

Wie ziet mij?

Aandacht met beeldende therapie voor de verbetering van een laag zelfbeeld




Stenden
hogeschool


de Triade
"samen sterk door
Maatwerk"

Student:
Relatienummer:
Opleiding:
Instituut:
Begeleidend docent:
Beoordelaars:
Onderzoeklocatie:
Opdrachtgever:
Datum en Plaats:

Melanie Woudstra
293695
Creatieve Therapie Beeldend Voltijd
Stenden Hogeschool Leeuwarden
Hilda Elzinga
(1) Mimy ter Braak, (2) Romy van Mook
SBO de Triade te Wolvega
Ingrid Bruinenberg
21-9-2016, Amsterdam

Wie ziet mij?

*Aandacht met beeldende therapie voor de verbetering
van een laag zelfbeeld*

Student:	Melanie Woudstra
Relatienummer:	293695
Opleiding:	Creatieve Therapie Beeldend Voltijd
Instituut:	Stenden Hogeschool Leeuwarden
Begeleidend docent:	Hilda Elzinga
Beoordelaars:	(1) Mimy ter Braak, (2) Romy van Mook
Onderzoeklocatie:	SBO de Triade te Wolvega
Opdrachtgever:	Ingrid Bruinenberg
Datum en Plaats:	21-9-2016, Amsterdam

Voorwoord

Dit onderzoek is uitgevoerd in het kader van mijn afstuderen aan de opleiding Beeldende Therapie Voltijd. Het onderzoek is uitgevoerd op de school voor speciaal basisonderwijs de Triade in Wolvega. Tijdens mijn stagejaar op deze school heb ik therapie gegeven aan zes verschillende leerlingen. Van hen allemaal kan ik zeggen dat zij last hadden van sociaal-emotionele problemen en dat het zelfbeeld hierin een rol speelde. Daarnaast heb ik kennis gemaakt met diverse leerlingen in de schoolse setting. Bij veel leerlingen is het mij opgevallen dat zij een laag zelfvertrouwen of zelfbeeld hadden. Ze zaten minder goed in hun vel en konden hierdoor minder goed meekomen op school. In mijn therapie probeerde ik kinderen daarom te stimuleren in hun eigenheid en hen succeservaringen te bieden, zodat hun zelfvertrouwen en zelfbeeld groeide. In een aantal gevallen was dit succesvol. Bij een aantal kinderen was de problematiek te complex voor mij om adequaat te behandelen zonder de begeleiding van een beeldend therapeut. Dit onderzoek is om die reden gericht op één leerling met een laag zelfbeeld zonder andere problematiek. Met dit onderzoek wordt het effect gemeten van beeldende therapie op de verbetering van een laag zelfbeeld bij één leerling op het speciaal basisonderwijs.

Het onderzoek wordt in opdracht gedaan van Ingrid Bruinenberg. Ingrid was mijn stagebegeleider tijdens mijn stagejaar. Zij is locatieleider en heeft pasgeleden een opleiding afgerond tot schoolleider. Daarnaast is zij een School Video Interactie Begeleider, afgekort SVIB. SVIB maakt gebruik van korte video opnames om de sfeer in de klas en de werkwijze van de leerkracht te analyseren. De leerkracht krijgt dan feedback over wat goed gaat en waar verbeterpunten liggen (Triade, Schoolgids, 2014-2015). Het onderzoek wordt vanuit de opleiding begeleidt door Hilda Elzinga. Zij zal de onderzoeker voorzien van de nodige feedback en tips op onderzoeksgebied. Sinds 2015 werkt zij als teamleider voor de opleiding Creatieve Therapie. Hiervoor was zij teamleider bij de opleidingen HRM en Media en Entertainment Management. Hilda heeft affiniteit en ervaring met leidinggeven, met het doen van onderzoek en het begeleiden van onderzoeken bij diverse studenten.

Ik wil graag Ingrid Bruinenberg en Hilda Elzinga bedanken voor hun begeleiding, feedback en tips tijdens dit onderzoek. Zij stimuleerden mij om scherp en kritisch te blijven over dit onderzoek. Ik heb veel geleerd over het doen van onderzoek. Ik heb van mijzelf een kritische- en lerende houding. Om die reden zie ik dat ik nog veel meer kan leren op het gebied van onderzoek en dat dit het begin is.

Ik wil graag de leerling en haar moeder hartelijk bedanken voor hun medewerking aan dit onderzoek! Zowel moeder als dochter was van begin af aan erg enthousiast over de beeldende therapie. Dit heeft naar mijn inziens een positieve bijdrage geleverd aan het onderzoek en het effect van de beeldende therapie.

Ook wil ik de groepsleerkracht van de leerling hartelijk bedanken! Deze stond open voor de beeldende therapie en was enthousiast om mee te werken aan dit onderzoek. Er werd ruimte gemaakt voor de leerling haar behoefte om beeldende werkstukken in de klassikale situatie te laten zien en hier iets over te vertellen. Dit kwam ten goede van het doel van de therapie om het zelfbeeld te versterken.

Tot slot wil ik graag mijn ouders en mijn vriend bedanken voor hun steun en geduld met mij tijdens dit onderzoek! Zij hebben mij geïnspireerd en gemotiveerd. Dank jullie wel!

Melanie Woudstra, 21-9-2016, Amsterdam

Samenvatting

De aanleiding voor dit onderzoek was dat er veel leerlingen last hebben van sociaal-emotionele problemen op de school voor speciaal basisonderwijs de Triade in Wolvega. Binnen het huidige onderwijsaanbod is hier steeds minder tijd en aandacht voor (Kroon, 2014). Via dit onderzoek wordt er ingegaan op een belangrijk onderdeel van de sociale- en emotionele ontwikkeling, namelijk het zelfbeeld. De doelstelling van dit onderzoek is het effect aantonen van beeldende therapie op de verbetering van een laag zelfbeeld van één leerling op het speciaal basisonderwijs. Dit leidde tot de volgende centrale onderzoeksvraag: "In welke mate draagt beeldende therapie bij aan het verbeteren van het zelfbeeld van een leerling met een laag zelfbeeld op het speciaal basisonderwijs?".

Er is een single casestudy gedaan, volgens de systematische N=1 onderzoeksmethode. Om de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek te verhogen, is er kwantitatief en kwalitatief onderzoek gedaan. Daarnaast is er een observatie gedaan van de leerling in de groepssituatie voor de start van de therapie. Deze observatie en de dossiergegevens van de leerling bevestigden het lage zelfbeeld van de leerling. Het begrip zelfbeeld werd gemeten op kwantitatieve wijze via de zelfbeeldtest van Groot (2016) en op kwalitatieve wijze door het afnemen van interviews bij de leerling en haar sociale netwerk. De interventie met beeldende therapie had een korte duur van 11 weken. Er zijn geen standaardinterventies gebruikt, maar een samenstelling van interventies gericht op de verbetering van het lage zelfbeeld. De onderzoeker heeft zich hierin laten inspireren door het boek "Wat woorden niet kunnen zeggen" van Ellen Budde (2008). De therapeut wisselde een supportieve, directieve- en non-directieve houding af om aan te sluiten bij de hulpvraag van de cliënt.

De kwantitatieve resultaten laten zien dat alle respondenten nauwelijks tot in lichte mate een verbetering van het lage zelfbeeld van de leerling 'MR' door de beeldende therapie ervaren. De kwalitatieve resultaten laten zien dat de leerling 'MR' ervaart gegroeid te zijn in haar zelfvertrouwen, haar zelfwaardering en het opkomen voor zichzelf door beeldende therapie en de beeldende therapie als positief heeft ervaren. De groepsleerkracht ziet de beeldende therapie als een kleine, maar succesvolle stap in de goede richting. De moeder ziet een verbetering van het lage zelfbeeld door de beeldende therapie. De gezinscoach ziet dat er een mooie ontwikkeling op gang is gebracht door de beeldende therapie. Het sociale netwerk van de leerling ervaart een verbetering van het lage zelfbeeld op de volgende gebieden: opkomen voor zichzelf, zelfwaardering, stresshantering en angsttolerantie. Als al deze resultaten bij elkaar worden genomen, kan er geconcludeerd worden dat beeldende therapie heeft bijgedragen tot de verbetering van het lage zelfbeeld van de leerling 'MR'.

Trefwoorden: *beeldende therapie, zelfbeeld, zelfwaardering, voor jezelf opkomen, angsttolerantie, kinderen, speciaal basisonderwijs, systematische N=1 methode*

Summary

The reason for this study was that many students suffer from socio- emotional problems at the primary special school the Triade in Wolvega. Within the current curriculum there is less and less time and attention for these problems (Kroon, 2014). This study addresses an important part of the social and emotional development of children, namely the self-image. The objective of this study is to demonstrate the effect of art therapy to improve the low self-esteem of one student at the aforementioned primary special school. This led to the following central research question: "To what extent does art therapy improve the self-image of a student with low self-esteem at a primary special school?"

The systematic N=1 research method has been used to do a single case study to answer the central research question. To increase the reliability and validity of the research, quantitative and qualitative research methods were used. In addition, the student was observed in class before the start of the therapy. This observation and the data file of the student confirmed the low self-esteem of the student. The concept of self-image was measured quantitatively using the self-image test of Groot (2016) and qualitatively through interviews with the student and her social network. The intervention with art therapy had a short duration of 11 weeks. There were no standard interventions used, but a combination of interventions aimed at improving low self-esteem. The researcher was inspired in this by the book "*Wat woorden niet kunnen zeggen*" by Ellen Budde (2008). The therapist alternated a supportive, directive- and non-directive attitude in order to comply with the request for help from the client.

The quantitative results show that all respondents hardly to slightly experienced an improvement of the low self-esteem of the student 'MR' through the art therapy. The qualitative results show that the student 'MR' experienced to be grown in her self-confidence, her self-esteem and defending herself, through the art therapy and she experienced the art therapy as positive. The group teacher sees the art therapy as a small but successful step in the right direction. The mother sees an improvement of the low self-esteem of the student through the art therapy. The family coach sees that the art therapy has actuated a good development in the student. The social network of the student experienced an improvement of the low self-esteem in the following areas: defending herself, self-esteem, coping with stress and anxiety tolerance. If all the results are linked to each other, it can be concluded that art therapy has contributed to the improvement of the low self-esteem of the student 'MR'.

Keywords: *art therapy, self-image, self-esteem, defending yourself, anxiety tolerance, children, primary special school, systematic N=1 method*

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1: Inleiding	7
§ 1.1 Context	7
§ 1.2 Praktijkprobleem	7
§ 1.3 Theoretisch kader	8
§ 1.4 Zoektermen en databases	11
§ 1.5 Probleemomschrijving	11
1.5.1 Doelstelling	12
1.5.2 Centrale onderzoeksvraag en deelvragen	12
§ 1.6 Terugblik- en vooruitblik op onderzoeksrapport	12
Hoofdstuk 2: Methode	14
§ 2.1 Definiëring en operationalisering	14
§ 2.2 Onderzoekstypering	15
§ 2.3 Interventie met beeldende therapie	16
§ 2.4 Onderzoekspopulatie	16
§ 2.5 Onderzoeksinstrumenten	17
§ 2.6 Procedure gegevens verzamelen	19
§ 2.7 Analyseplan	20
Hoofdstuk 3: Resultaten	20
§ 3.1 Deelvraag 1 en 2	21
§ 3.2 Deelvraag 3	24
§ 3.3 Deelvraag 4	24
Hoofdstuk 4: Conclusie, discussie en aanbevelingen	26
§ 4.1 Conclusie	26
§ 4.2 Discussie	27
§ 4.3 Aanbevelingen	29
Hoofdstuk 5: Literatuurlijst	32
Hoofdstuk 6: Bijlagen	34

Hoofdstuk 1: Inleiding

In dit hoofdstuk wordt het onderzoek ingeleid door het beschrijven van de context van het onderzoek (§ 1.1), het praktijkprobleem (§ 1.2), de afbakening van het onderzoek met een theoretisch kader (§ 1.3), de gebruikte zoektermen en databases (§ 1.4) en een probleemomschrijving voor het onderzoek (§ 1.5) met de centrale onderzoeksvraag en de deelvragen. Tot slot volgt een vooruitblik op de rest van het onderzoeksrapport (§ 1.6).

§ 1.1 Context

Dit onderzoek wordt uitgevoerd op de school voor speciaal basisonderwijs de Triade in Wolvega in opdracht van Ingrid Bruinenberg. De Triade biedt onderwijs en zorg aan kinderen in de leeftijd van 4 tot 13 jaar die gedragsproblemen hebben, moeilijk kunnen leren en/ of zich in een complexe thuis- of opvoedingssituatie bevinden. Problematieken die voorkomen zijn ADHD, PDD- NOS of ASS, dyslexie, faalangst en scheidingsproblematiek. Het team van de school bestaat uit: de directeur, de locatieleider/schoolleider, een School Video- Interactie Begeleider (SVIB), diverse groepsleerkrachten, interne begeleiders, de kinderoefentherapeut en de logopedist. Het onderwijsondersteunende personeel bestaat uit de orthopedagoog, de jeugdarts, de schoolmaatschappelijk werkende, de administratieve medewerker en de verschillende stagiaires die de school aanneemt (Triade, Schoolgids, 2014-2015).

Het huidige onderwijssysteem van het SBO, 'passend onderwijs', is erg resultaatgericht. Er is steeds minder aandacht en tijd voor de sociale- en emotionele ontwikkeling van kinderen (Kroon, 2014). Het belang van deze ontwikkelingsgebieden voor de gehele ontwikkeling van kinderen wordt onderschat. Via de sociale ontwikkeling leert het kind in relatie tot zijn sociale omgeving sociaal gedrag aan met als doel om contact te maken met de ander of de ander te ontwijken. Dit gedrag kan uiteenlopen van vriendelijk tot neutraal tot agressief. Via de emotionele ontwikkeling leert het kind hoe het zijn gedrag kan reguleren en er worden verschillende adaptieve gedragsprocessen eigen gemaakt, zoals empathie, het ophalen van herinneringen, hechting en het begrijpen van zichzelf en anderen. Het zelfbeeld heeft invloed op het goed verlopen van de sociale- en emotionele ontwikkeling van het kind. De kinderen met een laag zelfbeeld stellen zichzelf vaak meer kwetsbaar en angstig op, waardoor ze sneller gepest kunnen worden. Ze nemen sneller aan wat anderen tegen hen zeggen. Ze kunnen minder goed omgaan met hun emoties en zichzelf en de ander minder goed begrijpen. Andere kinderen weten minder goed wat zij kunnen verwachten van het kind met een laag zelfbeeld. Dit maakt het minder gewenst om contact te zoeken en te spelen met dit kind. Het kind kan geïsoleerd raken. Dit is negatief voor de gehele ontwikkeling van het kind (Winter, 2008).

§ 1.2 Praktijkprobleem

Het probleem in de praktijk is het gebrek aan tijd om aandacht te besteden aan leerlingen met sociaal-emotionele problemen. De consequentie hiervan is dat leerlingen zich op verschillende gebieden minder goed kunnen ontwikkelen en minder goed in hun vel zitten. In de algemene doelstelling van de Triade staat dat zij het onderwijs zo willen inrichten dat leerlingen een ononderbroken ontwikkeling doormaken. Dit houdt in dat het onderwijs gericht is op de emotionele en verstandelijke ontwikkeling, op het verwerven van kennis en van sociale, culturele en lichamelijke vaardigheden en het ontwikkelen van creativiteit. Daarnaast wil de Triade haar leerlingen een zo goede mogelijke aansluiting bieden op het Voortgezet Onderwijs.

De groep schoolverlaters uit 2013 en 2014 werd gekenmerkt door een hoog percentage leerlingen met sociaal emotionele instabiliteit, namelijk 80% (Triade, Schoolgids, 2014-2015). Hieruit blijkt dat de wil om de sociaal- emotionele ontwikkeling goed te begeleiden binnen het onderwijs op de Triade er is, maar dat dit niet altijd positief uitpakt, in ieder geval niet bij de groep schoolverlaters uit 2013 en 2014. Aansluitend op dit probleem is gekozen om het onderzoek te richten op een onderdeel van de sociaal- emotionele ontwikkeling, namelijk 'het zelfbeeld', en om te onderzoeken welk effect beeldende therapie heeft op de verbetering van het zelfbeeld van één leerling met een laag zelfbeeld. Een extra motivatie voor dit onderzoek is dat de Triade erg enthousiast is over beeldende therapie en van mening is dat leerlingen veel baat hebben bij deze therapievorm bij hun sociaal- emotionele ontwikkeling.

§ 1.3 Theoretisch kader

In deze paragraaf wordt er richting gegeven aan het onderzoek door middel van literatuuronderzoek naar relevante onderwerpen met betrekking tot het praktijkprobleem en het effect van beeldende therapie op de sociaal- emotionele ontwikkeling en het zelfbeeld bij kinderen (Baarda, 2014) (Verhoeven, 2011).

Zelfwaardering op het speciaal basisonderwijs

Uit onderzoek van Kroon (2014) blijkt dat kinderen uit het speciaal basisonderwijs een minder stabiele zelfwaardering hebben dan kinderen uit het reguliere basisonderwijs. Dit houdt in dat kinderen de ene dag tevreden met zichzelf kunnen zijn en de andere dag niet. Er is minder continuïteit in de zelfwaardering. Deze kinderen zijn meer prikkelgevoelig en beschouwen vaak voor hun irrelevante situaties als eigen falen of succes (Kroon, 2014). Door deze prikkelgevoeligheid en minder stabiele zelfwaardering kunnen kinderen op het speciaal basisonderwijs meer problemen ervaren in hun ontwikkeling. Kinderen die een moeilijkere start in hun leven hebben door bijvoorbeeld iets dat zij hebben meegemaakt of door de problematiek die zij hebben, zijn voor de rest van hun leven meer kwetsbaar (Niemeijer & Gastkemper, 2009). Om die reden is het erg belangrijk om deze kinderen extra begeleiding/ondersteuning te bieden.

Invloed van de omgeving op het zelfbeeld en de zelfwaardering

De omgeving heeft veel invloed op de stabiliteit van de zelfwaardering. Uit onderzoek van Kroon (2014) blijkt dat de vader als ouder de meeste invloed heeft op de stabiliteit van de zelfwaardering. De moeder heeft meer invloed op het niveau van de zelfwaardering (Kroon, 2014). In de basisschoolleeftijd (6 tot 12 jaar) hebben kinderen volgens Erikson (1977) te maken met een psychosociaal conflict tussen vlijt en minderwaardigheid. Kinderen kunnen zich in deze ontwikkelingsfase veel verschillende vaardigheden eigen maken. Hierbij is het van groot belang dat zij positief bekrachtigd worden door hun omgeving om een positief zelfbeeld te ontwikkelen (Erikson, 1977). Een positief zelfbeeld heeft een positieve invloed op de sociale, emotionele- en cognitieve ontwikkeling van het kind en ook op het gedrag. Deze kinderen zijn over het algemeen tevreden met de persoon die ze zijn en hebben een intrinsieke motivatie om hun competenties te vergroten. In relaties met anderen is er wederzijds vertrouwen, respect en begrip. Wanneer er onvoldoende positieve bekrachtiging is en/of het kind telkens negatief benaderd wordt dan gaat het kind een laag zelfbeeld ontwikkelen (Göldner, Stegge, Smits, & Thomaes, 2010). Het kind heeft dan het gevoel dat hij tekortschiet en ontwikkelt een gevoel van minderwaardigheid (Erikson, 1977).

Ontwikkeling van het zelfbeeld en sociale vergelijking

In de schoolleeftijd gaan kinderen zich meer identificeren met hun innerlijke en psychische eigenschappen dan hun externe en fysieke eigenschappen. De eigenschappen in het zelfbeeld worden onderverdeeld in vier domeinen, die nog verder worden onderverdeeld:

- Onder het sociale zelfbeeld staan bijvoorbeeld leeftijdsgenoten en naasten
- Onder het emotionele zelfbeeld staan bijvoorbeeld specifieke emotionele stemmingen
- Onder het fysieke zelfbeeld staan bijvoorbeeld fysieke vermogens en uiterlijk
- Onder het intellectuele zelfbeeld staan bijvoorbeeld taal, geschiedenis, rekenen en natuurwetenschappen

Naast de bovengenoemde ontwikkeling gaan kinderen zichzelf vergelijken met klasgenoten of vrienden. Dit wordt sociale vergelijking genoemd. Het eigen gedrag, de vermogens, expertise en meningen worden beoordeeld door ze te vergelijken met die van anderen. Vaak maken kinderen een opwaartse sociale vergelijking. Ze vergelijken zichzelf met kinderen die beter presteren dan zichzelf. Vaak zijn dit kinderen van hetzelfde geslacht, leeftijd en etniciteit en/of vrienden van het kind. Deze vergelijking kan ervoor zorgen dat kinderen beter gaan presteren, maar ook dat ze zich slechter voelen en een negatief zelfbeeld ontwikkelen. Om het zelfbeeld te beschermen en zich meer succesvol te voelen, kiezen kinderen soms voor een neerwaartse sociale vergelijking. Ze vergelijken zichzelf met leeftijdsgenoten die duidelijk minder competent of succesvol zijn. Uit onderzoek blijkt dat kinderen vaker kiezen voor een opwaartse sociale vergelijking. Ze vinden het belangrijker om zichzelf te verbeteren dan om zichzelf goed te voelen (Feldman, 2012). Dit maakt het in deze leeftijd extra belangrijk om alert te zijn op de goede ontwikkeling van het zelfbeeld van het kind.

Gevoel van eigenwaarde

De eigenwaarde is een onderdeel van het zelfbeeld. Het is de waardering van het kind voor het eigen ik met alle positieve- en negatieve eigenschappen en competenties. In de meeste gevallen ontwikkelen kinderen in de schoolleeftijd een reëel gevoel van eigenwaarde. Er is dan gelijke aandacht voor positieve- en negatieve eigenschappen en competenties (Groot K. , 2012). Kinderen die een zwakke eigenwaarde ontwikkelen, zijn sneller geneigd om lage verwachtingen te hebben over hun prestaties. Ze gaan zich hierdoor minder inspannen en kunnen last hebben van faalangst. Dit alles bij elkaar kan leiden tot daadwerkelijke mislukkingen (Feldman, 2012). De focus ligt in dit geval vooral op de negatieve eigenschappen van het kind en het kind wordt bevestigd dat het ergens inderdaad niet goed in is. Dit maakt het zelfbeeld onrealistisch en incompleet, want er is geen gelijke aandacht voor de goede eigenschappen van het kind (Groot K. , 2012). Het is in deze leeftijdsfase daarom erg belangrijk om zicht te houden op de eigenwaarde van het kind en succeservaringen te stimuleren. Dit biedt tegenwicht tegen de negatieve ervaringen van het kind en kan ervoor zorgen dat het zelfbeeld en de eigenwaarde sterker worden.

Vriendschappen

Vriendschappen verschaffen kinderen informatie over de wereld, anderen en henzelf. Ze bieden emotionele steun, waardoor kinderen beter kunnen omgaan met stress en andere emoties. Ze voorkomen dat kinderen het doelwit worden van agressie en/of pesten. Ze bieden een goede oefening met interactie en communicatie en bevorderen de intellectuele groei.

Tot slot leren kinderen door vriendschappen vaardigheden aan waarmee ze hechte relaties, nu en in de toekomst, met anderen kunnen aangaan. In de leeftijd van acht tot tien jaar gaan de persoonlijke eigenschappen en het wederzijdse vertrouwen meewegen in de

vriendschappen die kinderen hebben of aangaan (Feldman, 2012). Samengevat dragen vriendschappen bij aan de sociale- en emotionele ontwikkeling van het kind en kunnen zij bijdragen aan de ontwikkeling van een sterk en realistisch zelfbeeld (Groot K. , 2012).

Een sterk en realistisch zelfbeeld

Het zelfbeeld is het beeld dat je van jezelf ontwikkelt door de ervaringen die je opdoet in relatie tot je sociale omgeving. De informatie die anderen over jou geven, is vaak subjectief. Dit kan een beperkt beeld opleveren van wie jij bent, waardoor het zelfbeeld onrealistisch wordt (Groot K. , 2012). Groot (2012) benoemt in haar cursus "*Denk je sterk*" zes belangrijke eigenschappen die samen van invloed zijn op de ontwikkeling van een sterk en realistisch zelfbeeld. Dit zijn achtereenvolgens: zelfwaardering, optimisme, angsttolerantie, voor jezelf opkomen, stresshantering en realiteitsbesef. De hoogte van de zelfwaardering wordt bepaald door het vermogen om op jezelf te vertrouwen en jezelf te waarderen zoals je bent. De hoogte van het optimisme wordt bepaald door het vermogen om de toekomst optimistisch in te schatten en te vertrouwen op de goede afloop van dingen. De hoogte van de angsttolerantie wordt bepaald door het vermogen om angst of spanning te verdragen in plaats van angst te vermijden. De mate waarin je voor jezelf opkomt, wordt bepaald door het vermogen om makkelijk met anderen om te gaan, je te uiten naar anderen en grenzen te stellen aan anderen. De mate van stresshantering hangt samen met het vermogen om op een adequate manier om te gaan met negatieve gebeurtenissen en veranderingen in het dagelijks leven. Een onderdeel hiervan is het kunnen ontspannen, waardoor je de spanning/stress, gevoelens of emoties van een dag beter kunt loslaten. De mate van realiteitsbesef wordt bepaald door het vermogen om een reële inschatting te maken van gebeurtenissen en contact te maken met het eigen gevoel (Groot K. , 2012). De ontwikkeling van een positief zelfbeeld is daarnaast erg belangrijk voor de ontwikkeling van de psychosociale identiteit in de puberteitsfase en voor een goede persoonlijkheidsontwikkeling (Delfos, 2005).

Een laag zelfbeeld

Uit onderzoek van Kuin & Peters (2014) blijkt dat het hebben van een laag zelfbeeld kan leiden tot de ontwikkeling van psychische stoornissen, zoals depressie, angst en eetstoornissen bij kinderen en jongeren (Kuin & Peters, 2014). Er is geen DSM diagnose voor een laag zelfbeeld. Hierdoor is er binnen de klinische psychologie nog maar weinig onderzoek gedaan naar effectieve en toepasbare behandelingen die het zelfbeeld en de zelfwaardering kunnen verbeteren (Korrelboom, 2011). Het niet of als bijzaak behandelen van een laag zelfbeeld maakt de cliënt na de behandeling extra kwetsbaar voor terugval (Kuin & Peters, 2014). Groot (2012) benoemt in haar cursus "*Denk je sterk*" eigenschappen die passen bij een laag zelfbeeld, deze zijn verwerkt in paragraaf 2.1 (Definiëring en operationalisering).

Beeldende therapie en het zelfbeeld

Roy, Baker & Hamilton (2015) beschrijven dat kinderen zich via Beeldende kunst vaardigheden eigen kunnen maken om via verschillende beeldende materialen hun ideeën en gevoelens te uiten. Hierdoor groeien zij op cognitief, emotioneel, fysiek en sociaal vlak. Ze leren zichzelf beter begrijpen en krijgen meer weet van de verschillende denkbeelden en culturen in de wereld (Roy, Baker, & Hamilton, 2015).

Smeijsters (2008) geeft aan dat het werken met verschillende materialen het kind in contact brengt met zijn onbewuste gevoelens. Via het beeldende werkstuk worden deze gevoelens zichtbaar (analogie). Binnen het werken en het spel wordt het kind zich meer bewust van zijn eigen gedrag, gevoelens, gedachten en zijn eigenheid. De therapeut

begeleidt dit proces van bewustwording. Het kind krijgt steeds meer grip op zichzelf en zijn relatie tot zijn sociale omgeving (Smeijsters, 2008). Binnen beeldende therapie wordt uitgenodigd tot een lichamelijke actie die in directe verbinding staat met het zelfbeeld. Dit maakt beeldende therapie erg geschikt voor het werken aan het zelfbeeld (Vandereycken, 2000). Schweizer (2001) geeft aan dat het kind binnen de veiligheid van de therapiesituatie kan oefenen met nieuw sociaal gedrag. Door positieve ervaringen op te doen, wordt het zelfbeeld versterkt (Schweizer C. , 2001). Uit onderzoek van Alavinezhad, Mousavi en Sohrabi (2013) blijkt dat beeldende therapie een positief effect heeft op het agressieniveau en de zelfwaardering van kinderen tussen de 7 en 11 jaar (Alavinezhad, Mousavi, & Sohrabi, 2013). Hollopeter (2008) onderzoekt een programma met beeldende therapie op een basisschool op zijn effectiviteit. Uit dit onderzoek blijkt vanuit leerlingen dat zij een verbetering van hun gedrag ervaren, meer sociale vaardigheden eigen konden maken en dat hun emotionele ontwikkeling is gegroeid (Hollopeter, 2008). Uit een onderzoek van Schweizer (2014) blijkt dat beeldende therapie bij kinderen kan leiden tot:

- meer zelfvertrouwen;
- meer eigenheid;
- beter leren omgaan met boosheid en frustraties;
- beter hun aandacht kunnen richten;
- flexibeler en expressiever worden;
- meer rust en plezier kunnen ervaren;
- betere keuzes en plannen kunnen maken en deze kunnen uitvoeren en
- meer ruimte geven aan moeilijke thema's in hun leven, zoals gepest worden of de scheiding van hun ouders, indien zij zich veilig genoeg voelen (Schweizer C. , 2014).

§ 1.4 Zoektermen en databases

In deze paragraaf worden de gebruikte zoektermen van het onderzoek en de databases vermeld.

Zoektermen

- Kinderen + zelfbeeld/zelfwaardering/psychologie/beeldende kunst/zelfvertrouwen/sociaal emotionele ontwikkeling/ontwikkelingspsychologie/laag zelfbeeld/beeldende therapie/ADHD
- effect beeldende therapie + speciaal basisonderwijs
- art therapy + children + self esteem/self confidence
- emotional behavioral difficulties/problems

Databases

- Google
- Google Books
- Google Scholar
- HBO-Kennisbank
- Igitur Universiteitsbibliotheek Universiteit Utrecht
- Sage Journals
- ScienceDirect
- SpringerLink

§ 1.5 Probleemomschrijving

In deze paragraaf wordt er een probleemomschrijving beschreven aan de hand van de doelstelling, centrale onderzoeksvraag en deelvragen. Door deze stappen te volgen wordt

het onderzoek gekaderd en is het duidelijk waar het onderzoek zich op richt en welk doel het onderzoek heeft (Baarda, 2014) (Verhoeven, 2011).

1.5.1 Doelstelling

Het doel van dit onderzoek is om het effect aan te tonen van beeldende therapie op de verbetering van het lage zelfbeeld van één leerling op het speciaal basisonderwijs. Een bijkomend doel is inzicht bieden in de problematiek van een laag zelfbeeld en in het effect van beeldende therapie op dit lage zelfbeeld. Een overkoepelend doel van dit onderzoek is de bekendheid van beeldende therapie in het speciaal basisonderwijs vergroten. De ouders/verzorgers en de leerkracht(en) van de leerling worden gevraagd om mee te werken aan dit onderzoek. Hun medewerking is erg belangrijk voor het uiteindelijke effect van het onderzoek. Schweizer (2014) schrijft dat ouders/verzorgers en/of de leerkracht(en) het herhalen van creatieve activiteiten na de behandeling kunnen stimuleren bij het kind. Het creatieve en sociaal- emotionele groeiproces kan zich daardoor voortzetten. Dit maakt de kans groter dat het positieve effect van de behandeling na de behandeling doorwerkt, waardoor het kind het verbeterde zelfbeeld behoudt en het zelfbeeld de kans krijgt om nog verder te groeien (Schweizer C. , 2014). Het sociale netwerk van het kind krijgt door dit onderzoek meer inzicht in het zelfbeeld van het kind en het positief bekrachtigen ervan.

1.5.2 Centrale onderzoeksvraag en deelvragen

Uit het vooronderzoek en de hierboven beschreven doelstelling is de volgende centrale onderzoeksvraag ontstaan: **"In welke mate draagt beeldende therapie bij aan het verbeteren van het zelfbeeld van een leerling met een laag zelfbeeld op het speciaal basisonderwijs?"**

De daarbij horende deelvragen zijn:

1. "In hoeverre ervaart de leerling met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"
2. "In hoeverre ervaart het sociale netwerk van de leerling met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"
3. "Hoe heeft de leerling met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?"
4. "Hoe heeft het sociale netwerk van de leerling met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?"

§ 1.6 Terugblik- en vooruitblik op onderzoeksrapport

Samengevat wordt er binnen dit onderzoek onderzocht welk effect beeldende therapie heeft op het lage zelfbeeld van één leerling op het speciaal basisonderwijs. Uit het theoretische kader komt naar voren dat kinderen op het speciaal basisonderwijs extra kwetsbaar zijn voor de ontwikkeling van een laag zelfbeeld en dat er een hoop gebeurt in de ontwikkeling van het zelfbeeld in de schoolleeftijd (6 tot 12 jaar). De sociale omgeving en vriendschappen blijken hierbij erg belangrijk (Erikson, 1977) (Güldner, Stegge, Smits, & Thomaes, 2010) (Kroon, 2014) (Niemeijer & Gastkemper, 2009).

Beeldende kunst en beeldende therapie hebben een positief effect op de cognitieve, emotionele, fysieke en sociale ontwikkeling en op het zelfbeeld en de zelfwaardering van het kind. Het kind leert om zijn onbewuste gevoelens te uiten in een beeldend werkstuk/materiaal en wordt zich bewuster van het eigen gedrag, gevoelens, gedachten en de eigenheid. Het kind krijgt hierdoor meer grip op zichzelf en op zijn relatie tot zijn

sociale omgeving (Alavinezhad, Mousavi, & Sohrabi, 2013) (Hollopeter, 2008) (Roy, Baker, & Hamilton, 2015) (Schweizer C. , 2001) (Schweizer C. , 2014) (Smeijsters, 2008).

In hoofdstuk 2 wordt ingegaan op de methode van onderzoek doen. Hier komen de relevante begrippen aanbod, het type onderzoek, de onderzoekspopulatie, de onderzoeksinstrumenten en tot slot de procedure voor data verzameling en analyse.

In hoofdstuk 3 komen de resultaten van het onderzoek aan bod. Er volgt een paragraaf over de kwantitatieve onderzoeksresultaten en een paragraaf met de kwalitatieve onderzoeksresultaten.

In hoofdstuk 4 volgen er eerst antwoorden op de deelvragen van het onderzoek en dit leidt tot de conclusie en een antwoord op de centrale onderzoeksvraag. Hierna volgen de discussiepunten en de aanbevelingen die voortkomen uit dit onderzoek.

Tot slot bevat hoofdstuk 5 de bronnenlijst van het onderzoek en hoofdstuk 6 bevat de bijlagen. Bij de bijlagen is een inhoudsopgave aanwezig.

Hoofdstuk 2: Methode

In dit hoofdstuk wordt ingegaan op de methode van het onderzoek. Er wordt begonnen met de definiëring en operationalisering van de belangrijke begrippen. Hierna volgt een beschrijving van het onderzoekstype, de interventie met beeldende therapie, de onderzoekspopulatie en de onderzoeksinstrumenten. Tot slot wordt er een procedure voor dataverzameling en data-analyse beschreven. Hierdoor wordt duidelijk wat er precies onderzocht gaat worden, hoe dit gebeurt en hoe de resultaten worden geanalyseerd en verwerkt (Baarda, 2014) (Verhoeven, 2011).

§ 2.1 Definiëring en operationalisering

Door middel van literatuuronderzoek worden de belangrijke begrippen voor dit onderzoek gedefinieerd en geoperationaliseerd. De belangrijke begrippen komen voort uit de centrale onderzoeksvraag en de deelvragen. De begrippen 'zelfbeeld' en 'laag zelfbeeld' worden geoperationaliseerd. Hierdoor wordt duidelijk hoe deze begrippen binnen het onderzoek gemeten zullen worden (Verhoeven, 2011).

Beeldende therapie

Beeldende therapie is een ervaringsgerichte therapie voor mensen met psychosociale problemen en/ of psychiatrische stoornissen. De therapie richt zich op het op gang brengen van processen van verandering, ontwikkeling, stabilisatie en/ of acceptatie. Beeldende materialen, zoals verf, klei, steen, hout, assemblage en collage, worden op een methodische wijze ingezet (NVBT, z.d.). De therapeut ondersteunt de cliënt om via het beeldende materiaal onder andere zijn emoties uit te drukken, conflicten weer te geven, de eigen mogelijkheden te ontdekken, nieuw gedrag te ontwikkelen en meer sociaal contact aan te gaan (Bartelink, Boendermaker, & van der Vliet, 2013). Beeldende therapie valt onder de term vaktherapie. Er is een eigen beroepsvereniging: Nederlandse Vereniging voor Beeldende Therapie (NVBT, z.d.). De beeldende therapie heeft een therapeutisch effect door de volgende vier aspecten:

- het doen en ervaren
- het scheppen van een werkstuk
- de betekenisgeving aan een werkstuk
- de relatie tussen de cliënt, het werkstuk en de therapeut (Smeijsters, 2008)

Zelfbeeld ('operationalisatie')

Het zelfbeeld is het beeld dat je van jezelf ontwikkelt door de ervaringen die je opdoet in relatie tot je sociale omgeving. Het zelfbeeld is gezond wanneer er gelijke aandacht is voor zowel positieve als negatieve ervaringen, eigenschappen en competenties. Er wordt binnen dit onderzoek uitgegaan van zes eigenschappen die van invloed zijn op het zelfbeeld, namelijk zelfwaardering, optimisme, angsttolerantie, opkomen voor zichzelf, stresshantering en realiteitsbesef (Groot K., 2012). In de zelfbeeldtest van Groot (2016), die wordt ingezet binnen dit onderzoek, worden er gedragingen gekoppeld aan deze eigenschappen van het zelfbeeld en via een voor- en nameting kan blijken of het zelfbeeld gezond is of dat er sprake is van een laag zelfbeeld.

Laag zelfbeeld ('operationalisatie')

Binnen dit onderzoek wordt er uitgegaan van de volgende kenmerken en/of gedragseigenschappen van een laag zelfbeeld:

- het kind keurt zichzelf af of waardeert zichzelf minder op basis van één of meerdere negatieve eigenschappen

- de zelfwaardering is sterk afhankelijk van de emotionele stemming van het kind: als het kind zich slecht voelt, waardeert het zichzelf minder
- het kind verwacht sneller obstakels of problemen tegen te komen en heeft weinig vertrouwen in de goede afloop van dingen
- er is weinig vertrouwen in de eigen kracht om omstandigheden te veranderen
- het kind mag van zichzelf niet falen
- falen geeft een gevoel van tekortschieten, onzekerheid en schaamte
- angstige of nieuwe situaties worden uit de weg gegaan
- het kind ziet tegen steeds meer dingen op en dit wordt versterkt door een negatieve of sombere stemming
- het kind kan negatieve ideeën of angstbeelden vormen over de toekomst
- het kind kan vaardigheden missen om, om te gaan met moeilijke gebeurtenissen of veranderingen
- het kind vindt het lastig om hulp te vragen
- er is angst om slecht behandeld- of afgewezen te worden wanneer het kind niet aan de verwachtingen van anderen kan voldoen
- het kind kan moeilijk grenzen stellen aan anderen en de eigen grenzen behouden
- 'nee' zeggen kan een schuldgevoel opleveren
- het kind stelt zich afhankelijk op van anderen
- het kind kan moeilijk omgaan met kritiek van anderen en accepteren dat een ander 'nee' zegt
- het kind kan stress/spanning, emoties of gevoelens van een dag moeilijk loslaten
- gebeurtenissen worden sneller moeilijk of stressvol in geschat
- het kind kan moeilijk prioriteiten stellen
- het kind verdrukt zijn emoties/gevoelens
- irreële- of belemmerende gedachten overheersen (Groot K. , 2012).

Speciaal basisonderwijs

Het speciaal basisonderwijs is er voor kinderen die moeilijk kunnen leren, opvoedingsmoeilijkheden hebben of die speciale ondersteuning en aandacht nodig hebben. Deze scholen hebben dezelfde kerndoelen als reguliere basisscholen, maar de leerlingen krijgen meer tijd om deze doelen te bereiken. Er zijn kleinere groepen en er is meer deskundige begeleiding aanwezig. Leerlingen kunnen tot hun veertiende levensjaar speciaal basisonderwijs volgen (Rijksoverheid, z.d.).

§ 2.2 Onderzoekstypering

Er is gekozen voor de systemische N=1 onderzoeksmethode, een Single Case study. Om de betrouwbaarheid en validiteit van deze methode te verhogen is er gekozen voor een Mixed Methode Research, waarbij zowel kwalitatief als kwantitatief onderzoek wordt gedaan. Deze methode biedt een completer onderzoeksbeeld (Baarda, 2014). Het combineren van verschillende kwantitatieve en kwalitatieve dataverzamelmethode, ook wel "triangulatie" genoemd, zorgt voor een verhoogde validiteit en betrouwbaarheid van de onderzoeksresultaten (Verhoeven, 2011). De N=1 onderzoeksmethode is ontwikkeld door Marinus Spreen, lector binnen de onderzoekseenheid Social Work and Arts Therapies van Stenden Hogeschool. Binnen de N=1 methode wordt zowel de cliënt als het sociale netwerk van de cliënt betrokken als observator van het gedrag van de cliënt. Het voordeel hiervan is dat het netwerk meer betrokken raakt bij de cliënt en de relaties hierdoor kunnen versterken. Dit kan gunstig zijn voor het effect van de behandeling (Spreen, 2015).

Observatie is ingezet als extra kwalitatieve onderzoeksmethode. Dit draagt tevens bij aan de "triangulatie" van het onderzoek en verhoogt daarmee de validiteit en betrouwbaarheid van het onderzoek (Verhoeven, 2011). De leerling is voor de start van het onderzoek eenmalig geobserveerd door de onderzoeker en de groepsleerkracht in de groepssituatie op school. Het ging om een ongestructureerde, directe en verhulde observatie. De uitkomsten van beide observaties zijn verwerkt in paragraaf 2.4.

Voor een periode van 11 weken is er door de onderzoeker één keer per week beeldende therapie aangeboden aan de leerling met een laag zelfbeeld. Door middel van een voor- en nameting met de zelfbeeldtest van Groot (2016) werd het zelfbeeld op kwantitatieve wijze gemeten om zo het effect van beeldende therapie op een laag zelfbeeld aan te tonen. Het zelfbeeld van de leerling werd op kwalitatieve wijze gemeten door het afnemen van interviews bij de leerling en het sociale netwerk van de leerling na de afronding van de therapie.

Om het effect van een interventie met beeldende therapie aan te tonen via de N=1 onderzoeksmethode zijn de volgende stappen binnen dit onderzoek bewandeld:

1. Definitieve hulpvraag
2. Sociaal netwerk analyse van formele en informele netwerkleden
3. Het bepalen van de interventie
4. Keuze van de meetinstrumenten
5. De netwerkleden voor en na de interventie scoren (Spreen, 2015)

Het behandelplan en rapportages van de observatieperiode en de therapie zijn terug te vinden in bijlagen V, VII en VIII. Uit de analyse van het sociale netwerk van de leerling kwam één formeel lid naar voren, de groepsleerkracht, en één informeel lid, de moeder van de leerling. Deze waren beiden bereid om mee te werken aan het onderzoek.

§ 2.3 Interventie met beeldende therapie

Binnen dit onderzoek wordt er niet gewerkt met standaardinterventies, maar een samenstelling van interventies en/of werkvormen gericht op het zelfbeeld. Smeijsters (2008) ondersteunt de kracht van een experimentele werkwijze van de therapeut. Binnen deze werkwijze behoudt de therapievorm zijn spelmatige, creatieve en explorerende karakter. Waardoor de therapeut in hoge mate kan aansluiten op de cliënt als persoon met een hulpvraag. Zowel de therapeut als de cliënt raakt meer betrokken bij de behandeling. Deze werkwijze stimuleert de cliënt om zelf zijn problemen op te lossen. Dit komt het therapeutische groeiproces ten goede (Smeijsters, 2008).

De werkvormen en interventies uit de observatieperiode zijn gericht op de observatie van het vermogen tot zelfwaardering, optimisme, angsttolerantie, voor jezelf opkomen, stresshantering en realiteitsbesef. De onderzoeker heeft zich voor de observatieperiode en het behandelplan laten inspireren door het boek *"Wat woorden niet kunnen zeggen"* van Ellen Budde (2008). In dit boek staan diverse beeldende werkvormen die gericht zijn op het zelfbeeld. De observatieperiode leidde tot een keuze voor werkvormen en materialen als rode draad in de therapie, een definitieve hulpvraag en subdoelen en een therapeutische houding gedurende de behandeling. Deze informatie is terug te vinden in het behandelplan in de bijlage VII aan het eind van het onderzoeksrapport.

§ 2.4 Onderzoekspopulatie

De onderzoekspopulatie is één eenheid, ofwel één leerling met een laag zelfbeeld die onderwijs volgt aan de school voor speciaal basisonderwijs de Triade in Wolvega. Deze leerling zal vanaf nu worden aangeduid met de afkorting 'MR'.

Tijdens de onderzoeksperiode heeft MR een leeftijd van 10 jaar. Voor dit onderzoek hebben er nog geen interventies plaatsgevonden om de problematiek tegen te gaan. Het onderzoek kan daardoor worden gestart met een nulmeting.

De dossiergegevens van MR en de observatie door de onderzoeker en groepsleerkracht zijn geanalyseerd en deze gegevens bevestigden het lage zelfbeeld van MR. Al deze gegevens zijn gecategoriseerd onder de eerder genoemde zes eigenschappen die van invloed zijn op het zelfbeeld. Deze informatie leidt tot de volgende samenvatting van kenmerken van MR. De volledige dossier- en observatiegegevens zijn te vinden in bijlage III.

