

PSYCHO-EDUCATIE

Psycho-educatie is het proces waarbij ouders en/of kinderen (vanaf ongeveer 6 jaar) op een begrijpelijke manier uitleg krijgen over wat er speelt, waarom bepaalde gevoelens of gedragingen ontstaan en hoe je hiermee kunt omgaan.

Het doel is om inzicht en begrip te vergroten (zodat zowel het kind als de ouders zich beter kunnen inleven), herkennen waar het gedrag vandaan komt en zich competentier voelen in lastige situaties.

Soms kan het al verlichting geven om simpelweg te begrijpen wat er gebeurt. Daarom geven we heldere uitleg over het thema waar jullie mee te maken hebben. Dit kan bijvoorbeeld gaan over een diagnose (zoals ADHD), stress en coping, emoties en gedrag, de sociaal-emotionele ontwikkeling, cognitieve vaardigheden, enz.

We bespreken wat het precies is, welke factoren kunnen meespelen, wat mogelijke oorzaken en gevolgen zijn en wat je er samen aan kunt doen. We maken dit tastbaar met voorbeelden uit het dagelijks leven, visuele hulpmiddelen, oplossingen uit andere situaties en praktische tips.

Die inzichten zorgen vaak voor meer rust en overzicht. Het kind voelt zich gezien en begrepen, en ouders krijgen concrete handvatten om hun kind op een passende manier te ondersteunen.

