de juf graag helpen met alles en kletst gezellig mee. Rick heeft een spreekbeurt gedaan voor heel de klas en heeft dit gedaan zonder moeite. Ook heeft hij zijn A diploma (zwemmen) gehaald waar hij erg nerveus voor was. Aan moeder haar stem te horen was ze erg enthousiast en blij met alle processen.

Coachsessie Rick:

Doelcoachsessie:

Doormiddel van Holistische massage alle indrukken afvoeren en de energiebalans herstellen. Rust te creëren in Rick zijn lichaam. Aromatherapie in de vorm van een wrijfolie voor het zelfhelende vermogen.

Wat is er bereikt:

Het gaat goed met Rick. Rick zit goed in zijn vel en heeft geen last meer van de klachten. Doormiddel van de hoofdmassage en afronding bij de voeten kan Rick alle indrukken afvoeren. Moeder heeft uitleg gekregen over de holistische massage en heeft ook het boek *“Gevoelige kinderen wat kun je voor ze doen”* van Anne Marie van Bilsen om alle stappen nogmaals door te nemen. Rick heeft de wrijfolie lavendel waar hij verder mee aan de slag gaat.

Technieken:

- Holistische massage
- Aromatherapie

Huiswerk:

Rick en ouders gaan aan de slag met de wrijfolie. Iedere avond voor het slapen gaan de voeten insmeren.

Extra informatie:

Vandaag komt Rick met zijn moeder voor een holistische massage en aromatherapie. Uit de vorige coachsessies is gebleken dat Rick behoefte heeft aan duidelijkheid en structuur. Moeder heeft hem van tevoren al uitgelegd wat hem te wachten staat. Rick is hierdoor nauwelijks nerveus en lijkt opgewekt als hij binnenkomt. Rick is aan het kletsen en is erg sociaal. Hij vertelde over zijn spreekbeurt voor de klas en over zijn A diploma die hij heeft gehaald. Hij straalde trotsheid uit. Ik heb bij Rick een gedeelte van de holistische massage uitgevoerd. Ik ervaaarde dat een gehele massage voor Rick te veel was. Bij Rick heb ik gekozen voor een hoofdmassage, omdat dit de plek is waar Rick de meeste last ervaart. Ook staat dit in verbinding met zijn kindbeeld. Via zijn hoofd mag hij naar het voelen. De hoofdmassage afgesloten met afstrijken en afsluiten bij de voeten. Voor Rick was dit genoeg.

Moeder heeft, aan de hand van het boek *“Gevoelige kinderen wat kun je voor ze doen”* van Anne Marie van Bilsen, alle stappen doorgelezen. Zodat ze thuis ook de massage bij Rick kan toepassen.

Daarna heeft Rick een aromatherapie kaartje getrokken. Rick gaf aan eigenlijk graag door te willen gaan met de lavendel, omdat dit hem goed helpt en hij zich fijn voelt. Rick kan beter de negatieve energie loslaten. Rick heeft de kaartjes neergelegd en trok vervolgens de olie lavendel. Rick gaf het kaartje aan mij en gaf aan dat dit is wat hij nodig heeft, met een lach op zijn gezicht.

Ik heb Rick nog wat extra wrijfolie lavendel gegeven, afgesteld op zijn leeftijd. Rick gaat verder met de lavendelolie en het voetenbadje na schooltijd wanneer hij hier behoefte aan heeft. Moeder geeft aan dat Rick de laatste tijd nauwelijks hierom vraagt. Richting moeder benoemd dat het oké is als hij er geen behoefte aan heeft en het nooit verplicht is.

6. Afronding/evaluatie

Naam cliënt: Rick

Naam coach: Marga

Afronding en afsluiting:

Vandaag met ouders van Rick de coachsessies geëvalueerd en afgesloten. Alles gaat goed met Rick en ouders. Rick slaapt goed, heeft geen hoofdpijn meer, zit goed in zijn lijf, gaat graag naar school en wordt niet meer gepest. Hij kan beter zijn grenzen aangeven. Hij doet dingen die hij eerst nooit heeft gedaan. Alles is voor ouders duidelijk. Ze hebben het als een fijne coachsessies ervaren. Ze voelen zich gehoord en het voelde vertrouwd. Ouders gaven aan, mij als een fijne coach te zien die inzichten heeft gegeven. Ouders gaven aan geen feedback voor mij te hebben. De omgang met Rick vonden ze ook erg fijn. Rick heeft zelf richting ouders ook aangegeven het contact met mij fijn te vinden. Het is voor beide ouders en Rick oké om af te ronden. Ik neem met ouders over 6 weken nog contact op.

Zijn de doelen/andere doelen bereikt:

De hulpvraag die bij de start van de coachsessie is gestart zijn bereikt voor Rick en voor ouders, boven verwachting gaven zij aan. Rick heeft geen last meer van alle klachten en ouders geven aan geen last/zorgen meer te ervaren. Vader heeft ook meer gepraat over zijn gevoel. Ouders hebben fijne handvatten gekregen en inzichten.

