

BIJZONDER JEUGDWERK



Vaktherapie/ dramatherapie

Dingen doen, beleven en ervaren

Bij vaktherapie/dramatherapie gaan we niet de hele tijd praten, maar vooral dingen doen, beleven en ervaren. Al doende leer je omgaan met je problemen, gedachten of gevoelens. We bekijken welke doe-vorm het best bij jou past en dan gaan we aan de slag. In 15 tot 30 bijeenkomsten helpen we jou om je leerdoel te bereiken.

Voor kinderen en jongeren

Voor kinderen en jongeren tussen 6 en 21 jaar. Deze therapie kun je alleen doen, maar ook in een groep met leeftijdsgenoten of samen met andere gezinsleden.

Waarom vaktherapie/dramatherapie?

Soms loop je in het dagelijkse leven tegen bepaalde problemen aan. Je weet niet precies wat je ermee moet. Misschien vind je het lastig om erover te praten of weet je zelf ook niet waarom je je zo gedraagt of voelt. Bij vaktherapie/dramatherapie ga je hiermee aan de slag. Je gaat vooral dingen doen. En soms ook 'doen alsof'. In deze therapie kun je op een veilige manier experimenteren met je gedachten, gevoelens en gedrag.

Wat gaan we doen

Eerst bespreken we jouw problemen. Daarna bekijken we wat jij graag zou willen leren en welke doe-vorm jij leuk vindt. Dat kan van alles zijn. Je kunt bijvoorbeeld kiezen uit spel oefeningen, improvisatie, filmpjes maken, verhalen, songteksten, beeldende vormen, maskers, een foto strip, ontspanningsoefeningen en nog veel meer. Daarna maken we samen een plan en gaan we aan de slag.

Wat kun je leren:

- je gevoelens uiten en beheersen
- kijken naar je eigen gedrag
- communiceren met anderen
- jezelf beter leren kennen en begrijpen
- je inleven in anderen
- een trauma uit je verleden verwerken
- zelfvertrouwen krijgen
- jezelf presenteren



Waar

De therapie wordt gegeven bij Bijzonder Jeugdwerk in Helmond en Deurne.

Hoe lang

Ongeveer 15 tot 30 bijeenkomsten.

Evaluatie

Na ongeveer 12 bijeenkomsten gaan we kijken wat de therapie voor jou heeft opgeleverd. Daar maken we een verslag van. Dit verslag wordt eerst met jou besproken en vervolgens naar je ouder(s) gestuurd.

Aanmelding of vragen

Wil je meer informatie of aanmelden? Neem dan contact met ons op, tel. 0493 – 312589.

Vergoeding

Wil je weten of deze therapie wordt vergoed? Neem dan contact op met je gemeente. Je hebt een verwijsbrief nodig van de huisarts of hulpverlener. Je kunt de therapie ook volgen als je tijdelijk bij Bijzonder Jeugdwerk verblijft.

Bianca, 17 jaar:

“In dit schilderij zie je mijn emoties en gevoelens over wat ik in mijn verleden heb meegemaakt. Het was heel prettig om er op deze manier mee bezig te zijn. Ik merkte wat de dingen die gebeurd zijn voor mij hebben betekend. Ook kon ik nu makkelijker aan anderen, zoals mijn moeder, duidelijk maken wat het voor mij heeft betekend”.



Bijzonder Jeugdwerk
Meester de Jonghlaan 4
5753 RR Deurne

T 0493—312589
F 0493 —312553
E info@bj.nl

Vind ons op:

www.bijzonderjeugdwerk.nl

