

Werkwijze

De hulpvraag van de cliënt en de cliënt staan centraal in de werkwijze van de praktijk. De therapiemethodiek die gebruikt wordt is cognitieve gedragstherapie en (deel)systeem/gezinstherapie.

Bij het werken met kinderen worden ouders/opvoeders altijd betrokken, aangezien zij een belangrijke helpende hand bieden in het veranderingsproces. Het is tevens veel voorkomend dat voor een individuele hulpvraag, uiteraard in overleg, tevens belangrijke personen (zoals bijvoorbeeld de partner) betrokken worden. Dit mede om de therapie te ondersteunen en belangrijke betrokkenen onder meer psycho-educatie te kunnen bieden.

Tussen de sessies wordt veelal via concrete oefeningen/opdrachten gewerkt aan vermindering van de klachten ofwel het vergroten van de mogelijkheden om er mee om te gaan. Zo kunt u en/of uw kind de tussenliggende periode goed gebruiken voor het veranderingsproces.

Om verandering te bewerkstelligen is het van groot belang dat u of uw kind zich prettig voelt in contact met mij. Het vertrouwen en het hebben van een klik is een belangrijke basisvoorwaarde voor therapie om effect te kunnen hebben. Als dit niet zo is, kunt u dit altijd bespreken en kan ik samen met u nagaan of er mogelijk een verandering in gebracht kan worden of welke collega beter aansluit.