Wat heeft de cliënt geleerd/ wat doet de cliënt nu anders:

Rick zit goed in zijn lijf en geeft zijn grenzen aan waar nodig. Rick is zelfverzekerd geworden en voelt zich sterk. Rick geeft op school aan wat hij wel en niet wil. Rick kan zich meer afsluiten van de negatieve energie van anderen. ouders hebben ook handvatten gekregen. Ze bereiden Rick meer voor op wat komen gaat. Ouders communiceren op een andere manier met Rick.

Wat is het effect hiervan op de omgeving:

Rick zit goed in zijn lijf, slaapt goed, heeft geen enge dromen meer en geen hoofdpijn. Met Rick gaat het goed op school. Hij gaat er met plezier heen en heeft geen last meer van het pestgedrag van andere kinderen. Rick gaat volgend jaar naar groep 4 en is hier erg enthousiast over. Zijn juf ziet een mooie verandering bij Rick op school. Rick gaat met plezier naar sporten toe, wat hij in het verleden erg spannend vond. Rick is zelfverzekerder waardoor hij meer dingen durft zoals zelf iets kopen in de winkel, iemand opbellen om wat te vragen. In sociaal opzicht is Rick ook gegroeid.

Hoe is er afscheid genomen:

Na deze evaluatie heb ik van ouders afscheid genomen en benoemd dat ik over 6 weken weer even contact opneem hoe alles gaat. Richting ouders benoemd dat ze mij altijd mogen bellen voor vragen, onduidelijkheden etc. Van Rick heb ik op een later moment afscheid genomen. Rick heeft van mij een steen gekregen met de tekst jij bent een kanjer. Ook heb ik een persoonlijk kaartje voor hem geschreven. Rick was erg enthousiast toen hij het kreeg en bedankte mij voor het helpen.

7. Zelfreflectie coachtraject

In dit hoofdstuk kijk in terug naar het coachtraject en reflecteer ik op mijzelf.

Zelfinzicht:

Mijn kernkwadrant die ik aan de start van mijn opleiding heb gemaakt ben ik zeker tegengekomen in mijn coachtraject. Hoge eisen stellen aan mijzelf in het coachtraject door middel van alles perfect willen doen, een goed resultaat halen, Rick en ouders een fijn gevoel geven, professionaliteit uitstralen, geen 'fouten' maken. Kortom alles moet perfect. In mijn proces heb ik ervaren hoe ik gebruik kan maken van mijn kwaliteit zonder door te schieten naar mijn vuilkuil. Hoe ga je om met je perfectionisme zonder te hoge eisen te stellen aan jezelf? Dat was een belangrijke vraag voor mijzelf. Ik weet waar mijn perfectionisme vandaag komt en ben zelf aan de slag gegaan doormiddel van EE punten. Het perfectionisme houdt mij scherp en zorgt ervoor dat ik alles eruit haal, dit is een kwaliteit en kan ik goed gebruiken in mijn toekomstige werk als Holistisch kindercoach. Ik ben mij goed bewust wanneer het overslaat in hoge eisen stellen en heb dit ook ervaren in het coachtraject. Ik ben gaan leren vertrouwen op mijn gevoel waardoor ik een mooie verandering zie bij mijzelf. Een verandering waar ik tot op de dag van vandaag nog steeds mee bezig ben. Ik ben goed zoals ik ben, waardoor de hoge eisen stellen niet nodig is.

Zelfreflectie:

Ik had tijdens het coachtraject meer in willen gaan met vader op het stukje familiesysteem. Ik heb vader er wel over gesproken. Maar terugkijkend, had ik er nog verder op in kunnen gaan. Ik heb moeder meer gesproken over het feit dat vader ervoor heeft gekozen om na de coachsessie niet aan de slag te gaan met de EE punten. Iets hield mij tegen om er verder op in te gaan met vader, maar wat? Ik heb hier na het coachtraject goed over na gedacht. In mijn dagelijkse leven tijdens mijn werk als persoonlijk begeleider op een woongroep met jongeren met gedragsproblematiek moet ik regelmatig mensen aanspreken en bewust maken van hun gedrag. Maar waarom vond ik het toch moeilijk om dit te doen bij de vader van Rick? En waarom kon ik het makkelijker bespreken met de moeder van Rick? Vragen waar ik graag het antwoorde op wilde. In mijn eigen situatie is mijn vader ook degene geweest die toen ik jong was en ik met mijn problemen naar een holistisch & energetisch therapeut ben gegaan, moeite had met het "zweverige" in zijn ogen. Ik voelde en zag dingen die niet altijd verklaarbaar waren in zijn ogen, mijn vader vond het moeilijk om hiermee om te gaan. Dit is wat de vader van Rick ook aangaf toen hij ervoor heeft gekozen om de EE punten niet te tappen. Hij vond het "zweverig" en had er weinig tijd voor. Wanneer iemand aangeeft het "zweverig" te vinden is dit voor mij een soort teken en sluit ik mij meer af. Terwijl wanneer iemand zich openstelt het tegenovergestelde gebeurt en er een open communicatie ontstaat. In mijn jeugd is het woord 'zweverig' vaak voorbijgekomen en begreep niet iedereen mijn gevoelens. In het vervolg zal ik mij er eerder bewust van willen maken en ervaren dat ik iets voel en waarom, in plaats van wegstoppen en pas terugkijken na het einde van het coachtraject.

