



Soms hebben kinderen problemen. Misschien hebben ze vaak ruzie, of vinden ze het moeilijk om erover te praten.

Misschien voelen ze zich niet fijn, of piekeren ze veel. Er kan iets zijn gebeurd waardoor ze erg verdrietig zijn of bang.

Als zoiets vaak gebeurt dan heeft een kind problemen. Een probleem is iets waarover je je rot voelt.

Door een probleem zou je soms willen huilen, of iemand slaan, of helemaal alleen zijn, of iets anders.

Wanneer je er niet met je vader of moeder over kunt praten en je kan de problemen zelf nog niet laten verdwijnen, dan kan een kindertherapeut helpen.

Meestal ga je één keer per week naar de therapeut. Je mag er spelen en praten over alles wat je maar wilt.

De therapeut maakt een plan om jou te helpen de baas te worden over je probleem.

Je kunt de therapeut helemaal vertrouwen, want alles wat je vertelt blijft geheim. De therapeut vertelt niemand over jouw gedachten en gevoel.

Kinderen kunnen vaak beter hun problemen spelen of tekenen. De kindertherapeut helpt hen te begrijpen wat ze voelen als ze spelen.

Want... problemen van kinderen lijken over te gaan wanneer ze hun gevoel begrijpen. Zeker wanneer ze een gevoel hebben dat ze nog niet kennen.

De therapeut praat ook met je ouders, of met de juf of meester. Maar alleen over dingen die jou kunnen helpen.

Na een tijdje neem je afscheid van de therapeut. Je kunt altijd nog een keertje terugkomen.