Ten opzichte van de **zelfwaardering** laat MR zien dat:

- zij zich slecht voelt en zichzelf minder waardeert door opwaartse sociale vergelijking met vriendinnen of klasgenoten
- haar zelfwaardering afhankelijk is van de goed- of afkeuring die zij krijgt
- ze bang is om fouten te maken

Ten opzichte van het **optimisme** laat MR zien dat:

- zij last heeft van faalangst, waardoor zij weinig vertrouwen heeft in haar eigen mogelijkheden

Ten opzichte van de **angsttolerantie** laat MR zien dat:

- zij liever geen fouten maakt
- zij snel angstig of gespannen is
- zij moeite heeft met het aangeven van haar grenzen, het innemen van een eigen plek en hulp vragen

Ten opzichte van het **opkomen voor zichzelf** laat MR zien dat zij moeite heeft met:

- hulp vragen
- grenzen stellen aan anderen
- zeggen wat ze vindt en voelt
- een eigen plek innemen
- niet aan zichzelf voorbij gaan
- zich onafhankelijk opstellen naar anderen

Ten opzichte van de **stresshantering** laat MR zien dat:

- zij soms blijft zitten met spanning, emoties of gevoelens en enge beelden die gekoppeld zijn aan gebeurtenissen die zij meemaakt
- zij veranderingen lastig vindt
- zij moeilijk praat over haar gevoelens, zoals verdriet, maar wel doorvraagt naar de gevoelens van anderen.

Ten opzichte van het **realiteitsbesef** laat MR zien dat:

- zij haar gevoelens weinig uit en veel naar binnen gericht is (dromerig). Het blijft nog onduidelijk of zij dan veel in het denken en/of haar fantasie zit.

§ 2.5 Onderzoeksinstrumenten

Om de centrale onderzoeksvraag te beantwoorden, worden de eerste twee deelvragen kwantitatief benaderd. De centrale onderzoeksvraag is:

“In welke mate draagt beeldende therapie bij aan het verbeteren van het zelfbeeld van een leerling met een laag zelfbeeld op het speciaal basisonderwijs?”

De deelvragen die kwantitatief worden benaderd zijn:

1. “In hoeverre ervaart de leerling met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?”

2. "In hoeverre ervaart het sociale netwerk van een kind met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"

Het meetinstrument

De zelfbeeldtest is ontwikkeld door psychologe en coach K. de Groot (2016). Groot is werkzaam in haar eigen praktijk, Psy-Image. In 1996 is zij gepromoveerd op het gebied van stress, emoties en gezondheid. Sinds 1997 werkt zij als behandelend psycholoog. Gebaseerd op haar promotieonderzoek en klinische ervaring heeft ze gedurende 10 jaar de zelfbeeldtest ontwikkeld. Binnen die periode is er onderzoek gedaan naar de factoren die voorspellend zijn voor gezondheidsherstel. De test bestond in 2003 uit 64 vragen en 8 voorspellende factoren. Naar aanleiding van nieuwe onderzoeksgegevens is de test aangepast. Hij bestaat nu uit 38 vragen en 6 voorspellende factoren. De test is gedurende 4 jaar onderzocht bij verschillende cliëntengroepen en gezonde personen. Voor het ontwikkelen van de test is gebruik gemaakt van statistische analyses: factoranalyses en betrouwbaarheidsanalyses. Van 850 mensen zijn de gegevens gebruikt voor het wetenschappelijk onderzoeken van de betrouwbaarheid van de test. Hieruit bleek dat de interne betrouwbaarheid van de 6 voorspellende factoren die de test meet, goed is. Statistische analyses laten zien dat de structuur van de lijst goed is. Factoranalyse bevestigt de indeling van de test in 3 hoofdschalen. De test is vanaf maart 2016 door meer dan 23.000 mensen ingevuld (Groot K. , 2016). Op een aantal gebieden voldoet de test aan de criteria van Verhoeven (2011) voor een goede vragenlijst:

- de structuur van de vragenlijst is voor alle respondenten gelijk
- de formulering van de vragen en antwoordmogelijkheden is voor alle respondenten gelijk
- er zijn geen open vragen
- de test gaat op het doel en hoofdonderwerp af
- de vragen zijn helder en eenvoudig
- de vragen zijn enkelvoudig en bevatten geen dubbele ontkenning
- de categorieën in de vragenlijst zijn kwantitatief meetbaar (Verhoeven, 2011).

De zelfbeeldtest bevat 38 stellingen met betrekking tot zes gebieden van het zelfbeeld: zelfwaardering, optimisme, angsttolerantie, voor jezelf opkomen, stresshantering en realiteitsbesef. De test wordt online ingevuld en gescoord op de zes genoemde gebieden van het zelfbeeld. Deze worden onderverdeeld in drie hoofdschalen: zelfvertrouwen, sociaal zelfvertrouwen en vertrouwen in eigen stabiliteit. Hieruit volgt een totale zelfbeeldscore. De verschillende scores worden vergeleken met een norm van 100. Een score in de buurt van 100 of erboven duidt op een gezond zelfbeeld. De test maakt gebruik van de volgende vijfpunts Likertschaal: (1) niet of zeer zelden op mij van toepassing, (2) zelden op mij van toepassing, (3) soms op mij van toepassing, (4) vaak op mij van toepassing en (5) erg vaak of altijd op mij van toepassing. De uitslag van de test met een staafdiagram en toelichtende informatie wordt binnen enkele minuten verstuurd naar het opgegeven e-mailadres (Groot K. , 2016). De online zelfbeeldtest van Groot (2016) is in het kader van dit onderzoek digitaal aangepast om zoveel mogelijk aan te sluiten op de respondenten. De zinnen zijn eenvoudiger geformuleerd en voor de groepsleerkracht en de moeder is 'ik' veranderd naar 'X', waarbij 'X' staat voor de leerling MR. Voorafgaand aan de test is er een korte toelichting toegevoegd. De test is schriftelijk afgenomen bij de respondenten en naderhand online ingevoerd door de onderzoeker.

Om de centrale onderzoeksvraag te beantwoorden, worden deelvraag 3 en 4 kwalitatief benaderd. De betreffende deelvragen zijn:

3. "Hoe heeft het kind met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?"
4. "Hoe heeft het sociale netwerk van een kind met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?"

Het meetinstrument

Er is gekozen voor een halfgestructureerd interview met een topiclijst (zie bijlage XII) om ruimte te geven aan de beleving van de respondent (Verhoeven, 2011). De focus ligt op de zichtbare verbetering van het zelfbeeld in onder andere de schoolsituatie en de thuissituatie en op hoe de behandeling met beeldende therapie hiertoe heeft bijgedragen. Er gaat veel ruimte en aandacht naar de ervaring van de respondent. In het gesprek kunnen er extra topics ontstaan. Om de betrouwbaarheid van de verkregen informatie te verhogen, wordt er gebruik gemaakt van opnameapparatuur. Op deze manier kan tijdens het interview de volledige aandacht uitgaan naar de respondent (Verhoeven, 2011) (Baarda, 2014). Er wordt gebruik gemaakt van de volgende tips en interviewtechnieken uit het boek van Verhoeven (2011) om structuur aan te brengen in het interview:

- Introductie
 - Voorstellen/begroeten;
 - Vragen om toestemming voor het opnemen van het interview;
 - Benoemen van het gespreksdoel, de opbouw van het interview en de tijdsduur;
 - Waardering uitspreken voor de deelname aan het interview;
 - Het belang van de informatie uit het interview benoemen en vaststellen wat er gebeurt met deze informatie;
- Kern
 - Topiclijst gebruiken om het hoofdonderwerp te bespreken;
 - De onderzoeker blijft gedurende het interview objectief, luistert voornamelijk naar de ervaringen van de respondent en houdt de rode draad van het gesprek in de gaten;
- Einde
 - Het onderwerp goed afbouwen;
 - Het gesprek samenvatten en de respondent aanvullingen laten doen;
 - Checken of de respondent zich voldoende heeft uitgesproken (Verhoeven, 2011).

Voorafgaand aan de afgenomen interviews is aan de respondenten gevraagd of zij toestemming geven om het interview op te nemen en de informatie hieruit te gebruiken voor dit onderzoek. Alle deelnemers hebben hiervoor mondeling toestemming gegeven.

§ 2.6 Procedure gegevens verzamelen

In deze paragraaf wordt duidelijk welke voorwaarden aan de behandeling met beeldende therapie verbonden zijn en welke afspraken hiervoor gemaakt zijn.

- De onderzoekspopulatie is de leerling 'MR'.
- Het onderzoek vindt plaats op de school voor speciaal basisonderwijs de Triade te Wolvega.
- Er is een beeldend lokaal voor de onderzoeker ter beschikking. Hier zijn voldoende beeldende materialen ter beschikking.
- Tijdens de therapie worden er 'niet storen' bordjes aan de deuren gehangen en zal de therapeut zorg dragen dat er daadwerkelijk niet gestoord wordt door leerlingen of collega's. Dit draagt bij aan de veiligheid voor de cliënt.

- De therapie wordt één keer per week gepland, bij voorkeur op de woensdag, om 10.45 uur tot 12.00 uur. Er wordt duidelijk gecommuniceerd met MR over de dag en het tijdstip van de therapie en eventuele aanpassingen, zodat zij hierop kan rekenen.
- Er is met de ouder een kennismakingsgesprek. In dit gesprek wordt kennisgemaakt met elkaar, met de therapievorm en het doel van de therapie en het onderzoek. Na afloop van dit gesprek zal de ouder een toestemmingsformulier invullen (zie bijlagen I en II).
- De onderzoeker rapporteert over de therapie en onderhoudt contact met de opdrachtgever, de groepsleerkracht en de ouder, zodat deze op de hoogte blijven van ontwikkelingen binnen de therapie. Het doel hiervan is om de betrokkenheid bij de behandeling te vergroten, om informatie uit te wisselen ten gunste van de therapie en om eventuele vragen te beantwoorden.
- Op de onderzoekslocatie is het mogelijk om de zelfbeeldtest van Groot (2016) af te nemen bij MR, de groepsleerkracht en de moeder van MR. De test wordt één week voor de start van de behandeling en één week na de afronding van de behandeling individueel afgenomen. Alle respondenten krijgen 1 week de tijd voor het invullen en inleveren van de zelfbeeldtest. De ingevulde testen en testuitslagen zijn verwerkt in bijlagen X en XI.
- Op de onderzoekslocatie is het mogelijk om interviews af te nemen bij alle respondenten afzonderlijk. Er wordt met iedere respondent een afspraak gemaakt voor dit gesprek dat één week na de laatste therapiesessie zal plaatsvinden.

§ 2.7 Analyseplan

In deze paragraaf wordt beschreven op welke manier de kwantitatieve- en kwalitatieve onderzoeksgegevens worden geanalyseerd en verwerkt.

De kwantitatieve onderzoeksgegevens worden verwerkt in staafdiagrammen. In bijlage XI worden alle automatische scores van de zelfbeeldtest weergegeven in zes staafdiagrammen. In paragraaf 3.1 volgen de staafdiagrammen per respondent van de twee meetmomenten. Hierin worden de zes eigenschappen die van invloed zijn op het zelfbeeld zichtbaar. Hierna volgt er één staafdiagram van het gehele zelfbeeld van de twee meetmomenten. Tot slot wordt er een groeifactor en groeipercentage van het gehele zelfbeeld per respondent berekend.

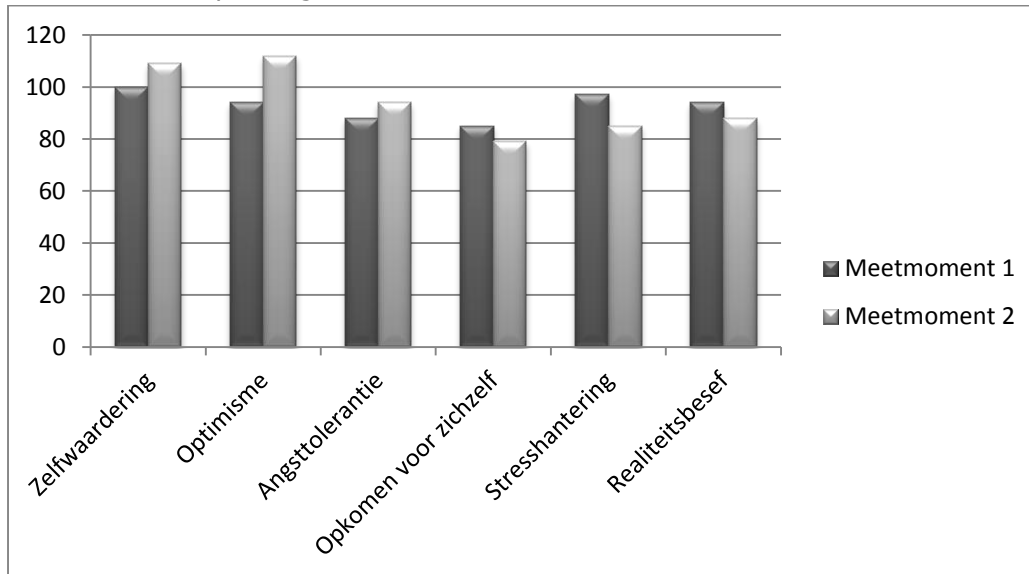
De interviews worden eerst volledig uitgetypt en daarna geanalyseerd door de relevante uitspraken lichtgrijs te markeren (zie bijlage XIII). In bijlage XIV worden de interviews verder geanalyseerd. De positieve uitspraken worden groen gemarkeerd, de niet eenduidige uitspraken lila en de negatieve uitspraken rood. De uitspraken worden ingedeeld op de volgende onderwerpen: effect beeldende therapie, ervaring beeldende therapie, zelfwaardering, angsttolerantie, realiteitsbesef, opkomen voor zichzelf, stresshantering, optimisme en andere factoren. In paragraaf 3.2 en 3.3 worden de kwalitatieve resultaten samengevat per respondent. In hoofdstuk 4 'Conclusie, discussie en aanbevelingen' wordt er aan de hand van alle resultaten een antwoord gegeven op de deelvragen en de centrale onderzoeksvraag: **"In welke mate draagt beeldende therapie bij aan het verbeteren van het zelfbeeld van een leerling met een laag zelfbeeld op het speciaal basisonderwijs?"**.

Hoofdstuk 3: Resultaten

Nu volgen de resultaten van dit onderzoek: eerst de kwantitatieve onderzoeksresultaten (§ 3.1) en daarna de kwalitatieve onderzoeksresultaten (§ 3.2 en 3.3).

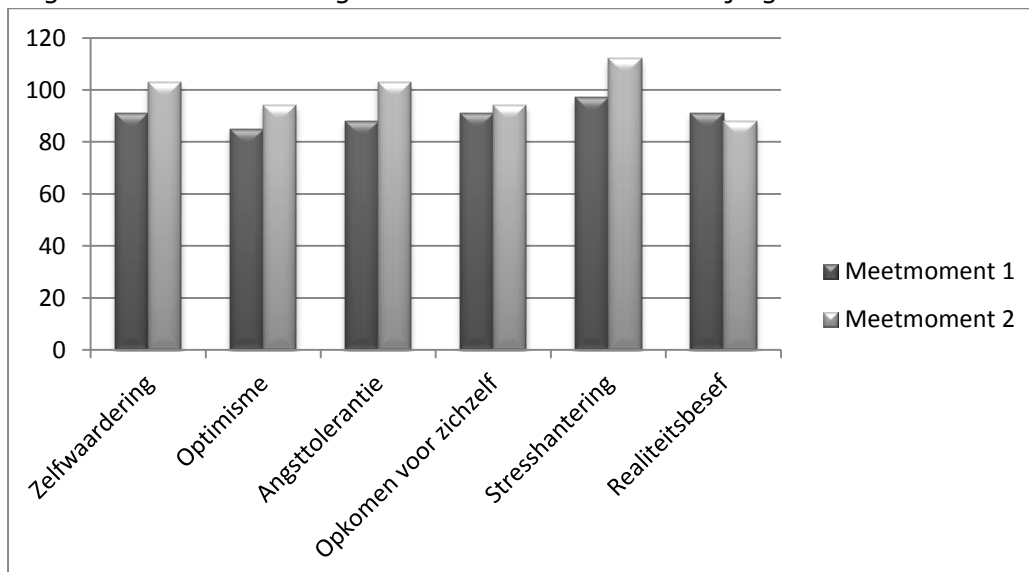
§ 3.1 Deelvraag 1 en 2

In deze paragraaf worden de resultaten van de zelfbeeldtest van Groot (2016) weergegeven die betrekking hebben op deelvraag 1 en deelvraag 2. Alle scores van de zelfbeeldtest worden vergeleken met een norm van 100. Een score in de buurt van 100 of erboven duidt op een gezond zelfbeeld.



Figuur 1: Resultaten zelfbeeldtest Groot (2016) meetmoment 1 & 2 (Leerling MR)

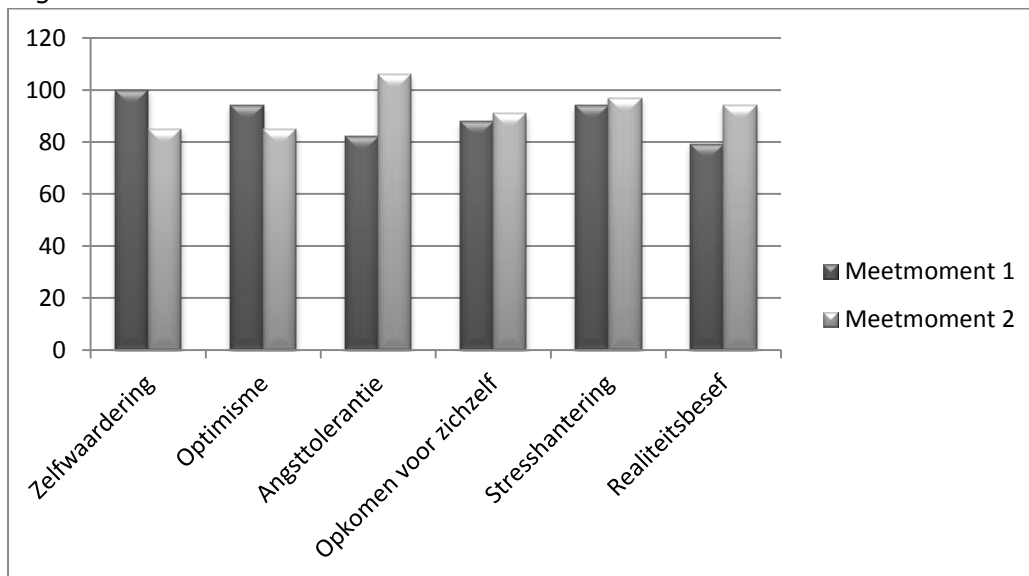
Uit de resultaten in figuur 1, zie hierboven, blijkt dat de zelfwaardering van MR volgens MR is gestegen van 100 naar 109. Het optimisme is gestegen van 94 naar 112. De angsttolerantie is gestegen van 88 naar 94. Het opkomen voor zichzelf is gedaald van 85 naar 79. De stresshantering is gedaald van 97 naar 85. Tot slot is het realiteitsbesef gedaald van 94 naar 88. Hieruit blijkt dat 3 van de gebieden van het zelfbeeld zijn gestegen volgens MR en 3 van de gebieden van het zelfbeeld zijn gedaald.



Figuur 2: Resultaten zelfbeeldtest Groot (2016) meetmoment 1 & 2 (Groepsleerkracht)

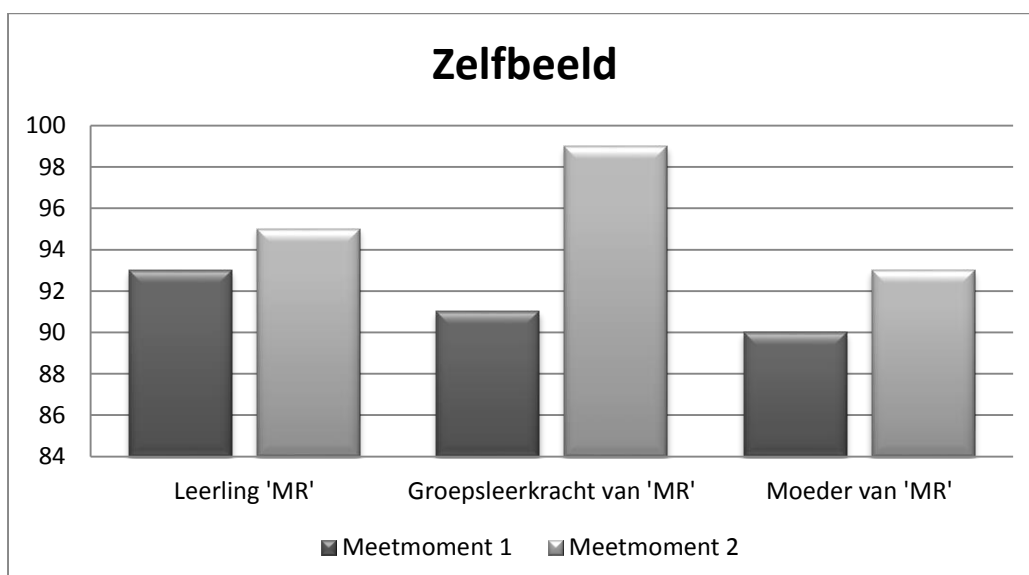
Uit de resultaten in figuur 2 (zie vorige pagina) blijkt dat de zelfwaardering van MR volgens de groepsleerkracht is gestegen van 91 naar 103. Het optimisme is gestegen van 85 naar

94. De angsttolerantie is gestegen van 88 naar 103. Het opkomen voor zichzelf is gestegen van 91 naar 94. De stresshantering is gestegen van 97 naar 112. Tot slot is het realiteitsbesef gedaald van 91 naar 88. Hieruit blijkt dat 5 van de gebieden van het zelfbeeld zijn gestegen volgens de groepsleerkracht en 1 van de gebieden van het zelfbeeld is gedaald.



Figuur 3: Resultaten zelfbeeldtest Groot (2016) meetmoment 1 & 2 (Moeder van MR)

Uit de resultaten in figuur 3 blijkt dat de zelfwaardering van MR volgens de moeder van MR is gedaald van 100 naar 85. Het optimisme is gedaald van 94 naar 85. De angsttolerantie is gestegen van 82 naar 106. Het opkomen voor zichzelf is gestegen van 88 naar 91. De stresshantering is gestegen van 94 naar 97. Tot slot is het realiteitsbesef gestegen van 79 naar 94. Hieruit blijkt dat 4 van de gebieden van het zelfbeeld zijn gestegen volgens de moeder van MR en 2 van de gebieden van het zelfbeeld zijn gedaald.



Figuur 4: Resultaten zelfbeeldtest Groot (2016) meetmoment 1 & 2 (alle respondenten)

Uit de resultaten in figuur 4 (zie vorige pagina) blijkt dat het gehele zelfbeeld door de behandeling met beeldende therapie volgens alle 3 de respondenten is verbeterd. Naar aanleiding van de resultaten in figuur 4 wordt er berekend hoe groot de verbetering van het zelfbeeld is volgens de respondenten. Dit wordt gedaan door een groeifactor en een

groeipercentage te berekenen. Er wordt gebruik gemaakt van de volgende formules. Er wordt een cijfer ingevuld als voorbeeld.

Formules:

$$\text{Groeifactor} = \frac{\text{nieuw}}{\text{oud}} = 0,00$$

$$\text{Groeipercentage} = (1,12 \times 100\%) - 100\% = 112\% - 100\% = 12\%$$

Antwoord deelvraag 1:

"In hoeverre ervaart de leerling met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"

De groeifactor en het groeipercentage van het zelfbeeld naar aanleiding van de resultaten van de leerling MR zijn:

$$\text{Groeifactor} = \frac{95}{93} = \mathbf{1,02}$$

$$\text{Groeipercentage} = (1,02 \times 100\%) - 100\% = 102\% - 100\% = \mathbf{2\%}$$

Dit betekent dat MR een verbetering ervaart van haar lage zelfbeeld na de beeldende therapie van 2%.

Antwoord deelvraag 2:

"In hoeverre ervaart het sociale netwerk van een kind met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"

De groeifactor en het groeipercentage van het zelfbeeld naar aanleiding van de resultaten van de groepsleerkracht zijn:

$$\text{Groeifactor} = \frac{99}{91} = \mathbf{1,09}$$

$$\text{Groeipercentage} = (1,09 \times 100\%) - 100\% = 109\% - 100\% = \mathbf{9\%}$$

Dit betekent dat de groepsleerkracht een verbetering ervaart van het lage zelfbeeld van MR na de beeldende therapie van 9%.

De groeifactor en het groeipercentage van het zelfbeeld naar aanleiding van de resultaten van de moeder van MR zijn:

$$\text{Groeifactor} = \frac{93}{90} = \mathbf{1,03}$$

$$\text{Groeipercentage} = (1,03 \times 100\%) - 100\% = 103\% - 100\% = \mathbf{3\%}$$

Dit betekent dat de moeder van MR een verbetering ervaart van het lage zelfbeeld van MR na de beeldende therapie van 3%.

§ 3.2 Deelvraag 3

In deze paragraaf wordt antwoord gegeven op deelvraag 3: **“Hoe heeft de leerling met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?”**.

MR vond zichzelf goed en wel leuk voor de behandeling met beeldende therapie. Ze is trots op zichzelf en wat ze geleerd heeft in de therapie. Ze vond de therapie heel erg leuk. Haar werkstukken vindt ze heel erg leuk en grappig. Ze wil haar werkstukken graag laten zien aan haar vriendinnen en erover vertellen. MR zegt meer zelfvertrouwen te hebben door de beeldende therapie. Ze durft makkelijker nee te zeggen of te zeggen dat ze iets niet wil tegenover klasgenoten/vriendinnen, haar broer en haar moeder. De oefening waarbij wij hard nee riepen en tegelijk klei gooiden op de tafel heeft haar hierbij geholpen. MR vond het spannend dat er een nieuwe meester voor haar groep kwam, maar kon hier goed aan wennen en is nu blij met de meester. Met hulp van de meester heeft ze geleerd om meer te praten in de klas. Dit gaat nu stukken beter vindt zij zelf.

§ 3.3 Deelvraag 4

In deze paragraaf wordt antwoord gegeven op deelvraag 4: **“Hoe heeft het sociale netwerk van de leerling met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?”**

De leerkracht geeft aan dat hij nog maar voor een relatief korte tijd bekend is met MR. Dit kan ervoor zorgen dat de observatie van de leerkracht minder betrouwbaar is, maar dit hoeft natuurlijk niet het geval te zijn. De leerkracht zag de beeldende therapie als een mooie mogelijkheid voor MR om zichzelf te ontdekken, te praten over haar gevoelens en dingen die haar bezig houden en om leuke activiteiten te doen en fysiek bezig te zijn. Volgens de leerkracht kon MR via de beeldende therapie loskomen van de door haar gevoelde prestatiedruk en faalangst. De leerkracht ziet de beeldende therapie als een kleine, maar succesvolle stap in de goede richting. MR was volgens hem erg gebaat bij de therapie. Ze zoekt op het schoolplein makkelijker hulp bij de juffen/meesters als er iets misgaat. De leerkracht heeft MR in de klas meerdere malen uitgedaagd door te zeggen dat hij liever heeft dat ze tien fouten maakt dan dat ze helemaal niks zegt. MR is hierdoor iets gedurfter en geeft vlotter antwoorden. Beeldende therapie heeft ertoe bijgedragen dat MR in de klas wat opener en spontaner is geworden en makkelijker iets verteld dat ze graag kwijt wilt. Ook vraagt ze makkelijker hulp als ze iets niet begrijpt. De leerkracht ziet dat MR nog steeds erg onzeker kan zijn en een beetje faalangstig. Ze kan beter haar grenzen aangeven bij haar vriendinnen, maar de jongens in de klas gaan nog wel eens over haar grenzen heen. MR kan haar grenzen nog duidelijker leren aangeven. Belangrijk en erg positief vond de leerkracht de momenten waarop MR zelf voorstelde om haar werkstukken te laten zien aan de klas en er iets over te vertellen. Ze vond dit eng, maar met de therapeut naast haar deed ze het toch.

De moeder van MR is heel blij met de beeldende therapie en de goede hulp van de therapeut. Ze ziet veel veranderingen bij MR: MR is gegroeid en haar zelfbeeld is verbeterd door de beeldende therapie. Moeder vertelt dat MR stralend en blij thuiskwam wanneer zij therapie had gehad en veel vertelde over wat ze had gedaan en gemaakt. Dit vond moeder erg positief. Verder valt het de moeder op dat MR na schooltijd vaker praat met moeder of met haar klasgenoten/vriendinnen. Voorheen bleef ze veel stil.

Ook valt haar op dat MR nu makkelijker zelf iets onderneemt wat moeder voorheen voor haar deed. Ze stelt zich meer onafhankelijk op. Volgens moeder gaf de aanwezigheid van de therapeut MR een rustig en goed gevoel. Volgens de gezinscoach pakte MR de therapie zo enthousiast op doordat ze zich veilig en vertrouwd voelde. De gezinscoach vindt de

beeldende therapie echt een verrijking en ziet dat er een mooie ontwikkeling opgang is gebracht door de beeldende therapie. Volgens moeder en de gezinscoach hadden de interesse en het goede inlevingsvermogen van moeder in de ervaringen van MR met de beeldende therapie een positieve bijdrage voor het effect van de therapie. Volgens de gezinscoach is het erg positief dat MR in de therapie haar gevoelens en angsten kon benoemen en goed kon samenwerken. Volgens haar zal zij hierdoor sneller hulp vragen en zich minder onzeker of onrustig voelen. De gezinscoach en moeder vinden het erg positief dat MR twee keer een positieve ervaring heeft opgedaan toen alle ogen op haar gericht waren. Ze vond dit eng, maar kon haar angst verdragen. Ook heeft MR op eigen initiatief haar werkstukken tijdens en bij de afronding van de therapie aan de klas laten zien en erover verteld. Ze vond dit eng, maar met de therapeut naast haar wilde ze dit doen. Dit vinden moeder en de gezinscoach erg positief. Moeder en de gezinscoach zien de volgende groeipunten voor MR: ze kan nog meer zelfvertrouwen krijgen, ze kan zich nog meer onafhankelijk opstellen, ze kan de nee van een ander leren accepteren en minder negatief opvatten en tot slot kan ze groeien in het accepteren en waarderen van haar uiterlijk.

Hoofdstuk 4: Conclusie, discussie en aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden er conclusies getrokken met betrekking tot het onderzoeksdoel. Deze conclusies en het verloop van het onderzoek worden ter discussie gesteld. Het onderzoek wordt afgesloten met aanbevelingen voor toekomstig onderzoek.

§ 4.1 Conclusie

In deze paragraaf worden de onderzoeksresultaten geïnterpreteerd. Eerst worden de deelvragen beantwoord en aan de hand hiervan wordt de centrale onderzoeksvraag beantwoord. De doelstellingen van het onderzoek worden besproken in paragraaf 4.2 onder het kopje 'Bruikbaarheid van het onderzoek'. Voor de kwantitatieve resultaten is er ter interpretatie een kader opgesteld (zie bijlage XV).

Deelvraag 1

- *"In hoeverre ervaart de leerling met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"*

Deelvraag 3

- *"Hoe heeft de leerling met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?"*

De resultaten van de zelfbeeldtest van Groot (2016) laten zien dat MR nauwelijks tot in lichte mate een verbetering van het zelfbeeld door de beeldende therapie ervaart. Uit de resultaten van het interview met MR blijkt dat MR ervaart gegroeid te zijn in haar zelfvertrouwen, haar zelfwaardering en het opkomen voor zichzelf door beeldende therapie en de beeldende therapie positief heeft ervaren. Schweizer (2014) en Alavinezhad et. al. (2013) bevestigen dat kinderen meer zelfvertrouwen en zelfwaardering kunnen krijgen door beeldende therapie. Al deze resultaten bij elkaar genomen, kan er worden geconcludeerd dat MR een verbetering van haar zelfbeeld ervaart door de beeldende therapie.

Deelvraag 2

- *"In hoeverre ervaart het sociale netwerk van een kind met een laag zelfbeeld een verbetering van het zelfbeeld na de beeldende therapie?"*

Deelvraag 4

- *"Hoe heeft het sociale netwerk van de leerling met een laag zelfbeeld de beeldende therapie ervaren in relatie tot het verbeteren van het zelfbeeld?"*

De resultaten van de zelfbeeldtest van Groot (2016) laten zien dat de groepsleerkracht en de moeder van MR nauwelijks tot in lichte mate een verbetering van het zelfbeeld van MR door de beeldende therapie ervaart. Uit de resultaten van de interviews blijkt dat de groepsleerkracht de beeldende therapie als een kleine, maar succesvolle stap in de goede richting heeft ervaren. De moeder en de gezinscoach hebben de beeldende therapie als erg positief ervaren. Samengevat ervaart het sociale netwerk van MR een verbetering van het zelfbeeld van MR door de beeldende therapie op de volgende punten: makkelijker hulp vragen, meer van zichzelf laten horen en zien, grenzen beter aangeven bij vriendinnen en familie, een meer open en spontane houding, beter omgaan met spanning/prestatiedruk, haar angsten durven benoemen en ze overwinnen en meer zelfstandigheid/onafhankelijkheid tonen.

Graag ziet het sociale netwerk dat MR verder groeit in haar zelfvertrouwen, het aannemen van een onafhankelijke/zelfstandige houding, haar grenzen aangeven (ook aan minder bekende personen), het omgaan met faalangst, het omgaan met de "nee" of afwijzing van een ander en het accepteren/waarderen van haar uiterlijk. Al deze resultaten bij elkaar genomen, kan er geconcludeerd worden dat het sociale netwerk van MR een verbetering van het zelfbeeld van MR ervaart door de beeldende therapie.

Nu wordt er een antwoord gegeven op de centrale onderzoeksvraag: **"In welke mate draagt beeldende therapie bij aan het verbeteren van het zelfbeeld van een leerling met een laag zelfbeeld op het speciaal basisonderwijs?"**. De kwantitatieve resultaten laten zien dat er een kleine verbetering van het zelfbeeld van MR heeft plaatsgevonden. De kwalitatieve resultaten zijn positiever en laten zien dat er een belangrijke stap is gezet en dat beeldende therapie heeft bijgedragen tot de verbetering van het zelfbeeld van MR, maar dat een verdere ontwikkeling/verbetering van het zelfbeeld gewenst is. Uit de kwalitatieve resultaten blijkt daarnaast dat de respondenten inzicht hebben gekregen in het zelfbeeld van MR en de verdere ontwikkeling/verbetering ervan. Al deze resultaten bij elkaar genomen, kan er geconcludeerd worden dat beeldende therapie in redelijke mate heeft bijgedragen tot de verbetering van het lage zelfbeeld van MR.

§ 4.2 Discussie

In deze paragraaf wordt er kritisch gekeken naar het verloop van het onderzoek, de conclusies uit het onderzoek, de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek, de methodologische verantwoording en de bruikbaarheid van het onderzoek.

DSM diagnose 'laag zelfbeeld'

MR had geen officiële diagnose voor een laag zelfbeeld. Nu bestaat er ook geen diagnose voor een laag zelfbeeld (Korrelboom, 2011). De onderzoeker heeft dit opgelost door MR eenmalig te observeren en te laten observeren door de groepsleerkracht in de klas en op het schoolplein. De observatiegegevens en dossiergegevens van MR gaven samen met het literatuuronderzoek voldoende aanwijzing om te constateren dat MR een laag zelfbeeld had. Meer hierover in de aanbevelingen.

Onderzoekstypering

De N=1 onderzoeksmethode onderzoekt slechts één persoon. Dit maakt de onderzoeksresultaten niet generaliseerbaar (Verhoeven, 2011). Dit wordt verder toegelicht in de aanbevelingen. Er zijn geen grote verschillen tussen de kwantitatieve- en kwalitatieve resultaten in het onderzoek, deze vullen elkaar aan. Dit versterkt de triangulatie en de conclusie van het onderzoek.

Respondenten

Er hadden meer respondenten kunnen meewerken aan het onderzoek, zoals de gezinscoach, de broer van MR en een leerkracht die ook af en toe voor de groep van MR staat. Hier had de onderzoeker meer achteraan kunnen zitten.

Zelfbeeldtest Groot (2016)

De zelfbeeldtest is schriftelijk afgenomen bij de respondenten en naderhand online ingevoerd door de onderzoeker. Een nadeel hiervan is dat de onderzoeker fouten kan maken bij het invoeren van de resultaten.

Daarnaast kunnen respondenten bij een schriftelijke versie nog aanpassingen doen en bij een online versie wordt de test direct verzonden, waardoor het meer een momentopname kan zijn. De test bevat geen open vragen, dit kan het makkelijker maken om hem in te vullen. De test gaat in op zes gebieden van het zelfbeeld, dit geeft een compleet beeld van het zelfbeeld. Achteraf gaf de moeder van MR aan dat zij moeite had gehad met het invullen van de test, vanwege haar verminderde Nederlandse taalbegrip. De gezinscoach bleek haar geholpen te hebben met het invullen van de test, dit maakt het resultaat minder betrouwbaar (Verhoeven, 2011). De test had dus nog meer aangepast kunnen worden aan het taalbegrip van moeder. De groepsleerkracht gaf ook aan dat hij twijfels had bij het invullen van de test, omdat hij nog maar relatief kort met MR bekend is. Dit kan de resultaten minder betrouwbaar maken (Verhoeven, 2011). Hierop aansluitend kan MR de test door een gebrek aan zelfinzicht of door het invullen van sociaal wenselijke antwoorden niet volledig naar waarheid hebben ingevuld. Ook dit kan de resultaten minder betrouwbaar maken (Verhoeven, 2011). De zelfbeeldtest bevat een Likertschaal met de optie 'soms'. Deze optie kan ertoe leiden dat respondenten bij twijfel van het invullen van een antwoord kiezen voor deze optie. Dit kan de resultaten minder betrouwbaar maken. Tot slot hadden er 3 metingen gedaan kunnen worden met de zelfbeeldtest om tot een completer onderzoeksbeeld te komen (Verhoeven, 2011).

Interviews

Er was tijdens de interviews veel ruimte voor de ervaringen van de respondent, maar de onderzoeker had de touwtjes meer in handen kunnen houden en de interviews bij veel herhaling of afdwalen meer kunnen leiden. In de interviews had meer richting of structuur kunnen zitten. De zes gebieden van het zelfbeeld (zelfwaardering, optimisme, angsttolerantie, stresshantering, opkomen voor zichzelf en realiteitsbesef) hadden meer als een leidraad gebruikt kunnen worden. Dit had een opening kunnen bieden naar de respondenten om meer te vertellen over deze onderwerpen. Bij het interview met MR had de onderzoeker meer open vragen kunnen stellen, zodat MR meer ruimte had gekregen voor haar eigen invulling. Dit had meer resultaten opgeleverd. Nu leek het alsof MR soms een sociaal wenselijk antwoord gaf door alleen 'ja' te zeggen. Bij het interview met de moeder van MR is de gezinscoach onaangekondigd aangeschoven. Dit heeft de onderzoeker goedgekeurd. Een voordeel hiervan was dat de gezinscoach de moeder kon ondersteunen in het onder woorden brengen van haar ervaringen. Daarnaast kon de gezinscoach moeder aanvullen met eigen observaties van MR gedurende de behandelperiode. De gezinscoach is namelijk betrokken in de thuissituatie en krijgt daardoor veel van MR mee. Een nadeel van deze beslissing is dat de gezinscoach de ervaringen van moeder beïnvloed kan hebben, waardoor er andere resultaten uitkwamen (Verhoeven, 2011). Maar in dit geval heeft het naar het inzicht van de onderzoeker juist de resultaten verrijkt. Tot slot is er voor de interviews gebruik gemaakt van opnameapparatuur om de betrouwbaarheid van de resultaten te verhogen, maar de onderzoeker kan de informatie nadien alsnog onjuist geïnterpreteerd hebben (Verhoeven, 2011).

Onderzoeker = beeldend therapeut

De onderzoeker is bijna afgestudeerd beeldend therapeut en heeft 1 jaar praktijkervaring opgedaan met therapie geven op de onderzoekslocatie. Tijdens dit jaar was er geen begeleiding van een beeldend therapeut. Deze twee factoren maken de onderzoeker die tevens de therapeut was minder deskundig op het gebied van behandelen als een therapeut met langere ervaring met de desbetreffende doelgroep/problematiek.

Daarnaast is dit onderzoek het eerste onderzoek voor de onderzoeker. Ook hier is de onderzoeker minder ervaren in. Dit kan beide ten nadele zijn van de uitkomsten uit dit onderzoek.

Interventie beeldende therapie

Er zijn geen standaardinterventies ingezet in de beeldende therapie met als doel zo goed mogelijk aan te sluiten bij de specifieke leerling die onderzocht werd. Het nadeel hiervan is dat er bij vervolgonderzoeken nu moeilijker gegeneraliseerd kan worden indien er iedere keer verschillende interventies worden gekozen (Smeijsters, 2008). Hierover meer in de aanbevelingen.

Bruikbaarheid van het onderzoek

Dit onderzoek is instrumenteel bruikbaar voor beeldende studenten op het speciaal basisonderwijs (onder andere bij de Triade) die vervolgonderzoek willen doen naar het effect van beeldende therapie op het lage zelfbeeld van een leerling zonder andere problematiek.

Het onderzoek is conceptueel bruikbaar voor de opdrachtgever en de stageplek om inzicht en kennis te vergroten op het gebied van een laag zelfbeeld bij leerlingen in de basisschoolleeftijd. Dit is gunstige kennis voor alle collega's die werken met leerlingen die een laag zelfbeeld hebben. Ze kunnen deze kennis gebruiken in de omgang met leerlingen en ze kunnen creatieve activiteiten wellicht inzetten bij deze leerlingen. Hier zijn nog geen concrete resultaten uit voortgekomen.

Daarnaast toont het onderzoek aan dat beeldende therapie een positieve bijdrage levert voor de verbetering van het lage zelfbeeld van één leerling. Het onderzoek kan hiermee aanwakken om vaker beeldende therapie in te zetten als behandeling bij leerlingen met een laag zelfbeeld. De stageplek heeft geen beeldend therapeut, maar wel beeldende studenten/stagiaires die hier invulling aan kunnen geven.

Voor het vakgebied beeldende therapie kunnen de resultaten van dit onderzoek inzicht bieden in de mate van effect van beeldende therapie op een laag zelfbeeld van een leerling op het speciaal basisonderwijs. Daarnaast vergroot dit onderzoek de aandacht en informatie over de inzet van beeldende therapie op het speciaal basisonderwijs. Dit bereik kan zich verder uitbreiden wanneer het onderzoek geplaatst wordt op de HBO Kennisbank. Tot slot geeft dit onderzoek aan alle respondenten meer duidelijkheid over het zelfbeeld van de leerling 'MR' en over hoe het zelfbeeld verbeterd kan worden.

§ 4.3 Aanbevelingen

In deze paragraaf worden er aanbevelingen gedaan voor de opdrachtgever/stage-instelling en voor toekomstig onderzoek.

Opdrachtgever/stage-instelling

De opdrachtgever en de stage-instelling worden aanbevolen om het onderzoek te gebruiken om de kennis en inzichten te vergroten onder collega's over een laag zelfbeeld bij leerlingen. Daarnaast wordt er aanbevolen om vervolgonderzoek te doen met meerdere casestudies aansluitend op dit onderzoek, zodat het effect van beeldende therapie op de verbetering van een laag zelfbeeld bij leerlingen op het speciaal basisonderwijs op een hoger niveau kan worden aangetoond en generaliseerbaar wordt (Swanborn, 2013). Dit kan uitgevoerd worden door onder andere (toekomstige) stagiaires/studenten bij de Triade.

Er wordt aangemoedigd om beeldende therapie vaker in te zetten bij het verbeteren van een laag zelfbeeld bij leerlingen, dit vanwege het positieve effect dat nu is gebleken voor één leerling.

In gesprek met de groepsleerkracht van MR is vastgesteld dat er geen beeldende activiteiten geschikt zijn om in de groepssituatie in de klas van MR aan te bieden. De activiteiten zijn namelijk individueel gericht en niet groepsgericht. De activiteiten kunnen wel één op één of één op twee worden aangeboden, zodat er voldoende begeleiding en verdieping kan worden geboden. Indien er interesse is voor beeldende activiteiten in de klas wordt er aanbevolen om dit als apart onderzoek op te laten zetten, waarbij het kan gaan over beeldende therapeutische activiteiten voor de sociaal emotionele ontwikkeling bij kinderen in de groep.

Tijdens het onderzoek kwam naar voren dat de groepsleerkracht MR positief kan stimuleren en uitdagen, waardoor zij gedurfd is geworden en meer praat in de klas. De onderzoeker moedigt de leerkracht aan om dit proces voort te zetten, zodat het zelfbeeld van MR nog verder kan verbeteren.

De moeder van MR wordt aangemoedigd om de creativiteit van MR te blijven stimuleren, zodat haar sociaal- emotionele groeiproces zich kan blijven voortzetten en haar zelfbeeld nog verder kan verbeteren (Schweizer C. , 2014). Moeder kan hiervoor gebruik maken van de creatieve activiteiten uit dit onderzoek. De onderzoeker zal deze activiteiten in contact met moeder delen met een korte, begrijpbare uitleg, aansluitend op het taalbegrip van moeder.

Toekomstig onderzoek

Indien de toekomstige onderzoeker met meer zekerheid wil constateren dat de leerling een laag zelfbeeld heeft dan kan deze een deskundig persoon, zoals een psycholoog, inschakelen om de leerling te observeren en/of te diagnosticeren.