Zelfonderzoek:

Tijdens de opleiding bij De Regenboog heb ik veel over mijzelf geleerd en ben ik aan de slag gegaan met mijn eigen proces. Mijn moeder is altijd erg beschermend over mij en wilt mij helpen met alles. Ik ben mij goed bewust dat ze dit allemaal doet uit liefde, maar ervaarde dat ik hierdoor niet verder kwam in mijn proces van wie ik zelf ben en wat ik wil bereiken. Ik wilde hier graag mee aan de slag, maar wist nog niet goed hoe. Na de les over Emotioneel evenwicht werd er aangegeven dat het goed is om zelf aan de slag te gaan met de coachkaarten (kernverlangen, basisbehoefte, Meridianen, EE punten). Ik ben het proces aangegaan met mijn moeder zonder enig idee waar het zou eindigen. Ik zat in de rol als coach en we zijn een coachsessie gestart. (Ik heb toestemming van mijn moeder gekregen om dit te delen in mijn eindopdracht, maar ga verder niet inhoudelijk op de coachsessie in). Ik wil kort delen dat het mijn moeder veel inzichten heeft gegeven en haar emoties ruimte hebben gekregen. Vanuit vroeger zijn er redenen voor haar gevoel en gedrag in het heden. Alle coachkaarten die mijn moeder trok stonden in verbinding met het beschermen en zorgen voor mij. Ze is aan de slag gegaan met de EE punten en ervaart meer rust. Ze vertrouwt op zichzelf en op mij, waardoor ik ruimte ging ervaren en verder kon naar mijn vrijheid.

Communicatie:

In privé, maar ook in werk is communicatie erg belangrijk. Tijdens de opleiding bij De Regenboog heb ik hier veel over geleerd. Wat is de beste manier van communiceren in bepaalde situaties, met welke manier van communiceren bereik je het beste resultaat etc. Tijdens de coachsessies ben ik mij continu bewust geweest van de communicatie. Is het afgestemd met ouders, is alles duidelijk, stel je de juiste vragen, hoe reageren ouders op de communicatie?

In mijn privé leven vind ik communiceren ook erg belangrijk. En dan voornamelijk afgesteld op het soort gesprek en de persoon waarmee je praat. Ik heb ervaren dat door een fijne communicatie je meer uit een gesprek kan halen en beide personen een goed gevoel hebben bij het gesprek. Het is ook belangrijk om te checken of je op dezelfde lijn zit in het gesprek, Ik merk dat het hier vaak mis gaat bij de communicatie. Mensen vullen dingen voor elkaar in, waardoor de intentie anders kan overkomen.

5 aandachtspunten voor mijzelf:**Mijn perfectionisme:**

Ondanks dat ik al erg gegroeid ben, vind ik dat hoge eisen stellen nog een aandachtspunt is. Ik mag aan de slag blijven gaan met mijn zelfontwikkeling op het gebied van perfectionisme. Ik ben mij al goed bewust waar mijn perfectionisme vandaan komt en wat er nodig is om hieraan te werken. Ook ben ik trots op mijzelf op de stappen die ik al heb gemaakt.

Ik ben goed zoals ik ben:

Ik ervaar dat dit eigenlijk overal terugkomt in mijn verslagen en rondom mijn zelfontwikkeling. Ik weet dat ik goed ben zoals ik ben, maar nu moet ik er ook nog geheel in geloven.

Vertrouwen op mijn gevoel:

Door de jaren heen ben ik wat minder gaan vertrouwen op mijn gevoel en meer op het denken. Altijd in mijn hoofd bezig waardoor dit niet meer in balans was. Door inzicht te krijgen en aan mijzelf te werken

creëer ik weer vertrouwen in mijn gevoel. Het vertrouwen op mijn gevoel heb ik veel mogen ervaren in dit coachtraject. Ik heb meerder malen gehad dat ik terugging naar mijn hoofd en de balans kwijt was met mijn lichaam en mijn gevoel. Ik mag vertrouwen op mijn gevoel, want ik weet dat mijn lichaam en gevoel mij de juiste weg zal wijzen.

Persoonlijke ontwikkeling:

Het stukje 'zweverigheid' heeft mij onbewust geraakt. Hier mag ik voor mijzelf meer mee aan de slag. Ik ben nog te veel bezig met wat anderen ervan vinden. Ik mag gaan vertrouwen op mijzelf. Ik hou mij vast aan de holistische zienswijze en heb na jaren mogen ervaren wat het voor moois is. Dit komt ook samen met de twee bovenstaande punten. Wanneer ik volledig ervaar dat ik goed ben zoals ik ben, vertrouw ik op mijn gehele zelf. Ik ben al begon met bewustwording waar het vandaag komt, nu mag ik verder aan de slag.

Onzekerheid:

In het coachtraject heb ik mij regelmatig onzeker gevoeld. Deed ik het wel goed? Voelt het goed voor ouders en Rick? Verschillende vragen die dan door mijn hoofd gingen, terwijl ik diep van binnen wist dat het goed was, maar nog te onzeker om dit ook daadwerkelijk te gaan geloven. Onzeker om trots te zijn op wat ik heb bereikt, want hoe weet ik of het goed genoeg is? Alles staat met elkaar in verbinding, ik ga aan de slag met mijn persoonlijke stappen.

