Koraal wonen leren werken

Gastenhof

Vaktherapie

Ervaringsgericht je problemen aanpakken

Vaktherapie 'doe' en 'ervaar' je vooral en wordt er minder gepraat. Er zijn verschillende vormen van Vaktherapie: speltherapie, beeldend-, dans- en beweging-, drama-, muziek-, PMT en PMKT.

Iedereen heeft het wel eens moeilijk. Sommige kinderen hebben het zo moeilijk dat hulp nodig is. Uitleggen waar je mee zit is altijd lastig, zeker als je nog jong bent. Het is vaak makkelijker om je op een andere manier te uiten dan met woorden. Dat kan binnen vaktherapie.

Samen gaan we aan de slag op een manier die bij jou past. Want als je gaat werken aan iets dat moeilijk is, doe je dat het liefst op een manier waar je je fijn bij voelt. Zo is de kans het grootst dat het doel waaraan je wil werken ook gaat lukken!

Vaktherapie helpt je op een speelse manier om nieuwe dingen te ontdekken en te leren. Door in de therapie samen te oefenen en te ervaren ontdek je hoe je dingen anders kunt doen. Ook werk je aan je persoonlijke ontwikkeling. Daarbij mag je altijd zelf aangeven op welke manier jij het liefst werkt aan je doel.

Drama
Bij drama werken we met spel en verbeelding. We kruipen in een andere rol en oefenen hoe het is om je op een andere manier te gedragen. Dit doen we bijvoorbeeld door verhalen te maken of situaties na te spelen. Soms gebruiken we teksten of verkleden we ons om een rol meer vorm te geven.
En afhankelijk van je leeftijd doen we ook spelletjes, aan tafel of waarbij je lekker mag bewegen.

Voor wie is het?
Vaktherapie kan helpen bij allerlei soorten problemen. Denk aan:

- Je weet niet hoe je je moet gedragen in situaties die je lastig vindt.
- Je voelt je onzeker of wordt snel boos.
- Je hebt het gevoel dat niemand je begrijpt.
- Je wil veranderen, maar dat lukt niet alleen.
- Je hebt dingen meegemaakt die je niet alleen kunt verwerken.

Dans/sport
Door bewegingen kun je aan de buitenkant zien hoe iemand zich voelt. Emoties voel je in je lijf en je lijf reageert daarop. Bij dans/ sport laat je zien wat er in je omgaat door je lichaam te gebruiken. We gaan aan de slag met bewegingsspelen, balspelen, muziek en nog veel meer. Door te bewegen brengen we veranderingen op gang. Want door anders te gaan bewegen kun je je ook weer anders gaan voelen. Doen en ervaren staat hier centraal.

Psychomotorische (kinder)therapie (PM(K)T)
Voor kinderen met een ontwikkelings-leeftijd tot ongeveer 12 jaar.

Als je erg bewegelijk bent en moeite hebt met concentreren en stilzitten, is het fijn als je hulp krijgt waarbij je mag bewegen. Bij PM(K)T kom je zelf in actie en leer je door spel en beweging je lijf beter kennen. Hiervoor gebruiken we materialen zoals ballen, hoepels, pittenzakjes, een klimrek, of bouwen we misschien wel een evenwichts-parcours. Samen kijken we naar wat bij jou past!

Spel
Speltherapie is voor kinderen van 4 tot 12 jaar
Bij speltherapie gebruiken we veel speelgoed. Dat kiest de therapeut of jij zelf. Want als je een verhaal op je eigen manier mag laten zien, gaat dat bijna vanzelf. Door mee te spelen en te helpen bij het vinden van oplossingen zorgt de therapeut ervoor dat jij je steeds beter gaat voelen, meer jezelf durft en kunt zijn.

Beeldend
Wanneer jij liever werkt met je handen en aan de slag wilt gaan met verf, klei, hout of andere materialen dan is dit een goede vorm. Hiermee kun je ook laten zien wat er in je omgaat. Bijvoorbeeld door hoe je het materiaal gebruikt. Zo kan het heerlijk zijn om al knedend een beeld te maken van verdrietige emoties, maar het kan ook heel fijn zijn om bijvoorbeeld hard op een stuk klei te kunnen slaan als je je heel boos voelt. Omdat de materialen heel verschillend kunnen zijn wordt van tevoren gekeken wat goed bij jou past.

Samen op eigen kracht.

Meer informatie en aanmelden

Cliëntenbureau
Zuid-Limburg
046 - 477 52 93
FOjeugdLimburgCCLA@koraal.nl

Cliëntenbureau Noord- en
Midden-Limburg
0475 - 57 99 41
FOjeugdLimburgCCLA@koraal.nl

koraal.nl
koraal.nl/extra-informatie/aanbod/poli-gastenhof