Er wordt aanbevolen om zoveel mogelijk respondenten te benaderen van het sociale netwerk van de leerling die onderzocht gaat worden om het onderzoeksbeeld te verruimen. Bij de keuze voor respondenten wordt aanbevolen dat zij minstens een half jaar bekend zijn met de leerling.

Als dit tot de mogelijkheden behoort, wordt de begeleiding en/of advisering door een beeldend therapeut gedurende het onderzoek aanbevolen.

De therapeut wordt aanbevolen om tijdens de behandeling gebruik te maken van een gevalideerd observatie-instrument om zo de triangulatie van het onderzoeken te vergroten (Verhoeven, 2011).

De toekomstige onderzoeker die een andere opzet kiest als dit onderzoek, maar wel in dezelfde context en aan hetzelfde probleem iets wilt veranderen, wordt aanbevolen om te zoeken naar standaardinterventies met beeldende therapie voor de verbetering van een laag zelfbeeld. Dit kan het onderzoek en de resultaten meer betrouwbaar en valide maken (Verhoeven, 2011).

Als dit tot de mogelijkheden behoort, wordt er aanbevolen om te kiezen voor een langere duur van de interventie, dit kan meer resultaten opleveren ten aanzien van het effect van de beeldende therapie.

Er wordt aanbevolen om de vragenlijst zo goed mogelijk te laten aansluiten bij de respondenten hun taalbegrip en observatie vermogen. Om beter aan te sluiten bij het kindniveau kan er worden overgewogen om een andere vragenlijst bij de leerling af te nemen dan bij het sociale netwerk. Er kan gekozen worden voor een andere vragenlijst zonder de optie 'soms' in de Likertschaal. Dit kan een meer waarheidsgetrouw beeld geven van het zelfbeeld van de leerling, maar de optie 'soms' kan ook waarheidsgetrouw zijn. Dit is een afweging die de toekomstige onderzoeker kan maken.

Er wordt aanbevolen om 3 metingen te doen met de vragenlijst om zo tot een completer onderzoeksbeeld te komen.

Er wordt aanbevolen om bij de halfgestructureerde interviews de belangrijke onderwerpen in het onderzoek (het zelfbeeld, zelfwaardering, optimisme, angsttolerantie, stresshantering, opkomen voor zichzelf en realiteitsbesef) meer als leidraad te gebruiken en deze onderwerpen te verduidelijken voor de respondenten. Dit biedt een opening om deze onderwerpen verder uit te diepen.

Hoofdstuk 5: Literatuurlijst

- Alavinezhad, R., Mousavi, M., & Sohrabi, N. (2013). Effects of art therapy on anger and self-esteem in aggressive children. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 40, 111-117.
- Baarda, B. (2014). *Dit is onderzoek! Handleiding voor kwantitatief en kwalitatief onderzoek* (2e ed.). Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers.
- Bartelink, C., Boendermaker, L., & van der Vliet, E. (2013). Vaktherapie. *Nederlands Jeugd Instituut*, 1-20.
- Delfos, M. (2005). *Luister je wel naar mij? Gespreksvoering met kinderen tussen vier en twaalf jaar*. Amsterdam: SWP.
- Erikson, E. (1977). *Het kind en de samenleving*. Utrecht/Antwerpen: Het Spectrum.
- Feldman, R. (2012). *Ontwikkelingspsychologie*. Amsterdam: Pearson Benelux.
- Groot, K. (2012). *Denk je sterk. Een cursus bij de zelfbeeldtest [e-book]*. Online uitgave: Psy-Image.
- Groot, K. (2016). *Zelfbeeldtest*. Opgeroepen op april 5, 2016, van Psy-Image: <http://psy-image.nl/zelfbeeldtest.php>
- Göldner, M., Stegge, H., Smits, M., & Thomaes, S. (2010). De kwetsbaarheid van de narcistische zelfwaardering bij kinderen. *Kind en Adolescent*, 31 (1), 4-15.
- Hollopeter, A. (2008). *Art Therapy Program Development for Elementary School Students*. Master of Arts in Art Therapy & Counseling Degree. Ohio: Ursuline College.
- Korrelboom, K. (2011). *COMET voor negatief zelfbeeld*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Kroon, K. (2014). *De invloed van leeftijd, intelligentie en sociale omgeving op zelfwaardering bij kinderen in het speciaal basisonderwijs*. Master Kinder- en Jeugdpsychologie. Utrecht: Universiteit Utrecht.
- Kuin, M., & Peters, P. (2014). *Zelfbeeldtraining voor kinderen en jongeren. Competitive Memory Training (COMET)*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Niemeijer, M., & Gastkemper, M. (2009). *Ontwikkelingsstoornissen bij kinderen. Medisch-pedagogische begeleiding en behandeling*. Assen: Koninklijke Van Gorcum.
- NVBT. (z.d.). *Beeldende therapie*. Opgeroepen op april 5, 2016, van Nederlandse Vereniging voor Beeldende Therapie: <http://www.beeldendetherapie.org/beeldendetherapie.html>
- Rijksoverheid. (z.d.). *Organisatie van het speciaal onderwijs*. Opgeroepen op april 5, 2016, van Rijksoverheid: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/passend-onderwijs/inhoud/speciaal-onderwijs>

Roy, D., Baker, W., & Hamilton, A. (2015). *Teaching the Arts: Early Childhood & Primary Education*. Australia: Cambridge University Press.

Schweizer, C. (2014). Beeldende therapie voor kinderen met autismspectrumstoornis. Een beschrijving van werkzame elementen. *Wetenschappelijk tijdschrift Autisme* (1), 28-35.

Schweizer, C. (2001). *In Beeld. Doelgroepgerichte behandelmethoden van beeldend therapeuten*. Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum.

Smeijsters, H. (2008). *Handboek Creatieve Therapie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.

Spreen, M. (2015). *De systemische N=1. Verkenningen in de praktijk*. Leeuwarden: Stenden Hogeschool.

Swanborn, P. (2013). *Case studies: wat, wanneer en hoe?* Den Haag: Boom Lemma.

Triade. (2015). *Dossier MR*. Wolvega: SBO de Triade.

Triade. (2014-2015). *Schoolgids*. Wolvega: SBO de Triade.

Vandereycken, W. (2000). *Handboek Psychopathologie. Deel 1*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Verhoeven, N. (2011). *Wat is onderzoek? Praktijkboek methoden en technieken voor het hoger onderwijs*. Den Haag: Boom Lemma uitgevers.

Winter, L. (2008). *De sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen. De sociale en emotionele ontwikkeling, de betekenis van het begrip en preventie van sociaal-emotionele problematiek*. Departement Kinder- en Jeugdpsychologie. Tilburg: Universiteit van Tilburg.

Hoofdstuk 6: Bijlagen

I	Blanco toestemmingsformulier onderzoek beeldende therapie
II	Ingevuld toestemmingsformulier onderzoek beeldende therapie
III	Dossiergegevens en observaties van de leerling
IV	Observatiewijze therapie
V	Observatieperiode
VI	Conclusies observatieperiode
VII	Behandelplan
VIII	Rapportage therapie
IX	Vragenlijsten blanco
X	Digitaal ingevulde vragenlijsten
XI	Testuitslagen
XII	Voorbereiding interviews
XIII	Volledig uitgeschreven interviews
XIV	Analyse interviews
XV	Interpretatie kwantitatieve resultaten
XVI	Invulformulier HBO Kennisbank
XVII	Toestemmingsformulier HBO Kennisbank
XVIII	Advies praktijkbegeleider/opdrachtgever

I Blanco toestemmingsformulier onderzoek beeldende therapie



Toestemmingsformulier Onderzoek Beeldende Therapie

Beste ouders/ verzorgers van MR,

Middels deze brief wil ik u in het kader van mijn afstudeeronderzoek vragen om toestemming voor het doen van Beeldende Therapie met uw kind op SBO de Triade in Wolvega. Ik zal mijzelf kort voorstellen. Ik ben Melanie Woudstra. Ik zit nu in mijn laatste jaar van de HBO studie Creatieve Therapie. Vorig jaar heb ik een jaar stage gelopen op SBO de Triade. Ik heb veel geleerd van de individuele therapieën die ik gaf aan 6 verschillende leerlingen. Binnen de therapie kwam telkens naar voren dat het hebben van zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld heel belangrijk zijn voor de gehele ontwikkeling van het kind.

Ik zal kort toelichten wat Beeldende Therapie inhoud. Beeldende Therapie is een manier van praten via beelden. Door doelgerichte creatieve opdrachten te doen met uw kind kan ik uw kind onder meer helpen bij het beter leren omgaan met problemen, emoties en het gedrag dat hieruit voortkomt, sociaal vaardiger te worden, een positiever zelfbeeld te krijgen, leren zich beter in te leven in anderen, leren samenwerken en leren om concentratie te verhogen. Werkvormen zijn onder meer tekenen, schilderen, kleien, werken met kosteloze materialen, werken met hout en werken met steen.

Voordat er een onderzoek kan plaatsvinden, wil ik graag 4 observatiesessies doen met Beeldende Therapie bij MR. Aan de hand van deze sessies kan ik bepalen of zij in aanmerking komt voor dit onderzoek, het beeldend werken haar voldoende aanspreekt, er een motivatie is om aan bepaalde doelen te werken, en er een goede vertrouwensband kan worden opgebouwd, waardoor de therapie effectief wordt. Indien uit de observatiesessies blijkt dat MR niet in aanmerking komt voor dit onderzoek dan krijgen jullie dit van mij te horen en zal het onderzoek niet doorgaan.

Het onderzoek dat ik wil gaan doen is gericht op het verbeteren van het zelfbeeld van MR. Vanuit de schoolsituatie heb ik meegekregen dat MR geen groot zelfvertrouwen heeft. Beeldende Therapie kan ervoor zorgen dat MR meer zelfvertrouwen krijgt en beter uit zichzelf keuzes kan maken. Dit kan positief zijn voor zowel haar vriendschappen met klasgenoten als haar schoolprestaties. De behandeling met Beeldende Therapie zal 10 tot 12 weken zijn en 1 keer per week plaatsvinden. Bij voorkeur op een vaste dag en een vast tijdstip. Een therapiesessie duurt 1 à 1,5 uur. Binnen het onderzoek wordt van u en MR gevraagd tweemaal een vragenlijst in te vullen over het zelfbeeld van MR. Daarnaast wil ik jullie graag apart van elkaar interviewen over de ervaringen met Beeldende Therapie en het verbeteren van het zelfbeeld van MR nadat de behandeling is afgerond. Er wordt zorgvuldig omgegaan met jullie gegevens en de informatie die ik van jullie krijg. Er zullen in het onderzoek geen namen worden vermeld. Jullie blijven anoniem. Tijdens de behandeling met Beeldende Therapie kan ik u per mail op de hoogte houden van de belangrijkste vorderingen in de therapie en ik kan foto's sturen van de werkstukken die MR maakt. Indien gewenst kan er een tussenevaluatie gesprek gepland worden halverwege de behandeling om de stand van zaken tot dan toe te bespreken en zo nodig de therapie bij te stellen.

Voordelen van dit onderzoek

Deze therapie wordt zonder verdere kosten gedaan. De therapie die gegeven wordt, wordt met veel toewijding gegeven. Ik wil zo goed mogelijk aansluiten bij MR haar behoeften en wensen. Met als doel dat zij na de behandeling steviger in haar schoenen staat en dus meer zelfvertrouwen heeft. Ze krijgt bij mij de ruimte om veel van zichzelf te laten zien en te ontdekken. Ik wil haar de veiligheid en het vertrouwen bieden waardoor ze dit durft.

Om dit onderzoek te mogen doen bij MR heb ik uw toestemming nodig. Ik wil u daarom vriendelijk vragen of u naar aanleiding van deze brief geïnteresseerd bent om dit onderzoek te laten doen bij MR. Indien er onduidelijkheden zijn, kunt u mij mailen of bellen op onderstaande contactgegevens. Indien u wilt bellen dan kunt u per mail een belafsprak maken. Wanneer u toestemming geeft, wil ik graag een gesprek met u plannen om verdere zaken door te spreken en afspraken te gaan plannen. Dit gesprek zal samen worden gepland met Ingrid Bruinenberg, locatieleider van de Triade.

Zou u zo vriendelijk willen zijn om onderstaand strookje ingevuld en voorzien van handtekening bij de groepsleerkracht van uw dochter in te leveren?

Met vriendelijke groet,
Melanie Woudstra
Creatieve Therapie Student Jaar 4
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: 06-21463078



Hierbij geef ik.....(naam)

ouder van.....(naam leerling)

wel/geen (omcirkelen wat van toepassing is) toestemming voor het volgen van Beeldende Therapie.

Datum:

Handtekening:

II Ingevuld toestemmingsformulier onderzoek beeldende therapie

Om de anonimiteit van de onderzochte leerling en haar moeder te behouden, zijn alle namen op het ingevulde toestemmingsformulier doorgestreept, inclusief bij de handtekening van de moeder van de leerling.

Toestemmingsformulier Onderzoek Beeldende Therapie



Beste ouders/ verzorgers van ~~Maria~~

Middels deze brief wil ik u in het kader van mijn afstudeeronderzoek vragen om toestemming voor het doen van Beeldende Therapie met uw kind op SBO de Triade in Wollega. Ik zal mijzelf kort voorstellen. Ik ben Melanie Woudstra. Ik zit nu in mijn laatste jaar van de HBO studie Creatieve Therapie. Vorig jaar heb ik een jaar stage gelopen op SBO de Triade. Ik heb veel geleerd van de individuele therapieën die ik gaf aan 6 verschillende leerlingen. Binnen de therapie kwam telkens naar voren dat het hebben van zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld heel belangrijk zijn voor de gehele ontwikkeling van het kind.

Ik zal kort toelichten wat Beeldende Therapie inhoudt. Beeldende Therapie is een manier van praten via beelden. Door doelgerichte creatieve opdrachten te doen met uw kind kan ik uw kind onder meer helpen bij het beter leren omgaan met problemen, emoties en het gedrag dat hieruit voortkomt, sociaal vaardiger te worden, een positiever zelfbeeld te krijgen, leren zich beter in te leven in anderen, leren samenwerken en leren om concentratie te verhogen. Werkvormen zijn onder meer tekenen, schilderen, kleien, werken met kosteloze materialen, werken met hout en werken met steen.

Voordat er een onderzoek kan plaatsvinden, wil ik graag 4 observatiesessies doen met Beeldende Therapie bij ~~Maria~~. Aan de hand van deze sessies kan ik bepalen of zij in aanmerking komt voor dit onderzoek, het beeldend werken haar voldoende aanspreekt, er een motivatie is om aan bepaalde doelen te werken, en er een goede vertrouwensband kan worden opgebouwd, waardoor de therapie effectief wordt. Indien uit de observatiesessies blijkt dat ~~Maria~~ niet in aanmerking komt voor dit onderzoek dan krijgen jullie dit van mij te horen en zal het onderzoek niet doorgaan.

Het onderzoek dat ik wil gaan doen is gericht op het verbeteren van het zelfbeeld van ~~Maria~~. Vanuit de schoolsituatie heb ik meegekregen dat ~~Maria~~ geen groot zelfvertrouwen heeft. Beeldende Therapie kan ervoor zorgen dat ~~Maria~~ meer zelfvertrouwen krijgt en beter vanuit haarzelf keuzes kan maken. Dit kan positief zijn voor zowel haar vriendschappen met klasgenoten als haar schoolprestaties. De behandeling met Beeldende Therapie zal 10 tot 12 weken zijn en 1 keer per week plaatsvinden. Bij voorkeur op een vaste dag en een vast tijdstip. Een therapiesessie duurt 1 à 1,5 uur. Binnen het onderzoek wordt van u en ~~Maria~~ gevraagd tweemaal een vragenlijst in te vullen over het zelfbeeld van ~~Maria~~. Daarnaast wil ik jullie graag apart van elkaar interviewen over de ervaringen met Beeldende Therapie en het verbeteren van het zelfbeeld van ~~Maria~~ nadat de behandeling is afgerond. Met de informatie die ik van jullie krijg, wordt heel zorgvuldig omgegaan. Er zullen in het onderzoek geen namen worden vermeld. Jullie blijven anoniem. Tijdens de

behandeling met Beeldende Therapie kan ik u per mail op de hoogte houden van de belangrijkste vorderingen in de therapie en ik kan foto's sturen van de werkstukken die ~~.....~~ maakt. Indien gewenst kan er een tussenevaluatie gesprek gepland worden halverwege de behandeling om de stand van zaken tot dan toe te bespreken en zo nodig de therapie bij te stellen.

Voordelen van dit onderzoek

Deze therapie wordt zonder verdere kosten gedaan. De therapie die gegeven wordt, wordt met veel toewijding gegeven. Ik wil zo goed mogelijk aansluiten bij ~~.....~~ haar behoeften en wensen. Met als doel dat zij na de behandeling steviger in haar schoenen staat en dus meer zelfvertrouwen heeft. Ze krijgt bij mij de ruimte om veel van haarzelf te laten zien en te ontdekken. Ik wil haar de veiligheid en het vertrouwen bieden waardoor ze dit durft.

Om dit onderzoek te mogen doen bij ~~.....~~ heb ik uw toestemming nodig. Ik wil u daarom vriendelijk vragen of u naar aanleiding van deze brief geïnteresseerd bent om dit onderzoek te laten doen bij ~~.....~~. Indien er onduidelijkheden zijn, kunt u mij mailen of bellen op onderstaande contactgegevens. Indien u wilt bellen dan kunt u per mail een belafsprake maken. Wanneer u toestemming geeft, wil ik graag een gesprek met u plannen om verdere zaken door te spreken en afspraken te gaan plannen. Dit gesprek zal samen worden gepland met Ingrid Bruinenberg, locatieleider van de Triade.

Zou u zo vriendelijk willen zijn om onderstaand strookje ingevuld en voorzien van handtekening bij de groepsleerkracht van uw dochter in te leveren?

Met vriendelijke groet,
Melanie Woudstra
Creatieve Therapie Student Jaar 4
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: 06-21463078



Hierbij geef ik.....(naam)

ouder van.....(naam leerling)

wel/geen (omcirkelen wat van toepassing is) toestemming voor het volgen van Beeldende Therapie.

Datum: 15, 10, 2015

Handtekening:



III Dossiergegevens en observaties van de leerling

Nu volgen de relevante dossiergegevens van de leerling en de observatie van de leerling door de onderzoeker en de groepsleerkracht.

De leerling 'MR' heeft binnen de periode van het onderzoek een leeftijd van 10 jaar. De volgende gegevens zijn bekend. MR is Moslim. MR heeft een IQ van 65 (dit is onder het gemiddelde). MR doet aan paardrijden en gym en heeft hier veel plezier in. In haar vrije tijd zingt zij in een koor in de kerk, speelt en logeert zij bij vriendinnen en gaat zij naar verjaardagsfeestjes (Triade, Dossier MR, 2015).

Uit psychologische onderzoeken in het dossier van MR komen de volgende eigenschappen naar voren:

- Lief en aanhankelijk;
- Gelijmatig en rustig;
- Opgewekt en vrolijk;
- Dromerig en naar binnen gericht;
- Maakt een jonge indruk;
- Overbezorgd, erg serieus, snel angstig of gespannen;
- Positieve werkinstelling;
- Wisselende prestaties op school;
- Groeit van complimenten;
- Gevoelig voor goed- of afkeuring;
- Weinig zelfvertrouwen;
- Faalangstig;
- Soms onrustig en moeilijk stil kunnen zitten;
- Maakt weinig oogcontact;
- Wisselend last van buik- en/of hoofdpijnklachten in combinatie met spanning/angst (Triade, Dossier MR, 2015).

Schoolsituatie

In de groepssituatie komen de volgende kenmerken naar voren. MR vindt het niet fijn als andere kinderen haar aankijken en reageert geremd als zij de beurt krijgt in de klas. MR heeft behoefte aan extra ondersteuning door de leerkracht bij de lesstof en accepteert aanwijzingen van de leerkracht. MR vraagt moeizaam zelf om hulp (Triade, Dossier MR, 2015).

Contact klasgenoten

In het contact met klasgenoten komen de volgende kenmerken naar voren. MR speelt met anderen en heeft vaak vaste contacten. MR wordt geaccepteerd in de groep. Zij gaat met plezier naar school en zit goed in haar vel. MR heeft weinig conflicten, is volgzzaam, kan andere kinderen goed helpen en kan goed aanvoelen hoe andere kinderen zich voelen. MR vindt het lastig om haar grenzen aan te geven of aan te geven wat zij vindt en voelt. MR kan spontaan zijn en veel praten in een voor haar veilige en vrije situatie (vooral in 1 op 1 contact) (Triade, Dossier MR, 2015).

Thuisituatie

Thuis komt MR goed voor zichzelf op. MR heeft een hechte relatie met haar moeder. Moeder kan te lief en niet streng genoeg zijn. MR haar ouders zijn gescheiden. Zij woont samen met haar moeder en oudere broer. Met vader is weinig contact. MR ervaart spanning als zij contact met vader heeft. Vader heeft een drugsverleden en er is een straatverbod geweest. Dit was een traumatische ervaring voor MR.

Moeder wil graag hulp voor de onzekerheid van MR. Moeder zegt dat MR moeilijk praat over haar eigen emoties en verdriet, maar wel bij anderen doorvraagt. Volgens moeder is MR een gesloten en gevoelig meisje. Moeder geeft aan dat MR een keer hilde in het weekend, omdat er te veel dingen waren die haar spanning gaven. Verder vertelt moeder dat MR teleurgesteld kan zijn in zichzelf als zij iets niet zo snel of goed kan doen als de ander. Ze vergelijkt zichzelf bijvoorbeeld met haar vriendinnen en ziet zichzelf dan negatief. Op het moment dat moeder trots was op MR dat ze iets kon, werd MR boos omdat het niet net zo goed was als een vriendin van haar. Moeder vertelt dat MR last kan hebben van nachtmerries als zij enge dingen heeft gezien. Moeder zegt dat MR slecht tegen veranderingen kan en hierin bevestiging en geruststelling van anderen nodig heeft dat de verandering positief kan zijn. Moeder zegt dat MR veronderstelt dat wanneer andere mensen hard praten dat zij dan ruzie hebben of boos zijn. De veronderstelling zelf klopt. Alleen praten de mensen in de genoemde situatie op normaal volume volgens moeder. Door deze beeldvorming is MR geneigd zelf erg zacht te praten (Triade, Dossier MR, 2015).

Observatie door de onderzoeker

Uit een eigen observatie in de klas op 14 oktober 2015 komen de volgende kenmerken van MR naar voren:

- Zacht praten;
- Rustig, stil en onopvallend in de groep;
- Moeite om te concentreren;
- Dromerig;
- Serieus;
- Onzeker;
- Goedkeuring zoeken van anderen;
- Complimenten doen haar goed;
- Hulp van anderen accepteren, maar zelf moeilijk om hulp vragen;
- Ze lijkt zich veiliger te voelen in 1 op 1 contact;
- Ze schrikt wanneer zij een beurt krijgt, dit lijkt op bevroren, en ze denkt lang na voordat ze een antwoord geeft;
- Ze heeft baat bij extra uitleg en ondersteuning van meester.

Observatie door groepsleerkracht

In de klas is meester opgevallen dat MR erg bang is om fouten te maken. Ze legt veel druk op zichzelf door te verwachten dat ze in één keer het juiste antwoord geeft. Meester zou graag willen zien dat MR meer kan ontspannen en vertrouwen krijgt dat een fout antwoord oké is, omdat iedereen fouten mag maken. Juist van die fouten kan iedereen iets leren, inclusief MR.

IV Observatiewijze therapie

Nu volgt de observatiewijze voor de observatieperiode en de therapiebehandeling, deze zijn naar eigen inzicht en kennis van de therapeut/onderzoeker opgesteld.

Observatieperiode

Kenmerkende manier van werken:

- Omgang met materialen: voorzichtig?
- Beleving van materialen
- Expressie, Gevoelsbeleving
- Thema's die aanspreken
- Contact en manier van hechten aan haar werkstuk
- Fantasierijk of meer realiteitsgericht
- ETC → Links: Cognitie | Waarnemen | Grove motoriek. Rechts: Symboliek | Affectie, gevoelsbeleving, intuïtie | Sensomotoriek.
- Beeldaspectenlijst en/ of appèlijst eventueel erbij pakken

Zelfvertrouwen in:

- Ruimte innemen
- Keuze voor materialen die zij leuk vind, weten wat ze leuk vind
- Weten hoe ze iets gaat vormgeven, intuïtie
- Openstaan voor haar creativiteit en vindingrijkheid
- Ervaart ze dat ze ergens goed in is? Op school of creatief gezien.
- Verbale versus non- verbale communicatie (wanneer komt ze meer zeker over?)

Overig:

- Hulpvraag: wensen, behoeften
- Therapeutische relatie

**Hoe observeer en meet ik de groei/ verandering van het zelfbeeld tijdens de beeldende therapie?!?!?!?!?*

Therapiebehandeling

Werking op het zelfbeeld van:

- Materiaal/werkvorm
- Therapeutische relatie

V Observatieperiode

Voor het gebruik van foto's van de werkstukken van de leerling en informatie uit de therapie in het onderzoek heeft de moeder van de leerling mondeling toestemming gegeven. Nu volgt de rapportage van de observatieperiode.

Sessie 1 28 oktober 2015 Observatie

Wie is MR?

MR begint met vertellen over dat ze erg van pony rijden houdt. Ze is van turnen af gegaan om zich meer te kunnen focussen op het pony rijden. Ze zegt dat ze rustig wordt van pony rijden. Want soms kan ze erg moe of druk thuis komen. Een vriendin van haar rijdt op dezelfde manege pony. MR verteld dat ze veel vriendinnen heeft van haar oude school en de Triade. Op de Triade zijn K, U en A haar beste vriendinnen.

MR is 10 jaar. Ze is vorig jaar van school gewisseld en ze vind het op de Triade steeds leuker worden. Ze heeft 2 grote broers. Ze woont met haar moeder en 1 broer. De andere broer woont zelfstandig, maar ook in Wolvega, waardoor ze hem vaak kan zien.

Thuis en op school knutselt ze wel eens. Zo heeft ze een keer een paard van klei gemaakt samen met haar buurvrouw en deze hebben ze op een tegeltje bevestigd. Ze willen hem nog gaan verven. MR stelt voor hem een keer mee naar school te nemen om hem te laten zien. Ik reageer enthousiast dat ik dat een goed idee vind en benieuwd ben naar het werkstuk.

Activiteit en doel

Papier op houten plank getapet. Om beurten een druppel ecoline zetten op het papier. Na 2 druppels het papier samen gaan bewegen en contact maken met elkaar. Zo een tijdje doorgaan. Na verloop van tijd suggesties doen als het papier anders gaan bewegen, meer druppels tegelijk zetten of op een nieuw papier verder werken, het nieuwe papier niet meer vast plakken of juist wel. Het doel van deze activiteit is contact maken met elkaar en zien of beweging ervoor kan zorgen dat de leerling zich meer op zijn gemak voelt, zodat de spanning van voor de activiteit langzaam afneemt en je samen op een speelse manier kan kennismaken met elkaar.

Kenmerkende manier van werken

– Omgang met materialen: voorzichtig?

Ging heel voorzichtig te werk. Afwachtend. Ze heeft ervaring met het materiaal zegt ze en dan meer met dingen naschilderen. Ze zegt bij de nabespreking dat ze zowel naschilderen als deze meer losse manier van werken leuk vond.

– Beleving van materialen

Ze vond ecoline erg leuk om mee te werken. Vraagt hoeveel de ecoline kost om het zelf wellicht te kopen.

– Expressie, Gevoelsbeleving

Heldere, vrolijke kleuren spreken haar, zoals oranje, rood, geel en groen. Blauw en paars vind ze meer sombere kleuren.

– Thema's die aanspreken

In de werkstukken ziet ze verschillende dingen: slangen, vogels en vleugels, een spinnenweb, een Halloween masker, een bed, een kussen en een alien.

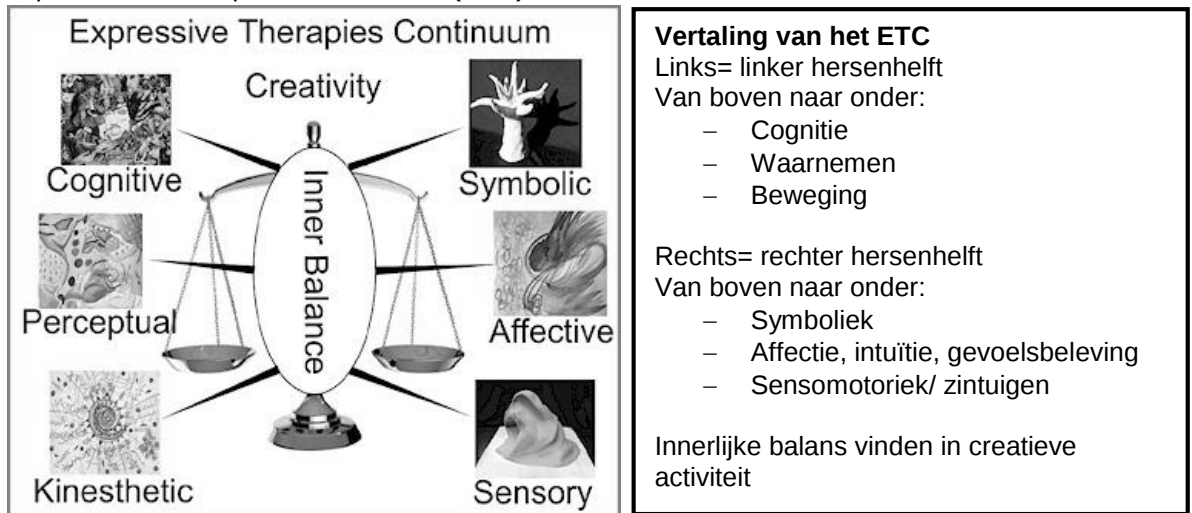
– Contact en manier van hechten aan haar werkstuk

Ze vind de werkstukken mooi geworden. Vooral het grote werkstuk waar we mee begonnen vind je ze erg mooi. Hier zitten meerdere kleuren in die haar aanspreken.

– **Fantasierijk of meer realiteitsgericht**

Bij de nabespreking komt naar voren dat MR veel verbeeldingskracht heeft. Ik vraag haar namelijk wat zij ziet in het werkstuk. Iets eerder heb ik zelf tussen neus en lippen door gezegd wat ik zag. Dit noemt ze dan ook als eerste, maar daarna komen haar eigen ideeën en beelden, zoals ik bij 'thema's die aanspreken' heb benoemd. Dit laat zien dat MR dingen kan zien in haar eigen werkstukken. Een stap verder in de therapie zal zijn dat die dingen een bepaalde betekenis kunnen hebben. Of dat ze kan benoemen dat bepaalde aspecten in het werk te maken hebben met hoe ze zich voelt of welke gedachtes ze heeft.

– Expressive Therapies Continuum (ETC)



Bij deze activiteit liet MR de volgende manieren van werken uit het ETC zien:

Cognitie → door afwachtend te zijn en mij de leiding te geven. Ze verstijfde vooral in het begin.

Beweging → Op het moment dat er meerdere kleuren tegelijk op het papier kwam en het materiaal meer ging bewegen, kwam MR ook meer in beweging.

Sensomotoriek en affectie → Het papier ging bubbelen toen het opdroogde. MR raakt het aan en zegt dat ze het fijn vindt voelen. Dit is een sensomotorische reactie op het werkstuk. Het aanraken leek ook op een soort affectie voor het werkstuk.

Waarnemen → Tot slot zit MR op het waarnemen door verschillende dingen in haar werkstuk te kunnen zien. Maar zit ze nog niet op de symboliek, want dan zou ze aan de dingen die ze ziet een persoonlijke betekenis kunnen verbinden.

MR is dus bijna alle onderdelen van het ETC langs gegaan behalve de symboliek. De symboliek vraagt meer zelfkennis en wellicht is MR te jong of nog niet toe om op die manier bezig te zijn.

Op dit moment denk ik dat de volgende manier van werken goed zou zijn voor MR:

Beweging → uit haar hoofd komen, meer in haar lijf en bij haar gevoelens. Hierdoor kan ze zich vrijer gaan voelen, meer op haar gemak en laat ze meer van haar zelf zien. Vanuit die ervaring kan het haar inzicht geven in wie zij is.

Sensomotoriek → alleen wanneer ze hier behoefte aan laat zien.

Intuïtie en gevoelsbeleving → hierin kan ze leren keuzes te maken in wat ze zelf leuk vindt, wat bij haar past en wanneer zich positief voelt over zichzelf.

Symboliek → ik denk dat dit een stap te ver is voor MR en binnen het korte tijdsbestek waarin ik met haar kan werken. Maar wanneer zij hier wel klaar voor is, kan deze manier

van werken gericht worden op haar identiteit door die op een symbolische manier te verwerken in haar werkstukken. Het ligt er vooral aan welke manier van werken haar het meeste ligt. Symboliek kan ook erg naar het denken toetrekken en dit kan MR juist belemmeren in zichzelf te laten zien.

Zelfvertrouwen in:

– Ruimte innemen

In de samenwerking aan het begin terughoudender. Vooral het toenemen van beweging in de activiteit zorgde er voor dat MR meer ruimte innam op het papier, omdat zij hier losser van werd.

– Keuze voor materialen die zij leuk vind, weten wat ze leuk vind

Het was niet haar eigen keuze om met ecoline te gaan werken. Wel kon ze goed aangeven dat ze het materiaal erg leuk vond.

– Weten hoe ze iets gaat vormgeven, intuïtie

Voorzichtig. Erg volgend en afwachtend. Zodra ik haar de mogelijkheid geef om vrijer te werken, doet ze dit. Maar haar houding van nature blijft afwachtend en terughoudend. Ze laat in deze activiteit nog weinig zien van wat haar eigen vormgeving is. Dit komt ook doordat wij het werkstuk samen maken. Wel laat ze zien welke kleuren ze graag gebruikt en dit benoemt ze ook in de nabespreking.



Werkstuk 1

– Openstaan voor haar eigen creativiteit en vindingrijkheid

Ja, in het mengen van kleuren komt ze uiteindelijk meer los en kan ze zelf bedenken welke kleur ze wilt gaan mengen. Het tegelijk zetten van meerdere druppels ecoline op het papier maakt haar ook vrijer en creatiever. Verder toont ze haar creativiteit in de nabespreking door te benoemen wat ze in de werkstukken ziet.

– Ervaart ze dat ze ergens goed in is? Op school of creatief gezien.

Ja, ze verteld dat ze goed kan schilderen met ecoline en dan bedoelt ze dingen naschilderen.

– Verbale versus non- verbale communicatie (wanneer komt ze meer zeker over?)

Wanneer ze uit haar hoofd en meer in beweging komt, komt ze meer zeker over en meer op haar gemak. Zowel verbaal als non-verbaal komt ze meer onzeker over als ze in haar hoofd zit. Kenmerkend is dan het zachte praten, een onzekere lichaamshouding en een afwachtende houding. Ik vraag me af wanneer ze luider zou gaan praten of wat ervoor zorgt dat ze bijna altijd erg zacht praat.

– Overig:

N.v.t.

- **Hulpvraag: wensen, behoeften**

N.v.t.

- **Therapeutische relatie**

MR zegt tegen mij dat ze mij heel lief vind. Ik zeg dat ik het heel lief vind dat ze dat zegt. Mij de leiding geven. Hierdoor bepaalde ik de mate van vrijheid die zij had door voorstellen te doen als zullen we nu:

"Het papier gaan bewegen?"

"Nieuwe druppels zetten?"

"Hoe zouden we het papier nog meer kunnen bewegen?"

"Zullen we kleuren gaan mengen?"

"Welke kleuren vind jij mooi om te mengen?"

Hiermee wil ik de keuze deels bij haar leggen op een veilige manier. Iedere keer als ik aan haar merkte dat ik te veel aan haar vroeg, nam ik weer meer de leiding. Dit merkte ik als ze erg lang stil bleef en ik zag haar houding meer onzeker worden.

Sessie 2

4 november 2015

Observatie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Het gaat goed met MR. Ze verteld dat ze is wezen logeren bij een vriendin en dat ze toen gezwommen hebben. Het zwembad was versierd in een Halloween thema. Dit vond MR erg leuk. Ze vindt Halloween leuk, omdat je dan mensen mag laten schrikken. Zo heeft ze haar moeder laten schrikken met lichtgevende vampiertanden.

Activiteit en doel

Ze mag een formaat papier kiezen waarop ze haar hand wil overtrekken. Hierin kan ik observeren hoeveel ruimte ze vanuit zichzelf inneemt. De omtrek mag ze maken met stift of potlood. Daarna mag ze kiezen met welk materiaal ze verder wilt werken. Ze kon kiezen uit kleurpotloden, stiften, verf en ecoline. Hierin kom ik erachter wat ze leuk vind en of ze hier voor durft te kiezen. De hand mocht ingekleurd worden en de rest van het papier ook. Hierin kan ze veel van haar manier van vormgeven laten zien. Mijn houding tijdens dit proces is stimulerend, zodat ze zichzelf durft te zijn en zichzelf laat zien in haar werkstuk. Als dit klaar is, heb ik een opdracht bij de hand. Per vinger heb ik namelijk een vraag en het antwoord mag ze eerst op een apart vel papier opschrijven. Ik begin bij de duim: "Waar ben je goed in?". Dan de wijsvinger: "Wat is een droom/ wens van je?". Dan de middelvinger: "Waar heb je een hekel aan?". Dan de ringvinger: "Waar houdt je van?". Tot slot de pink: "Waar zou je nog in willen groeien of beter in willen worden?". Daarna heeft ze de keus om de antwoorden in de tekening/ schildering te verwerken of ze zo te laten op het aparte vel. Het hoofddoel van deze activiteit is MR haar eigenheid en zelfinzicht observeren en onderzoeken of ze bepaalde behoeften/ wensen voor de toekomst heeft.

Kenmerkende manier van werken

- **Omgang met materialen**

Ze begint heel precies met werken. Na mijn opmerking dat ze het hele blad mag vullen, komt ze meer los en gaat ze intuïtiever/ vrijer te werk.

- **Beleving van materialen**

Ze kiest voor ecoline. Dit spreekt haar erg aan. Ze vindt het een leuk materiaal om mee te werken. Ze vindt de kleuren bij ecoline erg mooi.

- **Expressie, Gevoelsbeleving**

Kiest vanuit haar eigen gevoel de kleuren die haar aanspreken. Dit en de duidelijke omlijning van haar hand vind ik duiden op een eigenheid die ze kan laten zien van zichzelf. Ze gebruikt heldere kleuren en contrasten. Dit komt levendig over. MR voelde zich fijn tijdens het maken van dit werkstuk. Ze vindt oranje erg mooi en ze verteld dat ze zwart een mooie kleur vind voor omlijnningen. Als we die kleur erbij hadden, had ze die ook gebruikt.



- **Thema's die aanspreken**

Vriendschap. Ze erg bezig met vriendschap en zoekt ook vriendschap op in onze relatie in de therapie. Zo vraagt ze tegen het einde van de therapie of we samen een tekening kunnen maken. Ik stem hierin mee. Lees verder bij 'therapeutische relatie'.

- **Contact en manier van hechten aan haar werkstuk**

Vind haar werkstuk mooi. Vind de kleuren in haar werk mooi en vrolijk bij elkaar staan.

- **Fantasierijk of meer realiteitsgericht**

N.v.t.

Zelfvertrouwen in:

- **Ruimte innemen**

Ze heeft duidelijkheid nodig over hoeveel ruimte ze mag innemen. Ze neemt niet uit haarzelf veel ruimte in. Ze kiest een middel groot papier.

- **Keuze voor materialen die zij leuk vind, weten wat ze leuk vind**

Ze kiest voor ecoline en dit materiaal vind ze heel leuk om mee te werken.

- **Weten hoe ze iets gaat vormgeven, intuïtie**

Ze begint met de omlijning van haar hand met rood. Die maakt ze erg duidelijk. Daarna mengt ze de rode kleur met geel en ontstaan er verschillende varianten van oranje in haar hand. Er zitten wat kaders in de schildering, zoals de omlijning van de hand. Of de kaders bovenin de schildering. Maar de manier van werken komt speels en intuïtief over. Links bovenin heeft ze een hartje geschilderd. Dit kwam uit zichzelf. Het hartje was voor ons zei ze. MR bedenkt om vingerafdrukken te maken op het papier waar de antwoorden uit de tweede opdracht ontstaan. Met rode verf maakt ze per antwoord een vingerafdruk van de vinger die daarbij hoorde. Dit vind ik heel eigen van haar. Onderaan het papier heb ik ter verduidelijking alle vragen opgeschreven.

- **Openstaan voor haar eigen creativiteit en vindingrijkheid**

Door stimulering van mij om meer ruimte in te nemen, gaat speelser te werk. Ze is creatief met het gebruik van kleuren. De kleuren knallen. Ze zijn erg sprekend. Hierin kan ze goed haar gevoel volgen.

- **Ervaart ze dat ze ergens goed in is? Op school of creatief gezien.**

Ze is blij met haar werkstuk.

- **Verbale versus non- verbale communicatie (wanneer komt ze meer zeker over?)**

Net als bij de vorige sessie is MR gedurende de sessie steeds meer op haar gemak. Ze gaat vrijer werken en heeft meer plezier. Hierdoor zie je haar verbaal en non-verbaal ietsje zekerder worden. Ze blijft redelijk zacht praten.

- **Overig:**

MR vind de vragen bij de vingers wel grappig. Ze vindt vooral de eerste vraag "Waar ben je goed in?" lastig om te beantwoorden. Per vraag heb ik haar extra ondersteund waar dit nodig was. Dit deed ik door de vraag anders te stellen of meer een richting aan de vraag te geven. Op die manier kon MR uiteindelijk alle vragen beantwoorden.

De eerste vraag beantwoordt ze met: "Duimpje drukken". Hier is ze goed in. Ik bevestig dat dit een goed antwoord is en dat elk antwoord mag.

De tweede vraag beantwoordt ze met: "Samen een boerderij hebben met een vriendin van me". Ze houdt erg van dieren en op een boerderij zou ze een pony kunnen hebben.

De derde vraag beantwoordt ze met: "Voorlezen voor heel veel mensen en alle ogen zijn op mij gericht". MR vertelt dat ze het eng vindt om voor veel mensen voor te lezen en dat ze dit binnenkort gaat doen voor de voorleesweek. Ze vindt dit heel spannend. Ik vraag haar hoe ze denkt dat ze zich voelt als ze het gedaan heeft. Ze zegt dat ze heel blij en opgelucht zal zijn. Ik zeg dat ik het knap vind dat ze iets doet wat ze heel spannend vindt en dat ze trots mag zijn dat ze het toch doet. Dat vindt ze zelf ook.

De vierde vraag beantwoordt ze met: "Ik houd van pony's". Deze vraag vindt ze heel makkelijk te beantwoorden.

De vijfde vraag beantwoordt ze met: "Ik wil beter worden in pony les". Deze vraag kan ze ook makkelijk beantwoorden.

– **Hulpvraag: wensen, behoeften**

MR heeft de behoefte om samen een tekening te maken. Ik stem hierin mee. We werken met kleurpotloden. In de tekening zoekt MR contact met mij. Ik vraag MR wat we zullen tekenen. Ze zegt dat we wel onszelf als poppetjes kunnen tekenen. Ik volg MR in haar manier van tekenen. We staan naast elkaar. MR tekent een kat bij zichzelf. Ik vraag of ze een kat heeft. Die heeft ze. Rechts bovenin het papier tekent ze het hoofd van een kat iets groter. Ze vraagt hoe ik een kattenhoofd teken. Ik teken die links. Ze vindt dat ik mooi kan tekenen. Ik complimenteer haar dat ik vind dat zij ook erg mooi tekent. Dan tekent ze een kat bij mij, zodat ik ook een dierenvriendje heb. MR tekent een streepje en schrijft hallo. Dit vind ik heel mooi en hier had ik zelf niet eens aan gedacht in een tekening. Ik teken een streepje en schrijf ook hallo. Dan vraagt MR of we samen een pony zullen tekenen. Dit doen we. Aan de rechterkant van het papier tekenen we de pony. We tekenen om beurten delen van de pony. Dan schrijft MR bij haar poppetje: "Kijk een pony". Ik antwoord met: "Die ziet er mooi uit!". MR schrijft als laatste midden bovenin de tekening "BFF". Hier wil ik een volgende sessie op terugkomen, zodat niet de verwarring ontstaat dat er een vriendschap is, maar dat het wel een therapie blijft, waarin we dingen samen kunnen doen, maar dat daar dus wel een verschil in zit.

– **Therapeutische relatie**

Ze heeft het nodig dat ik haar op haar gemak stel door bijvoorbeeld mee te helpen met de ecoline in te schenken. Samen iets doen helpt haar. Ik stimuleer haar om meer en meer ruimte in te nemen op het blad. Ik zeg bijvoorbeeld "Van mij mag je het hele blad vullen, maar het hoeft niet". Dit pakt ze direct op en ze voelt zich vrij om meer te experimenteren met de ecoline. Ze heeft kennelijk wel de bevestiging nodig dat iets mag voordat ze het doet. Dus door verschillende opties te geven, gaat ze vrijer werken dan dat ik niets zou zeggen en alles aan haar overliet. Ik geef haar veel complimenten tijdens het werken. MR glimlacht. Het lijkt alsof ze hierdoor meer op haar gemak is. Ik stimuleer hiermee dat ze haar eigen vormgeving laat zien.