Leermomenten:

Tijdens de opleiding bij De Regenboog heb ik een grote stap gemaakt in mijn eigen ontwikkeling. Bij de start van de opleiding wist ik al goed te benoemen dat ik (te) hoge eisen stel aan mijzelf en perfectionistisch ben. Dit is mijn hele leven al zo geweest en heeft mij ook regelmatig belemmerd. Alles liet ik door anderen controleren om de bevestiging te krijgen dat het perfect was. Ik merkte dat ik het vertrouwen kwijtraakte in mijn eigen kunnen. Wat is de reden dat alles perfect moest? En hoe komt het dat ik niet in mijzelf kon geloven dat wanneer ik het goed vind, het ook goed is? Wat hield mij tegen om in mijzelf te geloven? Verschillende vragen die ik mijzelf afvroeg bij de start. Ik weet dat mijn vader iemand is die ook perfectionistisch is en hoge eisen stelt. Niet alleen aan zichzelf, maar ook aan zijn kinderen. Iets waar ik als kind ontzettend vaak boos en verdrietig over was en als volwassenen ook nog weleens om de hoek komt. Was het dan ooit weleens goed genoeg voor hem? En toen leerde ik door middel van de opleiding bij De Regenboog hoe alles in het systeem werkt en wat er nodig is om aan mijzelf te werken. Een pad die ik op de dag van vandaag nog steeds aan het bewandelen ben. Het thema "ik ben goed zoals ik ben". Tijdens mijn coachtraject en later het uitschrijven hiervan ervaar ik dat dit thema de rode draad is. Mijn perfectionisme, mijn (te) hoge eisen stellen, mijn onzekerheid of het goed genoeg is. Maar ook mijn gevoel leren vertrouwen, ervaren dat ik goed ben zoals ik ben, ontdekken wat de reden is van mijn perfectionisme en waar ik aan mag gaan werken. Ook heb ik meer begrip gekregen voor de manieren van mijn vader. Ik heb geleerd wat de reden is van zijn eigen perfectionisme en dat hij nooit doelbewust mij zo heeft opgevoed en benaderd. Dat ook hij met zijn vader een moeilijke tijd heeft gehad en hier voor het eerst open over wordt gepraat. Alles doet hij uit liefde voor mij. Ook dit is een proces geweest waarbij ik rust en heelheid heb mogen ervaren. Liefde voor wie mijn vader is en liefde voor wie ik ben. En daar ben ik dankbaar voor.

8. Eindmeting


Naamstudent:

Marga

1. Verantwoordelijkheid

- De Kindercoach is een rolmodel, denk aan; de juiste pedagogische omgang met kinderen, professionele communicatie naar collega's en ouders.

In welke mate zie jij jezelf als rolmodel?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
									

Motiveer jouw cijfer en onderbouw dit eventueel met een voorbeeld.

Op mijn werk heb ik dagelijks gesprekken met Ouders/verzorgers over de voortgang die ik heb bereikt met de cliënt(en). Ik heb een professionele communicatie richting Ouders/verzorgers en collega's en vindt dit dan ook erg belangrijk. Ik ben sinds een maand op mijn werk van functie gewisseld. Ik ben van begeleider op een woongroep (kinderen/jongeren met gedragsproblemen) naar persoonlijk begeleider van de gehele

woongroep gegaan en heb hierdoor een baan met meer verantwoordelijkheden. Ik was erg benieuwd voordat ik deze functie startte hoe ik zou omgaan met de hoge verantwoordelijkheid in combinatie met mijn perfectionisme. Ik stelde mijzelf de vraag: Hoe kan ik van mijn perfectionisme gebruik maken in mijn nieuwe functie zonder door te schieten naar mijn valkuil en hoge eisen stellen? Door te accepteren dat ik goed ben zoals ik ben, een mens die fouten mag maken en hiervan leert. Ik ervaar in mijn functie dat ik mijn perfectionisme goed kan gebruiken en hierdoor de cliënten van de woongroep ondersteuning kan bieden die zij nodig hebben. Persoonlijk aangepast op hun behoeftes.

Ik vind het belangrijk dat de bewoners op de juiste pedagogisch manier worden begeleid, passend bij hun behoeftes en mogelijkheden. Ik vind het belangrijk dat de bewoners zich veilig en vertrouwd voelen, en zichzelf op hun eigen manier kunnen ontwikkelen. Ik wil de bewoners normen en waarden bijbrengen en als persoonlijk begeleider voor hen klaarstaan. Ik wil hen een warm en vertrouwd gevoel geven, zodat ze ook voelen dat ze mogen zijn wie ze willen zijn.

2. Zelfstandigheid:

- De Kindercoach in opleiding is zelfsturend, denk aan; het probleem eerst zelf proberen op te lossen alvorens hulp te vragen, verdiepen in relevante onderwerpen, verantwoording handwijze, kritische vragen stellen.

In welke mate ben jij zelfsturend?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Motiveer jouw cijfer en onderbouw dit eventueel met een voorbeeld.