– **Expressive Therapies Continuum (ETC) (aantekening voor de therapie)**

De volgende manier van werken vanuit het ETC vind ik nu passen bij MR:

Beweging → uit haar hoofd komen, meer in haar lijf en bij haar gevoelens. Hierdoor kan ze zich vrijer gaan voelen, meer op haar gemak en laat ze meer van haar zelf zien. Vanuit die ervaring kan het haar inzicht geven in wie zij is.

Sensomotoriek → alleen wanneer ze hier behoefte aan laat zien.

Intuïtie en gevoelsbeleving → hierin kan ze leren keuzes te maken in wat ze zelf leuk vindt, wat bij haar past en wanneer zich positief voelt over zichzelf.

Symboliek → ik denk dat dit een stap te ver is voor MR en binnen het korte tijdsbestek waarin ik met haar kan werken. Maar wanneer zij hier wel klaar voor is, kan deze manier van werken gericht worden op haar identiteit door die op een symbolische manier te verwerken in haar werkstukken. Het ligt er vooral aan welke manier van werken haar het meeste ligt. Symboliek kan ook erg naar het denken toetrekken en dit kan MR juist belemmeren in zichzelf te laten zien.

Sessie 3

11 november 2015

Observatie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Ze heeft een leuke week gehad. Ze heeft met een vriendinnetje met haar barbies gespeeld. Ik vraag of ze veel barbies heeft. Ze zegt dat ze er heel veel heeft. Ze vertelt hoe de barbies eruitzien. Ze vindt de barbies erg mooi en leuk om mee te spelen. Later verteld ze dat ze vrijdag ponyles heeft, maar dat die les alleen doorgaat als het niet regent, omdat er geen binnenbak is op de manege. Ik zeg dat ik hoop voor haar dat de les doorgaat.

Activiteit en doel

Twee stukken klei pakken ter grote van een sinaasappel en hier twee bollen van maken zonder gereedschappen. Therapeut laat zien hoe je dit kan doen. De tweede opdracht is 1 bol laten vallen vanaf de hoogte van je hoofd tot op de tafel. Dit een paar keer herhalen. Daarna de bol vanaf de hoogte van je hoofd op de tafel gooien. Bij de nabespreking vragen hoe dit was en welke van de twee het fijnste voelde en hoe dat komt. Het doel hiervan is te onderzoeken met de cliënt waar de behoefte ligt. Het laten vallen is passiever en vergt minder actie van je. Het gooien van de klei is een actie en dit kan iets met je doen.

De derde opdracht is het maken van verschillende vormen van 1 stuk klei in korte tijd achter elkaar. De eerste vorm is een rolletje. De tweede een kubus en de laatste een pannenkoek. Het doel hiervan is te kijken hoe en met welke aandacht de vormen worden gemaakt en hoe de cliënt omgaat met de overgang naar de volgende vorm. Dit kan gekoppeld worden naar de ervaring van veranderingen door de cliënt in zijn dagelijks leven.

De vierde opdracht is het maken van iets dat je nu in je leven heel leuk of goed vind gaan. Iets waar je blij mee bent. Dit mag zowel abstract als figuratief zijn. Het vervolg hierop is iets maken wat weergeeft hoe het eerste beeld er over een jaar uit zal zien: wat wil dat er aan verandert is of hoe het dan gegroeid is of wil je dat het precies hetzelfde blijft? De therapeut kan vragen stellen naar dingen die zij weet uit het leven van de cliënt om de cliënt op weg te helpen. Het doel van deze opdracht is om te onderzoeken hoe de cliënt zijn leven ervaart: zijn er veel leuke dingen in zijn/ haar leven of is het lastig om op iets te komen? Kan de cliënt makkelijk kiezen of zijn er veel twijfels? Daarnaast is het doel om te onderzoeken met de cliënt hoe hij/zij de toekomst ziet en in welke mate de cliënt het gevoel heeft de toekomst zelf te kunnen sturen.

De vijfde en laatste opdracht is bijna hetzelfde als opdracht 4. De cliënt kiest dit keer iets dat niet leuk is in zijn dagelijks leven. Deze opdracht is extra wanneer de opdracht hiervoor goed gaat. Het doel van deze opdracht is de cliënt nog verder uit te dagen door naar iets te vragen dat niet leuk is in zijn/ haar leven met daarbij de vervolgvraag hoe de cliënt dit over een jaar graag zou willen zien. Deze opdracht kan helpen bij het vinden van een hulpvraag voor de therapie.

De werkstukken van de opdrachten 4 en 5 kunnen later in de therapie geleverd en versierd worden. Op die manier wordt er nogmaals bij de betekenis van de werken stilgestaan.

Kenmerkende manier van werken

- **Omgang met materialen**

Het materiaal zorgt ervoor dat MR vrij snel op een ontspannen manier aan de slag gaat. Ze komt meer in beweging en lijkt steeds wat meer assertief gedurende de sessie.

- **Beleving van materialen**

MR vindt de klei zacht en fijn voelen. Het tasten en voelen spreekt haar aan (sensomotorische manier van werken). Het lijkt alsof de sensomotorische manier van werken haar sneller op haar gemak stelt dan de werkvormen waarin ik meer vragen heb gesteld (tijdens het werken), waardoor er meer aanspraak werd gedaan op de cognitie.

- **Expressie, Gevoelsbeleving**

MR verteld bij de nabespreking dat het gooien van de klei heel leuk was. Ze mocht herrie maken en dit mag ze thuis bijvoorbeeld niet doen, want dan hebben anderen last van haar. Ook verteld ze dat het maken van een pannenkoek erg leuk was en dit zou ze graag vaker willen doen. Ik stel voor dat we dat anders de volgende sessies als korte begin opdracht kunnen doen. Ze is erg enthousiast en zegt: "Ja, dan kunnen we dat 4 minuten doen aan het begin". Hier merk ik op dat ze meer assertief wordt en met initiatieven/voorstellen komt.

- **Thema's die aanspreken**

N.v.t.

- **Contact en manier van hechten aan haar werkstuk**

De werkstukken bij opdracht 4 vind ze mooi geworden.

- **Fantasierijk of meer realiteitsgericht**

De bollen die we aan het begin van de sessie maken, doen MR denken aan de Chinese bollen die ze thuis hebben. Ze verteld dat de Chinese bollen een rustgevende werking hebben voor wanneer je erg boos bent. Ze zegt dat ze zelf bijna nooit boos is. Ze verteld dat ze wel eens ruzie heeft met haar broer van 17 jaar. Vaak hebben ze dan onenigheid over het gebruik van de computer of andere spullen. Bij het gooien van de klei (tweede opdracht) ziet MR verschillende vormen ontstaan in de klei: een vis, een hoedje, een strijkijzer en een stuk kaas.

Zelfvertrouwen in:

- **Ruimte innemen**

- **Keuze voor materialen die zij leuk vindt, weten wat ze leuk vindt**

Ze neemt initiatief door een ander voorstel te doen op het moment dat ze een opdracht 4 lastig vindt. Ze stelt voor dat we allebei een pony gaan maken van de klei. Het lijkt haar wel erg moeilijk. Om die reden stel ik voor om een plak te maken van de klei en de pony erin te tekenen. Dat vindt ze een goed idee. Daarna maakt ze van de overgebleven klei een gezichtje met hartjes ogen. Ze vraagt of ik een vriendje heb. Ik zeg nee. Ze verteld dat zij wel een vriendje heeft. Ik zeg dat ik dat heel leuk voor haar vind. Het is een jongen van school.

- **Weten hoe ze iets gaat vormgeven, intuïtie**

- **Openstaan voor haar eigen creativiteit en vindingrijkheid**

Bij het maken van het gezichtje van klei werkt ze intuïtief en vanuit haar eigen ideeën. Daarna maakt ze ook een lolly van een bolletje klei en een stukje. Ik doe met haar mee. Op die manier kunnen we de werkstukken later in de therapie een keer gaan schilderen. Aan het einde van de sessie komt MR met nog een spontaan idee. Ze maakt een soort dobbelsteen met aan één zijde een poppetje dat zingt en aan de anderen zijden staan getallen. De getallen betekenen hoe vaak je nog mag dobbelen en wanneer de dobbelsteen op het zingende poppetje valt, is het de bedoeling dat degene die aan de beurt is een liedje gaat zingen. Dit doen we een aantal keer.

We kiezen ervoor liedjes van Sinten Maarten te zingen. Dit is erg leuk. Ik zeg dat ik het een heel leuk idee van haar vond.

- **Ervaart ze dat ze ergens goed in is? Op school of creatief gezien.**

Wat mij opvalt, is dat MR heel snel dingen oppakt, zoals het herkennen van vormen in de klei. Eigenlijk heeft ze het herkennen van vormen uit de eerste kennismakingssessie al aangeleerd en in andere sessies kan ze dit steeds meer vanuit zichzelf aangeven. Ik complimenteer haar daarmee.

- **Verbale versus non- verbale communicatie (wanneer komt ze meer zeker over?)**

MR komt meer los zowel non-verbaal als verbaal in deze sessie.

- **Overig:**

MR vind het maken van verschillende vormen na elkaar niet lastig zegt ze. Ze verteld zelfs dat ze denkt dat sommige andere kinderen dit lastig zouden vinden. Hier toont ze inzicht mee. Ze zegt dat zij plezier had tijdens deze opdracht. Ze vond het niet erg het werk weer stuk te maken en er iets anders van te maken. Bij opdracht 4 kon MR alleen iets bedenken dat ze nu leuk vind in haar leven, maar niet hoe dit over een jaar zou kunnen zijn. Ze vindt het dus moeilijk om over de toekomst te denken of te bedenken welke wensen ze voor de toekomst heeft.

- **Hulpvraag: wensen, behoeften**

MR verteld dat haar twee schoolvriendinnen wel eens ruzie hebben over haar. Doordat ze met zijn drieën zijn, moet zij vaak kiezen met wie ze gaat spelen en dan krijgen de meiden ruzie over haar. Ze vertelt dat juf Monique haar vorig jaar wel eens hielp op het schoolplein en dat ze dit erg fijn vond. Ze verteld dat ze het moeilijk vind om op dat soort momenten iets te zeggen en voor zichzelf op te komen. Ik zeg dat ik het heel goed vind dat ze dit van zichzelf weet en nu verteld. Ik zeg dat we kunnen oefenen in de therapie met het opkomen voor zichzelf. Dat lijkt haar een goed idee. Ik zeg dat ik voor de volgende sessie toevallig een opdracht heb bedacht die daarover gaat.

Een wens die MR heeft is om iets te gaan maken voor elkaar. Dit neem ik mee als idee voor wanneer dat mij geschikt lijkt in de therapie.

- **Therapeutische relatie**

MR verteld dat ze een schoolvriendin de handstand aan het leren is. Ik zeg dat ik dat erg knap vind dat ze dat kan.

Ik merk dat MR nog meer los komt wanneer we dingen tegelijkertijd doen. Bij deze gehele sessie heb ik namelijk met haar meegedaan. Door de interactie die we hierdoor kregen, zag ik dat MR steeds meer op haar gemak was en meer loskwam en in beweging kwam. Hierdoor lijken samenwerken, loskomen en in beweging komen een positieve werking te hebben op het zelfvertrouwen van MR.

Conclusie:

In deze sessie zorgt zowel het materiaal (klei) als de interventies van de therapeut (apart van elkaar hetzelfde doen en contact maken met elkaar) ervoor dat MR meer in beweging komt, loskomt, zichzelf durft te zijn en zichzelf laat zien. De volgende doelen kunnen na deze sessie worden geformuleerd:

- Loskomen en in beweging komen door materialen en werkvormen te kiezen die gericht zijn op sensomotoriek/zintuigen en beweging.
- Samenwerken: samen iets maken of apart van elkaar hetzelfde doen
- Eigenheid: zichzelf zijn en laten zien
- Hulpvraag: opkomen voor zichzelf (kwam uit MR zelf naar voren)

Vanuit het ETC kies ik er nu voor mij alleen te focussen op de sensomotoriek en beweging. De reden hiervoor is dat mij is opgevallen in de afgelopen observatiesessies dat deze manier van werken ervoor zorgt dat MR uit haar hoofd kan komen en hierdoor meer van

zichzelf laat zien en horen, waardoor er gewerkt kan worden aan het krijgen van meer zelfvertrouwen.

Intuïtie en gevoelsbeleving blijven ook belangrijk. Hier focus ik op de eigenheid van MR en hoe deze zich positief ontwikkeld gedurende de therapie. Als therapeut wil ik MR zoveel mogelijk stimuleren eigen keuzes te maken. Ik kies ervoor mijzelf volgend op te stellen, zodat MR de mogelijkheid krijgt zich meer leidend op te stellen. Dit kan ervoor zorgen dat MR meer assertief naar mij wordt. Als dit zo is, ga ik MR vragen hier ook in situaties op school of thuis mee te oefenen.

Ik herken dingen van mijzelf in MR. Op een geschikt moment in de therapie wil ik daarom vertellen aan haar dat ik het als persoon ook moeilijk vind om te zeggen wat ik vind of wil. Ik kan dan voorbeelden geven die passen bij MR en dit kan haar helpen meer inzicht te krijgen in zichzelf.

Sessie 4

25 november 2015

Observatie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Het gaat goed met MR. Ze vertelt dat ze van Sinterklaas "Just dance" krijgt. Ze houdt van dansen samen met haar vriendinnen.

Activiteit en doel

Oefening 1: kraswedstrijd op papier met vetkrijt. Beide kozen we 1 kleur vetkrijt en binnen 1 minuut moesten we het papier zo vol mogelijk krassen. Het doel hiervan was bewegen en ontspannen.

Oefening 2: Ga staan en kijk hoe je staat. Pas je houding aan: voeten op heupbreedte, knieën licht buigen, schouders naar achter en naar beneden (op een ontspannen manier), buik en billen gecentreerd en controleer of je ademhaling vrijer wordt. Dan kondig ik aan dat ik MR zacht tegen haar schouder ga duwen om te zien of ze blijft staan. Eerst mag ze staan zoals ze normaal zou staan en daarna in de houding die we zojuist geoefend hebben. Doel van deze oefening is dat je steviger staat en meer bewust wordt van je houding.

Oefening 3: Ga aan weerszijden van het lokaal staan. Ik loop naar MR toe en zij mag zeggen tot waar ik mag komen. Ze geeft hiermee haar persoonlijke ruimte aan. Ik loop verschillende keren naar MR toe. Ik loop steeds harder totdat ik ren. Het doel van deze oefening is dat MR haar grenzen leert aangeven.

Oefening 4: MR mag een woord kiezen dat we allebei opschrijven met vetkrijt en tegelijkertijd gaan we het woord steeds wat harder zeggen totdat we het roepen. Het doel van deze oefening is verbaal meer ruimte durven innemen.

Oefening 5: Voetbal wedstrijd op papier. Je tekent beiden een goal met vetkrijt. MR heeft als eerste de "denkbeeldige" bal. Zij mag via een streep met vetkrijt proberen te scoren. Ik mag haar streep tegenhouden door er snel een kras voor te zetten. Het doel van deze activiteit is ontspanning en plezier, maar ook het verdedigen van je eigen goal. Daarnaast laat de activiteit zien hoe MR zichzelf verdedigt en op welke manier ze op een doel afgaat.

Oefening 6: Samen een tekening maken met vetkrijt. Het doel hiervan is samenwerken en samen tot een geheel komen. In de samenwerking kan ik observeren of MR bij haar eigen ideeën kan blijven of dat zij zich snel aanpast aan de ander.

Deze activiteiten heb ik voorbereid. Dit betekent echter niet dat ze allemaal moeten worden uitgevoerd. Ik pas mij aan, aan de situatie en de behoeftes die MR heeft.

Werking op het zelfbeeld van:

Materiaal/werkvorm

Oefeningen met vetkrijt:

Het krassen maakte MR meer los. Ze vond dit heel leuk om te doen. Ze had even tijd nodig om vrijer te gaan bewegen.

Schrijven en steeds harder zeggen van een woord:

De eerste reactie na deze oefening was: "Ik hoop dat anderen ons niet hoorde". MR geeft aan dat ze binnen school het liefst zacht praat, omdat anders anderen zo op haar gaan letten. Tijdens het buitenspelen durft ze harder te praten of zelfs te roepen, omdat ze dan weet dat anderen dit niet zo opvalt. Ze zegt dat haar vriendinnen dit ook in de klas zouden durven doen, maar zij niet. Ze vond de oefening leuk, grappig en spannend. Ik vraag of ze dit vaker wilt doen. Dat wil ze wel. Bijvoorbeeld aan het einde van een sessie zegt ze. We doen de oefening later in de sessie nog eens maar dan met een woord dat MR lastig vindt om te zeggen "nee". MR durft moeilijk nee te zeggen. Ze vindt dit zielig voor anderen. Ze zegt dat ze veel aan anderen en hun gevoel denkt. Als er bijvoorbeeld iets is gebeurd, blijft MR hier lang mee zitten. Terwijl andere kinderen volgens haar het de volgende dag al lang weer vergeten zijn. Later zegt ze dat ze ook bang is dat anderen boos worden op haar als ze nee zegt. Ze weet niet zo goed hoe ze dan kan reageren op de ander. We spreken af om hier een volgende sessie verder mee te oefenen. Nee zeggen voelde goed zegt MR.

Voetbalwedstrijd op papier:

Deze oefening vindt MR heel leuk. We maken op een speelse manier contact. Het is spannend. Eerst gebruiken we vooral rechte strepen om te proberen te scoren. Later teken ik een route die zigzaggend naar het doel gaat. Dit spreekt MR erg aan, want daarna doet ze alleen nog maar minder directe pogingen om te scoren in mijn doel. Ook zit er een nuance in het eerst langzaam spelen van de bal en plotseling en snel proberen te scoren. We moeten vaak lachen. MR heeft plezier.

MR kan goed associëren na de oefening. Ze bedenkt dat de lijnen een soort web zijn dat we kunnen gebruiken om het spel nog eens te spelen. We kunnen de lijnen die er al staan volgen en de ander kan zich opnieuw verdedigen door een streep te zetten.

Tekening samen met vetkrijt:

Ze vindt het materiaal leuk. Paars en roze vindt ze de mooiste kleuren.

Drama oefeningen

Een stevigere houding aannemen:

MR lijkt wat ongemakkelijk bij deze oefening. Ze zegt dat ze het leuk vindt, maar tot nu toe heeft ze nog nooit gezegd dat ze iets niet leuk vindt. De oefening lijkt geen groot effect te hebben.

Grenzen aangeven door stop te zeggen:

Bij deze oefening merk ik dat MR vrij zacht "stop" zegt. Pas wanneer ik vraag of ze dit iets harder kan zeggen, doet ze dat ook. Het maakt geen verschil wanneer ik harder naar haar toeloop.

Therapeutische relatie

Oefeningen met vetkrijt

Nee zeggen verbaal en op papier:

Tijdens de oefening merk ik dat MR er veel aan heeft dat we samen de oefening uitvoeren. Hierdoor durft ze meer. Ook hielp het dat ik aan het einde zei: "En nu nog één keer heel hard!".

Voetbalwedstrijd op papier:

In gesprek met MR komt naar voren dat het kenmerkend is voor MR om net als bij de voetbalwedstrijd liever een langere weg te nemen naar iets dat zij wil of vindt. Voorbeelden hierbij zijn wachten met vragen stellen in de klas en moeilijk nee durven zeggen.

Tekening samen met vetkrijt:

Eerst wordt er individueel gewerkt op 1 papier. MR tekent een alien. Hij is vrolijk en lief zegt ze. We hadden van te voren afgesproken geen herkenbare dingen te tekenen. MR heeft dit geïnterpreteerd naar een fantasiewezen. Ik teken wel iets abstract en probeer dat te verbinden naar de alien. Verder stimuleer ik dat we meer samenwerken door te vragen wat de onderkant en bovenkant van de tekening is waar naar we samen gras tekenen aan de onderkant van de tekening. MR laat in de tekening duidelijk een eigen vormgeving en idee zien. Ze is niet afwachtend. Ze is trots op de tekening en wilt hem samen met 1 van de andere werkstukken in de klas gaan laten zien. Dit vindt ze erg spannend zegt ze. Ze vraagt of ik dan wel help als we er iets over vertellen. Ik zeg dat ik dit zeker zal doen. In de klas verteld ze alles zelf en ik sta naast haar. Meester zegt achteraf tegen mij dat het waarschijnlijk al helpt dat er iemand naast haar staat.

Extra:

Ik vertel MR dat ik het idee heb om met haar een verhaal te gaan schrijven en dat ze dit wellicht in de klas kan gaan vertellen. Ik vraag of ze helemaal weg is van een sprookje of een film. MR vertelt dat ze de film "Spirit" erg mooi vindt. Ze verteld dat het een verhaal is over 2 paarden die verliefd worden op elkaar. MR zegt dat ze wel een verhaal wil schrijven, maar als ze het gaat vertellen in de klas wil ze het graag eerst aan haar vriendinnen vertellen. Daarna wilt ze het aan een steeds groter groepje vertellen en uiteindelijk aan de hele groep. Meester verteld later aan mij dat MR dit ook aan hem verteld heeft. Dit laat zien dat ze het graag wilt doen ondanks dat ze het eng vindt.

Sessie 5

1 december 2015

Observatie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Het gaat goed met MR. Ze heeft in het weekend een feestje gehad in Wolvega. Dit was erg laat geworden vond ze, maar het was wel erg leuk.

Activiteit en doel

Kraswedstrijd met pastelskrijt (MR alleen): 1 minuut krassen met de schrijfhand, 1 minuut krassen met de andere hand, 1 minuut krassen met beiden handen. Ze mag 2 krijtjes kiezen.

Het A3 formaat papier is vastgeplakt op een plank en staat rechtop, zodat MR staand moet werken. Dit is activerend bedoeld. Het doel van de oefening is in beweging komen en ontspannen.

Lemniscate met pastelskrijt(MR alleen): 2 minuten met de schrijfhand een lemniscate herhalen, 2 minuten met de andere hand de lemniscate herhalen, 2 minuten met beiden

handen de lemniscaat herhalen. Het A3 formaat papier is wederom vastgeplakt en er wordt staand gewerkt. Bij deze oefening wil ik observeren of het herhalen van een vorm een werking heeft op MR.

Klei gooien en tegelijk nee steeds harder zeggen/roepen. Doel: oefenen met nee zeggen/roepen en onderzoeken of gooien dit extra kan stimuleren.

Werking op het zelfbeeld van:

Materiaal/werkvorm

Kraswedstrijd:

MR krast veel verticaal. Ze zegt dat ze met haar schrijfhand (rechterhand) veel naar rechts bewoog en met haar linkerhand veel naar links bewoog. Met links bewoog ze langzamer. Dit voelde raar zei ze. Ze kon niet zo goed uitleggen wat er veranderde of wat er anders voelde toen ze met links ging werken. Met rechts lijkt ze actiever te werken. Het afwisselen van de handen onderbrak naar mijn idee MR haar proces. Terwijl het doel hiervan is dat er een verbinding wordt gemaakt tussen de linker- en rechterhersenhelft en dit juist meer activerend kan werken. De oefening werd te lang voor haar. Ik vind de oefening zoals nu uitgevoerd geen significante werking hebben op het zelfbeeld.

Lemniscat:

Ze vindt de oefening grappig. De ronde bewegingen maken vindt ze leuk. Ze zegt dat ze wel moe wordt in haar armen. Ze vond het tekenen van de lemniscat moeilijk en vooral ook het volgen van de vorm. Ze raakte in de war de richting van de lijnen. In de nabespreking zegt ze dat ze deze oefening leuker vond dan het krassen, maar de krastekening vindt ze mooier, omdat hier het blad meer opgevuld is. Ik vind de oefening geen significante werking hebben op het zelfbeeld.

Gooien met klei en tegelijkertijd steeds harder nee zeggen/roepen:

Ik was verbaasd hoe makkelijk MR deze oefening uitvoerde. Ik had verwacht dat ze wat terughoudend zou blijven net als bij het schrijven van de woorden in de vorige sessie, maar het gooien van de klei zorgt ervoor dat ze veel minder geremd is. Ze durft heel hard "nee" te roepen. De klap van de klei maakt ook lawaai. Dit maakt het wellicht minder eng voor MR. Deze oefening lijkt een positieve werking te hebben op het zelfvertrouwen en zelfbeeld van MR. Ze lijkt meer zelfverzekerd.

Therapeutische relatie

In de therapeutische relatie met MR merk ik dat MR op haar gemak is bij mij. Ze heeft nog geen enkele keer gezegd dat ze iets niet leuk vindt. Dit is kenmerkend voor haar. Het zou goed zijn denk ik als ze ook een keer zegt dat ze iets niet leuk vindt. Tussen het krassen en de lemniscat werkt MR 1 keer aan een eigen tekening met pastelkrijt. Ze tekent 2 poppetjes. Wij zijn de poppetjes. We houden elkaars hand vast. Ook tekent MR hartjes. Hiermee wilt ze laten zien hoe lief ze mij vind, verteld ze.

Ik geef aan dat ik haar ook erg lief vind en dat het mooi is dat ze dit kan laten zien in de tekening. Verder ga ik er niet op in.

Reflectie

Ik merk dat ik nog veel verschillende werkvormen aan het uitproberen ben. Ik wil graag meer structuur en richting vinden in mijn therapie. Ik ben uiteindelijk tot de volgende doelen en richting van de therapie gekomen.

Mogelijke doelen

- Zelfwaardering: weten wie ze is, keuzes maken, zichzelf laten zien en trots zijn
- Opkomen voor zichzelf: nee kunnen zeggen, grenzen aangeven, ruimte innemen

Richting van de therapie

Speels contact maken met elkaar, samen iets doen of tegelijkertijd hetzelfde doen, dit zorgt ervoor dat MR uit haar schulp kruipt en zichzelf meer laat zien. Idee voor komende sessies → allebei een poppetje maken van klei en hier een verhaal bij bedenken door te verzinnen waar de poppetjes wonen, waar ze graag naartoe gaan, wat ze graag doen, en hoe praten ze met elkaar? Geven ze hun grenzen aan? Hoe doen ze dit? Komen ze voor zichzelf op, wie wel en wie niet, kunnen ze leren van elkaar? Wat maken ze allemaal mee. Een soort poppenspel, waarbij dingen worden uitgebeeld. Verschillende materialen mogen worden gebruikt. Maar centraal blijven de poppen en het verhaal dat zij vertellen of de dingen die zij beleven.

MR heeft affiniteit met gezichten maken en poppetjes tekenen. Dit laat ze zien wanneer er tijd over is en ze zelf mag bedenken wat we nog gaan doen. Dit lijkt op een behoefte aan identiteitsversterking. Om die reden wil ik daar een verhaal aan koppelen en beeldende producten maken met haar, zodat haar zelfbeeld versterkt wordt. Daarnaast werken we eraan dat ze meer laat zien van zichzelf in de klas door verhalen en beelden te laten zien. Ik heb dus gekozen om de werkvormen te richten op fantasie, verhaal en symboliek hierin, omdat ik gemerkt heb dat dit aansluit bij MR. Haar eigenheid komt bij deze manier van werken meer naar voren, waardoor haar zelfbeeld versterkt kan worden. Ik wil haar fantasie en eigen ideeën zoveel mogelijk stimuleren. Daarnaast wil ik wel de werkvormen met beweging blijven inzetten, omdat ik gemerkt heb dat zij hier losser/vrijer van ging werken. Een voorbeeld hiervan is het gooien met klei voordat we een werkstuk met klei gaan maken.

Extra notitie: Terugkomen op een situatie waarin het lastig was om nee te zeggen.

VI Conclusies observatieperiode

Nu de conclusies van de observatieperiode en aan de hand hiervan het behandelplan.

Kenmerkende eigenschappen van de cliënt tijdens de observatieperiode (chronologisch)

Sessie 1

- voorzichtige/afwachtende manier van werken en zichzelf volgend opstellen. Heeft nog veel leiding en structuur van mij nodig.
- Laat zich beperken tot wat ik zeg dat ze mag doen. Pas als ik suggesties geef als "je mag dit of dat ook doen" doet ze dit. Ze neemt nog weinig eigen initiatieven.
- zacht praten en een onzekere lichaamshouding.
- eigenheid in gebruik van kleuren bij ecoline: gebruikt veel vrolijke kleuren, zoals oranje, rood, geel en groen. Ervaart plezier in het gebruik van deze kleuren.
- goede verbeeldingskracht bij werkstukken met ecoline: kan na een aantal voorbeelden verschillende dingen zien in haar werkstukken en gaat dit vanuit zichzelf aangeven. Ze pakt dit snel op.
- ze vind haar werkstukken mooi en heeft een positieve hechting aan haar werkstukken
- het inzetten van beweging in de beeldende werkvorm zorgt ervoor dat MR spontaner wordt, meer ruimte inneemt en meer van zichzelf laat zien.

Sessie 2

- keuze voor een eigen vormgeving en materiaal dat ze leuk vindt om mee te werken.
- nog steeds afwachtend in het innemen van ruimte binnen haar werkstuk. Heeft structuur en duidelijkheid nodig.
- heeft het nodig dat ik haar op haar gemak stel en complimenten geef.
- nog steeds zacht praten. Haar houding wordt iets minder onzeker naar verloop van de sessie.
- ze vindt het moeilijk om de vraag te beantwoorden "waar ze goed in is".
- ze heeft behoefte aan samenwerken en een soort vriendschapsrelatie met mij.

Sessie 3

- klei zorgt ervoor dat MR sneller als bij de vorige sessies meer ontspannen en op haar gemak aan de slag gaat.
- ze vindt de klei fijn voelen. Ze heeft dus affiniteit met sensomotorisch werken.
- MR vond het heel leuk dat ze klei mocht gooien. Thuis mag ze niet zoveel herrie maken.
- ze neemt initiatief door aan te geven dat ze vaker een pannenkoek wil maken van klei.
- er zijn verschillende associaties met de vormen die ontstaan in de klei door het gooien van de klei. MR komt hierop zonder dat ik het haar vraag.
- ze neemt initiatief door aan te geven wat ze wilt doen in plaats van de opdracht die ze te moeilijk vindt. Daarnaast geeft ze dus aan dat ze iets moeilijk vindt. Ze bedenkt om iets te maken wat ze erg leuk vindt om te maken: een pony. Ik bied structuur door een voor haar haalbare vormgeving voor te stellen.
- MR maakt aan het einde van de sessie een gezichtje met hartjes ogen. Ze is verliefd op haar vriendje. Ze laat hiermee meer van zichzelf zien.
- ze maakt ook een dobbelsteen van klei met nummers en een vlak waarop staat dat je een liedje moet zingen. Ze legt uit hoe het werkt. We dobbelen allebei een aantal keer en zingen daarbij een paar keer. Ik geef aan hoe leuk ik het vind dat MR met zo'n idee komt om haar eigenheid te stimuleren.

- klei zorgt er deze sessie voor dat MR zowel verbaal als non-verbaal meer zelfverzekerd overkomt.
- MR vindt het moeilijk om over de toekomst te denken en haar wensen voor de toekomst.
- MR geeft aan dat ze het moeilijk vindt om voor zichzelf op te komen. Twee van haar schoolvriendinnen hebben vaak ruzie over haar en dit vindt zij heel vervelend. Ik geef aan dat we in de therapie kunnen oefenen met het opkomen voor zichzelf en vraag of MR hiermee wilt oefenen. MR staat hiervoor open.
- MR geeft aan dat deze sessie nog leuker was dan voorgaande sessies.

Sessie 4

- MR is sneller op haar gemak in de therapie. Hierin is een ontwikkeling zichtbaar.
- nee zeggen/roepen voelde goed voor MR.
- (drama)oefeningen gericht op lichaamshouding en het aangeven van grenzen, sluiten onvoldoende aan bij MR.
- het blijkt kenmerkend voor MR te zijn dat zij een langere weg neemt naar iets/afwachtend is in het aangeven van wat zij wil of vindt. Voorbeelden hiervan zijn het wachten met vragen stellen in de klas en moeilijk nee durven zeggen.
- ze laat in een samenwerkingsopdracht een duidelijke eigen vormgeving en idee zien. Ze is hier trots op en wilt dit samen met mij laten zien in haar klas. Ze geeft aan dat ze dit erg spannend vindt, maar zolang ik haar help en erbij ben, wilt ze dit wel doen.
- het idee om een verhaal te gaan schrijven en dit in de toekomst in de klas te gaan vertellen is geïntroduceerd bij MR. MR wilt dit doen. Wel stelt ze eigen voorwaarden. Ze wilt graag eerst het verhaal vertellen aan haar vriendinnen en later wilt ze het verhaal aan een steeds grotere groep vertellen. Ik geef aan dat ik het heel goed vindt dat ze zelf aangeeft hoe ze het wil doen.

Sessie 5

- MR is sneller op haar gemak in de therapie. Hierin is een ontwikkeling zichtbaar.
- 2 verschillende tekentechnieken hebben geen significante werking op het zelfbeeld van MR.
- tijdens het gooien van klei en tegelijkertijd steeds harder zeggen/roepen van het woord "nee" was MR weinig geremd. Ze durfde hard "nee" te roepen en gooide de klei overtuigend op de tafel. De oefening leek positief te werken voor MR haar zelfvertrouwen. Ze heeft zelfs aan Sinterklaas kunnen vertellen hoe leuk het was om te doen en dat ze het deed om te leren om "nee" te zeggen en beter aan te geven wat ze vindt naar andere kinderen.

VII Behandelplan

Naar aanleiding van de observatieperiode is er een behandelplan opgesteld.

Definitieve hulpvraag:

“Het lage zelfbeeld verbeteren”

Subdoelen:

“Eigenheid versterken door de eigen vormgeving en ideeën te stimuleren”

“Trots worden op werkstukken en verhalen die ze maakt en dit aan anderen laten zien”

“Leren om nee te zeggen en aan te geven wat zij wil of vindt”

Werkvorm en materiaal

Uit de observatieperiode blijkt dat MR op momenten dat zij vrij mag werken kiest om gezichten of poppetjes te maken van klei of ze te tekenen. Hier lijkt ze een behoefte te laten zien aan het vinden van haar eigen identiteit. MR heeft een goede verbeeldingskracht. Ze ziet verschillende dingen in de werkstukken die zij maakt met ecoline en kan dit na een aantal voorbeelden vanuit zichzelf benoemen. Ze pakt dit snel op. Ze laat al deels een eigen manier van vormgeven zien. Binnen de therapeutische relatie is MR steeds meer op haar gemak bij mij en durft ze steeds meer van zichzelf te laten zien. Een belangrijk aspect hierin blijkt het samen maken van dingen te zijn en het contact tijdens dit proces.

Aansluitend op deze gegevens is er gekozen voor de volgende richting in de therapie. De therapeut en MR maken zichzelf als pop, dier of fantasiedier. MR gaat samen met de therapeut een verhaal bedenken bij het gemaakte wezen. Dit verhaal en de wezens kunnen aan de klas getoond worden als MR dit zelf ook wil. Onderwerpen voor het verhaal kunnen zijn: woonomgeving van de wezens en belevenissen van de wezens (waar gaan ze graag naartoe/wat doen ze graag). De focus ligt op onderwerpen die MR aanspreken. Materialen die worden gebruikt zijn vrij. MR heeft met klei, ecoline, wascokrijt en pastelkrijt gewerkt. Daarnaast wil ze graag met wol werken. Om de eigenheid te stimuleren, wordt meebewogen in de materialen waar MR graag mee wilt werken. Werkvormen met beweging, zoals klei gooien of een pannenkoek van klei maken, bleken positief te werken op MR haar zelfvertrouwen. Om die reden worden deze werkvormen teruggebracht in de vorm van een warming-up of in de hoofdopdracht. De eigen verbeelding/fantasie van MR wordt zoveel mogelijk gestimuleerd, zodat zij zelf tot een verhaal kan komen. De therapeut geeft een reactie op de beelden en verhalen van MR. Door deze werkwijze kan de therapeut haar op een indirecte en veilige manier inzichten geven.

De hierboven beschreven werkvorm is geïnspireerd door het boek *“Wat woorden niet kunnen zeggen”* van Ellen Budde (2008). In dit boek beschrijft Budde (2008), voormalig beeldend therapeut uit de kinder- en volwassenenpsychiatrie, verschillende werkvormen gericht op het zelfbeeld. Deze therapie richt zich op de volgende onderdelen uit het boek namelijk het ‘willen’, hier staan het ontdekken van de eigen wensen en behoeften, de eigenheid en de identiteit centraal, en het ‘kunnen’, hier staat de uitvoering van het ontdekte en de groei die zichtbaar wordt in de beeldende werkstukken centraal.

Het zelfbeeld wordt extra versterkt doordat MR uitgedaagd wordt om de beelden en verhalen die ontstaan te laten zien in haar klas of aan klasgenoten. Ze mag zelf kiezen wanneer ze dit wilt doen. Op deze manier komt het initiatief vanuit haar. Er wordt dan duidelijk wanneer ze trots is op wat ze maakt en wanneer ze dit wilt laten zien aan anderen.

Therapeutische relatie

De volgende therapeutische houding is vastgesteld voor de behandeling met beeldende therapie.

- Supportieve houding: gericht op de ontwikkeling. De therapeut biedt ondersteuning door voldoende structuur te geven aan MR, zodat zij zich veilig voelt in de therapie en weet wat zij ongeveer kan verwachten. Daarnaast complimenteert de therapeut haar met de werkstukken die zij maakt en de ontwikkeling die de therapeut bij haar ziet, zodat haar zelfbeeld versterkt wordt. Er wordt samengewerkt of individueel en tegelijk gewerkt. Uit de observatieperiode bleek dat MR hierdoor uit haar schulp komt en meer van zichzelf laat zien.
- Directieve houding: leiding nemen. Op de momenten dat MR hier behoefte aan heeft, is de therapeut meer directief. Dit kan bijvoorbeeld zijn als wij gaan oefenen met het leren om nee te zeggen en aan te geven wat ze wilt of vindt. Deze houding zal dan nodig zijn om MR uit te dagen om haar grenzen te verleggen en haar gedragsrepertoire uit te breiden.
- Non-directief: de therapeut stelt zich volgend op. Naast structuur te bieden, biedt de therapeut MR de ruimte om vanuit haar eigen vormgeving en ideeën te werken. De therapeut geeft richting aan de therapie met de eerder beschreven werkvorm die als rode draad fungeert in de therapiesessies, maar binnen deze werkvorm is MR vrij om zelf vorm te geven aan wat wij precies gaan doen. Op deze manier stimuleert de therapeut de eigenheid van MR en het maken van eigen keuzes. Hierdoor wordt MR zich meer bewust van wat ze zelf graag wil en wie ze is. De therapie is altijd gericht op de werkstukken van MR en haar manier van vormgeven. Niet op de therapeut. De therapeut sluit in haar vormgeving zoveel mogelijk aan bij de beleving van MR, zodat het ontwikkelingsproces van MR versterkt wordt (Schweizer C. , 2001) (Smeijsters, 2008).

VIII Rapportage therapie

Nu de rapportage van therapiesessies 6 tot en met 11.

Sessie 6

3 december 2015

Therapie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Het gaat nog steeds goed met MR.

Activiteit en doel

Allebei onszelf als pop, dier of fantasiedier maken met klei. Introduceren dat we hierbij een verhaal gaan bedenken en dat dit een verhaal kan worden dat ze in de klas gaat vertellen op de manier dat zij dit wil. We gaan bijvoorbeeld bedenken waar ze wonen, wat ze graag doen of waar ze graag heen gaan. Doelen hierbij zijn:

- eigenheid versterken → eigen vormgeving door te kiezen wat zij leuk vindt
- zelfvertrouwen vergroten en stimuleren om meer ruimte in te nemen → trots zijn op haar werkstukken en de verhalen die ontstaan en dit laten zien in de therapie en in de klas
- grenzen aangeven en opkomen voor zichzelf → leren van elkaar in het spel met de poppen/dieren/fantasiedieren
- fantasie stimuleren en op een indirecte, veilige manier een groeiproces opgang brengen (haar zelfbeeld versterken)

Werking op het zelfbeeld van:

Materiaal/werkvorm & therapeutische relatie

Uit de observatie ben ik te weten gekomen dat MR graag met klei werkt. Klei zorgt ervoor dat ze losser en meer ontspannen wordt. Het lijkt ook alsof ze door klei meer zelfverzekerd wordt.

MR kiest ervoor om een paard te maken. Ik sluit mij hierbij aan, zodat het verhaal over 2 paarden kan gaan. Dit lijkt ons beiden een goed idee.

Ik help MR zoveel mogelijk bij hoe je een paard kan maken van klei. Echter vindt MR het erg moeilijk. Ik zeg dat ik dit begrijpelijk vind en dat ik nog met geen enkel ander kind zoiets moeilijks heb gemaakt in de therapie. Ik zie aan MR dat ze het lastig vindt en vraag of ze het nog wel leuk vindt of dat ze bijvoorbeeld liever een ander dier maakt. Ze zegt dat ze het wel erg moeilijk vindt, maar nog steeds een paard wil maken. Uiteindelijk gaat het paard een beetje stuk. We hebben beiden een hoofd, een lichaam en oren gemaakt. Nu zouden we nog de benen en staart gaan maken. MR geeft aan dat ze het paard liever de volgende keer afmaakt. Ik leg uit dat het met klei lastig is om nog iets toe te voegen als het eenmaal opgedroogd is. Dan besluit MR een slimme aanpassing te doen. Ze maakt er een slangenpaard van, zodat ze geen benen meer hoeft te maken. Ze maakt wel manen, een staart en een dekje. Het paard wordt meer eigen vind ik. Ze zegt dat ze wel een grappig verhaal weet bij het paard. Ik vraag of ze dit wilt opschrijven. Dat wil ze wel. We ruimen eerst op en dan schrijft ze het verhaal op.

"Er was eens een zielig paard.

Ze was een slangenpaard.

Maar toen ging ze slapen en toen was het ochtend.

Toen was ze blij, omdat ze zich thuis voelde (in het bos verteld MR later).

Omdat ze daar niet meer aan dacht en toen was ze heel erg blij.

Einde".

Het paard zonder benen vind ik kenmerkend voor MR. Dit omdat MR moeite heeft om tot actie te komen in situaties dat ze dit spannend vindt, zoals wanneer alle ogen op haar gericht zijn.

Ook kan het symbool staan voor een begin van een ontwikkeling, waarbij je begint met kruipen en leert om te lopen.

MR vroeg mij om ook een verhaal te schrijven. Ik heb met haar afgesproken dat ik dit later zou doen vanwege de tijd en ik hem dan de volgende sessie meeneem. Op die manier ontstaat er contact via de verhalen en via de beelden. Ik kan dan op een minder directe manier dingen duidelijk maken aan haar of inzichten geven. Het volgende verhaal heb ik als reactie op MR geschreven:

"Er was eens een paard.

Zonder benen en zonder staart.

Het was heel moeilijk voor dit paard om te bewegen.

Het paard had een vriendin die hier een hele slimme oplossing voor had.

Ze heette het slangenpaard.

Het slangenpaard bewoog vrolijk en soepel door het gras.

In het bos vergaten ze alle lastige dingen en konden ze zichzelf zijn".



Zie hier het slangenpaard

Extra

Meester verteld voor de sessie dat hij de vorige keer had gehoord hoe goed MR bezig was in de therapie toen ze klei gooide en "nee" riep. Hij heeft dit op een grappige manier aan Sinterklaas verteld op 2 december. Hij verteld dat MR zelf heeft gezegd tegen Sinterklaas dat ze dit heel leuk vond en dat ze hiervan beter kon leren om "nee" te zeggen en te zeggen wat ze vindt. Hier ben ik in de therapie op teruggekomen naar MR door te zeggen dat ik het heel knap van MR vind dat ze dit zo verteld heeft aan Sinterklaas.

Reflectie

Ik vind deze werkvorm goed passen bij MR. Ze kwam uit zichzelf met een verhaal. Dit vond ik erg knap en leuk. Het stimuleert dus haar fantasie. We hebben afgesproken om de volgende sessie de paarden met karton en wol te maken. Dit was een suggestie van mij, omdat het wellicht makkelijker is om van deze materialen een paard te maken. Daarnaast bieden deze materialen de mogelijkheid om de paarden steviger te maken dan dat, dat met klei zou lukken. Dit kan zorgen voor meer zelfvertrouwen en trots bij haar werkstuk. MR geeft aan dat ze het heel leuk vindt om met wol te werken.

Ik wil de volgende sessie verder ingaan op wat het bos betekent voor MR. Is het bijvoorbeeld een plek waar je, je kunt verschuilen voor anderen, de tijd vergeet en jezelf kan zijn? We kunnen een bos gaan uitbeelden of het hebben over hoe we dit kunnen uitbeelden in de daaropvolgende sessie. Ik heb bijvoorbeeld een hele grote kartonnen doos thuis liggen. Dit zouden we kunnen gebruiken. De doos kan een omschuilend gevoel geven.

Sessie 7

9 december 2015

Therapie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Het gaat goed met MR. Ze heeft met een vriendinnetje buiten gespeeld. Het regende heel hard verteld ze, maar ze hebben toch in de regen gespeeld. Ze kwamen laat thuis. Haar moeder was verbaasd dat ze in de regen buiten bleven spelen.

Activiteit en doel

Allebei onszelf als pop, dier of fantasiedier maken met klei. Introduceren dat we hierbij een verhaal gaan bedenken en dat dit een verhaal kan worden dat ze in de klas gaat vertellen op de manier dat zij dit wil. We gaan bijvoorbeeld bedenken waar ze wonen, wat ze graag doen of waar ze graag heen gaan. Doelen hierbij zijn:

- eigenheid versterken → eigen vormgeving door te kiezen wat zij leuk vindt
- zelfvertrouwen vergroten en stimuleren om meer ruimte in te nemen → trots zijn op haar werkstukken en de verhalen die ontstaan en dit laten zien in de therapie en in de klas
- grenzen aangeven en opkomen voor zichzelf → leren van elkaar in het spel met de poppen/dieren/fantasiedieren
- fantasie stimuleren en op een indirecte, veilige manier een groeiproces opgang brengen (haar zelfbeeld versterken)

Werking op het zelfbeeld van:

Materiaal/werkvorm & therapeutische relatie

We hadden afgesproken de paarden van karton te gaan maken, omdat dit ons makkelijker leek. Het bleek juist moeilijker te zijn voor MR. Ze werd erg onzeker en klapte dicht. Ze kon erkennen dat ze het lastig vond, maar ze gaf het niet uit zichzelf aan. Ook bleef ze volhouden dat ze het wel leuk vond en door wilde gaan. Ik zocht naar oplossingen om het makkelijker te maken voor haar. Zoals het oefenen met paarden tekenen op papier. Hierbij legde ik een techniek uit die het makkelijker kon maken. Dit werkte tegengesteld. MR werd hier meer onzeker van. Ze ging zichzelf erg vergelijken met mij. Ze heeft 1 keer gevraagd of ik het paard kon tekenen voor haar. Ik heb haar uitgedaagd zelf de tekening te maken. Bij veel vragen die ik stelde antwoordde ze: "Weet ik niet". Vragen waren onder andere: "Hoe vind je, je paard geworden?", "Hoe kunnen we het makkelijker maken?" en "Wat zou je nu willen doen?". Achteraf maakte mijn vragen haar nog meer onzeker. Ze wist niet meer wat ze wilde. Ik gaf haar te veel opties achter elkaar. Later stelde ik voor het paard dat zij had getekend uit te vergroten met het kopieerapparaat. Na een tijdje twijfelen wilde ze dit wel. Helaas maakte het kopieerapparaat haar paard niet veel groter. Achteraf vind ik het een gek voorstel van mijzelf, omdat ik indirect aangaf dat het paard dat MR had getekend te klein was en dus niet goed genoeg was. Terwijl dat paard haar symboliseert en met haar zelfbeeld te maken heeft. Uiteindelijk heb ik besloten dat we de tekeningen en het karton aan de kant legde en gingen kijken naar de werkstukken van klei van de vorige keer. Ik hoopte dat MR weer meer open werd en meer bij zichzelf kon terugkomen. Dit gebeurde ook. MR werd weer enthousiaster en minder gespannen. Ze kreeg weer meer fantasie.

Na het schilderen hebben we kort gespeeld met de paarden van klei. Ik mocht van MR een stukje meerijden met haar paard. Hier nam ze zelf weer meer de leiding. Spel en fantasie kwamen weer meer terug. De lollies die we rood verfdn wilt ze graag een keer in de klas laten zien. Wellicht komen daar de volgende keer andere werkstukken bij en kunnen we deze aan de klas laten zien. De werkstukken met klei lijken een veel positiever effect te hebben op MR haar zelfbeeld. Ze wordt meer zelfverzekerd en kan op een ontspannen manier meer zichzelf laten zien. Desondanks dat geeft MR aan dat ze de volgende keer nog verder wil gaan met de werkstukken met karton. Het lijkt alsof ze een soort verplichting voelt naar mij om het te doen. Hier wil ik de volgende keer op terugkomen. Ik kan haar vragen of ze dit vaker tegenkomt in haar leven dat ze dingen wilt doen voor anderen en niet echt omdat ze het zelf wilt doen.

Reflectie

De volgende keer wil ik doorgaan met schilderen van de klei werkstukken en terugkomen op hoe het komt dat MR iets dat ze lastig vind wel wilt doen terwijl ze er geen plezier in lijkt te hebben. Ze kan hierin lastig aangeven dat ze het niet leuk vind of bedenken wat ze anders zou willen doen.

Sessie 8

14 december 2015

Therapie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Het gaat goed met MR. Ze verteld dat ze heeft geskypet met een vriendin van haar oude school. Die ze al heel lang niet gezien of gesproken had. Het was heel fijn om weer contact met haar te hebben.

Activiteit en doel

Allebei onszelf als pop, dier of fantasiedier maken met klei. Introduceren dat we hierbij een verhaal gaan bedenken en dat dit een verhaal kan worden dat ze in de klas gaat vertellen op de manier dat zij dit wil. We gaan bijvoorbeeld bedenken waar ze wonen, wat ze graag doen of waar ze graag heen gaan. Doelen hierbij zijn:

- eigenheid versterken → eigen vormgeving door te kiezen wat zij leuk vindt
- zelfvertrouwen vergroten en stimuleren om meer ruimte in te nemen → trots zijn op haar werkstukken en de verhalen die ontstaan en dit laten zien in de therapie en in de klas
- grenzen aangeven en opkomen voor zichzelf → leren van elkaar in het spel met de poppen/dieren/fantasiedieren
- fantasie stimuleren en op een indirecte, veilige manier een groeiproces opgang brengen (haar zelfbeeld versterken)

Werking op het zelfbeeld van:

Materiaal/werkvorm & therapeutische relatie

We beginnen de sessie met krastekeningen. Ieder hebben we een papier. Dit keer houd ik geen tijd aan en ik ben flexibel als MR met het idee komt om meerdere kleuren krijt te gebruiken. MR komt goed los en vind de opdracht leuk. Ze is trots op haar werk en vind het er mooi uitzien. Ze wilt zelfs op de achterkant van het vel papier verder krassen. Ik stem hierin mee. Na deze opdracht kom ik kort terug op de vorige sessie. Ik vraag hoe ze het tekenen vond. Ze zegt dat ze het wel grappig vond. Ik geef aan dat ik de vorige keer merkte dat ze het wel lastig vond. Hier is ze het mee eens. Ze zegt dat ze vindt dat ze het niet zo goed kan. Ik geef aan dat ze goed haar best heeft gedaan en dat niks verkeerd is. Ik stel een aantal suggererende vragen. Ik vraag of ze het dagelijks lastig vind om het te zeggen als ze iets niet leuk vind. Dit bevestigt ze.

Ze geeft als voorbeeld dat ze dit bij vriendinnen niet altijd doet. Ik vraag of ze bang is om dingen verkeerd te doen in de klas bijvoorbeeld. Dit bevestigt ze. Ik vraag of het voor haar lastig is om hulp te vragen aan anderen. Dit bevestigt ze ook. We gaan bezig met het beschilderen van de kleiwerkstukken van de paarden, de gezichten en de lollies. Dit gaat goed. Één van de kleiwerkstukken van MR breekt. Deze lijmen we. Als de andere werken geschilderd zijn, stel ik voor dat MR bezig gaat met de omgeving van de paarden. Ze mag een landschap schilderen. Ik ga ondertussen verder met het schilderen van de overige kleiwerkstukken die ik zelf gemaakt had. MR werkt met ecoline. Ze doet dit op een heel eigen en fantasierijke manier. Ze gebruikt veel sprekende kleuren. Gezien de tijd kan ze het werk deze sessie niet afmaken. Tijdens de therapie geeft MR een keer aan dat ze het vervelend vindt als er mensen binnenkomen in de therapie. Ik zeg dat ik het heel goed vind dat ze dat aangeeft en dat ik de volgende keer geen mensen meer binnen laat komen in de therapie. Hiermee komt MR voor zichzelf op. Ze neemt ruimte in door dit aan te geven. Ze laat zien hoe belangrijk ze de therapie en wat ze hier doet vindt.

Reflectie

Bij het stellen van suggererende vragen had ik meer kunnen doorvragen naar voorbeelden of ik had ander soort vragen kunnen stellen. Ik had op het moment dat ze zei dat ze iets niet zo goed kan, kunnen vragen hoe het komt dat ze dat denkt en of ze vaker denkt dat ze iets niet zo goed kan. En dan naar voorbeelden kunnen vragen. Dan waren de antwoorden meer uit haar zelf gekomen.

Landschap en de krastekeningen riepen op bij MR dat ze in haar eigen vormgeving en beleving kwam. Dit was erg positief. Ik kreeg deze sessie het idee dat het hielp dat ze het landschap alleen schilderde. Ze nam hier eigen ruimte mee in en bleef bij een eigen manier van vormgeven.

Sessie 9/10

11 januari 2016

Therapie

Door weersomstandigheden in de week van 4 januari kon er die week geen therapie worden gegeven. Om die reden heb ik besloten om op 11 januari en 13 januari therapie te geven aan MR. Beide sessies duren 1,5 uur, zodat ze samen geteld kunnen worden als 3 sessies. Het totale aantal sessies komt dan uit op 11 therapiesessies waarna de therapie zal worden afgesloten.

Hoe gaat het, hoe was haar week?

MR vertelt dat haar poes is overleden. Ik condoleer haar. Ze is er verdrietig over. In de kerstvakantie is er een vriendin blijven logeren. Ze zijn laat opgebleven en hebben een film gekeken. Dit was heel leuk. Ik vraag hoe ze het vindt dat we deze week de therapie gaan afronden. Ze zegt dat ze het wel heel jammer vindt.

Activiteit en doel

Allebei onszelf als pop, dier of fantasiedier maken met klei. Introduceren dat we hierbij een verhaal gaan bedenken en dat dit een verhaal kan worden dat ze in de klas gaat vertellen op de manier dat zij dit wil. We gaan bijvoorbeeld bedenken waar ze wonen, wat ze graag doen of waar ze graag heen gaan. Doelen hierbij zijn:

- eigenheid versterken → eigen vormgeving door te kiezen wat zij leuk vindt
- zelfvertrouwen vergroten en stimuleren om meer ruimte in te nemen → trots zijn op haar werkstukken en de verhalen die ontstaan en dit laten zien in de therapie en in de klas
- grenzen aangeven en opkomen voor zichzelf → leren van elkaar in het spel met de poppen/dieren/fantasiedieren

- fantasie stimuleren en op een indirecte, veilige manier een groeiproces opgang brengen (haar zelfbeeld versterken)

Werking op het zelfbeeld van:

Materiaal/werkvorm & therapeutische relatie

Ik merk dat we weer even aan elkaar moeten wennen. Er zaten namelijk 4 weken tussen deze sessie en de vorige sessie. Dit is best lang over de totale therapieduur gezien.

Ik geef aan dat we vandaag en woensdag 1,5 uur de tijd hebben en dat we hierdoor de sessie van vorige week kunnen inhalen. We gaan deze sessie bezig met het schilderen van de kleiwerkstukken en het schilderen van een landschap voor de paarden. Helaas heb ik mijn kluissleutel thuis laten liggen. Heel stom. Hierdoor kunnen we het landschap dat MR al had geschilderd niet erbij pakken om hem af te maken. We maken om die reden een nieuw landschap. Bij het schilderen van de kleiwerkstukken gaat MR op een eigen manier bezig. We kiezen samen kleuren uit. Het zijn vrolijke kleuren. MR heeft er plezier in. We verven de dobbelsteen en het tegeltje met paard van MR samen. Het gezicht schildert MR zelf. Bij het tegeltje schilder ik de achtergrond. Bij het schilderen van het landschap besluiten we om apart van elkaar te werken: MR schildert de lucht en ik begin met de grond. Echter zorgt deze verdeling ervoor dat we weinig contact maken met elkaar.

Reflectie

Achteraf vind ik het erg zonde dat we apart van elkaar hebben gewerkt aan het landschap. Ik had beter kunnen voorstellen om samen te werken aan de lucht en het landschap. Hierin had ik MR de leiding kunnen geven in de vormgeving en haar verbeelding kunnen stimuleren. Zoals we nu hebben gewerkt, heeft MR alleen de lucht geschilderd en hiermee wel ruimte ingenomen op het papier, maar als ik naar het werk kijk, lijkt het alsof ik meer ruimte in heb genomen. Dit was niet de bedoeling. Een vorige sessie was het positief toen MR alleen een landschap schilderde en ruimte innam. Dit had ik in de samenwerking kunnen doortrekken door MR zoveel mogelijk ruimte te laten innemen en haar fantasiebeleving te stimuleren.

Sessie 10/11

13 januari 2016

Therapie

Hoe gaat het, hoe was haar week?

Ik vraag hoe het vandaag met haar gaat. Het gaat goed. Ik vraag net als maandag hoe ze het vindt dat dit de laatste therapiesessie is. Ze zegt nogmaals dat ze het erg jammer vindt. Ze vraagt of haar moeder mij nog eens mag bellen, zodat zij kan vertellen hoe het met haar gaat. Ik zeg dat, dat mag.

Activiteit en doel

Tijdens deze sessie wordt de therapie afgerond. Alle werkstukken zijn gepresenteerd voor de leerling in het lokaal. Samen gaan we de werkstukken bekijken en terugkijken op de therapie. We schrijven belangrijke punten samen op een poster. Na deze bespreking kan er verder gewerkt worden aan het verhaal over de paarden indien MR hier behoefte aan heeft. Ook kan het landschap dat MR eerder in de therapie schilderde afgemaakt worden. Als afscheid is er gekozen om beiden een spijkerbeeld te maken op een houten dienblaadje met wol. MR wilde graag een keer met wol werken. Dit leek mij daarom een leuke afscheidswerkvorm. We maken het werkstuk voor elkaar en geven na afloop van de therapie dus een cadeautje aan elkaar.

Werking op het zelfbeeld van:

Wie ziet mij? Aandacht met beeldende therapie voor een laag zelfbeeld

|65|

Materiaal/werkvorm & therapeutische relatie

Belangrijke punten die naar voren komen als we terugblikken op de therapie zijn:

- MR heeft een lieve kant, maar heeft zoals ze zelf aangeeft nu beter geleerd om aan te geven wat ze vindt en om nee te zeggen. De therapie heeft hierbij geholpen.
- MR vertelt zelf over haar werkstukken en neemt hier de leiding in. Dit vind ik erg positief. Ze is trots op haar werkstukken en durft hier ruimte mee in te nemen. Nog positiever is het als ze zelf voorstelt om al haar werk aan de klas te laten zien. Ik prijs haar hiervoor. We spreken af dat we de klas vragen om vijf minuten voor het einde van de therapiesessie naar het lokaal te komen.
- MR geeft bij veel werkstukken aan ze het erg leuk en grappig vond om te doen.
- Bij de werkstukken met ecoline (van de kennismakingssessie) vraagt ze mij op een speelse manier welke vormen ik zie in de ecoline. Hier neemt ze de leiding in.
- Het nee roepen en schrijven was eerst eng zegt ze. Later durfde ze dit beter. Het gooien met klei en nee roepen ging heel goed. Ze had hier veel plezier in.
- De alien die Ariana Grande is geworden, vind ze mooi geworden.
- Ze is trots op de kleiwerkstukken die ze heeft gemaakt. De kern uit het verhaal bij de werkstukken is dat er 2 paarden waren (dit zijn MR en ik) die eerst zielig waren en niet konden lopen, maar elkaar vonden, vergaten dat ze niet konden lopen en blij werden door samen te gaan spelen. MR laat in werkstukken over ons zien hoe blij ze is met het contact met mij en welke steun dit haar geeft. Ze laat een ontwikkeling zien waarin ze is gegroeid in het kunnen aangeven wat ze vindt en wilt.

Tijdens het maken van de poster samen wil MR het verhaal over de paarden vervolgen. Ze bedenkt dat we beiden een stukje schrijven over ons paard. Daarna lezen we dit van elkaar. Later zal hier een afbeelding van volgen. Na de terugblik op de therapie starten we met het werkstuk met wol. Eerst verven we beiden de achtergrond van ons werkstuk. We kiezen samen vrolijke kleuren verf en ecoline uit. Als dit klaar is, blijft er verf over. Ik stel voor om het landschap dat nog niet af was samen af te schilderen. Dit vindt MR goed. In deze schildering wordt er meer samengewerkt als bij de schildering in de vorige sessie. Ik laat MR zoveel mogelijk ruimte innemen. Ik vraag of ze het goed vindt als ik een boom schilder. Dat vindt ze goed. Het wordt een kleurrijk en fantasierijk geheel. Dan beginnen we met het spijkerbeeld. Ik vraag of MR het leuk lijkt om een hartje te maken als vorm. Hierin neem ik de leiding. MR vindt dit een leuk idee. Ze stelt voor dat we naast elkaar gaan staan, zodat we elkaar kunnen helpen. Dit vind ik een heel goed idee. Ik help MR door een voorbeeld te geven van hoe je het hart kan maken met de spijkers. Door tijdnood leggen we het werk tijdelijk aan de kant. We spreken af dat we al haar werkstukken gaan laten zien aan de klas en daarna nog het spijkerbeeld afmaken. Haar klasgenoten reageren verbaasd als ze zien wat MR allemaal gemaakt heeft. MR vertelt vooral over de paarden en hun verhaal. Ze zegt dat ze het landschap met de blauwe lucht en het grasveld heel leuk vond om te maken. Er worden wat vragen gesteld en MR antwoordt. Na verloop van tijd zeg ik dat ik het heel goed van haar vind dat ze al haar werkstukken aan de groep heeft laten zien. Meester maakt ook meerdere malen complimenten over MR haar werk en wat ze allemaal gedaan heeft in de therapie. MR vindt het erg leuk om haar werk te laten zien en dan vooral aan haar vriendinnen zegt ze achteraf. We maken het spijkerbeeld af. MR vraagt of ze een vriendin van haar mag laten zien hoe we het beeld hebben gemaakt. Ik stem hiermee in. Ik vind het namelijk goed dat ze dit wilt laten zien en trots is op wat ze maakt. Daarna sluiten we de therapie af. We geven de beelden aan elkaar. Ik bedank MR dat ik haar therapie mocht geven. MR bedankt mij voor de leuke en leerzame tijd. Ik

zeg dat ik haar volgende week nog zie om een vragenlijst af te nemen net als dat we dat voor de therapie deden. Dan zal ze ook al haar werkstukken mee naar huis krijgen.

Reflectie

Ik vond de afscheidssessie erg positief. MR kon aangeven dat ze het jammer vond om afscheid te nemen en had geen extreme weerstand tegen het afscheid. We hebben goed kunnen terugblikken op de therapie en op wat MR geleerd heeft. Het mooiste uit deze sessie vond ik dat MR al haar werkstukken aan de klas wilde laten zien. Hier heb ik haar complimenten voor gegeven. Dit laat zien dat ze meer van zichzelf durft te laten zien en trots is op wat ze bij mij gedaan heeft. Daarnaast vond ik het erg positief dat ze kon aangeven dat ze nu beter kan zeggen wat ze vindt en wil.



Een expositie van alle werkstukken van de leerling.

Conclusie van de beeldende therapie

De definitieve hulpvraag was:

"Het lage zelfbeeld verbeteren"

De subdoelen waren:

"Eigenheid versterken door de eigen vormgeving en ideeën te stimuleren"

"Trots worden op werkstukken en verhalen die ze maakt en dit aan anderen laten zien"

"Leren om nee te zeggen en aan te geven wat zij wil of vindt"

Haar zelfbeeld is verbeterd. De subdoelen zijn namelijk bepaald die ervoor zorgen dat haar zelfbeeld verbeterd kon worden. Ze is gegroeid in het innemen van ruimte met een eigen beeldende vormgeving en beleving. Ze is trots op haar werkstukken en wat ze geleerd heeft. Ze heeft dit gedeeld met haar hele klas. Ze geeft aan dat ze beter nee kan zeggen en kan aangeven wat ze vindt of wilt.

IX Vragenlijsten blanco

Nu volgen in chronologische volgorde de blanco vragenlijsten voor de leerling MR, de groepsleerkracht van de leerling MR en de moeder van de leerling MR.

Ingevuld door de leerling MR

Datum:

Voor jou ligt een vragenlijst met 38 vragen over jou zelfbeeld.

*Op de volgende pagina zie je een schaalverdeling van 1 tot 5 staan. Hier mag je met een kruisje aangeven in welke mate jij de vraag op jou van toepassing vindt. Als je een kruisje zet bij 1 betekent dit dat je de vraag **niet of zeer zelden** op jou van toepassing vindt. Als je een kruisje zet bij 4 betekent dit dat je de vraag **vaak** op jou van toepassing vindt.*

Probeer de test zo goed mogelijk en alleen in te vullen. Veel succes!

Groetjes juf Melanie

Schaal van 1 tot 5:

1. niet of zeer zelden
2. zelden
3. soms
4. vaak
5. erg vaak of altijd

VRAGEN	1	2	3	4	5
1. Ik heb vertrouwen in mijzelf					
2. Ik voel mij sterk genoeg om moeilijke situaties te overwinnen					
3. Ik ben bang om fouten te maken					
4. Ik vind het moeilijk om voor mijzelf op te komen					
5. Ik voel me onrustig					
6. Mijn hoge verwachtingen vallen vaak tegen					
7. Ik heb een vrolijke uitstraling					
8. Ik zie de toekomst positief					
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik gespannen					
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen					
11. Ik voel me moe					
12. Ik voel weinig					
13. Anderen vinden mij een sterk persoon					
14. Ik kan goed met mijn dagelijkse leven omgaan					
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen					
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt					
17. Wat ik meemaak op een dag is te veel voor mij					
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid					
19. Ik waardeer wie ik ben en wat ik kan					
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet					
21. Ik ben bang om te falen					

	1	2	3	4	5
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen					
23. Mijn leven is elke dag ongeveer hetzelfde					
24. Ik luister soms niet naar mijzelf					
25. Ik ben trots op mezelf					
26. Ik kan ervoor zorgen dat dingen goed aflopen					
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet					
28. Als iemand iets aan mij vraagt, kan ik moeilijk nee zeggen					
29. Ik heb moeite me staande te houden in alles wat ik meemaak					
30. Ik denk meer dan dat ik voel					
31. Ik voel me elke dag goed					
32. Ik voel controle over mijn eigen toekomst					
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak					
34. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als ik iets vervelend vind					
35. Ik voel me uitgerust					
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren					
37. Ik voel me nooit gespannen					
38. Ik word steeds zelfverzekerder					

Schaal van 1 tot 5:

1. niet of zeer zelden
2. zelden
3. soms
4. vaak
5. erg vaak of altijd

Ingevuld door de groepsleerkracht van MR

Datum:

Voor u ligt een vragenlijst met 38 beweringen over het zelfbeeld van MR.

De test is samengesteld door psychologe Karina de Groot. Zij heeft zich gespecialiseerd in het ontstaan, de ontwikkeling en de verandering van het zelfbeeld. Op basis van wetenschappelijk onderzoek heeft zij de zelfbeeldtest ontwikkeld.

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen staan in direct contact met je gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door je gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je, je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld (Groot, 2015).

De zelfbeeldtest geeft een indicatie van MR haar zelfbeeld op dit moment.

Het invullen van de zelfbeeldtest

Op de volgende pagina ziet u bovenaan de test een schaal van 1 tot 5 staan. Hier kunt de mate mee aangeven waarin u de bewering op MR van toepassing vindt. Eventueel kunt u bij onduidelijkheden in de test een woordenboek ter hand nemen. Vul de test zo goed mogelijk en zelfstandig in. Het is een momentopname. Dus sta niet te lang stil bij het invullen van de test. Ik wens u veel succes!

Graag ontvang ik de test na 1 week terug van u. Alvast bedankt!

Vriendelijke groet,

Melanie Woudstra

Creatieve Therapie Student Jaar 4

Contactgegevens

E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com

Telefoonnummer: 06-21463078

Schaal van 1 tot 5:

1. niet of zeer zelden
2. zelden
3. soms
4. vaak
5. erg vaak of altijd

VRAGEN	1	2	3	4	5
1. X heeft veel vertrouwen in zichzelf					
2. X voelt zich sterk genoeg om moeilijke situaties te overwinnen					
3. X is bang om fouten te maken					
4. X vindt het moeilijk om voor zichzelf op te komen					
5. X ziet er onrustig uit					
6. Door hoge verwachtingen vallen dingen vaak tegen voor X					
7. X heeft een positieve uitstraling					
8. X is positief over de toekomst					
9. In nieuwe of onverwachte situaties is X gespannen					
10. X zegt snel ja tegen dingen, terwijl ze liever nee had willen zeggen					
11. X oogt futloos of moe					
12. X heeft weinig contact met haar gevoelens					
13. X is een sterk en krachtig persoon					
14. X voelt zich goed opgewassen tegen dagelijkse problemen					
15. X voelt zich angstig als ze niet aan verwachtingen kan voldoen					
16. X vindt het moeilijk om het te zeggen als iets haar niet bevalt					
17. De dagelijkse dingen die X meemaakt overspoelen haar					
18. De wereld is in X haar fantasie mooier dan in werkelijkheid					
19. X haar zelfwaardering is goed					
20. X ziet de toekomst vol vertrouwen tegemoet					
21. X heeft last van faalangst					

	1	2	3	4	5
22. X vindt het moeilijk om haar grenzen aan te geven aan anderen					
23. X ervaart haar leven als stabiel					
24. X luistert soms niet naar zichzelf					
25. X is trots op zichzelf					
26. X kan zorgen voor de goede afloop van dingen					
27. X is bang dat ze te kort schiet					
28. X vind het moeilijk om een verzoek te weigeren van anderen					
29. X heeft moeite zich staande te houden in haar leven					
30. X haar gevoel zegt vaak iets anders dan haar verstand					
31. X voelt zich elke dag goed					
32. X voelt veel grip op de toekomst					
33. X kan er goed tegen als ze een fout maakt					
34. X heeft moeite om haar irritatie te uiten naar anderen					
35. X ziet er uitgerust uit					
36. X kan kleine dingen als een groot probleem ervaren					
37. X voelt zich nooit gespannen					
38. X wordt steeds zelfverzekerder					

Schaal van 1 tot 5:

1. niet of zeer zelden
2. zelden
3. soms
4. vaak
5. erg vaak of altijd

Ingevuld door de moeder van MR

Datum:

Voor u ligt een vragenlijst met 38 beweringen over het zelfbeeld van MR.

De test is samengesteld door psychologe Karina de Groot. Zij heeft zich gespecialiseerd in het ontstaan, de ontwikkeling en de verandering van het zelfbeeld. Op basis van wetenschappelijk onderzoek heeft zij de zelfbeeldtest ontwikkeld.

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen staan in direct contact met je gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door je gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je, je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld (Groot, 2015).

De zelfbeeldtest geeft een indicatie van MR haar zelfbeeld op dit moment.

Het invullen van de zelfbeeldtest

Op de volgende pagina ziet u bovenaan de test een schaal van 1 tot 5 staan. Hier kunt de mate mee aangeven waarin u de bewering op MR van toepassing vindt. Eventueel kunt u bij onduidelijkheden in de test een woordenboek ter hand nemen. Vul de test zo goed mogelijk en zelfstandig in. Het is een momentopname. Dus sta niet te lang stil bij het invullen van de test. Ik wens u veel succes!

Graag ontvang ik de test na 1 week terug van u. Alvast bedankt!

*Vriendelijke groet,
Melanie Woudstra
Creatieve Therapie Student Jaar 4*

Contactgegevens

E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com

Telefoonnummer: 06-21463078

Schaal van 1 tot 5:

1. niet of zeer zelden
2. zelden
3. soms
4. vaak
5. erg vaak of altijd

VRAGEN	1	2	3	4	5
1. X heeft veel vertrouwen in zichzelf					
2. X voelt zich sterk genoeg om moeilijke situaties te overwinnen					
3. X is bang om fouten te maken					
4. X vindt het moeilijk om voor zichzelf op te komen					
5. X ziet er onrustig uit					
6. Door hoge verwachtingen vallen dingen vaak tegen voor X					
7. X heeft een positieve uitstraling					
8. X is positief over de toekomst					
9. In nieuwe of onverwachte situaties is X gespannen					
10. X zegt snel ja tegen dingen, terwijl ze liever nee had willen zeggen					
11. X oogt futloos of moe					
12. X heeft weinig contact met haar gevoelens					
13. X is een sterk en krachtig persoon					
14. X voelt zich goed opgewassen tegen dagelijkse problemen					
15. X voelt zich angstig als ze niet aan verwachtingen kan voldoen					
16. X vindt het moeilijk om het te zeggen als iets haar niet bevalt					
17. De dagelijkse dingen die X meemaakt overspoelen haar					
18. De wereld is in X haar fantasie mooier dan in werkelijkheid					
19. X haar zelfwaardering is goed					
20. X ziet de toekomst vol vertrouwen tegemoet					
21. X heeft last van faalangst					

	1	2	3	4	5
22. X vindt het moeilijk om haar grenzen aan te geven aan anderen					
23. X ervaart haar leven als stabiel					
24. X luistert soms niet naar haarzelf					
25. X is trots op haarzelf					
26. X kan zorgen voor de goede afloop van dingen					
27. X is bang dat ze te kort schiet					
28. X vind het moeilijk om een verzoek te weigeren van anderen					
29. X heeft moeite zich staande te houden in haar leven					
30. X haar gevoel zegt vaak iets anders dan haar verstand					
31. X voelt zich elke dag goed					
32. X voelt veel grip op de toekomst					
33. X kan er goed tegen als ze een fout maakt					
34. X heeft moeite om haar irritatie te uiten naar anderen					
35. X ziet er uitgerust uit					
36. X kan kleine dingen als een groot probleem ervaren					
37. X voelt zich nooit gespannen					
38. X wordt steeds zelfverzekerder					

Schaal van 1 tot 5:

1. niet of zeer zelden
2. zelden
3. soms
4. vaak
5. erg vaak of altijd

X Digitaal ingevulde vragenlijsten

Nu volgen in chronologische volgorde de ingevulde vragenlijsten van twee meetmomenten door de leerling, de groepsleerkracht en de moeder van de leerling.




© 2015 Copyrighted by Psy-Image

U bent hier: Psycholoog Nieuwegein » Zelfbeeldtest

[Home](#)
[Coach](#)
[Psycholoog](#)
[Zelfbeeldtest](#)
[Kosten](#)
[Persoonlijk](#)
[Links](#)
[Contact](#)

Zelfbeeldtest

Hoe is jouw zelfbeeld?

- Zie je de toekomst met vertrouwen tegemoet?
- Vertrouw je erop dat je met stress om kunt gaan?
- Kun je goed opkomen voor jezelf?

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben direct te maken met gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door jouw gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld.

De uitslag van de zelfbeeldtest laat zien hoe je zelfbeeld op dit moment is en hoe je het kunt veranderen om met (nog) meer vertrouwen en minder stress allerlei gebeurtenissen tegemoet te treden.

Hoe werkt het?

- Als je hieronder de zelfbeeldtest invult, krijg je de uitslag van een aantal eigenschappen zoals zelfwaardering, assertiviteit en omgaan met stress
- Een totale zelfbeeldscore.
- De scores worden vergeleken met een norm. De gemiddelde norm is 100.
- Daardoor kun je direct zien op welke eigenschappen je boven of onder het gemiddelde scoort.
- Vervolgens krijg je uitleg wat de scores betekenen.

Door de zelfbeeldtest volledig in te vullen, krijg je op het opgegeven e-mail adres het resultaat direct toegestuurd. Als je geen scores binnenkrijgt, probeer het dan op een andere dag nog eens. Of probeer een ander e-mail adres.

N.b.! Hotmail.com en live.nl blokkeren af en toe de testgegevens. Gebruik in dat geval een ander mailaccount of laat Psy-Image van je blocklist halen.

Na afloop van de test kun je eventueel het [e-boek 'Denk je sterk'](#) aanvragen waarmee je direct aan de slag kunt!

Veel succes, Mw. dr. Karina de Groot, gz-psycholoog in de regio Utrecht en Nieuwegein.

Uitleg. De vragenlijst bestaat uit een aantal uitspraken. Wij je bij elke uitspraak aangeven in welke mate de uitspraak op jouw van toepassing is door een cijfer (1-5) in te vullen? De cijfers hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden op mij van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms op mij van toepassing
4. vaak op mij van toepassing
5. erg vaak of altijd op mij van toepassing

Naam *	MR
Leeftijd	10
Geslacht *	☐ Man ☒ Vrouw
Opleiding	Speciaal Basisonderwijs
E-mailadres *	melanie.woudstra@studentstenden.com
Telefoonnummer	0621463078

* verplicht

Vragenlijst

Wetenschappelijk onderzoek

De zelfbeeldtest is gebaseerd op [wetenschappelijk onderzoek](#). De test is ontwikkeld door mw. dr. K.I. de Groot, gz-psycholoog.

Al meer dan **23.000** mensen hebben de zelfbeeldtest ingevuld.

Wij je sterker en stressbestendiger worden? Kijk dan eens bij:

[het e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#)

De cijfers in de vragenlijst hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

1. Ik heb veel vertrouwen in mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
2. Ik voel kracht genoeg om moeilijke situaties te overwinnen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
3. Ik ben erg bang om fouten te maken ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
4. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
5. Ik voel me onrustig alsof ik nergens tijd voor heb ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
6. Door mijn hoge verwachtingen vallen dingen me vaak tegen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
7. Ik heb een positieve uitstraling ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
8. Ik ben optimistisch over de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik erg gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
11. Ik voel me moe of futloos ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
12. Ik heb weinig contact met mijn gevoelens ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
13. Anderen vinden mij een sterk en krachtig persoon ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
14. Ik voel me goed opgewassen tegen de dagelijkse problemen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
17. Ik heb het gevoel dat dingen zich zo opstapelen dat ik er aan onderdoor ga ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
19. Mijn zelfwaardering is goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
21. Ik heb last van faalangst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
23. Ik ervaar mijn leven als stabiel ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
24. Het lijkt soms alsof ik het contact met mezelf verlies ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
25. Ik ben best trots op mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
26. Ik ben in staat te zorgen voor de goede afloop van dingen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
28. Ik vind het moeilijk om een verzoek te weigeren ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
29. Ik heb moeite me staande te houden in het leven ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
30. Mijn gevoel zegt vaak iets anders dan mijn verstand ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
31. Ik voel me elke dag goed ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
32. Ik voel veel grip op de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
34. Ik heb moeite om mijn irritatie te uiten tegen anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
35. Ik voel me uitgerust ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
37. Ik voel me nooit gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
38. Ik word steeds zelfverzekerder ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.

Versturen

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

Wat zou je doen als je niet kon falen?



© 2016 Copyrighted by Psy-Image

U bent hier: Psychooloog Nieuwegein » Zelfbeeldtest

[Home](#)
[Coach](#)
[Psychooloog](#)
[Zelfbeeldtest](#)
[Kosten](#)
[Persoonlijk](#)
[Links](#)
[Contact](#)

Zelfbeeldtest ©

Hoe is jouw zelfbeeld?

- Zie je de toekomst met vertrouwen tegemoet?
- Vertrouw je erop dat je met stress om kunt gaan?
- Kun je goed opkomen voor jezelf?

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben direct te maken met gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door jouw gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld.

De uitslag van de zelfbeeldtest laat zien hoe je zelfbeeld op dit moment is en hoe je het kunt veranderen om met (nog) meer vertrouwen en minder stress allerlei gebeurtenissen tegemoet te treden.

Hoe werkt het?

- Als je hieronder de zelfbeeldtest invult, krijg je de uitslag van een aantal eigenschappen zoals zelfwaardering, assertiviteit en omgaan met stress
- Een totale zelfbeeldscore.
- De scores worden vergeleken met een norm. De gemiddelde norm is 100.
- Daardoor kun je direct zien op welke eigenschappen je boven of onder het gemiddelde scoort.
- Vervolgens krijg je uitleg wat de scores betekenen.

Door de zelfbeeldtest volledig in te vullen, krijg je op het opgegeven e-mail adres het resultaat direct toegestuurd. Als je geen scores binnenkrijgt, probeer het dan op een andere dag nog eens. Of probeer een ander e-mail adres.

N.b.! Hotmail.com en live.nl blokkeren af en toe de testgegevens. Gebruik in dat geval een ander mailaccount of laat Psy-Image van je blocklist halen.

Na afloop van de test kun je eventueel het [e-boek 'Denk je sterk'](#) aanvragen waarmee je direct aan de slag kunt!

Veel succes, Mw. dr. Karina de Groot, gz-psychooloog in de regio Utrecht en Nieuwegein.

Uitleg. De vragenlijst bestaat uit een aantal uitspraken. Wij je bij elke uitspraak aangeven in welke mate de uitspraak op jouw van toepassing is door een cijfer (1-5) in te vullen? De cijfers hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden op mij van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms op mij van toepassing
4. vaak op mij van toepassing
5. erg vaak of altijd op mij van toepassing

Naam *	MR
Leeftijd	10
Geslacht *	☐ Man ☒ Vrouw
Opleiding	Speciaal Basisonderwijs
E-mailadres *	melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer	0621463078

* verplicht

Vragenlijst

Wetenschappelijk onderzoek

De zelfbeeldtest is gebaseerd op [wetenschappelijk onderzoek](#). De test is ontwikkeld door mw. dr. K.I. de Groot, gz-psychooloog.

Al meer dan **23.000** mensen hebben de zelfbeeldtest ingevuld.

Wij je sterker en stressbestendiger worden? Kijk dan eens bij:

[het e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#)

De cijfers in de vragenlijst hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

1. Ik heb veel vertrouwen in mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
2. Ik voel kracht genoeg om moeilijke situaties te overwinnen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
3. Ik ben erg bang om fouten te maken ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
4. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
5. Ik voel me onrustig alsof ik nergens tijd voor heb ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
6. Door mijn hoge verwachtingen vallen dingen me vaak tegen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
7. Ik heb een positieve uitstraling ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
8. Ik ben optimistisch over de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik erg gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
11. Ik voel me moe of futloos ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
12. Ik heb weinig contact met mijn gevoelens ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
13. Anderen vinden mij een sterk en krachtig persoon ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
14. Ik voel me goed opgewassen tegen de dagelijkse problemen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
17. Ik heb het gevoel dat dingen zich zo opstapelen dat ik er aan onderdoor ga ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
19. Mijn zelfwaardering is goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
21. Ik heb last van faalangst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
23. Ik ervaar mijn leven als stabiel ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
24. Het lijkt soms alsof ik het contact met mezelf verlies ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
25. Ik ben best trots op mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
26. Ik ben in staat te zorgen voor de goede afloop van dingen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet ☒ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
28. Ik vind het moeilijk om een verzoek te weigeren ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
29. Ik heb moeite me staande te houden in het leven ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
30. Mijn gevoel zegt vaak iets anders dan mijn verstand ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
31. Ik voel me elke dag goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
32. Ik voel veel grip op de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
34. Ik heb moeite om mijn irritatie te uiten tegen anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
35. Ik voel me uitgerust ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
37. Ik voel me nooit gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
38. Ik word steeds zelfverzekerder ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.

Versturen

1. niet of zeer zelden van toepassing
 2. zelden op mij van toepassing
 3. soms van toepassing
 4. vaak van toepassing
 5. erg vaak of altijd van toepassing

Wat heeft je vandaag energie gegeven?




© 2015 Copyrighted by Psy-Image

U bent hier: Psycholoog Nieuwegein » Zelfbeeldtest

Home

Coach

Psycholoog

Zelfbeeldtest

Kosten

Persoonlijk

Links

Contact

Zelfbeeldtest ©

Hoe is jouw zelfbeeld?

- Zie je de toekomst met vertrouwen tegemoet?
- Vertrouw je erop dat je met stress om kunt gaan?
- Kun je goed opkomen voor jezelf?

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben direct te maken met gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door jouw gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld.

De uitslag van de zelfbeeldtest laat zien hoe je zelfbeeld op dit moment is en hoe je het kunt veranderen om met (nog) meer vertrouwen en minder stress allerlei gebeurtenissen tegemoet te treden.

Hoe werkt het?

- Als je hieronder de zelfbeeldtest invult, krijg je de uitslag van een aantal eigenschappen zoals zelfwaardering, assertiviteit en omgaan met stress
- Een totale zelfbeeldscore.
- De scores worden vergeleken met een norm. De gemiddelde norm is 100.
- Daardoor kun je direct zien op welke eigenschappen je boven of onder het gemiddelde scoort.
- Vervolgens krijg je uitleg wat de scores betekenen.

Door de zelfbeeldtest volledig in te vullen, krijg je op het opgegeven e-mail adres het resultaat direct toegestuurd. Als je geen scores binnenkrijgt, probeer het dan op een andere dag nog eens. Of probeer een ander e-mail adres.

N.b.! Hotmail.com en live.nl blokkeren af en toe de testgegevens. Gebruik in dat geval een ander mailaccount of laat Psy-Image van je blocklist halen.

Na afloop van de test kun je eventueel het [e-boek 'Denk je sterk'](#) aanvragen waarmee je direct aan de slag kunt!

Veel succes, Mw. dr. Karina de Groot, gz-psycholoog in de regio Utrecht en Nieuwegein.

Uitleg. De vragenlijst bestaat uit een aantal uitspraken. Wij je bij elke uitspraak aangeven in welke mate de uitspraak op jouw van toepassing is door een cijfer (1-5) in te vullen? De cijfers hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden op mij van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms op mij van toepassing
4. vaak op mij van toepassing
5. erg vaak of altijd op mij van toepassing

Naam *	Groepsleerkracht van cliënt X
Leeftijd	N.v.t.
Geslacht *	☒ Man ☐ Vrouw
Opleiding	Leerkracht Speciaal Basisonderwijs
E-mailadres *	melanie.woudstra@studentstenden.com
Telefoonnummer	0621463078

* verplicht

Vragenlijst

Wetenschappelijk onderzoek

De zelfbeeldtest is gebaseerd op [wetenschappelijk onderzoek](#). De test is ontwikkeld door mw. dr. K.I. de Groot, gz-psycholoog.

Al meer dan **23.000** mensen hebben de zelfbeeldtest ingevuld.

Wij je sterker en stressbestendiger worden? Kijk dan eens bij:

[het e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#)

De cijfers in de vragenlijst hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

<http://www.psy-image.nl/zelfbeeldtest.php>

1/3

1. Ik heb veel vertrouwen in mezelf ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
2. Ik voel kracht genoeg om moeilijke situaties te overwinnen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
3. Ik ben erg bang om fouten te maken ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
4. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
5. Ik voel me onrustig alsof ik nergens tijd voor heb ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
6. Door mijn hoge verwachtingen vallen dingen me vaak tegen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
7. Ik heb een positieve uitstraling ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
8. Ik ben optimistisch over de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik erg gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
11. Ik voel me moe of futloos ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
12. Ik heb weinig contact met mijn gevoelens ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
13. Anderen vinden mij een sterk en krachtig persoon ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
14. Ik voel me goed opgewassen tegen de dagelijkse problemen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
17. Ik heb het gevoel dat dingen zich zo opstapelen dat ik er aan onderdoor ga ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
19. Mijn zelfwaardering is goed ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
21. Ik heb last van faalangst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
23. Ik ervaar mijn leven als stabiel ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
24. Het lijkt soms alsof ik het contact met mezelf verlies ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
25. Ik ben best trots op mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
26. Ik ben in staat te zorgen voor de goede afloop van dingen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
28. Ik vind het moeilijk om een verzoek te weigeren ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
29. Ik heb moeite me staande te houden in het leven ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
30. Mijn gevoel zegt vaak iets anders dan mijn verstand ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
31. Ik voel me elke dag goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
32. Ik voel veel grip op de toekomst ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
34. Ik heb moeite om mijn irritatie te uiten tegen anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
35. Ik voel me uitgerust ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
37. Ik voel me nooit gespannen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
38. Ik word steeds zelfverzekerder ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.

Versturen

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

Welke dingen tolereer je die je eigenlijk niet wilt?



© 2016 Copyrighted by Psy-Image

U bent hier: Psycholoog Nieuwegein » Zelfbeeldtest

- Home
- Coach
- Psycholoog
- Zelfbeeldtest**
- Kosten
- Persoonlijk
- Links
- Contact

Zelfbeeldtest

Hoe is jouw zelfbeeld?

- Zie je de toekomst met vertrouwen tegemoet?
- Vertrouw je erop dat je met stress om kunt gaan?
- Kun je goed opkomen voor jezelf?

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben direct te maken met gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door jouw gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld.

De uitslag van de zelfbeeldtest laat zien hoe je zelfbeeld op dit moment is en hoe je het kunt veranderen om met (nog) meer vertrouwen en minder stress allerlei gebeurtenissen tegemoet te treden.

Hoe werkt het?

- Als je hieronder de zelfbeeldtest invult, krijg je de uitslag van een aantal eigenschappen zoals zelfwaardering, assertiviteit en omgaan met stress
- Een totale zelfbeeldscore.
- De scores worden vergeleken met een norm. De gemiddelde norm is 100.
- Daardoor kun je direct zien op welke eigenschappen je boven of onder het gemiddelde scoort.
- Vervolgens krijg je uitleg wat de scores betekenen.

Door de zelfbeeldtest volledig in te vullen, krijg je op het opgegeven e-mail adres het resultaat direct toegestuurd. Als je geen scores binnenkrijgt, probeer het dan op een andere dag nog eens. Of probeer een ander e-mail adres.

N.b.! Hotmail.com en live.nl blokkeren af en toe de testgegevens. Gebruik in dat geval een ander mailaccount of laat Psy-Image van je blocklist halen.

Na afloop van de test kun je eventueel het [e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#) aanvragen waarmee je direct aan de slag kunt!

Veel succes, Mw. dr. Karina de Groot, gz-psycholoog in de regio Utrecht en Nieuwegein.

Uitleg. De vragenlijst bestaat uit een aantal uitspraken. Wij je bij elke uitspraak aangeven in welke mate de uitspraak op jouw van toepassing is door een cijfer (1-5) in te vullen? De cijfers hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden op mij van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms op mij van toepassing
4. vaak op mij van toepassing
5. erg vaak of altijd op mij van toepassing

Naam *	Groepsleerkracht van leerling 'MR'
Leeftijd	N.v.t.
Geslacht *	☒ Man ☐ Vrouw
Opleiding	N.v.t.
E-mailadres *	melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer	0621463078

* verplicht

Vragenlijst

Wetenschappelijk onderzoek

De zelfbeeldtest is gebaseerd op [wetenschappelijk onderzoek](#). De test is ontwikkeld door mw. dr. K.I. de Groot, gz-psycholoog.