Ik ben iemand die altijd zal proberen om eerst zelf de problemen op te lossen voordat ik hulp vraag. In het verleden vond ik het moeilijk om te bepalen wanneer ik hulp moest vragen. Is dit te vroeg of te laat en blijf ik niet te lang hangen in mijn hoge eisen stellen. In mijn nieuwe functie op mijn werk heb ik hier meer balans in gevonden. Ik vraag hulp waar nodig, maar zal het eerst zelf proberen op te lossen. Wanneer ik mij beseft dat ik er niet uit kom vraag ik hulp van anderen. Ik heb mijzelf veel ontwikkeld op dit gebied en heb minder bevestiging nodig van anderen, wat ik in het verleden wel meer nodig had. Ik ben goed zoals ik ben en heb geen bevestiging nodig van anderen om mij goed te voelen. Dit is een proces waarin ik tot op de dag van vandaag nog mee bezig ben. Ook verdiep ik mij in het onderwerp en bekijk ik alle relevante informatie, hierbij stel ik kritische vragen. Ik denk na over de stappen die ik neem en leg mijn verantwoordelijkheid af.

3. Zelfredzaamheid

- De Kindercoach in opleiding is zelfredzaam, denk aan; hoe ga je om met onverwachte situaties

In welke mate vind je dat je zelfredzaam bent?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Motiveer jouw cijfer en onderbouw dit eventueel met een voorbeeld.

Op het gebied van werk heb ik dagelijks te maken met onverwachte situaties. Vaak gaat het niet zoals gepland. Een cliënt heeft onverwachts een gesprek nodig omdat het niet goed gaat of een cliënt wil niet mee met de activiteit die op de planning stond. Kortom heel de dag door moet ik schakelen. Ik kan hier goed mee omgaan en ervaar dat ik makkelijk meebeweeg.


In mijn privéleven had ik hier wat meer moeite mee. In kon mij dan erg druk maken over een onverwachtse verandering. Ik heb hierin meer aan mijzelf gewerkt en geleerd dat ik mij oké voel als er situaties veranderen. Ik heb meer leren geloven in mijzelf en mijn intuïtie en sta hierdoor sterker in mijn eigen kracht. Ook dit is naar voren gekomen tijdens de coachsessies met Rick. Het is niet nodig om alles van tevoren uit te schrijven en te plannen, het gaat zoals het gaat en dat is juist de kracht.

4. Samenwerken

- De Kindercoach in opleiding deelt relevante informatie en staat open voor ideeën: denk aan het contact met zowel medestudenten, opleidingscoaches, docenten.

- De Kindercoach in opleiding spreekt verwachtingen m.b.t. de samenwerking uit.
- De Kindercoach in opleiding motiveert, inspireert en helpt medestudenten.
- De Kindercoach in opleiding levert een bijdrage aan gezamenlijke resultaten van een team/groep, ook als dit niet van persoonlijk belang is.

In welke mate vind je dat samenwerken jou goed afgaat?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
									

Motiveer jouw cijfer en onderbouw dit eventueel met een voorbeeld.

Voordat ik begon aan de opleiding bij De Regenboog vond ik samenwerken niet altijd fijn. Ik had erg last van mijn perfectionisme doormiddel van hoge eisen te stellen, voornamelijk als ik merkte dat andere medegenoten wat meer lay-back waren. Ik heb mijzelf bij de start toen de vraag gesteld: Wat heb ik nodig, bij samenwerking met een groep, om niet in mijn valkuil te stappen? Een vraag waar ik toen het antwoord nog niet op wist. Na veel lessen en zelfreflectie ben ik erachter gekomen dat het antwoord ligt in mijzelf. Ik ben goed zoals ik ben en hoef geen hoge eisen aan mijzelf te stellen.

Ook heb ik het samenwerken juist als positief ervaren. Het was fijn om de inzichten van andere te horen en te sparren over de juiste aanpak. Ik ben geïnteresseerd naar de ideeën, meningen en inzichten van anderen. Hierdoor kan je ineens heel anders naar de dingen gaan kijken en inzichten creëren. Iets wat ik nog niet eerder heb ervaren met samenwerken. Ik ben dankbaar dat ik dit heb mogen ervaren bij De Regenboog.

Bijlage I: Anamnese formulier

Om een goed beeld te krijgen van de ontwikkeling van jouw kind vraag ik je deze lijst in te vullen. Deze lijst zal gebruikt worden om dieper in te kunnen gaan op de onderdelen waar de zorgen naar uitgaan. Sommige vragen zijn mogelijk niet van toepassing op jouw kind of op jouw situatie. Deze vragen kun je overslaan.

Bij voorbaat hartelijk dank voor het invullen.

Naam kind: Rick

Leeftijd: 7 jaar

Ingevuld door: Nadine

Telefoonnummer: 06-

ONTWIKKELINGSANAMNESE

(Eventueel doorstrepen en/of aanvullen)

Zwangerschap

- Was de zwangerschap gewenst? Zwangerschap was heel erg gewenst en ook in korte periode zwanger geraakt.
- De zwangerschap is zonder veel stress verlopen.
- Hoe is het verloop van de eventuele eerdere zwangerschappen en geboorten, eventuele miskramen of abortus? Niet
- Hoe was het lichamelijke welbevinden van de moeder Goed
- Waren er complicaties Geen
- Hoe was het psychisch welbevinden van de moeder? Goed
- Hoe was de gezinssituatie? Goed

Bevalling

- De bevalling was in het ziekenhuis; poliklinisch
- Precies op de datum geboren en op een goede manier verlopen geen bijzonderheden.
- Hoe lang duurde de bevalling, waren er complicaties: meconium in vruchtwater
- Hilde het kind direct, was de huidskleur wit / blauw / geel / andere kleur. Bij de geboorte hilde Rick gelijk, de huidskleur was de kleur die het moest zijn.
- Wat was de Apgarscore / gewicht. Beetje getinte huid en gewicht 3165gr
- Heeft het kind in de couveuse gelegen, wat was de reden, hoelang? Nee
- Hoe was de beleving, bijzonderheden. Mooi moment van een nieuw leven.