Al meer dan **28.000** mensen hebben de zelfbeeldtest ingevuld.

Wij je sterker en stressbestendiger worden? Kijk dan eens bij:

[het e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#)

De cijfers in de vragenlijst hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

1. Ik heb veel vertrouwen in mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
2. Ik voel kracht genoeg om moeilijke situaties te overwinnen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
3. Ik ben erg bang om fouten te maken ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
4. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
5. Ik voel me onrustig alsof ik nergens tijd voor heb ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
6. Door mijn hoge verwachtingen vallen dingen me vaak tegen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
7. Ik heb een positieve uitstraling ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
8. Ik ben optimistisch over de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik erg gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
11. Ik voel me moe of futloos ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
12. Ik heb weinig contact met mijn gevoelens ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
13. Anderen vinden mij een sterk en krachtig persoon ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
14. Ik voel me goed opgewassen tegen de dagelijkse problemen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
17. Ik heb het gevoel dat dingen zich zo opstapelen dat ik er aan onderdoor ga ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
19. Mijn zelfwaardering is goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
21. Ik heb last van faalangst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
23. Ik ervaar mijn leven als stabiel ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
24. Het lijkt soms alsof ik het contact met mezelf verlies ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
25. Ik ben best trots op mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
26. Ik ben in staat te zorgen voor de goede afloop van dingen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
28. Ik vind het moeilijk om een verzoek te weigeren ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
29. Ik heb moeite me staande te houden in het leven ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
30. Mijn gevoel zegt vaak iets anders dan mijn verstand ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
31. Ik voel me elke dag goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
32. Ik voel veel grip op de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
34. Ik heb moeite om mijn irritatie te uiten tegen anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
35. Ik voel me uitgerust ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
37. Ik voel me nooit gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
38. Ik word steeds zelfverzekerder ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.

Versturen

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

Heb jij genoeg
zelfvertrouwen?



Psy-Image

© 2015 Copyrighted by Psy-Image

U bent hier: Psycholoog Nieuwegein > Zelfbeeldtest

Home

Coach

Psycholoog

Zelfbeeldtest

Kosten

Persoonlijk

Links

Contact

Zelfbeeldtest

Hoe is jouw zelfbeeld?

- Zie je de toekomst met vertrouwen tegemoet?
- Vertrouw je erop dat je met stress om kunt gaan?
- Kun je goed opkomen voor jezelf?

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben direct te maken met gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door jouw gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld.

De uitslag van de zelfbeeldtest laat zien hoe je zelfbeeld op dit moment is en hoe je het kunt veranderen om met (nog) meer vertrouwen en minder stress allerlei gebeurtenissen tegemoet te treden.

Hoe werkt het?

- Als je hieronder de zelfbeeldtest invult, krijg je de uitslag van een aantal eigenschappen zoals zelfwaardering, assertiviteit en omgaan met stress
- Een totale zelfbeeldscore.
- De scores worden vergeleken met een norm. De gemiddelde norm is 100.
- Daardoor kun je direct zien op welke eigenschappen je boven of onder het gemiddelde scoort.
- Vervolgens krijg je uitleg wat de scores betekenen.

Door de zelfbeeldtest volledig in te vullen, krijg je op het opgegeven e-mail adres het resultaat direct toegestuurd. Als je geen scores binnenkrijgt, probeer het dan op een andere dag nog eens. Of probeer een ander e-mail adres.

N.b.! Hotmail.com en live.nl blokkeren af en toe de testgegevens. Gebruik in dat geval een ander mailaccount of laat Psy-Image van je blocklist halen.

Na afloop van de test kun je eventueel het [e-boek 'Denk je sterk'](#) aanvragen waarmee je direct aan de slag kunt!

Veel succes, Mw. dr. Karina de Groot, gz-psycholoog in de regio Utrecht en Nieuwegein.

Uitleg. De vragenlijst bestaat uit een aantal uitspraken. Wij je bij elke uitspraak aangeven in welke mate de uitspraak op jouw van toepassing is door een cijfer (1-5) in te vullen? De cijfers hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden op mij van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms op mij van toepassing
4. vaak op mij van toepassing
5. erg vaak of altijd op mij van toepassing

Naam *	Moeder van diént X
Leeftijd	N.v.t.
Geslacht *	☐ Man ☒ Vrouw
Opleiding	N.v.t.
E-mailadres *	melanie.woudstra@studentstenden.com
Telefoonnummer	N.v.t.

* verplicht

Vragenlijst

Wetenschappelijk onderzoek

De zelfbeeldtest is gebaseerd op [wetenschappelijk onderzoek](#). De test is ontwikkeld door mw. dr. K.I. de Groot, gz-psycholoog.

Al meer dan **23.000** mensen hebben de zelfbeeldtest ingevuld.

Wij je sterker en stressbestendiger worden? Kijk dan eens bij:

[het e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#)

De cijfers in de vragenlijst hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

1. Ik heb veel vertrouwen in mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
2. Ik voel kracht genoeg om moeilijke situaties te overwinnen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
3. Ik ben erg bang om fouten te maken ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
4. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
5. Ik voel me onrustig alsof ik nergens tijd voor heb ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
6. Door mijn hoge verwachtingen vallen dingen me vaak tegen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
7. Ik heb een positieve uitstraling ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
8. Ik ben optimistisch over de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik erg gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
11. Ik voel me moe of futloos ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
12. Ik heb weinig contact met mijn gevoelens ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
13. Anderen vinden mij een sterk en krachtig persoon ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
14. Ik voel me goed opgewassen tegen de dagelijkse problemen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
17. Ik heb het gevoel dat dingen zich zo opstapelen dat ik er aan onderdoor ga ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
19. Mijn zelfwaardering is goed ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
21. Ik heb last van faalangst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☒ 5.
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
23. Ik ervaar mijn leven als stabiel ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
24. Het lijkt soms alsof ik het contact met mezelf verlies ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
25. Ik ben best trots op mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
26. Ik ben in staat te zorgen voor de goede afloop van dingen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
28. Ik vind het moeilijk om een verzoek te weigeren ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
29. Ik heb moeite me staande te houden in het leven ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
30. Mijn gevoel zegt vaak iets anders dan mijn verstand ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
31. Ik voel me elke dag goed ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
32. Ik voel veel grip op de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
34. Ik heb moeite om mijn irritatie te uiten tegen anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
35. Ik voel me uitgerust ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
37. Ik voel me nooit gespannen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
38. Ik word steeds zelfverzekerder ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.

Versturen

1. niet of zeer zelden van toepassing
 2. zelden op mij van toepassing
 3. soms van toepassing
 4. vaak van toepassing
 5. erg vaak of altijd van toepassing

Op welke manier zou je meer plezier in je leven krijgen?



© 2016 Copyrighted by Psy-Image

U bent hier: Psycholoog Nieuwegein » Zelfbeeldtest

- Home
- Coach
- Psycholoog
- Zelfbeeldtest**
- Kosten
- Persoonlijk
- Links
- Contact

Zelfbeeldtest

Hoe is jouw zelfbeeld?

- Zie je de toekomst met vertrouwen tegemoet?
- Vertrouw je erop dat je met stress om kunt gaan?
- Kun je goed opkomen voor jezelf?

Je zelfbeeld en zelfvertrouwen hebben direct te maken met gezondheid en succes. Je zelfbeeld wordt gevormd door jouw gedachten, gevoelens en herinneringen. Als je je gedachten en gevoelens kunt veranderen, verandert ook je zelfbeeld.

De uitslag van de zelfbeeldtest laat zien hoe je zelfbeeld op dit moment is en hoe je het kunt veranderen om met (nog) meer vertrouwen en minder stress allerlei gebeurtenissen tegemoet te treden.

Hoe werkt het?

- Als je hieronder de zelfbeeldtest invult, krijg je de uitslag van een aantal eigenschappen zoals zelfwaardering, assertiviteit en omgaan met stress
- Een totale zelfbeeldscore.
- De scores worden vergeleken met een norm. De gemiddelde norm is 100.
- Daardoor kun je direct zien op welke eigenschappen je boven of onder het gemiddelde scoort.
- Vervolgens krijg je uitleg wat de scores betekenen.

Door de zelfbeeldtest volledig in te vullen, krijg je op het opgegeven e-mail adres het resultaat direct toegestuurd. Als je geen scores binnenkrijgt, probeer het dan op een andere dag nog eens. Of probeer een ander e-mail adres.

N.b.! Hotmail.com en live.nl blokkeren af en toe de testgegevens. Gebruik in dat geval een ander mailaccount of laat Psy-Image van je blocklist halen.

Na afloop van de test kun je eventueel het [e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#) aanvragen waarmee je direct aan de slag kunt!

Veel succes, Mw. dr. Karina de Groot, gz-psycholoog in de regio Utrecht en Nieuwegein.

Uitleg. De vragenlijst bestaat uit een aantal uitspraken. Wij je bij elke uitspraak aangeven in welke mate de uitspraak op jouw van toepassing is door een cijfer (1-5) in te vullen? De cijfers hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden op mij van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms op mij van toepassing
4. vaak op mij van toepassing
5. erg vaak of altijd op mij van toepassing

Naam *	Moeder leerling 'MR'
Leeftijd	N.v.t.
Geslacht *	☐ Man ☒ Vrouw
Opleiding	N.v.t.
E-mailadres *	melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer	0621463078

* verplicht

Vragenlijst

Wetenschappelijk onderzoek

De zelfbeeldtest is gebaseerd op [wetenschappelijk onderzoek](#). De test is ontwikkeld door mw. dr. K.I. de Groot, gz-psycholoog.

Al meer dan **28.000** mensen hebben de zelfbeeldtest ingevuld.

Wilt je sterker en stressbestendiger worden? Kijk dan eens bij:

[het e-boek 'Denk je sterk, de cursus bij de Zelfbeeldtest'](#)

De cijfers in de vragenlijst hebben de volgende betekenis:

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

1. Ik heb veel vertrouwen in mezelf ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
2. Ik voel kracht genoeg om moeilijke situaties te overwinnen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
3. Ik ben erg bang om fouten te maken ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
4. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
5. Ik voel me onrustig alsof ik nergens tijd voor heb ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
6. Door mijn hoge verwachtingen vallen dingen me vaak tegen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
7. Ik heb een positieve uitstraling ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
8. Ik ben optimistisch over de toekomst ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
9. In nieuwe of onverwachte situaties ben ik erg gespannen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
10. Ik zeg snel ja tegen dingen, terwijl ik liever nee had willen zeggen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
11. Ik voel me moe of futloos ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
12. Ik heb weinig contact met mijn gevoelens ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
13. Anderen vinden mij een sterk en krachtig persoon ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
14. Ik voel me goed opgewassen tegen de dagelijkse problemen ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
15. Ik voel me angstig als ik niet aan verwachtingen kan voldoen ☒ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
16. Ik vind het moeilijk om het te zeggen als iets me niet bevalt ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
17. Ik heb het gevoel dat dingen zich zo opstapelen dat ik er aan onderdoor ga ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
18. De wereld is in mijn fantasie mooier dan in werkelijkheid ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
19. Mijn zelfwaardering is goed ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
20. Ik zie de toekomst vol vertrouwen tegemoet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
21. Ik heb last van faalangst ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
22. Ik vind het moeilijk om mijn grenzen aan te geven aan anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
23. Ik ervaar mijn leven als stabiel ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
24. Het lijkt soms alsof ik het contact met mezelf verlies ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
25. Ik ben best trots op mezelf ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
26. Ik ben in staat te zorgen voor de goede afloop van dingen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
27. Ik ben bang dat ik tekort schiet ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
28. Ik vind het moeilijk om een verzoek te weigeren ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
29. Ik heb moeite me staande te houden in het leven ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
30. Mijn gevoel zegt vaak iets anders dan mijn verstand ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
31. Ik voel me elke dag goed ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
32. Ik voel veel grip op de toekomst ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
33. Ik kan er goed tegen als ik een fout maak ☐ 1. ☒ 2. ☐ 3. ☐ 4. ☐ 5.
34. Ik heb moeite om mijn irritatie te uiten tegen anderen ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
35. Ik voel me uitgerust ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
36. Ik kan kleine dingen als een groot probleem ervaren ☐ 1. ☐ 2. ☐ 3. ☒ 4. ☐ 5.
37. Ik voel me nooit gespannen ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.
38. Ik word steeds zelfverzekerder ☐ 1. ☐ 2. ☒ 3. ☐ 4. ☐ 5.

Versturen

1. niet of zeer zelden van toepassing
2. zelden op mij van toepassing
3. soms van toepassing
4. vaak van toepassing
5. erg vaak of altijd van toepassing

Welke dingen tolereer je die je eigenlijk niet wilt?

XI Testuitslagen

Nu volgt eerst eenmalig een uitleg bij de zelfbeeldtest scores. Daarna volgen de testuitslagen in chronologische volgorde van de twee meetmomenten van MR, de groepsleerkracht en de moeder van MR.

Uitleg zelfbeeldscores

Bekijk je scores goed en lees de onderstaande tekst rustig door. Het geeft weer hoe je op dit moment tegen jezelf aankijkt en hoe je dat eventueel kan veranderen.

Hoe goed is het beeld van jezelf? In de grafiek zie je zes eigenschappen staan die te maken hebben met je zelfbeeld. Je kunt zien in welke eigenschap je goed bent volgens jezelf, en waarin minder goed. Boven de grafiek staan je scores op de zes eigenschappen. Een score van 100 is gemiddeld.

Scores boven de 100 betekenen dat je vindt dat je er goed in bent vergeleken anderen. Hoe hoger de score, hoe meer vertrouwen je hebt in de eigenschap.
Scores rond de 100 betekenen dat je gemiddeld scoort.
Scores onder de 100 betekenen dat je denkt dat je er minder goed in bent.
Hoe lager de score, hoe minder vertrouwen je hebt.

Je ziet ook de totaalscore van jouw **zelfbeeld** onderaan het rijtje met scores staan. Dit is de optelsom van de zes eigenschappen. Een hogere score staat voor een beter zelfbeeld.

Hoe hoger de zelfbeeldscore, hoe meer vertrouwen je voelt om met dagelijkse problemen om te gaan.

Wat betekent de score **Eigen indruk?**

Deze score geeft weer hoe je de lijst hebt ingevuld. Een lage score (lager dan 100) betekent dat je bescheiden bent over jezelf. Een hoge score (hoger dan 130) betekent dat je een erg positieve indruk hebt van jezelf.

Heb je meerdere scores onder de 100?

Veel lage scores betekenen dat je op dit moment niet helemaal naar je zin hebt, of niet functioneert zoals je zou willen. Het is belangrijk om meer dingen te gaan doen die goed bij jou passen.

Lagere scores op zelfwaardering of optimisme kunnen soms samenhangen met depressieve klachten. Mensen met deze scores hebben vaker dan gemiddeld negatieve gedachten over zichzelf die hen blokkeren om goed te functioneren.

Lagere scores op angsttolerantie of opkomen voor zichzelf gaan soms samen met angstklachten. Mensen met deze scores hebben vaker dan gemiddeld negatieve gedachten over anderen waardoor ze moeite hebben anderen te vertrouwen.

Een lage score op stresshantering of realiteitsbesef kan samenhangen met oververmoeidheid of burn-out: neem de tijd om te herstellen, goed voor jezelf te zorgen en je grenzen te herkennen.

Loop niet te lang door met klachten waar je echt last van hebt. Meestal zijn het signalen dat er iets moet veranderen in je leven om weer gezond te kunnen functioneren.

Heb je veel hoge scores?

Veel hoge scores betekenen dat je waarschijnlijk behoorlijk goed functioneert. Toch blijkt dat ook mensen met hoge scores zich verder kunnen ontwikkelen om steeds meer te gaan doen wat echt bij ze past.

Doen wat het beste bij je past

Mensen voelen zich vaak goed als ze voor elkaar krijgen wat ze graag willen en die dingen kunnen doen die het beste bij hen passen. Daarvoor heb je kennis nodig van reële en voor jou haalbare doelen. Er is een direct verband tussen de zes eigenschappen van de test en het gaan doen van dingen die bij je passen:

Als je op een goede manier kunt **opkomen voor jezelf** bereik je vaker wat je wilt. Het is duidelijk dat als je dingen voor jezelf durft te vragen je je doelen makkelijker bereikt. Ook als je duidelijk kunt zeggen wat je wel en niet prettig vindt, bereik je makkelijker wat je graag wilt.

Optimisme helpt je bijvoorbeeld om niet op te geven tijdens moeilijke periodes die je onderweg ondervindt. Het aangaan van doelen is makkelijker als je gelooft in de goede afloop van dingen en als je vertrouwen hebt in de toekomst.

Realiteitsbesef heb je nodig om de haalbaarheid van je doelen goed in te schatten. Het zorgt dat je niet eindeloos blijft proberen om onhaalbare doelen te bereiken en je te richten op doelen die bij je passen. Dit is van belang om bijvoorbeeld burn-out te voorkomen.

Kortom, door de eigenschappen van de zelfbeeldtest verder te ontwikkelen, kun je steeds vaker gaan doen wat het beste bij jou past, en meer voldoening in je leven ervaren.

Hoe kun je de eigenschappen verder ontwikkelen?

- De eerste belangrijke stap is om de kracht van je eigen gedachten te leren kennen, die bewust of onbewust jouw zelfbeeld, je eigenwaarde en deze eigenschappen bepalen.
- De tweede stap is om te leren hoe je die gedachten kunt beïnvloeden, je meer op je eigen gevoel kunt gaan vertrouwen, en daarmee de eigenschappen en je zelfbeeld kunt veranderen.

Hoe dit werkt, leer je in het e-boek: 'Denk je sterk, de Cursus bij de Zelfbeeldtest' van **Psy-Image**.

Het is de moeite waard om je te verdiepen in je zelf. Er kan veel veranderen als je met andere ogen naar jezelf gaat kijken!

Het kan soms wel moeilijk zijn om dit alleen te doen. Onbewuste ;blokkades of trauma's kunnen je belemmeren om het te leren. In dat geval is het belangrijk om hulp te vragen om samen met iemand te kijken naar jouw persoonlijke blokkades. Bij mij kan je daarvoor eventueel ook terecht. Je kunt een bericht sturen via het contactformulier.

Veel succes!

Karina de Groot, **Psy-Image** www.psy-image.nl.

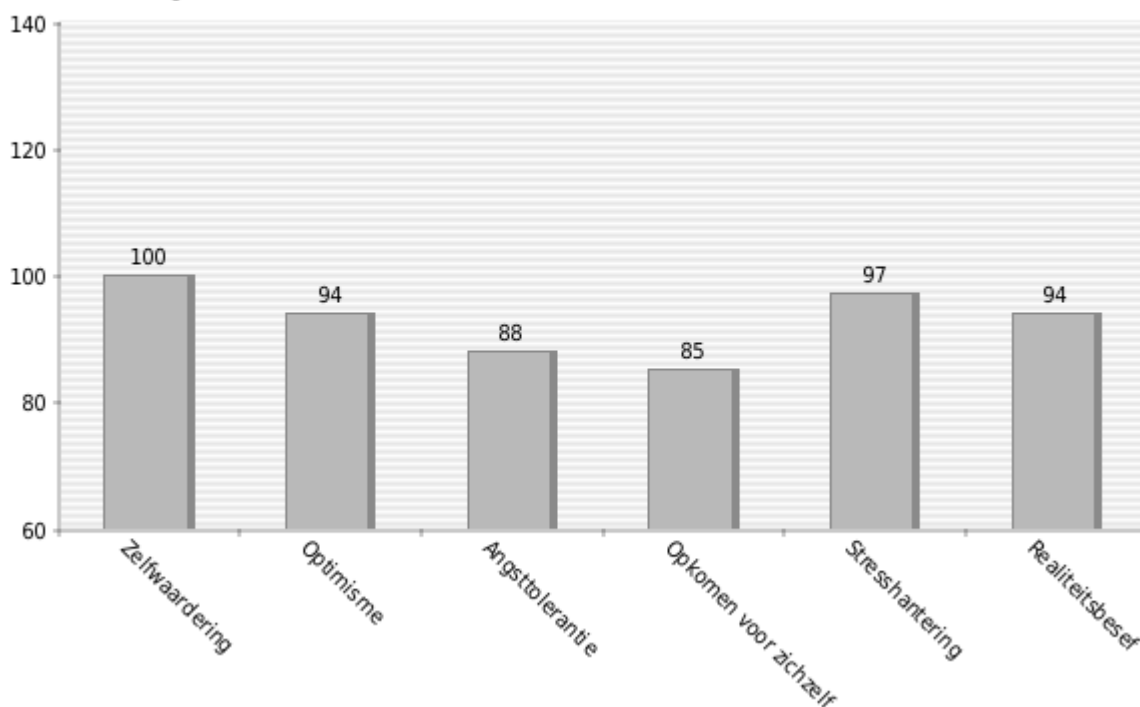
Zelfbeeldprofiel © Psy-Image

Naam: MR
Leeftijd: 10
Geslacht: Vrouw
Opleiding: Speciaal Basisonderwijs
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: N.v.t.
Afnamedatum: 10-11-2015

Scores	Score	Hoofdgroepen	Score
Zelfwaardering	100	Zelfvertrouwen	97
Optimisme	94		
Angsttolerantie	88	Sociaal vertrouwen	87
Opkomen voor zichzelf	85		
Stresshantering	97	Vertrouwen in eigen stabiliteit	96
Realiteitsbesef	94		
Eigen indruk	115		
Zelfbeeld	93		



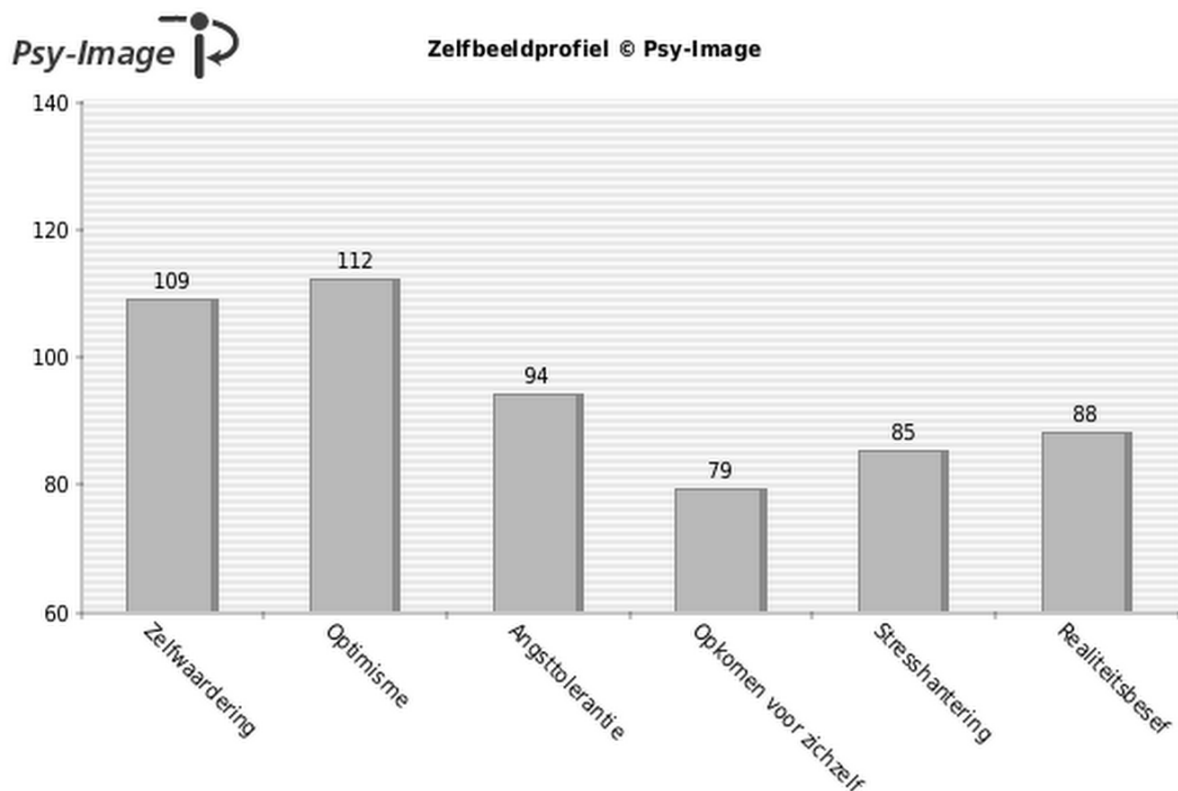
Zelfbeeldprofiel © Psy-Image



Zelfbeeldprofiel © Psy-Image

Naam: MR
Leeftijd: 10
Geslacht: Vrouw
Opleiding: Speciaal Basisonderwijs
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: N.v.t.
Afnamedatum: 23-01-2016

Scores	Score	Hoofdgroepen	Score
Zelfwaardering	109	Zelfvertrouwen	111
Optimisme	112		
Angsttolerantie	94	Sociaal vertrouwen	87
Opkomen voor zichzelf	79		
Stresshantering	85	Vertrouwen in eigen stabiliteit	87
Realiteitsbesef	88		
Eigen indruk	130		
Zelfbeeld	95		



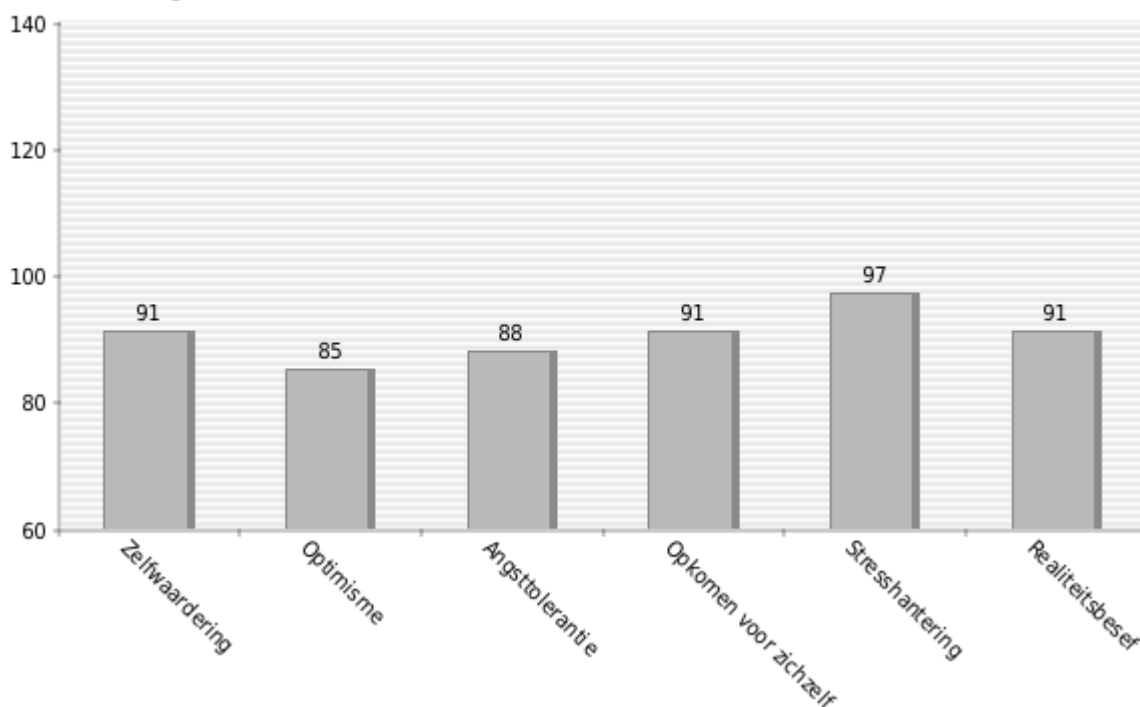
Zelfbeeldprofiel © Psy-Image

Naam: Groepsleerkracht van cliënt X
Leeftijd: N.v.t.
Geslacht: Man
Opleiding: Leerkracht Speciaal Basisonderwijs
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: N.v.t.
Afnamedatum: 17-11-2015

Scores	Score	Hoofdgroepen	Score
Zelfwaardering	91	Zelfvertrouwen	88
Optimisme	85		
Angsttolerantie	88	Sociaal vertrouwen	90
Opkomen voor zichzelf	91		
Stresshantering	97	Vertrouwen in eigen stabiliteit	94
Realiteitsbesef	91		
Eigen indruk	115		
Zelfbeeld	91		



Zelfbeeldprofiel © Psy-Image



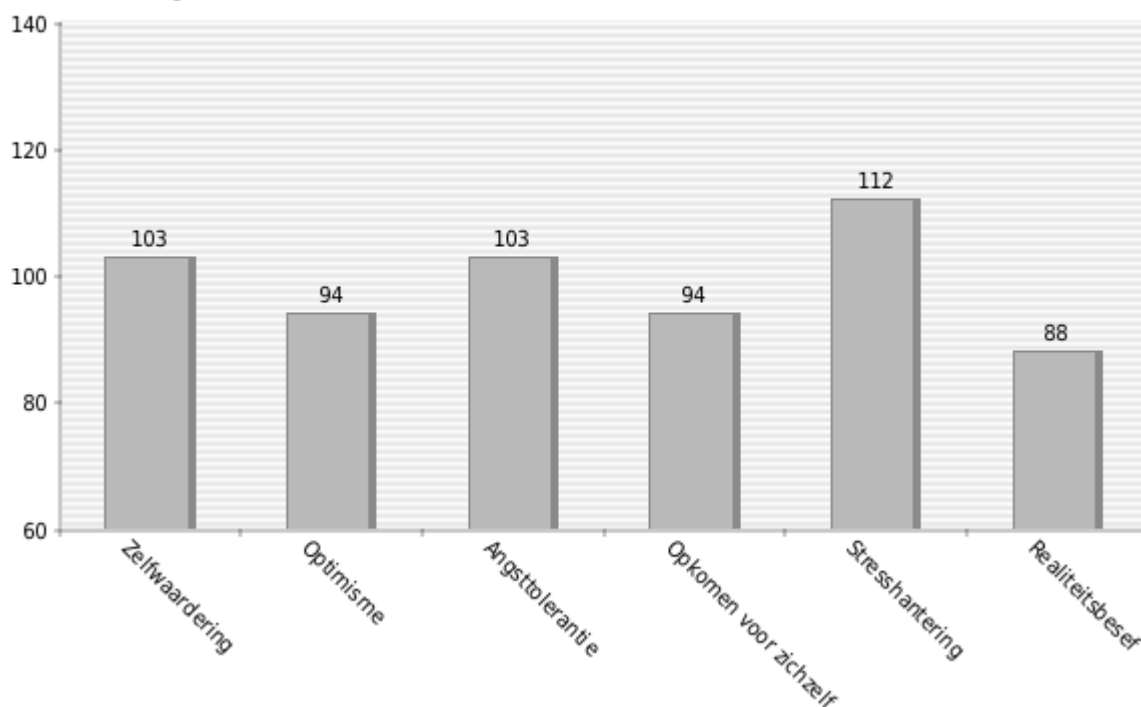
Zelfbeeldprofiel © Psy-Image

Naam: Groepsleerkracht van leerling 'MR'
Leeftijd: N.v.t.
Geslacht: Man
Opleiding: N.v.t.
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: N.v.t.
Afnamedatum: 27-01-2016

Scores	Score	Hoofdgroepen	Score
Zelfwaardering	103	Zelfvertrouwen	99
Optimisme	94		
Angsttolerantie	103	Sociaal vertrouwen	99
Opkomen voor zichzelf	94		
Stresshantering	112	Vertrouwen in eigen stabiliteit	100
Realiteitsbesef	88		
Eigen indruk	130		
Zelfbeeld	99		



Zelfbeeldprofiel © Psy-Image



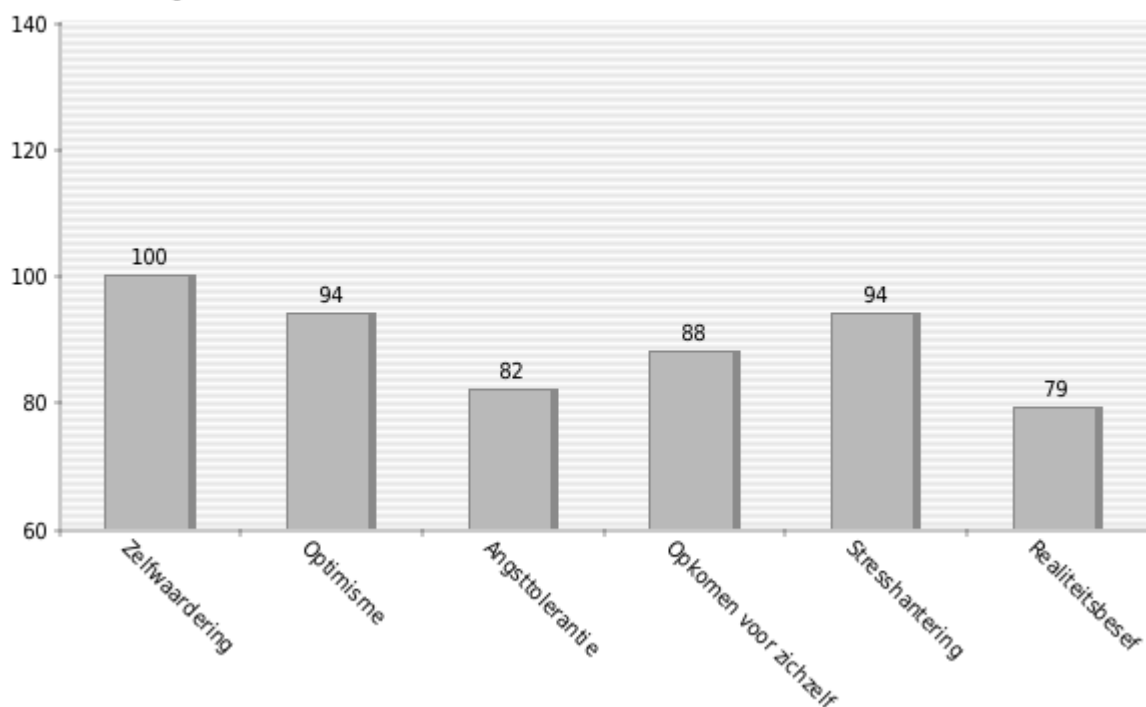
Zelfbeeldprofiel © Psy-Image

Naam: Moeder van cliënt X
Leeftijd: N.v.t.
Geslacht: Vrouw
Opleiding: N.v.t.
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: N.v.t.
Afnamedatum: 17-11-2015

Scores	Score	Hoofdgroepen	Score
Zelfwaardering	100	Zelfvertrouwen	97
Optimisme	94		
Angsttolerantie	82	Sociaal vertrouwen	85
Opkomen voor zichzelf	88		
Stresshantering	94	Vertrouwen in eigen stabiliteit	87
Realiteitsbesef	79		
Eigen indruk	100		
Zelfbeeld	90		



Zelfbeeldprofiel © Psy-Image



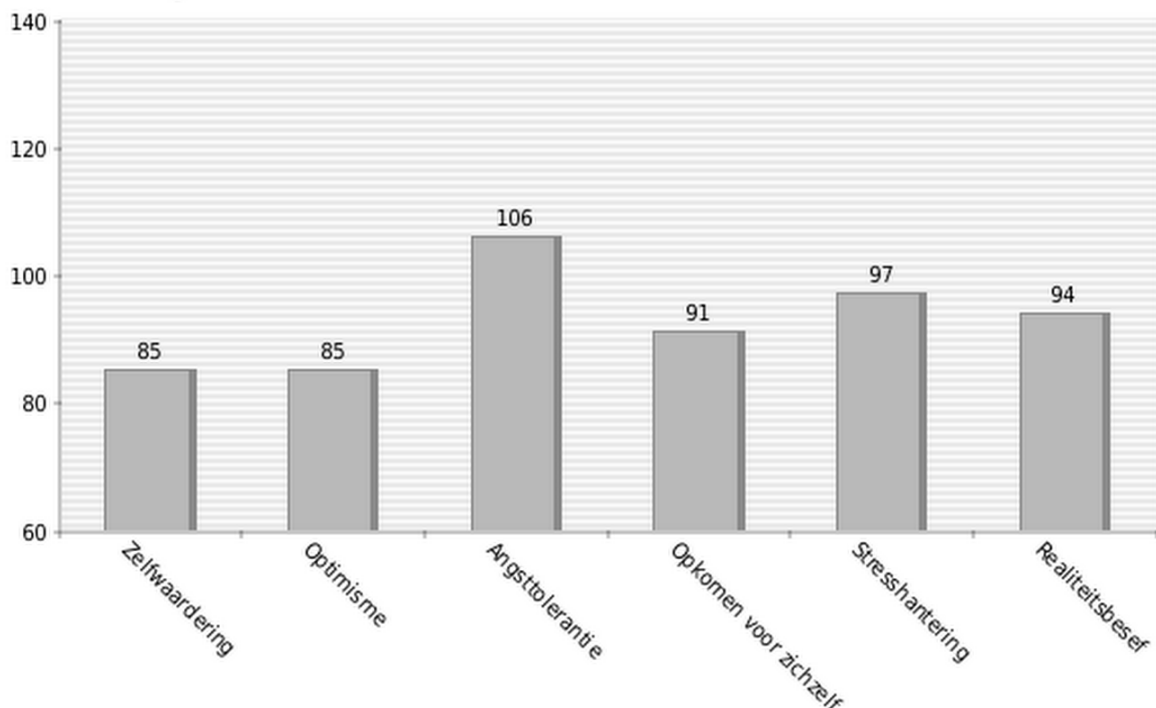
Zelfbeeldprofiel © Psy-Image

Naam: Moeder leerling 'MR'
Leeftijd: N.v.t.
Geslacht: Vrouw
Opleiding: N.v.t.
E-mailadres: melanie.woudstra@student.stenden.com
Telefoonnummer: N.v.t.
Afnamedatum: 27-01-2016

Scores	Score	Hoofdgroepen	Score
Zelfwaardering	85	Zelfvertrouwen	85
Optimisme	85		
Angsttolerantie	106	Sociaal vertrouwen	99
Opkomen voor zichzelf	91		
Stresshantering	97	Vertrouwen in eigen stabiliteit	96
Realiteitsbesef	94		
Eigen indruk	115		
Zelfbeeld	93		



Zelfbeeldprofiel © Psy-Image



XII Voorbereiding interviews

Ter voorbereiding van de interviews is er een enige structuur op papier gezet. Die zag er als volgt uit.

Leerling MR

Ter introductie

Ik heb wat voorbereid voor het interview. Het gaat vooral om jouw ervaring met de beeldende therapie en het effect hiervan op jouw zelfbeeld/zelfvertrouwen.

Mogelijke vragen/onderwerpen:

- Sinds wanneer zit je op school bij de Triade?
- Hoe vond je het hier op school toen je net nieuw was?
- Hoe vind je het nu?
- Had je snel nieuwe vrienden/vriendinnen?
- Hoe vond je jezelf in het begin van dit jaar en hoe vind je jezelf nu?
- Is er iets veranderd?
- Wat is er veranderd?
- Wat zorgde daarvoor?
- Zou je zeggen dat beeldende therapie heeft bijgedragen hieraan? Op welke manier?
- Welke ervaringen heb je met beeldende therapie?
- Heb je meer zelfvertrouwen?
- Durf je beter nee te zeggen of te zeggen wat je vindt?
- Laat je meer van jezelf zien aan klasgenoten en vriendinnen?
- Waardeer je jezelf meer?
- Ben je trots op jezelf? Waarop ben je trots? Op wie je bent? Of wat je gedaan hebt?

Leerkracht MR

Ter introductie

Ik heb voorbereid voor het interview. Het gaat vooral om uw ervaring met de beeldende therapie bij MR en het effect hiervan op haar zelfbeeld/zelfvertrouwen.

Mogelijke vragen/onderwerpen:

- Sinds wanneer werkt u bij de Triade?
- Op welke dagen staat u voor de klas waar MR in zit?
- Sinds wanneer staat u voor deze klas?
- Wat was uw beeld van MR voordat zij beeldende therapie kreeg?
 - Bang om fouten te maken
 - Zacht praten?
 - Onzeker?
 - Bescheiden?
 - Teruggetrokken?
- Wat is uw beeld van MR tijdens dat zij therapie aangeboden kreeg?
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen en klasgenoten
- Waren er veranderingen zichtbaar bij MR voor en na de wekelijkse therapiesessie op woensdag?
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen en klasgenoten
 - Als MR werkstukken in de klas had laten zien
- Wat is uw beeld van MR nu de beeldende therapie is afgerond na 11 weken?

- Is er een verandering zichtbaar?
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen en klasgenoten
- Vindt u dat haar zelfbeeld sterker is geworden door de beeldende therapie?
- Waarin wordt dat zichtbaar?
- Waren er belangrijke gebeurtenissen in de klassensetting die hebben bijgedragen aan het versterken van het zelfbeeld van MR?
- Zijn er nog punten die nu niet benoemd zijn en die ik graag nog wilt bespreken?

Bedankt voor de prettige medewerking aan mijn onderzoek! Ik heb het contact tijdens mijn onderzoek met u heel positief ervaren. U stond open voor het onderzoek en heeft daarbij zoveel mogelijk ingespeeld op het positieve effect van de therapie doordat MR werkstukken mocht laten zien in de klas. Dit versterkte haar zelfbeeld.

Moeder van MR

Ter introductie

Ik heb voorbereid waar we het over kunnen hebben tijdens het interview. Het gaat vooral om uw ervaring met de beeldende therapie bij MR en het effect hiervan op haar zelfbeeld/zelfvertrouwen.

Mogelijke vragen/onderwerpen:

- Beschrijving thuissituatie voor de beeldende therapie startte.
Gezinssamenstelling, hoe is de sfeer thuis? Hoe is MR thuis?
- Beeld voor beeldende therapie startte
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen en klasgenoten
- Beeld tijdens beeldende therapie
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen en klasgenoten
- U gaf in ons eerste gesprek over de beeldende therapie (na 5 sessies) aan dat MR thuis brutaler is geworden, meer nee durft te zeggen en tegen vriendinnen beter kan zeggen wat zij graag wilt doen. Zou u zeggen dat deze verandering in gedrag tot stand is gekomen door de beeldende therapie die MR bij mij had? Of dragen andere factoren hier ook of volledig aan bij? Hoe is deze ontwikkeling van MR nu verder gegaan?
- Waren er veranderingen zichtbaar bij MR voor en na de wekelijkse therapiesessie op woensdag?
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen/klasgenoten
- Vertelde MR thuis over de therapie en wat zij maakte/deed? Zo, ja, wat vertelde zij aan u?
- Beeld na afronding van beeldende therapie
 - Gedrag/houding/sociale interactie met vriendinnen/klasgenoten
- Vindt u dat haar zelfbeeld sterker is geworden door de beeldende therapie?
Waarın wordt dat zichtbaar?
- Welke bijdrage aan het versterken van MR haar zelfbeeld had uw positieve houding ten opzichte van de beeldende therapie?
- Waren er belangrijke gebeurtenissen in de thuissituatie die hebben bijgedragen aan het versterken van het zelfbeeld van MR?
- Zijn er nog punten die nu niet benoemd zijn en die ik graag nog wilt bespreken?

Ik wil u graag erg bedanken voor uw medewerking aan dit onderzoek! U was vanaf begin af aan erg enthousiast over de beeldende therapie die MR ging volgen. Ik wil u hiervoor bedanken! Naar mijn inziens heeft dit positief bijgedragen aan het effect van de beeldende therapie.

XIII Volledig uitgeschreven interviews

Bij de interviews is voorafgaand aan ieder interview afgestemd met de respondent over het opnemen van het interview, het gebruik van informatie uit het interview en de duur van het interview. Alle respondenten gaven toestemming voor het opnemen van het interview en het gebruik van informatie hieruit. Voor de duur van het interview is telkens uitgegaan van 40 minuten. De belangrijke fragmenten binnen de interviews zijn lichtgrijs gemarkeerd.

Onderzoeker:	Melanie Woudstra (MW)
Respondent:	Leerling (MR)
Locatie:	SBO de Triade in Wolvega
Datum:	26-01-2016
Tijd:	11:00 uur
Tijdsduur:	30 minuten
Afkortingen:	K, U en A= vriendinnen/klasgenoten van MR Juf MO= vorige juf van MR

MW	"Ik heb wat vragen opgeschreven op papier en dat gaat over wat jouw ervaring met beeldende therapie was"
MR	"Oké"
MW	"Uh, eerst wat algemene vragen. Sinds wanneer zit je op deze school?"
MR	"Uh, uh..."
MW	"Volgens mij was dat... Vorig jaar?"
MR	"Ja, vorig jaar"
MW	"Vorig jaar hè? Ja, want toen heb ik jou ook al gezien inderdaad, dat je nieuw kwam in de klas. En, hoe was het voor jou om nieuw op school te komen?"
MR	"Uh... Eerst vond ik het wel eng"
MW	"Ja"
MR	"Want toen had ik een beetje buikpijn. Alleen nu gaat het wat beter"
MW	"Nu gaat het wel beter? Dus je ziet wel een verschil tussen hoe je eerst hier op school kwam en hoe je het nu vindt eigenlijk?"
MR	"Ja"
MW	"Ja, en hoe vind je het nu om naar school te gaan?"
MR	"Uh, leuk"

MW "Leuk? Nou, dat klinkt al heel positief. Ja, dus je gaat wel met plezier naar school?"

MR "Ja"

MW "En, toen je net nieuw op school kwam, had je toen al snel vriendinnen of vriendjes waar je mee speelde?"