Vroegkinderlijke ontwikkeling

Voeding:

- Borstvoeding / flesvoeding: waarom welke keuze / hoe lang, hoe verliep overgang van borst naar fles?
Fles voeding kreeg met borst niet genoeg binnen.
- Verliep de voedingssituatie bevredigend voor ouders en kind? Was het een vlotte drinker?
De fles voeding ging gewoon goed en op tijd. Geen problemen
- Hoe verliep de overgang van vloeibaar naar vast voedsel. Goed

Gedrag:

- Hilde het kind als baby? Weinig
- Hoe was het temperament van de baby, ontspannen en rustig? Sloot dit aan bij het temperament van de ouders?
Rick ging huilen als hij honger had en ging dan heerlijk ontspannen zijn fles leeg maken. Het ging heel goed met het temperament kind en ouders.
- Hoe was het contact vanuit het kind: lag het ontspannen in de armen van de ouders. Of was er meer sprake van overstrekken?
Ontspannen en op zijn gemak
- Maakte uw baby oogcontact en reageerde het op uw praten en oogcontact?
Heel oplettend
- Heeft u uw baby wel eens megedragen in een draagdoek of draagzak?
Nee altijd lekker in kinderwagen
- In welke mate is er sprake geweest van eenkennigheid? Maakte het kind onderscheid tussen bekenden of vreemden? Niet echt
- Is/was er sprake van scheidingsangst en zo ja wanneer? (hoe is dit verlopen, wanneer werd het minder, nu nog last van etc.)
Het is altijd vrij spannend als het nieuw is. Met peuterspeelzaal vond Rick het heel lastig als ik weg ging. Maar naar verloop van tijd ging dat heel goed. En zelf vond ik dat ook erg lastig. Als hij het niet gelijk leuk heeft is het moeilijk om gelijk weg te gaan. Nu gaat dat wel veel beter maar blijft voor hem nog wel eens spannend.
- Heeft het kind geduimd / had het een speen / een vaste knuffel of een ander voorwerp?
Kroeldoekje
- Hoe was het psychisch welbevinden van de ouders: gevoelens van bezorgdheid, onzekerheid, falen, overbelast zijn?
Bezorgd zo op zijn tijd.
- Hoe was de gezinssituatie het eerste jaar? Waren er problemen met betrekking tot de relatie / huisvesting / financiën / regelen van een oppas?
Verliep allemaal goed

Motoriek:

- Op welke leeftijd kon het kind kruipen...6.....mnd, lopen...12.....mnd, fietsen.....5.....jaar, zwemmen...7.....jaar?
- Zijn er ten aanzien van de motorische ontwikkelingen opvallende situaties te melden. Omschrijft u het kind als onhandig en stijf of als handig en soepel? Handig en soepel

Spraak/taal:

- Wanneer sprak het kind de eerste woordjes en welke? 6mnd mama
- Waren er spraakproblemen, hoe was de verstaanbaarheid voor ouders? Op welke leeftijd was het verstaanbaar voor vreemden? Was er sprake van stotteren? Spreekt heel duidelijk
- Zijn er problemen geweest met betrekking tot het gehoor? zo ja welke? Nee
- Was het taalgebruik en taalbegrip meer / of minder dan verwacht gezien zijn leeftijd? Hoe merkte u dat? Kon het kind zijn wensen duidelijk maken via taal? Goed en duidelijk
- Is er hulp geweest bij de spraakontwikkeling?. Waarvoor en hoelang (bijv. logopedie)? Nee

Zindelijkheid:

- Wanneer was het kind zindelijk? plassen overdag...4.....jaar, plassen 's nachts...5.....jaar, ontlasting overdag...4... jaar, ontlasting 's nachts...4.....jaar.
- Is er sprake geweest van strijd rondom het zindelijk worden? Is er ooit terugval geweest? Geen strijd
- Heeft het kind last gehad van obstipatie (verstoppingen), wanneer? Nee

Koppigheidsfase (tussen de twee en ruim drie jaar)

- Was er sprake van een koppigheidsfase, wanneer? Nee
- Hoe ging u als ouders hier mee om? Normaal

GEDRAGSANAMNESE

(hoe het kind zich nu gedraagt)

(per ontwikkelingsgebied; niet chronologisch)

Slapen

- Slaapt het kind alleen, heeft het een eigen kamer, wie brengt het naar bed, hoe verloopt het bed ritueel, wat is bedtijd?
Rick heeft zijn eigen kamer. Meestal met mama naar bed verhaaltje lezen en de dag

nog bespreken. Dan lekker zelf slapen met nachtlampje aan. Rond 19.15 - 19.30 naar bed.

- Heeft het kind bij de ouders in bed geslapen, zo ja, wanneer is dat gestopt? Nee
- Is er sprake van inslaapprobleem / doorslaapproblemen / dromen / nachtmerries / slaapwandelen / angstig / hoofd bonken / knarsetanden?
Inslaap problemen niet soms dromen dan wakker. En af en toe bang maar dan niet weten waarvan.

Eten

- Is het kind een goede eter?
Hij is een hele goede eter, probeert echt alles. En eigenlijk meestal eet hij het ook gewoon.
- Is er sprake van strijd rondom het eten? Nee
- Snoept of drinkt het kind veel in vergelijking met leeftijdgenoten? Nee
- Hoe verlopen de maaltijden? aan tafel / gezamenlijk.
- Zijn er bijzonderheden? Nee

Verzorging/zelfredzaamheid

- Zijn er bijzonderheden te noemen met betrekking tot het aan- en uitkleden, keuze van de kleding? Nee
- Hoe is de zelfverzorging, zoals tandenpoetsen, zich wassen, douchen e.d.? Goed
- Krijgt het kind zakgeld, zo ja hoe gaat het daarmee om?
Soms, eigenlijk niet echt erg in. En als hij geld krijgt doet hij het in zijn spaarpot

Spelgedrag

- Speelt het kind bij voorkeur: alleen / broers- zussen / anderen / jongere- oudere kinderen / ouders.
Kan heel goed alleen spelen maar ook zeker met andere kinderen
- Gaat het kind zelf op verkenning uit, neemt het kind initiatieven?
Stapt niet gauw zelf ergens op af. Kijkt vaak kat uit de boom of loopt met iemand mee. Of vraagt of je mee wil gaan kijken. Moet even doorkomen.
- Wat is het voorkeurspel van uw kind? Zeker buitenspelen
Constructiespel (bouwen, tekenen, creatief)
Regelspelen (kaarten, knikkeren)
Receptief spel (verhaal luisteren, T.V)
Electronisch speelgoed (Computer, X-box, PlayStation)
- Gaat het kind op in zijn spel. Hoe lang kan hij/zij ergens mee bezig zijn? Verveelt het zich snel?
Kan zich heel goed concentreren als hij ergens mee bezig is zoals lego of tekenen en

schrijven. In een spel kan hij heel fanatiek zijn en graag willen winnen.

Sociale ontwikkeling

- Hoe reageert het kind als de ouders weggaan en hoe als ze terugkomen?
Bij weggaan goed, en bij terugkomst blij om je te zien
- Hoe reageert het kind op de oppas / leidsters KDV of school, heeft het kind een voorkeur? Goed
- Gaat het kind wel eens uit logeren, hoe verloopt dat?
Bij mijn ouders gaat altijd goed en vind het gezellig
- Heeft het kind een speciale band met iemand uit de omgeving?
Opa en oma (mijn ouders)
- Gaat het kind bij anderen spelen / komen andere kinderen thuis spelen. Hoe verloopt dat?
Thuis spelen en vriendje en vriendinnetje die ook rustige types zijn. En ergens anders spelen gaat ook prima.
- Heeft het kind vaste vriendjes, hoeveel en wat spelen ze meestal samen? Noa en Daan met lego en leuk in de tuin met tent, trekker en aanhanger.
- Hoe verloopt de acceptatie in de groep?
Kat uit de boom kijken en proberen om met zijn eigen vriendjes te gaan spelen.
- Hoe is het gedrag in de groep te omschrijven? sociaal en rustig.
- Hoe zijn de reacties op verliezen en plagen bij spel? Niet leuk
- Is het kind lid van een club of (sport) vereniging? Welke en hoe verloopt dat?
Judo en zwemles gaat allebei goed.

Seksuele ontwikkeling

- Heeft het kind gereageerd op verschil jongen-meisje. Op welke leeftijd? Nee
- Stelt het vragen over seksualiteit? Nee
- Heeft het kind contact met zowel jongens als meisjes? Zo nee wanneer is dat veranderd? Tuurlijk
- Is het kind voorgelicht, door wie? Hoe heeft het kind daarop gereageerd? Nee
- Hoe zijn de reacties van het kind op groeispuurt, borstvorming, schaambeharing, eerste zaadlozing, menstruatie, stemverandering, puistjes, masturbatie?
Die leeftijd hebben we nog niet.
- Hoe reageren de ouders op de groei. Is er sprake van verschillende normen tussen ouders en/of kind? Nee
- Is er ooit sprake geweest van nare seksuele ervaringen? Op welke leeftijd en wat is er in grote lijnen gebeurd? Welke acties zijn ondernomen?
Nee

Persoonskenmerken/temperamentstrekken

- Wat is kenmerkend voor het kind?
Extravert, open
Gevoelig, kwetsbaar
Stabiel, kalm
Verlegen
Spontaan
Flink
Meegaand
Onafhankelijk, zelfstandig
Knuffelkind
Vriendelijk
Zorgelijk
Ontspannen
Netjes
Afwachtend
Kan behoeftes uitstellen
- Wat is de beste omschrijving van de grondstemming van het kind?
Vrolijk, Eerlijk, Gezellig, zorgzaam
- Hoe omschrijft het kind zichzelf, wat is zijn zelfwaardering? Leuk
- Is er sprake van een normbesef en hoe wordt dat gehanteerd?
Jazeker is heel netjes en weet wat de regels zijn. Ook tegen volwassene