MR "Ja"

MW "Dat ging wel snel?"

MR "Ja"

MW "Oké, dus jij kunt wel makkelijk contact maken met andere kinderen, dat je uh, daar vriendschap mee hebt?"

MR "Ja"

MW "Nou, dan gaan we nu praten over de beeldende therapie. Als je naar jezelf terugkijkt, hoe je was voordat wij beeldende therapie hadden, hoe vond je jezelf toen?"

MR "Uh, nou goed. Wel leuk"

MW "Ja, je was blij met jezelf?"

MR "Ja"

MW "En, uh, hoe, zie je ook een verandering in hoe je bent nu doordat je beeldende therapie hebt gehad bij mij?"

MR "Uh..."

MW "Heb je bepaalde dingen geleerd tijdens dat we beeldende therapie hadden?"

MR "Nou, toen gingen we met die klei gooien en zo nee roepen, en toen durf ik meer tegen andere kinderen te zeggen nee"

MW "O ja, ja. Wat goed. Dus dat hielp wel echt om dat ook te oefenen?"

MR "Ja"

MW "En ik hoorde ook wel in het gesprek met je moeder dat je dat thuis ook meer durft. Dat je meer durft nee te zeggen of nou ik wil dat liever niet, klopt dat?"

MR "Ja"

MW "Oké, mooi. En, zijn er ook nog andere dingen die je geleerd hebt of die verandert zijn door de beeldende therapie?"

MR "Uh, nou ik heb ook geleerd, uh om meer te praten in de klas. Dat gaat al een stuk beter"

MW "Ja, wat goed. En, ook dat je helemaal onze laatste therapiesessie, ja zelf voorstelde om al je werkstukken te laten zien aan de klas. Dat vond ik ook wel heel erg knap van je"

MR "Ja"

MW "En, je wilt ook meer laten zien en horen van jezelf. Ja, dat vind ik wel heel mooi, heel knap van jou. En heb je ook over de beeldende therapie verteld, thuis of aan vriendinnen?"

MR "Uh, ja. En, nou, uh, nou die wilde heel graag die werkstukken zien. En, toen zei ik dat komt nog wel een keer. Ja, die waren heel nieuwsgierig"

MW "O ja, ja die waren heel benieuwd! Ga je dat een keer afspreken dat ze bij jou thuis komen en..."

MR "Dan ga ik ze allemaal zo laten zien ja. En dan ga ik over vertellen. Nou, hoe het was en het was leuk. En, over die paarden. Alleen, die paardenslang is helemaal uit elkaar. Mijn moeder zit hem nu te lijmen"

MW "Oh, is hij toch nog wel weer stuk gegaan waar we het hadden gelijmd?"

MR "Ook nog aan die kleine haartjes"

MW "Oh, oké, ja, dat is wel jammer dan. Hij is natuurlijk ook heel breekbaar die klei als hij opdroogt. Maar gelukkig kun je het altijd weer proberen te lijmen"

MR "Ja"

MW "Ja, je moeder zei ook al dat je heel voorzichtig bent met je werkstukken"

MR "Ja"

MW "Ben je ook blij met wat je allemaal gemaakt hebt?"

MR "Ja. Mijn moeder vond het heel veel en ze vond het ook wel mooi"

MW "Ja, en hoe vind je dat dan dat je moeder dat zegt?"

MR "Nou, leuk. En, mijn broer zei: 'Wat heb je dat mooi gemaakt'. En hij vond jouw paard ook mooi"

MW "Oké, wat leuk. Dus je kreeg allemaal complimenten?"

MR "Ja"

MW "En hoe voelt dat voor jou?"

MR "Uh, nou wel leuk. Daar word je blij van"

MW "Ja. Mooi, heel goed. En, zou je ook zeggen dat je meer zelfvertrouwen hebt gekregen door beeldende therapie te doen?"

MR "Ja"

MW "Ja, waaraan merk je dat?"

MR "Uh..."

MW "Wat zijn bijvoorbeeld dingen die je nu wel durft te doen en voorheen niet?"

MR "Uh, nou, heel hard naar dingen nee zeggen, heel hard"

MW "Ja, dus het nee durven zeggen. En zeg je het dan ook heel hard?"

MR "Uh, nou, gewoon zo nee zeggen of 'ik wil niet'."

MW "Ja, nou heel goed. En, ik hoorde van je moeder ook dat je nu ook wel makkelijker dingen vraagt aan anderen, klopt dat ook volgens jou?"

MR "Ja"

MW "Zou je daar een voorbeeld van kunnen geven, dat je makkelijker vragen stelt of om hulp vraagt"

MR "Uh, ja soms, uh, vraag ik aan de telefoon of mijn vriendin wil blijven logeren. Meestal doet mijn moeder het. Maar ik wou het een keer zelf proberen"

MW "Ja, dus dat je het meer zelf gaat vragen? Dat wil je ook meer nu?"

MR "Ja"

MW "Oké, dan wil ik nog terug komen op het meer nee zeggen. Hoe voelt om nee te zeggen?"

MR "Nou, wel spannend, van dan weet ik niet hoe die ander gaat reageren. Dat vind ik een beetje spannend"

MW "Ja, en wat verwacht je, hoe de ander reageert?"

MR "Nou, ik denk niet meer zo boos"

MW "En, had je dat eerder wel, dat je dat dacht?"

MR "Ja, soms wel, maar soms ook niet"

MW "Nee, oké. En, heb je, je ook wel eens schuldig gevoelt als je nee zei?"

MR "Ja, soms wel"

MW "En, hoe voelde je, je dan... Vond je jezelf dan bijvoorbeeld ook niet zo leuk dat je dat had gedaan?"

MR "Uh..." Er valt een stilte.

MW "Of even een andere vraag. Hoe reageerden anderen erop als je nee zei?"

MR "Uh, ik zei een keer tegen U nee en toen zei ze oké. Toen ging ze gewoon zeggen oké dan gaan we iets anders doen"

MW "Ja, oké, dus dat was helemaal niet erg of zo?"

MR "Alleen soms bij K, die wordt wel een beetje snel boos als U bijvoorbeeld zegt van nou nee, wordt ze wel snel boos. Alleen bij mij niet echt, maar ik weet niet echt waarom"

MW "Oh, dus die reageert anders op U dan op jou. Ja, dat kan ook nog weer verschillen, en iedereen reageert natuurlijk ook weer anders op als je nee zegt. Maar heel goed dat je dat gewoon leert om te doen"

MW "En, uh, zou je ook zeggen dat je trots bent op alles wat je gedaan hebt in de therapie?"

MR "Uh, ja, van daar leerde ik meer dingen en dan ben ik wel trots op mijzelf"

MW "Ja, dat het knap is wat je gedaan hebt"

MR "Ja"

MW "En, ook knap, vind ik, dat je kon aangeven wat je lastig vond en dat we daarmee geoefend hebben. En, dat nu ook beter gaat. En, zou je ook zeggen dat er dingen thuis verandert zijn door wat we in de beeldende therapie hebben gedaan?"

MR "Ja, soms wel ja. Dan zeg ik tegen mijn broer als hij vraagt of hij mee moet helpen met opruimen van lego, en dan zeg ik nee hoor dat hoeft niet, want soms maakt hij het stuk per ongeluk"

MW "Zo kan je duidelijk zijn eigenlijk"

MR "Alleen, nou, mijn broer wordt niet echt snel boos. Maar wel over andere dingen. Als ik niet luister"

MW "Oh, oké. Maar dan heb je, ben je daar ook meer in dat je nee zegt tegen je broer"

MR "Ja"

MW "En, uh, hoe reageert hij dan?"

MR "Dan zegt hij: 'O, oké'."

MW "Oké, ja, dus je hebt niet snel met je broer ruzie ergens over?"

MR "Uh, nou, over lego niet echt. Maar, heel vaak wel"

MW "Oké, dat komt wel dus vaak voor. En, waarover maken jullie dan ruzie bijvoorbeeld?"

MR "Nou, hij houdt niet echt erg van als ik heel erg dichtbij hem sta. Alleen als hij laat thuiskomt dan is hij niet echt zo boos"

MW "O, ja, en hoe zou dat komen?"

MR "Nou, hij wordt meestal boos, omdat hij suikerziekte heeft, en meestal als hij een naald in zijn buik heeft, doet dat een beetje pijn. En, gaat hij een beetje boos reageren. En, dan zegt mijn moeder: 'nou dan moet je een beetje voorzichtig zijn'. Alleen dat geeft voor mij niks. Want dat snap ik wel"

MW "O, ja, dan begrijp waarom hij zo doet"

MR "Alleen mijn andere broer, nou, uh, die doet dat niet. Maar die is wel de oudste. Maar meestal zeggen ze de oudste is de gemeenste. Maar die is juist het liefste. Maar misschien omdat hij woont bij mijn vader, dan ziet hij mij niet zo vaak. Misschien daarom"

MW "Hij is meer, meer bij jou vader"

MR "Ja, misschien daarom doet hij lief tegen ons, tegen mijn moeder en mij"

MW "O, ja, ja, misschien dat het dan anders is, omdat je elkaar niet zoveel ziet"

MR "Ja"

MW "En, hoe vind je het als je een ruzie hebt met iemand?"

MR "Uh, nou, niet echt leuk van dan denk ik daar steeds in de nacht over. En dan krijg ik soms rare dromen"

MW "Ja, dus dan ben je er ook bang voor dan?"

MR "Ja, soms wel, maar heel vaak niet. Dat gaat wel beter. Dan ga ik het snel vergeten. Alleen andere dingen niet"

MW "Oké, zoals wat?"

MR "Uh, nou, ik heb gister met U een enge film gekeken. Ja, eigenlijk mocht dat niet. U was een beetje nieuwsgierig. Maar het was eigenlijk niet echt een film voor kinderen. Meer voor grote mensen. Die ging mijn vader altijd kijken. Nou, uh, U was te nieuwsgierig eigenlijk. En, toen konden we allebei niet echt slapen. En, daarom zou ik nooit een enge film kijken"

MW "Nee, of dan in ieder geval even wachten totdat je wat ouder bent, dan vind je het misschien minder eng"

MR "Ja, mijn moeder vond die film ook al altijd eng. Mijn vader ging vroeger kijken en toen ging ze altijd weg naar de keuken"

MW "Oké, ja, en vind je ook dat er dingen op school verandert zijn. Hoe je op school bent?"

MR "Uh..."

MW "Of hoe je in de klas bijvoorbeeld bent"

MR "Nou, uh, toen juf MO wegging, vond ik het wel een beetje spannend, toen kwam een nieuwe meester. Dat vond ik heel erg spannend. Alleen ook wel leuk. Ja, van uh, als die nieuw is, vind ik het soms wel leuk. En, toen heb ik aan meester gewend"

MW "En, nu ben je wel aan meester gewend"

MR "Ja, nu ben ik blij met de meester. Want ik heb heel lang juffen gehad en nog nooit een meester. Dus dat is wel spannend"

MW "Nee, want dat is wel anders dan hè? Want is meester ook anders als de juffen die jij hebt gehad?"

MR "Ja"

MW "En op welke manier is hij vooral anders?"

MR "Nou, met rekenen allemaal andere manieren. Dat kan ik nog niet, maar dat ga ik nog wel leren"

MW "En, doet hij ook anders tegen jou dan bijvoorbeeld juf MO?"

MR "Ja, die probeert mij goed te praten van juf MO. Nou, uh, die zei anders laat maar. Alleen meester probeert mij echt goed te praten"

MW "O, ja, die bedoel je dan met dingen die je niet begrijpt uit de les?"

- MR "Als ik het soms niet meer weet dan ga ik stil zijn. Alleen dat moet niet. Anders raak ik tijd kwijt. Dan wordt hij soms boos. Dus daarom kan ik meer praten nu"
- MW "Oké, dus dat heeft je geholpen om, zodat je vragen gaat stellen, van ik begrijp het niet en dat je sneller verder kan werken"
- MR "Ja"
- MW "Oké, ja en als je kijkt naar de relatie met jou moeder is daar ook iets veranderd tussen jullie?"
- MR "Uh, ja van nu ga ik haar wat vaker helpen, nou, uh, met mijn cavia's schoonmaken. En, ook een beetje met afwas. Alleen niet heel erg vaak. Wel soms"
- MW "En, heb je ook dat je vaker tegen je moeder nee durft te zeggen"
- MR "Ja, soms zegt ze: 'Wil je een broodje?'. En dan zeg ik: 'Nee, ik hoef niet'."
- MW "Zou je dan zeggen dat je vaker zegt wat je wel of niet wilt?"
- MR "Nou, bij het avondeten wil ik ook soms geen groenten eten. Dan zeg ik eigenlijk wil ik niet, maar ik moet het toch eten. Dan kan ik het eerst gewoon zeggen en dan weet ze dat ik het niet lekker vind, maar toch wel doe"
- MW "En, hoe vind je, je eigen moeder?"
- MR "Uh, heel erg lief. Alleen soms zegt ze iets, ze is een beetje zacht. Niet echt zo streng. Nou, meestal zijn moeders streng om het kind beter te luisteren. Alleen zij vindt zichzelf een beetje te zacht"
- MW "Vind jij dat dan ook?"
- MR "Nou, soms wel, maar soms ook niet. Maar voor mij maakt het niet echt uit. Want ik luister wel"
- MW "Ja, want bij jou zou het niet zo zeer gaan om dat je leert te luisteren, want dat doe jij volgens mij gewoon heel goed. Maar,uh, ja, waarmee zou het je nog meer kunnen helpen als je moeder, nou ja, wat directer is? Snap je dan wat ik bedoel?"
- MR "Uh..."
- MW "Ja, misschien wat duidelijker is soms. Want als je het zou vergelijken met, je moeder vertelde vanmorgen dat jouw buurvrouw heel anders is als jouw moeder"

- MR "Ja, die is wel best streng. En dan ga ik steeds zeggen tegen de buurvrouw, nou mijn moeder wil het zelf doen. En dan doet die buurvrouw heel erg chagrijnig. En dat vind ik niet echt leuk"
- MW "O ja, kom jij dan op voor je moeder?"
- MR "Ja, van zij doet heel veel voor ons. Alleen mijn moeder durft ook niet echt goed nee te zeggen. Ja, dan help ik haar een beetje. Alleen mijn moeder zegt 'nou hoeft niet' en toen zei ik 'mama, je moet het gewoon zeggen als je het echt niet wilt'."
- MW "Oh, wat lief van jou dat je zo voor je moeder..."
- MR "Ja, alleen die buurvrouw is heel erg streng, van uh, wij moeten meestal haar buurvrouw noemen. We mogen haar niet haar eigen naam zeggen. Dat vind ik wel een beetje raar. Ja, dus zij is niet erg, zo lief vind ik. Maar zij komt ook altijd in het weekend en dat vind ik niet echt leuk. Dan komt ze in het weekend en dan zegt ze altijd: 'Waarom zit jij nog in je pyjama?'. Vind ik niet echt leuk. Daarom ga ik altijd naar boven"
- MW "Dan ben je er liever niet als zij er is?"
- MR "Nee, want ze gaat altijd weg met haar (moeder MR), altijd boodschappen doen. Dan ben ik alleen en soms durf ik dat niet. En dan zegt ze: 'Het is maar twee minuutjes'. En dan is het nou misschien nog tot 5 uur"
- MW "Oké, ja dan duurt het toch langer? En dan vind je het niet zo fijn om alleen thuis te zijn?"
- MR "Nee, alleen ik heb niet echt een oppas"
- MW "Want vind je dat ook eng dan als je alleen bent?"
- MR "Ja, heel erg eng"
- MW "Oh oké, ja, en waar ben je bang voor?"
- MR "Nou, die film die ik heb gezien. Dus dan durf ik niet echt alleen te zijn. Als ik iets engs heb gezien"
- MW "Dan wordt je juist nog meer bang?"
- MR "Ja, vooral in het donker. In de middag of in de ochtend kan ik wel alleen zijn. Maar 's avonds niet. Dan word ik heel erg bang"
- MW "Dan denk je echt aan enge dingen en dan ben je bang dat, dat gaat gebeuren?"
- MR "Ja, en mijn moeder zegt dat is niet waar en dat weet ik. Alleen dan zie je zo een verschijning. En dan denk je 'ah, hij komt toch wel'."

- MW "En, is er ook iets dat je er zelf aan kan doen om minder bang te zijn?"
- MR "Uh, nou niet echt. Mijn broer blijft meestal thuis. Alleen later gaat hij dan weg. Dan gaat hij naar zijn vrienden toe. Dan blijft hij eventjes. Alleen soms duurt mama lang en dan kan hij niet meer wachten"
- MW "En, zou je ook, uh, of misschien dat je dan een leuke film kunt gaan kijken of iets leuks kunt gaan doen. Dat je vergeet dat je bang bent"
- MR "Daarom wil ik heel vaak met mijn vriendin spelen, dat ze ook kan blijven slapen. Alleen dat moet je beter in een weekend doen. Alleen ze kan niet voor altijd blijven"
- MW "Nee, nee. Ja, of misschien dan ook bedenken: 'zou het echt kunnen gebeuren?' Dat je dan een beetje kan bedenken van eigenlijk kan het niet in het echt, zoals in die film. Maar dat is wel lastig denk ik als je, je eenmaal bang voelt. Nog heel even terug naar de relatie met je moeder. Heb je ook dat je dingen herkent, van hoe zij is en hoe jij bent?"
- MR "Nou, we lijken heel veel op elkaar. Van uh, dingen die zij niet durft, durf ik ook niet echt"
- MW "Oké, nee. Dus je ziet haar wel als een voorbeeld dan voor jou? Of als zij iets doet, ga jij dat ook makkelijker doen?"
- MR "Ja"
- MW "En zie je dan ook in de afgelopen maanden dat, is jouw moeder ook anders geworden?"
- MR "Uh, nou, nee niet echt"
- MW "Nee"
- MR "Alleen soms dingen die durf ik, en die durft mijn moeder niet. Ik zit op paardrijden en zij durft niet echt paarden te aaien. Alleen nu gaat het wel stukken beter, van nu gaat ze meer paarden aanraken. En, zij vindt eng als een paard mij eraf gooit. Dan kan je iets breken. Daardoor vindt ze het een enge sport"
- MW "Ja, ja, dat kan natuurlijk wel aan de ene kant gevaarlijk zijn, ja..."
- MR "Maar aan de andere kant natuurlijk leuk, van het zijn lieve dieren. Alleen die schrikken heel snel van fietsen en auto's"
- MW "Ja, daar moet je dan het paard goed in trainen"
- MR "Ja, dat is wel een beetje moeilijk"

- MW "Ja, want rijd je elke keer op een ander paard?"
- MR "Nou, heel vaak dezelfde. Alleen soms, als er een nieuw meisje komt, moeten wij steeds op andere paarden. Vroeger had ik ook een kleiner paard dan nu"
- MW "En je bent zelf dus helemaal niet bang?"
- MR "Alleen soms wel als ik alleen ben met de paarden. Dan ben ik bang misschien dan gaat hij op die ander reageren. De vorige keer ook. Toen moest ik huilen, omdat mijn moeder moest even bit van de paard doen, even afspoelen. En toen, uh, ging die paard zo omkeren. En toen ging die even ruiken met die andere paard. Toen ging hij hinniken en omhoog. Toen werd ik een beetje bang. Toen ging ik helemaal naar de hoek toe. Toen ging mijn juffrouw haar heel snel pakken. En toen ging ik wel een beetje huilen"
- MW "Ja, dat is wel een beetje eng dan. Dat eigenlijk dat paard bang is dan wordt je daar ook bang van"
- MR "Ja, toen moest ik huilen dus. Maar niet alles durf ik. Ik durf niet steeds op een nieuwe"
- MW "Oké, dus je vindt het wel fijn dat je steeds op hetzelfde paard kan?"
- MR "Ja. Alleen ik heb nu al lang niet meer paardgereden door de sneeuw. Ik hoop dat ik snel weer kan paardrijden"
- MW "Ja, wel mooi dat je die hobby hebt. Daar heb je wel heel veel plezier in denk ik?"
- MR "Ja"
- MW "Ja, en dat hebben we ook wel in de therapie dingen gemaakt, met paarden. Ja, heb je zelf nog dingen die je zou willen vertellen over de therapie?"
- MR "Nou, ik vond het heel erg leuk. En allemaal die we gemaakt hebben, zijn heel erg leuk en ook grappig. Vooral toen aan begon met ecoline doen en toen gingen we allebei een beetje schrikken dat het er de hele tijd bijna eraf vloog"
- MW "Ja, dat was wel heel leuk hè, spannend ook".
- MR "Ja, en die klei die zijn allemaal mooi die we hebben gemaakt"
- MW "En de paarden en de gezichten"
- MR "En die schilderij voor de paarden, waar ze gaan spelen in het weiland"
- MW "O, ja. Heb je het ook thuis op je slaapkamer neergezet?"
- MR "Ja"

MW "Oh, leuk. Mooi, dan kan je er altijd nog weer naar terugkijken"

MR "Ja"

MW "Oké, nou dan wil ik je heel erg bedanken voor dit gesprek en dat je bij mij therapie kwam doen"

MR "Jij ook bedankt"

Onderzoeker: Melanie Woudstra (MW)
Respondent: Groepsleerkracht (D)
Locatie: SBO de Triade in Wolvega
Datum: 26-01-2016
Tijd: 14:00 uur
Tijdsduur: 30 minuten
Afkortingen: MR=onderzochte leerling
 K, U en A= vriendinnen/klasgenoten van MR

MW "Ik heb wat dingen op papier gezet. Dat zijn vragen over de therapie. Vooral gericht op hoe heb jij het ervaren dat MR beeldende therapie kreeg en wat er in de klas zichtbaar werd bij MR. Of er veranderingen waren met betrekking op haar zelfbeeld".

D "Ja"

MW "Als eerste vraag: Sinds wanneer werk je bij de Triade?"

D "Uhm. Dat is sinds oktober 2014"

MW "Oké"

D "En dat was toen nog alleen vrijdagen"

MW "Ja"

D "En afgelopen ben ik in september begonnen of eind augustus begonnen vijf ochtenden hier in de groep"

MW "Ja"

D "En sinds 1 januari volledig"

MW "Ja. Ja, want nu sta je alleen voor de klas sinds januari?"

D "Ja. Nu heb ik de groep helemaal. Voor de kerstvakantie was het nog 's middags met gesplitste groepen. En waren er vaak ook andere collega's voor de groep"

MW "Ja. Ja, en nou ja en sinds dit jaar heb je MR in de groep?"

D "Ja"

MW "En kon je MR daarvoor ook al een beetje of?"

- D "Nee eigenlijk niet. Ik kende de kinderen wel van gezicht. Ik had ze wel eens gezien. Ik was vorig jaar ook wel eens een keer in de groep geweest"
- MW "O ja, ja"
- D "Een paar dagen vervangen. Maar dat was voor mij wel een redelijk nieuwe groep. Maar ik zag ze wel als ik hier op vrijdagen en dan soms op donderdag op school was, zag ik ze wel eens in de klas of buiten"
- MW "Ja, ja"
- D "Maar ik kende de kinderen in zover niet"
- MW "Nee, nee. En heb je nu dan het idee dat je sinds dat je voor de groep staat haar wel iets meer hebt leren kennen al of?"
- D "Ja. Ja dat wel. Maargoed dat is natuurlijk op basis van uh... Nou sinds eind augustus begin september, hè. Dus dan praat je over 5 maanden"
- MW "Ja"
- D "Dat is natuurlijk een relatief korte tijd. En dan komen heel veel indrukken van een nieuwe school op je af. Je bent verantwoordelijk voor de groep. Alles komt op je af"
- MW "Komt bij elkaar ja..."
- D "En dan uh... Om nou te zeggen van ja ik ken alle kinderen door en door. Dat is te veel gezegd"
- MW "Ja, ja"
- D "Maar ik wel, wel een beeld van MR in die zin dat ik weet dat het een, een heel terug getrokken, rustig meisje is. Uh... Dat niet overloopt van zelfvertrouwen"
- MW "Ja"
- D "Dus dat beeld had ik eigenlijk al vrij snel. Alleen de achtergronden daarvan..."
- MW "Hoe dat precies... Waar dat vandaan komt"
- D "Nee. En dan ben ik ook niet iemand die daar direct heel erg naar gaat graven. Je moet eerst ook een beetje een basis hebben als leerkracht ten opzichte van je leerlingen. Ik ben hier ook met het doel om ze zoveel mogelijk ook te leren"
- MW "Ja"

D "En dan ga je niet vragen van goh heb je wel een goed contact met vader en moeder, want ik merk dat je bij lezen niet helemaal uit de woorden komt"

MW "Ja. Nee"

D "Dat doe ik dan niet direct. Maar dat kan in een later stadium. En dat was ook zo mooi dat deze mogelijkheid er ook was, omdat jij die therapiesessies wilde gaan doen met één van de leerlingen. Dat jij met haar aan de slag kon, omdat ik wel merkte van hè hier zit een meisje, een stil water, maar misschien wel hele diepe gronden. En misschien is zo'n één op één relatie mooier om daaruit te komen. Om daar duidelijkheid in te krijgen. Iets meer. En wat ik in de klas heb, want ja zo'n meisje gaat natuurlijk niet in de klas praten over gevoelens en over dingen die haar bezighouden of ja bedenk het maar"

MW "Ja, wat ze moeilijk vind"

D "Ja. Ze was al heel stil. Ja, en dan is dat in de klas heel moeilijk om eruit te halen. Hè, en zo mogelijkheid die jij kon bieden met leuke activiteiten, fysiek bezig zijn, maar daar ook dingen bij zeggen. Ja, dat biedt natuurlijk veel meer mogelijkheden"

MW "Ja, ja"

D "Dus dat was voor haar een uitgelezen mogelijkheid om eens op een speurtocht te gaan: wie ben ik, wat kan ik en wat wil ik. Ja, en dat is iets wat ik waarschijnlijk niet had kunnen bieden"

MW "Niet binnen de... na ja klas"

D "Niet in deze klassikale setting"

MW "Nee"

D "Dat lukt hier niet"

MW "Nee, nee"

Korte stilte

MW "Ja, en uh... Zag je ook veranderingen nadat ze van de therapie terug kwam in de klas? Of ze zich dan anders gedroeg"

D "Nou, in de loop van die paar maanden dat jij nu met haar hebt gewerkt, merk ik wel al dat ze in sommige gevallen wat opener wordt"

"Hè, het is nog wel het hele rustige meisje. Dat zal natuurlijk niet in één keer anders zijn, maar ze is wel iets makkelijker in het vragen van hulp of het zeggen van iets wat ze graag kwijt wil"

MW "Ja"

- D "Wat ik wel belangrijk vond, waren die momenten dat ze binnenkwam en dat ze vroeg of de kinderen even wilde kijken naar haar werkstukken, omdat ze iets mocht vertellen over wat ze had gedaan"
- MW "Ja"
- D "En dan is er wel iemand bij die haar kan helpen"
- MW "Ja, die er naast staat"
- D "Maar, ze doet het wel. En dat miste ik aan het begin van het schooljaar wel. Toen was ze echt heel erg stil. Ik vroeg daar wel vaak een bepaalde reactie, een vraag waar ik een antwoord op wilde. En dan duurde het heel lang voordat er eens een keer wat kwam"
- MW "Ja, ja"
- D "Heel lang nadenken. Je zag dan ook eigenlijk, de, de, ,de, ja, beetje angst leek het wel om fouten te maken. Hè, het moet goed en als dat vertrouwen er niet was dan bleef ze stil"
- MW "Ja"
- D "Dus dan kon je soms wel bij wijze van spreken, wachten tot je een ons woog"
- MW "Ja"
- D "Maar dan kwam er niks. En uiteindelijk kwam er dan heel zachtjes een antwoord in een vragende manier van hé is dat het"
- MW "Ja"
- D "Ja, dan klopte dat vaak wel, want ze had er zolang over nagedacht. Uiteindelijk ging je daar met de vraag al een beetje rekening mee houden dat het eigenlijk moeilijk fout kon gaan. En dat mag natuurlijk niet de bedoeling zijn, hè. Je wilt haar wel blijven uitdagen"
- MW "Ja, ja, dat je bijna gaat verwachten dat ze ook het goede antwoord geeft"
- D "Nog een beetje de veilige vraag zoeken in plaats van de vraag stellen van hé kom maar eens met je antwoord. En zit je ernaast, nou jammer, maar dat hindert niet, want dan gaan we opzoek naar het goede"
- MW "Nee. Ja, ja"
- D "En die stap durfde ze ook moeilijk te zetten. Maar het gaat nu wel wat vlotter"
- MW "Oké, ja, ja"

- D "Ze is wel ietsje gedurfter en dat komt ook omdat ik gezegd, van ja, ik heb liever dat je 10 foute antwoorden geeft dan dat je helemaal niks zegt"
- MW "Ja, dat helpt dan ook wel om de drempel lager te maken"
- D "Ja, je mag fouten maken. Juist, want dat betekent dat je nog kunt leren"
- MW "Ja, ja"
- D "Maar dan wil ik het weten. Dus ik vraag wel een antwoord. Anders weet ik niks"
- MW "Ja, en dat uh... Merkte ik ook wel in de therapie van het gedeelte 'praten' aan het begin dan was er nog wel een bepaalde spanning en dan uh... het gedeelte 'doen' dan werd ze meer op haar gemak en dan liet ze steeds meer van zichzelf zien eigenlijk"
- D "Ja"
- MW "En dan ging haar stemvolume ook omhoog automatisch"
- D "Misschien omdat ze dan een beetje vergeet dat ze antwoorden geeft, omdat ze dan met hele andere dingen bezig is, zou dat kunnen?"
- MW "Ja"
- D "Dat ze de aandacht voor zichzelf verlegt naar 'oh, ik ben lekker bezig' en dat ze dan even minder nadenkt 'poeh, wat zal ik nu...'. "
- MW "Hoe ga ik antwoorden ergens op"
- D "Ja. Wat spontaner misschien"
- MW "Ja, zo kwam dat wel over op mij. Ja, want ook zoals vanmorgen dan heb ik een gesprekje met haar gehad en dan begint het ook weer heel zacht en klein praten en onzeker en langer nadenken over wat ze gaat antwoorden. En naarmate dat het gesprek vordert dan wordt het wel makkelijker, maar dat is toch weer heel anders als dat beeldend bezig zijn"
- D "Ja. Ja, want op het plein is het wel een meisje wat, wat in de vrije situatie gewoon ontzettend spontaan kan zijn. Rennen, spelen, uh... lachen, uh... roepen. Er komt van alles uit. En er is van alles te zien bij haar. Alleen komt ze de school weer binnen, is ze drempel weer over... Op de gang met de meiden kletsen gaat dan ook prima. Maar dan komt ze in de klas en dan is het weer... Ja, alsof er een soort deken overheen komt, die toch een beetje dreiging uitstraalt. Ik weet ook niet wat dat is"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Ja, dus dan zou je ook zeggen, van qua uitstraling, ja, meer gesloten, ja hoe kan je dat... beschrijven"

- D "Ja. Alsof je hier in de klas een bepaalde prestatie geleverd moet worden. Wat uiteindelijk ook wel moet. Wat toch wel een bepaalde weerstand oproept, een beetje angst oproept, van, van, 'oei, ik mag nou geen fouten meer maken'. Alsof dat het beeld is wat haar... Ja of een gevoel wat haar bekruipt. Zo komt het op mij over. In de klas: 'ik moet, ik moet, nu presteren. Van oei dat vind ik zo moeilijk'."
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Ja, dat is ook wat ze zelf inderdaad aangaf van uh met het buitenspelen dat ze daar vrijer kan zijn eigenlijk. Doordat anderen volgens haar in ieder geval niet zo op haar lette dan"
- D "Ja, maar er wordt misschien ook wat minder verwacht. Je hoeft ook minder te presteren. Als ze een tikspel doen en je wordt getikt, nou ja oké dat kan gebeuren. Ja, maar hier is het ook zo. Als je gaat rekenen kan je een fout maken. Dat kan gebeuren. En dan gaan we er even naar kijken. En dan gaan we kijken hoe kan het nou dat je dat antwoord hebt gegeven. Hoe heb je dat gedaan. En dan gaan we kijken van, oh hoe dat dan wel moeten. En daar kun je het dan over hebben. Dan kun je haar laten ontdekken. Maar ja, dat vindt ze heel moeilijk"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor. "Ja, omdat..."
- D "Terwijl ze heel netjes kan werken hoor, want ze heeft best goede scores. Ze schrijft netjes, ze werkt netjes, ze werkt ook heel gestaag door. Uh, wat dat betreft is het ideaal om met haar te werken, want je geeft haar een opdracht en ze probeert die opdracht goed uit te voeren. En dat er wat fout gaat, nou ja, dan ga je erbij zitten. Nou kijk dit moet anders, dit moet anders en dat moet zo, en dat heb je al goed gedaan. Kijk super. En ook vooral dat ze goed doorwerkt, zo van 'hé, je werkt hartstikke goed door'. En dan gaan we kijken of het ook allemaal goed gegaan is. En waar kunnen we verbeteren. Dat kan ze prima. Hè, je geeft haar een opdracht en ze probeert hem uit te voeren. Je hoeft haar, je hoeft haar niet echt achter de broek. Nee"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor. "Nee, ze doet wel echt... haar best"
- D "Ja, ze is wel plichtig, plichtsgetrouw. Dat is fantastisch. Dat is echt geweldig. Ja, ze vindt het moeilijk"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Ja, want dat merkte ik ook met de beeldende dat ze dan aan het begin probeerde ik dat dan een beetje voor te stellen van wat zie je bijvoorbeeld in je werkstuk en om het werk te bespreken. En dat ze dat ook inderdaad heel snel oppakte en zelf eigenlijk ging doen op een gegeven moment. Ja, dus dat ze wat dat betreft heel leerbaar is"

- D "Maar ook daar kan ik mij voorstellen dat ze even niet weet wat ze moet maken. Dat ze niet weet hoe ze moet beginnen. Maar als het dan één keer loskomt dan gaat er wel een sneeuwbal effect ontstaan lijkt het. Hè, dat is hier ook zo, als je weet hoe het trucje werkt..."
- MW "Ja, inderdaad ook heel erg die duidelijkheid daarin lijkt ze dan uh... Ja, dat ze dan vertrouwen heeft van 'oké, dit kan ik verwachten'."
- D "Ja, meeste vertrouwen haalt ze uit hele concrete dingen: 'zo moet het' en 'dat is het trucje wat ik moet doen en dan kan ik het' en dan gaat het ook prima. Maar zodra er een klein beetje ontdekken in zit of een klein beetje openheid, niet zo vast omkaderd dan gaat het zweven. En dan slaat die onzekerheid weer toe"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "En dan weet ze niet hoe ze zelf, nou ja, wat voor keuzes ze dan zelf kan maken"
- D "Dan moet ze heel... Dan heeft ze tijd nodig om dat echt op een rijtje te krijgen. En dat zie je ook in het werk terug"
- MW "Hier in de klas bedoel je dan?"
- D "Ja. Dus dat is wel vergelijkbaar denk ik met de therapie dat je daar ook ziet van nou even het opstarten dat is moeilijk, maar zodra ze één keer over die drempel heen is dan komt het meer los. Komt het ook verbaal wat meer los. En dan heeft ze het plaatje goed voor ogen van 'o ja, dat ga ik doen'."
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Ja, want dat is inderdaad ook met opdrachten elke keer zo geweest van uh, ja zo duidelijk mogelijk uitleggen: wat is de bedoeling en dat ze vragen mag stellen. En dat deed ze dan ook wel van als ze het niet begreep en uh, ja. En dan kwam het steeds meer los inderdaad. Ja, dus dat komt dan wel overeen"
- D Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- D "Maar ze is wel ontzettend enthousiast. Hè over de therapie. Ze vindt ook bepaalde dingen in de klas erg leuk. Heel veel dingen waar ze gewoon ontzettend leuk aan mee kon doen, maar dat zijn de dingen die haar uh, geen, geen, die geen weerstand oproepen. Waar ze gewoon, die ze wel leuk kan, die ze goed kan"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Waar ze zelfvertrouwen over heeft?"
- D "Ja. Dingen die niet zo moeilijk zijn als zingen met muziek. De laatste twee woensdagen met juf F. Doet ze gewoon leuk mee"
- MW "Oh, leuk"
- D "Ja, geen probleem, vindt ze leuk. Is ze wel enthousiast. Vindt ze wel mooi. Het is niet zo dat ze gelijk... Het is geen dansmarieke. Nee, maar dat vindt

ze gewoon ontzettend leuk. En ook knutselen dat vindt ze ook leuk om te doen. Dan kan ze ook gewoon lekker bezig zijn. Het gaat niet allemaal zo snel, maar het komt wel"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

MW "Het komt steeds meer opgang?"

D "Ja, zeker weten, wat ze wil maken of hoe het werkt. Dan gaat het prima"

MW "Ja, want ik heb nu ook nog het advies gegeven dat het wel goed is voor MR om nog verder te gaan met beeldende therapie hier op school of misschien dan dramatherapie. Dus dan ga ik ook nog even met een student die hier dan in februari komt contact opnemen. Of die het dan wil overpakken. Ja, want met drama kom je nog meer in het doen en verbale zegmaar en je houding"

D Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

D "Ik denk dat het voor haar wel heel goed zou zijn. Ze is nu een hele tijd bezig geweest met jou met het beeldende. Erachter zien te komen wat doet iets met je. Hè, wat voel je als je iets maakt. Wat als zij nu fysiek met stem en beweging, van alles en nog wat, wat ze dan moet doen en wat er dan gebeurt. En ik denk dat het een hele mooie aansluiting zou zijn. Voor haar ook heel belangrijk"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

MW "Want ik heb al een stukje gedaan met houding van uh 'hoe sta je?' en als je naar elkaar toeloopt dat zij dan haar grens mocht aangeven. En daarin zag ik nog wel heel erg van die onzekere houding en zacht blijven praten. Dus, ja als ze daar op die manier verder mee kan. Dat zou wel heel goed zijn denk ik"

D Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

D "Ja, nou dat denk ik zeker. Ik ga ook kijken naar wat ik in de klas nog kan doen aan, aan dat soort oefeningen: hoe praat je met elkaar, hoe laat je eens weten wat je wel of niet leuk vindt, hoe kun je dat doen. Het is niet zo dat zoals ik het zeg dat het dan zo moet, maar hoe kun je dat doen. Dan kan je daar je eigen woorden voor kiezen, maar je kunt wel een bepaalde toon laten horen. Of nou ja als jij iets niet leuk vindt, kun je gewoon zeggen van 'nou, ik wil dit niet' of 'ik vind dit niet leuk punt'."

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

MW "Hoe breng je het over..."

D "Ja, hoe breng je het over. Je kan ook gaan schreeuwen. Ja wat werkt en wat werkt niet. Hè, tegen elkaar schreeuwen wekt alleen maar schreeuwen op. Je kan ook gewoon een duidelijke boodschap geven. Het effect is vaak positiever"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

MW "En dat je dan die ander ook nog weer in zijn waarde laat"

- D "Ja. Het is ook niet zo dat je bij een bepaalde boodschap de persoon afkeurt, maar het gedrag en dat is een groot verschil. Je kunt stom zijn, maar je kunt ook stom doen. En dat is een wezenlijk verschil. Maar ik denk dat sommige kinderen daar wel eens heel makkelijk overheen stappen. En daar zijn ze ook kind voor. En dat is natuurlijk heel moeilijk om dat onderscheidt te maken. Maar het is vaak het gedrag waar je op een gegeven moment op reageert en niet zozeer op de persoon. Maar, ja wij weten dat en die kinderen ervaren dat heel anders"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Dan heb je dat veel minder duidelijk voor ogen..."
- D "Ja, die zijn wat betreft veel meer recht door zee. Van jij bent stom"
- MW "Ja, jij doet stom, dus jij bent stom"
- D "Ja en tien minuten later spelen ze weer"
- MW "Ja, ja dat kan ook zo weer over zijn. Ja, nou ja, voor de rest, we hebben het wel aardig gehad over... Zie je nog een verschil nu de therapie is afgerond met hoe MR helemaal aan het begin was of?"
- D "Ja, ach... Als je terugkijkt naar het begin van het schooljaar zag je echt een heel timide meisje in de klas zitten waar heel weinig uit kwam. Ook qua tempo in haar werk. Ze kon de dingen moeilijk afkrijgen. Ik moest haar echt achter de broek zitten en ze durfde bijna geen fout te maken. Nu zie ik toch wel een andere MR. Ze is uh... toch wel wat opener, ze werkt wat makkelijker, ze vraagt wat makkelijker hulp, ze vindt het nog wel moeilijk om vraag en antwoord te geven, maar als ze dan een antwoord geeft dan komt het gelukkiger ook wat vlotter. En ik zit haar bijvoorbeeld achter de broek van nou kom op bij juf M (de onderzoeker) had je allang een antwoord gegeven. Nou ben ik juf M bij wijze van spreken, kom maar op. En als het fout is nou ja jammer, maar dan gaan we kijken naar het goede antwoord, dan gaan we zoeken. Ja, en dan komt er ook wel wat. Maar dat is nog steeds wel een beetje de MR. Voordat ze over dat drempeltje heen is. Hè, toch wel een beetje de faalangst of onzekerheid. Dat zie je toch nog wel in haar doen en laten in de klas. En dat is natuurlijk een hele andere omgeving ook als wanneer ze bij jou aan het werk is. Daar hoeft ze niks. Ze hoeft daar niet te presteren. Dan moet ze bij voorkeur helemaal zichzelf zijn en hier is het toch wel met een bepaald ladinkje. Van ik wil prestatie zien. Ik wil graag zien wat zij kan, wat ze heeft geleerd die ochtend of in dat lesje. En dat moet terugkomen in het werk dat ze inlevert. Nou daar kan ik dan een beetje aan meten van o ja ze heeft het nu door of ze vindt het nog steeds moeilijk. Dus komt er een vervolg op of kunnen we een stapje verder gaan. En dat is het verschil. Maar ik merk wel dat ze dat iets makkelijker oppikt nu dan dat ze dat 3 maanden geleden deed. En dat heeft zeker een bijdrage geleverd. Maar het is een klein stapje in de goede richting. Maar, ja het eerste stapje moet ook gezet worden. En na de eerste stap moet de tweede komen en als de eerste stap er niet is, is de tweede er ook niet. Dus in dat denk ik nou het is zeker een succesvolle opstap geweest. En ik

denk dat bij drama, een vervolg op jou therapiesessies, dat ze dan nog wel verder stappen kan zetten. Ik zou het toejuichen. Ik zou het heel leuk vinden voor haar. En uiteindelijk voor de klas ook"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
MW "Krijgen ze steeds meer van MR te zien"

D "Ja, ze wordt gelijkwaardiger aan die andere meiden. Tenminste K en U zijn twee meisjes in de klas die wel makkelijker en veel opener zijn. A op haar beurt is ook een meisje dat veel makkelijker dingen zegt. Alleen die is qua gedrag toch wel heel anders dan die andere meiden. Wat zwaarder op de hand. En daar trekt MR ook niet zo naar toe dat zware op de hand. Dus je ziet ook wel een beetje een afstand tussen haar en A. En de afstand tussen haar en U en K is wat kleiner. Daar gaat ze wat spontaner en makkelijker mee om. Dus daar trekt ze ook wel wat meer naartoe. Dus dat ligt haar ook wel. Hè, qua geslotenheid zou ze veel eerder bij A passen. Twee rustige meiden bij elkaar die heel zachtjes met zijn tweetjes spelen. Maar, nee, dat vindt ze dan toch... Ze trekt meer naar dat spontane toe... En dat zie je op het plein ook. Gewoon een open, speelse meid die lekker meedoet. Je hoort haar, je ziet haar lachen. En dat is belangrijk. En gaat er iets fout komt ze gewoon naar ons toe. En dan legt ze ook uit wat er fout ging. En daar kunnen we wat mee doen. Dus uh... Ja, het zou voor haar gelijkwaardigheid in de klas met die andere meiden, qua spontaniteit en openheid, zou het heel mooi zijn als ze nog meer stapjes weet te zetten"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
MW "Kan zetten... Ja, ja"

D "Ja, nou ik heb ook al je verslagen een beetje doorgeneusd. Niet allemaal tot in de puntjes gelezen moet ik eerlijk bekennen"

MW "Nee, achteraf als ik nu ook weer terug ging lezen. Dat waren best lange stukken"

D "Ja, maar goed met het oog op jou studie is dat natuurlijk heel belangrijk dat je alles terug weet te halen en later ga je kijken naar wat zijn de kernpunten. Maar leuk om dat te lezen, waren jullie mee bezig waren en welk doel je erbij had"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
MW "Ja, en had ik hier nog wat onderwerpen. Dat is ook een hele lijst. Dat gaat dan over de zelfwaardering, het trots zijn op zichzelf. Dat kwam ook wel heel mooi die laatste therapiesessie naar voren dat ze het aan de hele klas wilde laten zien. Nou hier hadden we het helemaal aan het begin over, over de toekomst positief in schatten en het optimisme. Dat is een beetje lastig om in te schatten. Hoe dat zit..."