Gedragsproblemen

- Heeft het kind last van bepaalde angsten? nieuwe situaties meer spannend
- Is er bij het kind sprake van nagelbijten / tandenknarsen / zich steeds herhalende bewegingen / andere nerveuze gewoontes? Nee
- Heeft het kind rituelen, dwangverschijnselen of opvallende gewoontes? Nee
- Is er wel eens sprake geweest van staren / dromen / afwezigheid / flauwvallen? Zo ja wanneer? Nee
- Is er sprake van: agressie / boosheid / driftbuien / bijten / vechten / treiteren? Zo ja noemt u dan voorbeelden.
Bij vermoeidheid van school en als het dan niet lukt weet hij het soms niet zo goed
- Is er sprake van teruggetrokken gedrag, sombere buien, neerslachtigheid, gevoelens van hopeloosheid? Nee
- Is er sprake van stelen / liegen / vernielen / spijbelen / weglopen? Zo ja noemt u voorbeelden. Nee
- Is er weleens sprake van vreemd, oninvoelbaar gedrag? Nee
- Is het kind opvallend koppig of jaloers? Nee

Medische anamnese (van 0 tot nu)

- Omcirkel als een of meerdere situaties bij het kind aanwezig zijn (geweest) en geef daarachter de periode aan.
 - Astma / bronchitis / eczeem
 - Darmklachten / obstipatie / diarree
 - Oorontstekingen / buisjes / veelvuldig doorprikken
 - Hersenschudding / stuipen / wegrakingen
 - ongevallen
 - medicijn gebruik
 - bijzonderheden gehoor/ ogen / groei / gewicht
 - ziekenhuisopname: wanneer / waarvoor / hoelang / reacties van kind en ouders
 - erfelijke afwijkingen, ernstige ziektes
 - drugs / alcohol
 - mazelen / bof
 - hersenvlies ontsteking
- Geen van allen antwoorden

Schoolanamnese (van 4 jaar tot nu)

- Hoe is/was de reactie van het kind bij halen en brengen?
In begin lastig voor beide maar na verloop van tijd goed.
- Hoe reageerden de ouders?
Ook lastig om je kind zo achter te laten.
- Is er sprake (geweest) van pestgedrag?
2 kinderen sporen elkaar aan en gaan dan de rustige kinderen beetje zitten treiteren. Dat trekt Rick zich aan en zit daar dan mee.
- Is er sprake van speciaal onderwijs/doublures? Nee
- Is bij het voorgezet onderwijs de keuze conform verwachtingen ouders en kind/overeenkomstig verschillende jaargangen of leerkrachten? Nee
- Hoe zijn de prestaties: zijn er specifieke problemen? Prestatie goed
- Hoe is de leerhouding / motivatie / schoolse inzet? Goed
- Hoe omschrijft u de verhouding tussen kind en leerkracht? Goed
- Hoe omschrijft u de verhouding tussen kind en klasgenootjes? Goed
- Hoe is de relatie tussen ouders en school? Goed

Gezin

- Bent u: getrouwd of samenwonend met de vader/moeder van uw kind? Getrouwd
- Is er sprake van eerdere huwelijk(en)? Nee
- Bent u gescheiden? Nee
- Is vader of moeder overleden? Nee
- Heeft u een samengesteld gezin? Nee

- Hoe gaat het kind om met zijn moeder? Goed
- Hoe gaat het kind om met zijn vader? Goed

- Hoe gaat het kind om met broertjes/zusjes? Geen
- Hoe was de reactie op de geboorte van andere kinderen?
- Heeft een van uw kinderen ooit extra aandacht gevraagd in verband met ziekte / gedrag / schoolproblemen?
- Hebben er traumatische gebeurtenissen in het gezin/familie plaatsgevonden?
Nee
- Ziekten / overlijden / verhuizingen / werkloosheid / inwoning / pleegkinderen?
- Gaan ouders wel eens zonder de kinderen van huis? Zijn ouders tevreden over eigen sociale leven? Ja
- Hoe is de woonsituatie, speelgelegenheid in en om het huis / tevredenheid van de gezinsleden? Goed

Opvoeding

- Hoe omschrijft u de opvoedingsstijl? bezorgd / toegeeflijk
- Hoe verschillen de ouders in aanpak opvoedingsstijl?
Geen verschil
- Welke straf en beloningen hanteert u en wat is de reactie van uw kind hierop?
Krijgt nooit straf.
- Wie doet wat met de kinderen en wanneer?
Moeder door de week. Papa na het avondeten en weekend met zijn drieën.
- Welke regels zijn belangrijk in huis?
Orde en netheid
- Wie grijpt in bij overtreding en wie heeft het meeste gezag?
Mama grijpt in Papa hoeft alleen te kijken
- Hoe wordt omgegaan met het uiten van boosheid en agressie?
Uitpraten en ook wel gerust stellen
- Zijn ouders het eens over de aanpak? Ja
- Is er tevredenheid over de taakverdeling? Ja
- Bij wie komt het kind hulp vragen bij problemen?
Moeder
- Hoe merken de ouders dat het kind problemen heeft?
Hij wordt dan stil en teruggetrokken.

Het informed consent is om privacy redenen niet toegevoegd.