D "Ja, ja dat is moeilijk. Ja, ze zijn 10 jaar, ze worden 11 jaar. Denk je nu al na over wat je later zou willen gaan doen en of je daarin zou slagen of niet"

- MW "Nee, ik kan mij voorstellen dat als ik zelf nog op de basisschool zat dat je alleen maar op een gegeven moment nadacht van oh ik ga naar de volgende groep"
- D "Ja, en als je later iets wil worden dan is dat politieman of brandweer in jongensgevallen. Ja, en meisjes ja dat weet ik allemaal niet meer zo precies. Nou ja, verpleegster of uh... Maar zeker geen marketingmanager van één of ander ICT bedrijf"
- MW "Nee, in de meeste gevallen niet nee. En dat angstige, vooral faalangst benoemde jij dan wat naar voren komt bij MR en dat ze ook makkelijker nee kan zeggen"
- D "Ja, en ook makkelijker wel aangeeft dat er iets niet goed gegaan is. Dat ze naar ons toekomt op het plein of in school. We zeggen ook altijd als er iets gebeurt wat je niet leuk vindt, kunnen je zeggen van stop houd op dat wil ik niet. Werkt dat niet kom je naar ons toe. Maar niet zelf gaan oplossen op een manier die eigenlijk niet handig is. Die wij ook niet willen, door te gaan duwen, slaan of schelden. Dat soort dingen dat moet je echt niet gaan doen. Dat maakt het vaak alleen maar erger. Dus kom dan naar ons toe. Meld je het eventjes en dan roepen wij diegene erbij. Even erover praten en nou oké dan gaan we het anders doen. De oplossing aandragen of je laat de kinderen zelf een oplossing aandragen. Dus dat doet ze wel makkelijk. Dus dat is wel mooi. Hè, ze geeft wel aan waar haar grens ligt. En dat doet ze ook onderling wel. Als je ze ziet spelen, zullen ze ook wel onderling zeggen van ho stop niet doen, want dat doet zeer. Daar ga ik vanuit hoor, dat neem ik aan. Ik weet niet of dat zo is"
- MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.
- MW "Ja, ze zei wel iets vanmorgen over dat ze tegen U of K makkelijker kan zeggen nee dat wil ik niet. En dat de reactie dan eigenlijk gewoon oké was. Dus dat het dan minder erg is dan dat ze van te voren denkt eigenlijk"
- D "Ja, maar ik denk dat, dat ook per persoon verschilt. Als ze bijvoorbeeld tegen die meiden zegt van stop dat wil ik niet dan zullen die twee meiden dat eerder respecteren dan wanneer er een bepaalde jongen uit de klas dingen bij haar zou doen terwijl ze zegt stop dat wil ik niet. Die gaan daar overheen. Die overschreeuwen dat"
- MW "Dat is nog iets in haar houding dat ze misschien zelf nog wat overtuigender kan leren doen"
- D "Haar boodschap krijgt niet altijd hetzelfde, dezelfde respons. Dus gaat zij misschien weer een beetje twifelen aan haar boodschap. Dus dat zou ook kunnen U er bijvoorbeeld wel positief op reageert en een ander reageert er niet positief op. Waardoor zij weer gaat twifelen, ja maar dat was toch een goede boodschap die ik gaf dan moet dat toch goed gaan. Ja, als dat dan anders gaat dan dat zij verwacht en hoopt en wil.
Ja, dat kan haar onzekerheid natuurlijk weer in de hand werken. Dat is moeilijk te meten op het moment dat ze aan het spelen zijn en er gaat van

alles op het plein rond. En er wordt gerend en geduwd en getrokken en getikt en gegild. Dan ontgaat je natuurlijk ontzettend veel. Dus geeft geen waterdicht beeld over hoe zij met bepaalde dingen omgaat. Maar zij stapt wel op een gegeven naar ons toe als het niet goed gaat en als zij niet zelf de oplossing weet te vinden. Dus dat doet ze wel goed”

MW “Heb jij zelf nog dingen waar van je zegt nou daar hebben we het nog niet over gehad over de therapie of in de klas”

D “Nee. Ik heb wel eens zitten denken, zit er misschien ook leuke dingen bij zo’n therapiesessie of bij de activiteiten die jij doet die ook in de klas handig zijn. Maar ze zijn natuurlijk allemaal **gerelateerd aan een bepaald doel om iets emotioneel dieper te graven.** Of in elk geval erachter te komen of het misschien emotioneel iets met iemand doet. Schilderen kan natuurlijk al snel in de klas, maar jij doet dat met een ander doel”

MW Zegt meerdere malen ‘ja’ tussendoor.

MW “Ja, dan moet je ook net weer kijken van hoe goed kan je alles begeleiden dat ieder kind dat ook gaat uitvoeren zo. Want er zijn wel een aantal dingen die zouden kunnen in klas, maar... Zoals die opdracht met je hand omtrekken dat vindt ik zelf wel een hele mooi opdracht. Je hebt dan per vinger een vraag: waar ben je goed in, waar heb je een hekel aan, waar houd je van en waar wil je graag beter in worden. Bijvoorbeeld. Maar dat zou dan net moeten passen binnen wat jij in de klas wil doen”

D Zegt meerdere malen ‘ja’ tussendoor.

D “Ja, als je dat **één op één doet of met twee kinderen dan kun je ook in gesprek gaan**”

MW “Ja, precies. Anders heb je alleen maar...”

D “En met negen kinderen wordt dat lastig en ga je met één of twee kinderen in gesprek. En over de rest moet je orde zien te houden. Dan denk ik dat klassikale dingen in dit geval met beeldende therapie dat je gewoon één op één of één op twee. **Dan kun je het in elk geval nog managen.** En dat zal in de klas moeilijk lukken denk ik”

MW “Dat je dan twee kinderen uit de klas kan nemen en dat buiten de klas met een juf doet. Ja, en dat je zo per groepjes zoiets doet”

D “En daarbij een duidelijk beeld van een hulpvraag. Wat wil je bereiken met dat kind en wat wil dat kind eigenlijk ook graag bereiken. Wat houdt dat kind in zijn dagelijks doen en laten tegen en in het gedrag. En dat was bij MR op een gegeven moment heel duidelijk doordat het een heel stil meisje was. Ik wilde haar eigenlijk een beetje opentrekken. Dat was de bedoeling. En dat is voor een klein deel is dat gelukt. Dus dat is een succes. Prachtig. Je kan niet iedereen, van ieder kind verwachten dat je die opentrekt als een blik. Sommige kinderen hebben dat helemaal niet nodig dan zou je liever de deksel er nog een beetje meer op stoppen. Dus wat betreft denk ik zouden

er ook dingen zijn van jou die ik in de klas kan aanbieden, maar dat moet ik niet willen"

MW "Nee, want je hebt ook de verslagen door gelezen dus dan kan je ook al een beetje in schatten per werkvorm wat je ermee zou kunnen doen misschien?"

D "Ja, maar dan, dan is het toch een andere inslag. Dan zou je bijvoorbeeld zoiets kunnen vragen als wat voel je als de zon gaat schijnen, wat gebeurt er dan in je lijf en probeer dat dan eens op papier te schilderen. En dat is toch wat anders"

MW "Ja, je maakt de opdrachten dan minder breed, omdat je zo'n grote groep hebt"

D "Ja, dan is het allemaal wat minder bedreigend. Ik denk dat je dreiging in elk geval niet moet opzoeken in een groep. En dat is bij jou denk ik ook wel het geval die veiligheid zoeken, maar dan mag je ook wel wat meer die dreiging opzoeken. Dus als je, je niet zo prettig voelt, wat voel je dan. En laat dat maar eens zien als dat lukt, met verf of met klei. Ja, en dan kan je de kleispetters van de muur afhaken bij wijze van spreken. Ja, dat zijn dingen die kan jij doen, want je bent er één op één bij. Dat ga ik hier niet proberen. Dus dat was eigenlijk mijn vraag, zouden er raakvlakken zitten. Maar denk ik gewoon klein houden"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

MW "Ja, want dat had ik inderdaad vooraf, voordat ik met de therapie begon, kijken of er dingen zijn die je beeldend in de klas kan gebruiken. Maar ik denk het zelf niet. Ik heb geen opdrachten gehad in de therapie die ook in een groep passen"

D "Ik vind het leuk en mooi dat je dit met MR hebt gedaan. Niet voor niks geweest. Mooi ook dat er een vervolg aan kan komen. Voor haar erg belangrijk. En ook mooi dat het eventueel een andere invalshoek kan krijgen. Ja, en ik denk dat als dat door zou gaan dan denk ik dat er aan het einde van het schooljaar toch wel een ander meisje staat. Hè, nog wel in zichzelf. Dat krijg je natuurlijk niet zomaar anders. Maar ik heb wel het idee dat ze er erg baat bij heeft. Dat vind ik wel heel mooi. Voor haar ben ik heel blij. En voor de groep is het ook fantastisch. Ja, super. Goede keuze uiteindelijk geweest om met haar te gaan werken"

MW "Ja, ja, ik denk het ook ja. Ja zeker"

D "Het is natuurlijk voor iedereen die met zo'n meisje omgaat prettig om, om respons te krijgen op een vraag of iets wat je zegt. En als er elke keer niks op komt dan loop je steeds maar met vragen en wat kan dat zijn dat ze niks zegt. Ja, en als dat wat meer loskomt dan heb je toch een gesprekspartner. Dus ik denk dat iedereen erbij gebaat is, maar dat het vooral voor haar heel belangrijk is om lekker los te komen. En wat betreft een nieuwe therapie zal er zeker weer medewerking zijn van mijn kant"

MW "Ja, inderdaad in die zin heeft het een impact op iedereen"

- D "Ja, zeker. En ik hoop ook dat het voor jou afstudeeropdracht voldoende heeft geboden om door je studie heen te komen. Dus ik wens jou met het afstuderen heel veel succes om dit te gebruiken"
- MW "Ja, ja. Dank je wel. Ik denk dat het wel goed moet komen. Oké, dan wil ik je heel erg bedanken voor je medewerking aan dit onderzoek"
- D "Graag gedaan. MR is er in ieder geval bij gebaat. En jij ook. En de klas ook wel een beetje"

Onderzoeker:	Melanie Woudstra (MW)
Respondenten:	Moeder MR (MZ), Gezinscoach (G)
Locatie:	SBO de Triade in Wolvega
Datum:	26-01-2016
Tijd:	10:00 uur
Tijdsduur:	50 minuten
Afkortingen:	MR=onderzochte leerling M= broer van MR

- MW "Welkom, ga zitten. Willen jullie koffie of thee?"
Er wordt koffie en thee gehaald door de onderzoeker.
- MW "Ik heb wat dingen voorbereid op papier waar we het over kunnen hebben, maar het gaat vooral om uw ervaring met de beeldende therapie en of dit het zelfbeeld van MR heeft versterkt"
- MZ "Oké, oké. Ja, want ik vroeg af. MR moet nog hulp krijgen? Of valt mee? Je moet nog even wachten. Wat is in die behandeling uw ervaring over haar? Ja, advies. Zij hebben hulp nodig?"
- MW "Ik denk dat ik wel al wat heb kunnen werken aan het zelfbeeld versterken. Ook al is het heel kort geweest eigenlijk. Ja, 11 weken. Dat is zo voorbij. Maar, uh... Ja, ik ben zelf van mening dat je eigenlijk heel je leven bezig bent met je zelfbeeld en je zelfvertrouwen. Ja, en ik denk dat dit een mooi begin is, maar dat het zeker goed is om bijvoorbeeld hier nog weer beeldende therapie verder te kunnen doen met een andere stagiaire".
- MZ "Ja, precies. Ja, ja, hier op school?"
- MW "Ja. Maar ik zou nu niet perse zeggen dat ze nou buiten school hulp zou moeten zoeken. Dat heb ik zelf niet het idee in ieder geval, zoals ik haar heb meegemaakt in de beeldende therapie".
- MZ "Oké, dat is wel mooi eigenlijk. Ik was benieuwd, ja van horen ja, moeten wij buiten de school hulp vragen, van kinderpsychiater of zo. Dus dat hoeft niet eigenlijk, nee".
- MW "Ik denk van niet nee".
- MZ "Ja, dat is wel mooi. Ja, moeder kan ook soms groter maken dan dat het is. Extra zorgen. Is helemaal bekend voor mij wat er precies is"
- MW "Dat u ook zelf dingen herkent?"
- MZ "Ja, precies, ja. Ja, voor is helemaal bekend die vragenlijst. Ja, moeilijk nee zeggen en weinig zelfvertrouwen. Ja, ook met de opvoeding extra zorgen. Gelukkig, er is op een school hulp en hulpvragen. En hopelijk komt MR dan verder".

- MW "Ja, ik denk ook, want in ons eerste gesprek hadden we het daar ook. Over van drama therapie dat is dan meer met een rollenspel of meer beweging. Dat, dat misschien ook goed voor haar is. Ja, dat merkte ik ook wel met de beeldende therapie dat zij met bewegen, bezig zijn en doen meer loskomt en meer zichzelf laat zien"
- MZ "Ja, precies. Juist. Ja, en kan niet zo'n beeld krijgen, bijvoorbeeld licht autistisch? Is het MR?"
- MW "Ik denk van niet hoor. Dat herken ik niet echt. Nee"
- MZ "Oké. Dat springt er niet uit. Ja, dat komt omdat MR hebben broer die zegt nou dat is echt mama, dat is autistisch. Nou, hoop ik niet. Nee, hè, nee. Gelukkig"
- G "Dat zegt ook iets over M. M is heel erg van vakjes"
- MZ "Ja, echt zwart en wit. Grijs bestaat nooit. Constant, jij bent echt autisme. Ik denk, oei dat is ook uh... Bepaalde spanning. Dat is heel erg jammer. Toevallig ik moest ook vroeger oppassen op één kindje, ook hier geweest bij die school, die had autisme. Daarom komt het ook boven. Die was ook zo"
- G "De vergelijking met hem?"
- MZ "Juist, ja"
- MW "Ik denk vooral bij MR dat het goed is dat ze positieve ervaringen opdoet. Uh... nou ja zoals dat ze, helemaal aan het eind van de therapie heeft ze al haar werkstukken aan de klas laten zien en daar was ze heel trots op. Ja, dus dat was heel mooi dat ze dat zelf voorstelde. Ja, en dan groeit ze"
- MZ "Ja, heel positief"
- G "Heeft ze dat zelf voorgesteld?"
- MW "Ja. Heel mooi"
- G "Dat is knap! Dat deed ze een jaar geleden niet"
- MZ "Nee, nee. Het is echt een goede hulp hoor. Ja, daarom, ik ben helemaal blij. Ik vind het ook zo jammer hè, is het afgelopen"
- G "Ja, maar dit heeft ze maar hè. Dit heeft ze"
- MZ "Ja"
- G "Daar kan ze weer mee verder"
- MZ "Ja, ja. Was gister ook, ik ga even tussendoor. Gister was er in de winkel, normaal MR nooit gaat iemand vragen. Toen was vriendinnetje er ook bij. En

zij zegt mag ik vragen, mag vragen. Ik zeg jij gaat vragen? Oké heel goed! Maar ik was echt in shock. Ik helemaal verbaas. Ze ging vragen. En ik zei daarna nou echt knap van jouw MR. Ja goed hè mama. Ja, echt heel, heel mooi. Prachtig. Ja, trots. Gaat goede kant op. Nou, precies wat u zegt, echt heel positief. Als je bij MR gewoon dag begint met één negatief, echt alles gaat fout. Ik kan het niet, zie je wel bij mij en anderen kan het wel, ik kan nooit goed doen. En dat hele dag gaat door. Maar als je gewoon, ja moet ook groot maken van alles van haar, extra groot maken je hebt het goed gedaan en prima, echt grote meid. Echt moet zo doen. Meestal plotseling met haar grote broer zegt één keer genoeg mama. Hij is net 18 en voelt volwassen. En voelt het gewoon man thuis, wij zijn met zijn drie wonen. En dan heel erg tegen MR komt. En MR wil heel graag hele dag geknuffeld worden. En soms ook ik vind het lastig, om gewoon, wij lopen en zij zegt mag ik nu knuffelen? En ik zeg nou wij moet door hè. Echt zo. En thuis bij broer mag ik jou knuffelen. Broer zegt natuurlijk niet! Nu helemaal niet. Ik ben niet jarig of zo. En steeds naar mama komen en zeggen ik hoop dat ik ooit met mijn broer kan knuffelen"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

G "Nee, maar dat is ook goed dat M daar zijn grenzen in aan geeft"

MZ "Ja, maar dat is ook zorgen hè. Je moet niet met iedereen knuffelen"

MW "Ook duidelijk in zijn wanneer je het wel en niet doet"

G "En jou (moeder) ook van nu even niet. Dan wel. Maar ik ben wel nieuwsgierig wat jij (onderzoeker) hebt voorbereid"

MW "Ja. En dit is ook goede informatie om erbij te hebben. Ja, ik had wat dingen opgeschreven. Ten eerste van hoe zou je de thuissituatie, hoe jullie thuis zijn beschreven en hoe MR thuis is"

G "Nou daar heb je al een stukje van verteld hè"

MZ "Ja"

G "Als ik nog één tussenvraag mag doen, is het nou, als je kijkt naar het laatste half jaar wat zie je dan bij MR? Hoe is het dan thuis met MR vergeleken met een half jaar geleden?"

MZ "Ja, veel vooruit gegaan. En ja, zulke dingen zijn gebeurd, ik verbaas mij, van de winkel, of buiten gewoon begint te praten. Want toen bij andere school gewoon echt buiten wij mag niet praten. Nee helemaal stil toen. Als ik praatte, nee SST! Anderen horen jou. Maar ik zeg toch, nee is niet raar. Maar echt altijd klagen, nee, nee, rustig, wij gaan thuis praten mama. Maar nu gewoon begin praten en vragen stellen. Ja, dat is echt heel goed! Maar negatieve kant ook, of ik moet wennen, ja, een beetje brutaal. Soms vragen met tafel dekken en zij zegt nou nu niet even hoor! Straks. Nou, ik zeg nu moeten wij eten. Is bijna 6 uur. Nee, mama dat is geen tijd

hè. Wij kunnen ook later eten. En ik zeg nee MR. Nou zulke dingen. Nou en nu ook tegen iedereen proberen te nee zeggen, maar tegen mij, ik vind brutaal"

MW Zegt meerdere malen 'ja' tussendoor.

G "Maar dat is oefenen voor haar"

MZ "Juist, ja, ja. Ook heel nu moet grenzen stellen"

G "Ze gaat oefenen hè. Ze kan kijken van hé kan ik ook een stukje verder wat ik graag wil. Dat is heel gezond hoor voor een kind. Dat ze dat doet hoor"

MZ "Juist, juist. En ook heel erg met de buurvrouw vind ik, steeds komt niet goed. Mijn buurvrouw is heel, ja hoe moet ik zeggen..."

G "Ja, buurvrouw is heel direct"

MZ "Heel direct ja, van dat mag niet zo..."

G "Niet zoals jij bent"

MZ "Nee, nee"

G "Het tegenovergestelde"

MZ "Ja, heel erg moeite van uh..."

MW "O, om haar te begrijpen?"

G "Daar kan ze niet zoveel me hè. Dat is te anders? Te direct? Te bot?"

MZ "Ja, te snel. En gister komt buurvrouw met mij praten en zij komt ook even papier pakken, tekening voor mij maken. En buurvrouw zegt nee ik ga even met jouw moeder weg. En MR vind heel erg, ze vindt buurvrouw helemaal niet lief. Ze zegt jij (moeder) gewoon achter buurvrouw en niet achter mij. Zulke dingen MR gaat heel moeilijk maken"

MW "Oké, dat neemt ze dan heel persoonlijk hoe die buurvrouw doet?"

MZ "Juist, juist"

G "Iets zoals afwijzing hè haast?"

MZ "Ja, precies. Alles moet positief zijn, 'ja' zijn. Als iemand zegt 'nee' dat is een slechte bedoeling"

G "Dat moet ze nog wat leren"

MZ "Ja, ja"

- MW "Dat is dan inderdaad, want ik heb ook een boekje gelezen dat gaat over het zelfvertrouwen en zelfbeeld. En daar staat ook in dat je ook kan leren accepteren dat anderen ook 'nee' kunnen zeggen. Dat je dan wat minder verwachtingen hebt van anderen van uh... dat je dan niet in spanning zit van 'o, stel je voor dat die ander toch afzegt'."
- MZ "Juist, en dan ziet zij direct die persoon is boos. Die idee komt direct in haar hoofd. En ik vragen 'als je boos bent, wat gebeurt?'. En MR zegt 'ik kan niet tegen, ik word helemaal gek in mijn hoofd'."
- G "Ja, want buurvrouw heeft wel een pittige stem. Buurvrouw zegt niet iets eerst op een vriendelijke manier. Dus ik kan mij wel iets bij voorstellen bij MR dat het gevoeliger binnenkomt"
- MW "Ja. Dus er zit niet aan vooraf om het iets zachter te brengen?"
- MZ "Nee, nee, zij kan dat niet"
- G "Maar dat is mooi hè om uit te leggen aan MR van ja buurvrouw praat zo, maar buurvrouw bedoelt het niet zo. Hè een beetje uitleggen van zo is buurvrouw"
- MZ "Ja, ja"
- MW "En het is ook weer wat voor uitstraling je daarbij hebt als je iets zegt hè"
- G "Ja, ze heeft gewoon een pittige uitstraling, maar ze kan ook heel aardig zijn. Maar door die wisselwerking te voelen dat MR dat niet fijn vindt, gaat buurvrouw nog een tikkeltje erbovenop leggen"
- MZ "Het is juist. Ja, en over mij zegt ze jij doet dat nooit, jij bent altijd heel positief. Maar als buurvrouw komt, direct zuchten en is vervelend voor haar"
- MW "Geïrriteerd?"
- MZ "Ja, heel erg, heel erg. Ze kan niet tegen zulke mensen. Zij vraagt hoe kan dat dan mama jij kan zolang met buurvrouw. En ik zeg jij moet ook leren hè. Maar MR zegt nee ik kan echt niet, ik echt moeite hebben"
- MW "Dus dat zou ook nog iets zijn wat ze dan nog meer kan leren ook omgaan met anderen die dus wel directer zijn"
- MZ "Precies, ja, ja. Ja, heel erg nodig"
- G "Ze vraagt veel uitleg, hè? En ik denk soms ook wel, dat ligt er ook wel een beetje aan, heeft ze soms ook gelijk, is buurvrouw daar uren of is buurvrouw, hè maakt ze het groter, dat het een half uurtje is en dat het voor haar gevoel wel uren duurt. Hè of is buurvrouw ook echt wel heel lang en dat er geen aandacht is voor haar. Is het terecht wat ze zegt of komt het zo bij haar

binnen? Of klopt het ook een beetje dat jij (moeder) ook moeite hebt om buurvrouw te begrenzen?”

- MZ “Ja, ja, buurvrouw is met mij ook echt zo hoor. Ze komt bijvoorbeeld met hond en vraagt kom je lopen. Ja, maar ik bezig met koken. Buurvrouw zegt je kan ook gasfornuis uitzetten. Soms zeg ik nee en soms oké en dan doe ik wat buurvrouw zegt. En MR ziet ook. En zij zegt tegen mij ‘o, jij hebt ook heel erg moeite om nee te zeggen en dat moet je ook leren hè mama’.”
- G “Maar ze ziet jou ook leren, hè. Daarom kan zij ook meer leren. Als jij leert, ziet zij dat hè. Dat is voor haar ook heel fijn”
- MW “Ja, mooi. Een voorbeeld ja. Ja, dan had ik nog een vraag, wat is het beeld dat u van MR had voordat ze met de therapie begon bij mij”
- MZ “Ja, bijvoorbeeld in de kerk, van de kerstliedje en dat moest gewoon op het podium staan. En ik denk nou dit wordt probleem. Maar dat gaat gewoon top en ik denk oké. Zulke dingen, ik merk gewoon, nou nooit gezien bij MR”
- MW “Want dat had ze ook gedaan hè met die voorleesweek op school? Ja, want daar had ze het ook nog over. Dat ze dat heel spannend vond”
- G “Ook leuk dat ze dat wel benoemt. Hè, dat ze het vanuit haar voorbeeld van thuis of vanuit de kerk hier mee naartoe neemt. Ook hier vertelt. Dat is heel knap. Dat ze dat kan benoemen”
- MZ “Ja, zij kan zelf ook zien. Ja, nu kan ik het mama”
- MW “Dat ze groeit?”
- MZ “Ja, groeit ja. Ja, precies ja”
- G “Want wat vertelde ze dan precies aan jou over de voorleesweek?”
- MW “Nou, het ging over... Want ik had een opdracht met haar handomtrek en daar had ik allemaal vragen bij per vinger. En daar zat een vraag bij over waar ze een hekel aan heeft. En dan zei ze van als alle ogen op mij gericht zijn. En dan met dat voorlezen vond ze dat wel heel eng. Gewoon dat gevoel van alle ogen zijn op mij gericht. Spanning”
- G “O, wat knap! Ja, dat ze dat kan benoemen. En dat ze dat toch gedaan heeft hè. Wel gedaan heeft, maar wel dat gevoel heeft gehad”
- MZ “Ja, zij heeft echt een hekel als iemand naar haar kijkt. En met nieuwe kleding ook zo. Helemaal zelf uitzoeken en dan zeggen ‘oho... ga ik nu met nieuwe kleren naar school? Want iedereen gaat naar mij kijken’. Ik zeg MR dat is toch leuk, positief. Zij zegt nee, nee. Ja, thuis gaan nieuwe kleren wel aan, maar als ze naar school gaat gewoon oude kleren aandoen. En dat is nog steeds zo”

- G "Oh, dat is nog steeds zo?"
- MZ "Ja, nog steeds zo. Wel jammer hè? Of ze kan ook vergeten en dan denken 'oei... ik heb nieuwe kleren aan'. Maar dan kijkt iedereen gewoon normaal merkt ze dan. En dan denkt ze 'oh, nou eigenlijk was goed, valt mee'."
- G "Niet iedereen ziet dat ook hè"
- MW "Ja, dat is het ook inderdaad. Die gedachte van iemand anders kan dit of dat denken"
- MZ "Ja, precies. Met pony ook voor haar gezicht hangen. Ik hoop haar, haar langer worden, kan ik het gewoon in een staart doen. Ja, met zulke dingen heeft zij echt moeite. Ja, niemand moet haar zien"
- MW "Ja, daar ligt ook nog wel wat er nog gewonnen kan worden zegmaar"
- G "Ja, dat komt vanzelf"
- MW "Ja, dat gaat stapje voor stapje"
- G "Ja, ze maakt nu al een volgende stap om haar mond open te doen in een winkel. Terwijl niemand haar daar kent. Hè, dus dan kijkt iedereen ook naar haar van hé jij stelt een vraag. Dus dat is ook al heel knap. Dus dan is ze al aan het oefenen daarin. En op een podium staan"
- MZ "Ja, precies, ja, ja. Ja, een jaar terug kon ze dat echt niet"
- MW "Tijdens dat ik de beeldende therapie aanbood, merkte u die dag ook dat MR zich thuis anders gedroeg? Zag u daar een verandering in?"
- MZ "Ja, wat ik, ja eerst wat ik merk iedere keer als je, ja vlakbij de woensdag, en dan of gewoon die dagen gaat tellen. 'O, ik ben bijna naar juf MW'. Vier nachtjes, drie nachtjes, twee nachtjes. Dus dat is heel positief"
- MW "O, heel mooi om te horen dat ze er zo naar uitkeek"
- MZ "Ja, precies, ja. En dan bij de Sinterklaas zei zij 'o, misschien het gaat niet door'. Maar gelukkig zij hoort dat zij andere dag bij juf MW therapie krijgen. Ja, zij was helemaal positief ja. Nu ook, zij zegt 'o, jammer dat het stopt'. Ja, dat is heel erg jammer. Zij krijgt gewoon zo'n rust gevoel bij u. Ja, voor mij natuurlijk ook. Ze kwam helemaal stralend thuis. En zeggen 'ja, we hebben zo gedaan en...'. Ja, allemaal vertellen. Ja, alles vertellen. Zei MR wij hebben zo gedaan met verf. Ze ging allemaal uitleggen en helemaal blij uitstralen. Ja, dat was echt heel positief"
- MW "Oké, wat mooi om te horen! Dat hoor je ook niet vaak... Bij eigenlijk alle kinderen die ik vorig jaar therapie heb gegeven die vertelde heel weinig thuis. Dan bleef het bij alleen zeggen dat het leuk was. Heel weinig vertellen erover. Dus dat is heel mooi om te horen dat zij er zo over verteld"

- MZ "O, oké. Ja, nee zij moest iedere keer alles vertellen. Voor de tijd, na de tijd"
- G "Prachtig! Maar dat betekent dat ze daar heel veel van opgepikt heeft. Want ze kan het echt benoemen. Wat ze er zo leuk aan vond en dat ze een rust gevoel kreeg. Nou en dat ze het voor en na die tijd vertelt. Heel positief. En op een speelse manier hè gewoon op school"
- MZ "Ja, ja, heel mooi. En zegt tegen kinderen 'ik ga naar juf MW'. De kinderen zo verbaast 'oké, wat doen jullie?'. En zij vertellen 'ja, wij doet zo en zo'. En de kinderen 'oké'. En MR zegt ja, nee is echt heel leuk en ben echt blij"
- MW "En ging ze ook aan vriendinnetjes ging ze het ook vertellen?"
- MZ "Ja, ja. Bij schoolplein zij zegt 'ja, ik ga naar juf MW'. En dat is heel leuk"
- MW "Leuk, goed om te horen"
- MZ "Ik ben ook helemaal blij hoor. Alleen nu vind ik dat jammer dat het stopt"
- MW "Ik vond het inderdaad ook heel knap hoe zij dingen kon uitleggen, hoe zij dingen ervaart of wat ze moeilijk vindt. Dat ze het dan moeilijk vindt om 'nee' te zeggen. Of dat K en U wel eens ruzie hadden over haar en dat ze dan moest kiezen van achter wie sta ik nu. En dat ze dat heel vervelend vond. En dat ze dat zelf zo kan zeggen, dat vind ik heel goed. Heel positief"
- G "Dat is heel positief. Want als je woorden kan geven aan je gevoel dan kom je veel, kom je veel verder. Hè, want anders wordt je onrustig of onzeker en dan kan je het niet benoemen. En als je het kan benoemen. Daar kan je veel verder mee. Kun je ook hulp vragen aan anderen. "
- MZ "Ja, ik ben ook blij hoor. Ja, meestal gaat ze wel vertellen"
- G "Dat is heel bijzonder hoor. Heel veel kinderen vertellen niet zoveel hoor. Nee, echt niet"
- MW "Nee, die zijn heel gesloten"
- G "Terwijl ze wel een gesloten meisje lijkt. Maar ze is eigenlijk niet gesloten"
- MZ "Nee, want was ook een vraag. Ze kan er wel onrustig uitzien, voor mij soms wel"
- MW "Ik heb dat inderdaad ook, meer aan het begin van de therapie dan zag je aan het begin meer een soort spanning nog bij haar. En dan moest ze nog even op haar gemak komen. Totdat we bezig gingen. Dan was ze weer meer ontspannen"
- MZ "Ja, precies, ja. Op de straat ook, als iemand vragen stelt, zij heeft moeite om antwoord te geven. Ik zeg MR antwoord geven. En sommige mensen

zeggen dan nou de moeder praat zo veel en is zo open en MR is wel een beetje verlegen. En MR hoort heel vaak 'wat praat jij weinig, ik vraag iets aan jou'. En dan zegt ze tegen mij 'ik vind het niet leuk zoveel vragen aan mij'. En ik (moeder) zegt 'nou allemaal positief hè over jou'. Maar zij heeft nog steeds moeite mee. Maar eerlijk ik was vroeger ook zo als haar, heel stil, heel verlegen. Maar als ik zeg tegen mensen dan zij geloven niet. En dan kan ik toch zien dat kan verandering komen. Het is wel bekend"

G "Ja, dat is heel gewoon. Er zijn gewoon meer verlegen kinderen en dat zit ook soms al in de genen. Dat moeders en oma's ook al zo waren. Ja, zo'n karakter"

MW "Maar het is heel mooi dat ze daar steeds meer mee leert omgaan en in groeit"

MZ "Ja"

G "En woorden aan kan geven... En als ze wel op haar gemak is. En soms is het ook niet leuk als zomaar opeens een heleboel vreemde mensen jou vragen stellen. Daar hoeft zij ook niet allemaal antwoord op te geven"

MW "Dat is ook weer een keuze, een grens"

G "Ja, een grens. Ze hoeft niet grenzeloos alles maar te doen wat andere mensen van haar verlangen. Hè, dat hoeft niet"

MZ "Als iemand iets vraagt, denkt zij ik moet antwoord geven. En als iemand iets geeft, denkt zij ik moet dank je wel zeggen"

G "Maar, dat is goed. Want dat is beleefd. Maar ze kan met sommige dingen wel keuzes maken en haar grenzen aangeven"

MW "Ja, en zijn er ook nog dingen thuis verandert dat daardoor MR meer zelfvertrouwen heeft gekregen in de afgelopen periode?"

MZ "Ja, kleine dingetjes. Bijvoorbeeld iets brengen naar de buurvrouw, alleen"

G "Alleen? ! Deed ze dat eerder niet?"

MZ "Ja, ja, nee eerder niet, helemaal niet. Met mama ook nog eens niet"

G "O! En wanneer deed ze dat dan?"

MZ "Ik denk dat, dat met de kerstdagen was. Wij hadden zoiets moois gemaakt voor buurvrouw en dat is leuk om te brengen. En ik verwacht niet dat ze dat zelf doet"

G "Maar, dat is toch heel bijzonder!"

MZ "Ja, ja. Ik zei zal ik het meebrengen en zij zei 'nee, nee, nee, ga ik zelf brengen'."

- G "Ja, want alle ogen zijn op haar gericht dan!"
- MZ "Ja, dat was heel... Ik was ook **heel verbaasd**. Maar oké dat is misschien ook **heel positief** van gaat laten zien aan buurvrouw wat wij samen gemaakt hebben. Ja, en ik wou steeds proberen dat ze iets met buurvrouw samen gaat doen, gewoon zonder mama. Één keer gelukt, maar daarna niet meer"
- MW "Wat hadden ze toen gemaakt? Want dat heeft ze ook nog naar school meegenomen geloof ik. Een tegel met paard"
- MZ "Ja, ja klopt ja. Ja, want dat is **wel nodig**, van niet alleen met mama bezig. **Daar groeit ze ook van**. Ja, want het is **echt een mamakindje**"
- MW "Heel erg steunen..."
- MZ "Ja, steunen. En nog een voorbeeld zij **nog steeds bij mij slapen**. En ik zeg tegen gezinscoach vorige keer en zij zegt dat ze **beter in eigen bed kan slapen**. Maar dan trek ik haar meer naar mij en **zulke dingetje ligt aan mij**. Ik ga daar nog hard mee bezig"
- MW "Maar het is wel mooi denk ik, aan de ene kant, dat die buurvrouw zo anders is dat ze dat voorbeeld ook wel krijgt. Ook al heeft ze nu nog zoiets van 'nee het is niet goed'. Dat ze het op een gegeven wel kan begrijpen van 'o, zo werkt dat dus zo kan het ook'."
- G "En dat hoort bij buurvrouw. Zo is buurvrouw. Dat je het ook weer bij buurvrouw kan laten"
- MZ "Ja, zij kan ook **grenzen stellen bij buurvrouw**. En soms denk ik beter dan mij. Bijvoorbeeld buurvrouw zegt 'nou, dat is niet goed hoor, stuur haar naar boven'. En MR zegt volgens mijn mama is het zo en mijn mama moet mij naar boven sturen en buurvrouw bepaalt niet. Ik zeg MR jij moet wel respect hebben voor buurvrouw, maar ik snap jou ook, maar buurvrouw vind niet goed"
- G "Nee, maar buurvrouw ging ook over de grens hè?"
- MZ "Ja, soms ik vind het wel goed hoor. Ik denk, ik ga niet bemoeien, is wel terecht"
- MW "Dan kan ze dus zelf haar grenzen aangeven. Heel goed. Uh.. Nou ja zou je zeggen dat **MR haar zelfbeeld en zelfvertrouwen versterkt is door de beeldende therapie?**"
- MZ "Ja, ja, zeker. Ik merk het wel steeds. Ja, want MR gaat hier **bijna een jaar naar school en heel veranderingen**. Maar toch in die periode **steeds meer zichtbaar dat het heel positief is**. Zij groeit. En altijd zin om te praten wat ze gedaan heeft met jou en straalt ze"

- MW "Zijn er nog dingen die nu niet benoemt zijn over MR en de beeldende therapie?"
- MZ "Nee, nee, zou niet weten"
- G "Nou ja wat ik nu wel echt bij jou proef, is dat het zo jammer is dat het afgelopen is. En wat juf MW net ook zegt van dat MR misschien verder kan gaan met een volgende beeldende therapie stagiaire. En dan ben jij wel nieuwsgierig van wanneer zal die nieuwe stagiaire er zijn? Komt er weer een nieuwe stagiaire?"
- MW "Nou begin februari komt er een drama studente en die heb ik ook al gesproken en ook al gezegd van nou het zou mooi zijn als je dat met haar verder kan oppakken. Dus dat heb ik al een beetje ingang gezet"
- G "Oké, o, dat is wel heel mooi! En dat dan drama is, want drama is meer..."
- MW "Nog meer met het verbale en non-verbale, de houding"
- G "En dat ze niet beeldende therapie vergelijkt van 'o, dat vond ik bij juf MW eigenlijk leuker'. En nu is het gewoon iets anders. Dus dan past dat weer bij die juf"
- MZ "Dat is wel heel mooi zeg!"
- G "Die studente moet daar natuurlijk akkoord mee gaan en dat zien zitten"
- MW "Ja, dat wel ja. Maar dat ga ik zeker nog een keer aankaarten bij die studente"
- G "Ja, het is zo'n leuke kandidaat daarvoor. Ze is zo enthousiast. Dat is zo erg leuk om daar mee verder te gaan"
- MW "Ja, en dan kan het gewoon verder gaan. Want je hebt al een begin"
- G "Ja, want je weet ook waar ze staat nu meer. En waar je aan kan werken. En ze vindt het dan niet vreemd meer op één op één met zo'n juf uit de klas te gaan"
- MZ "Ja, dat is wel echt een cadeautje als dat lukt! Maar ik hoor het natuurlijk van dat ze het jammer vindt en ik vind het ook jammer. Maar ja zeg dan misschien komt er een andere juf. En MR zegt 'ja, maar wordt niet juf MW'. En ik zeg 'nee, nee, niet juf M'. Dat zegt ook soms dat de tijd te snel gaat. En soms zij zei 'juf MW was wel op school, maar niet met mij, gelukkig zij was wel op school'. En dat geeft ook een goed gevoel. En ik zeg o dat is ook heel leuk. Dat gaf een stukje rust"
- MW "Oké, dat is wel heel mooi om te horen. Ja, en wat ik ook heel mooi vond dat ze een aantal keer vroeg of ze in de klas werkstukken mocht laten zien.

En dan zei ze wel 'dat vind ik wel heel spannend en ga je me dan wel helpen?'. Nou en uiteindelijk stond ik er elke keer naast en dat was eigenlijk al genoeg. En dan ging ze er zelf over vertellen. En dat is wel heel mooi"

MZ "Ja, precies. Ja, dat is heel erg belangrijk die steun. Als je steun voelt, voelen alleen hè. En als ze dat niet voelt, dan gaat alles mis bij MR"

G "Nee, maar dat is heel mooi dat jullie (moeder en MR) samen ook die ontwikkeling doormaken"

MZ "Ja, ik begrijp haar heel goed"

G "Dan kun je haar ook goed aanvoelen. En dat vergroot het alleen maar"

MZ "Ja, ja"

MW "En dat je er ook zo over kan praten"

G "Heel bijzonder ja. Heel goed"

MZ "Ja bij haar broer zie ik ook veel veranderen. Ja, natuurlijk MR vraagt heel veel aandacht. M wordt dan onzichtbaar. Maar meestal als MR niet thuis, ik zie toch meer contact tussen ons komen. Maar afgelopen half jaar zie ik, hij praat meer met mensen"

G "M wordt ook het zelfbeeld vergroot, die staat ook steviger"

MZ "Ja, precies. Ja, ook meer trots op zichzelf. Ik denk gelukkig die gaat ook goede kant op. Ja, goede dingen gaan langzaam, maar komt wel"

MW "En dan blijft het ook hè. Het gaat langzaam, maar het blijft. Het gaat steeds beter dan"

MZ "En blijven, ja. Ja, ik hoor ook hij maakt zich zorgen over mijn moeder is zacht met mijn zusje en moet een beetje consequent zijn. Wat wordt het. En dat hij ook gelijk heeft eigenlijk. Ja, ja, ik ben heel erg zacht voor MR. Juist zij heeft heel erg nodig, heel erg consequent zijn. Maar ik begrijp haar broer dat het ook erg grote zorg kan zijn. Hij is 18 en gaat uiteindelijk weg hier. En hij denkt ook dat MR beetje bang is op een goede manier. Hij kan beter grenzen aangeven aan MR. Daarom M zorgen maken van, ik ben niet thuis dan gaat alles hier niet goed"

MW "O, dat neemt hij op zich dan?"

MZ "Juist. Ja, en vooral als MR puber wordt, dan zegt hij 'krijg jij problemen mama, misschien gaat zij verkeerde vriend of vriendin'. Hij maakt zich heel erg zorgen, ja, roken, blowen, ze blijft niet klein"

- G "Maar... Zoals het nu eruit ziet lijkt dat helemaal niet zo hoor. Maar daarom is het wel goed om te kijken naar hé wat is nu nodig. Maar het gaat heel goed. De ontwikkeling van MR. Daar kan je heel trots op zijn"
- MZ "Ja, ja. En op de school ook gaat hartstikke goed. Positieve dingen allemaal"
- G "Ja, beiden gaan goed. Dus dat is zo mooi"
- MZ "Ja, en hij gaat wel goed met buurvrouw. Als MR zegt 'nou dat is niet lief hè van buurvrouw' zegt hij 'ja wel, gewoon consequent en duidelijk'."
- G "Maar hij is ook een man en 18 jaar. Dus dat is wel een heel groot verschil met MR"
- MZ "Ja, dat is het ook"
- G "Ja, en hij werkt ook in de beveiliging. Daar is het niet van 'mag ik, misschien, alstublieft, als het kan er langs?'. Gewoon 'aan de kant!'."
- MZ "Ja, en MR die is nog wat voorzichtiger"
- G "Ja, maar dat is ook niet raar van M (broer). Hij is niet boos of zo"
- MZ "Nee, nee en voor mij is het boos. Maar klopt inderdaad. Maar hij kan ook heel zacht zijn hoor, heel klein hart hebben, zo tranen krijgen. En van anderen ook horen hij is behulpzaam en lief. Maar zelf zie ik meer harde kant"
- G "Maar dan kan je inderdaad ook net weer even een andere bril opzetten en zie je andere dingen van hem.
- MZ "Ja, inderdaad ja"
- G "Ja, want hoe is de afsluiting dan?"
- MW "Ja, zal ik anders... Heeft behoefte dat ik de foto's van werkstukken stuur met daarbij een korte uitleg over wat we gedaan hebben"
- MZ "Ja, ja, dat is wel leuk"
- G "Ja, dat is wel erg leuk! Want later als ze groot is dan, dan, foto's bewaar je meestal allemaal wel. En dat als herinnering is heel mooi. Maak je een mooi boekje van school"
- MZ "Ja, precies en zo'n mooie herinnering is altijd welkom. Ja, en als je hebt tijd is tekst ook erg leuk"
- MW "Oké, ja dan ga ik dat nog doen inderdaad wanneer ik tijd heb, want ik heb het wel erg druk met afstuderen"

- MZ "Ja, dat zou wel heel mooi zijn. Ja, en gewoon later, hoeft niet zo snel"
- MW "En dan laat ik ook nog weten wat die drama student met MR wilt verder werken aan haar zelfbeeld"
- MZ "Ja, ja, heel graag. Dat is heel fijn"
- MW "Nou, dan wil ik jullie allebei heel erg bedanken voor jullie medewerking aan het onderzoek!"
- G "Ja, het is echt een verrijking, ja daar zijn wij heel blij mee!"
- MZ "Ja, ja, zeker"
- MW "Ja, ik denk ook dat die positiviteit vanuit jullie ook weer ervoor zorgt dat het nog positiever wordt"
- G "Ja, dat werkt ook weer mee hè. Dat je er zoveel interesse in hebt getoond door naar MR te luisteren. Hè, en dat is zo'n grote bijdrage. Hè, want daardoor vindt MR het nog weer leuker, want mama vindt het ook mooi. In plaats van dat mama niet zoveel aandacht heeft"
- MZ "Ja, ik was heel blij, zij komt met zo'n straal thuis of gaat naar school"
- G "Ja, daar wordt je zelf ook blij van hè?"
- MZ "Ja, ja precies"
- G "En ook omdat je soms denkt 'doe ik het wel goed genoeg met MR? Moet MR niet naar de psychiater?'. En dat je nu kan zeggen 'moet je eens kijken wat een mooie ontwikkeling, hoe ze dat oppakt, hoe enthousiast'. En er zit helemaal niks verkeerd in de samenwerking, dat gaat allemaal goed. Ze kan alles goed benoemen"
- MZ "Ja, in zo'n korte periode"
- G "Dus dat is heel knap dat ze daar vertrouwen in heeft om dingen te vertellen. Dus dat is geen autisme. Hè, want dan heb je daar veel meer moeite mee om dingen te vertellen, om woorden aan te geven"
- MZ "Autisme, is het ook gewoon kinderen gesloten zijn? Of niet zo praten? Ja, ik weet het niet zo precies"
- MW "Ja, ook wel het meer in hokjes plaatsen van dingen, dat je dingen ook heel voorspelbaar wilt hebben. Ja, en inderdaad ook gesloten en niet veel vertellen of woorden aan kunnen geven"
- G "Ze kunnen ook niet zo goed aanvoelen wat een ander kan voelen"
- MW "Inleven"

- G "Ja, en dat is een heel groot verschil en dat kan MR juist wel. Ze voelt heel goed aan hoe jij je voelt"
- MZ "Ja, zij is ook erg, verschrikkelijk denk ik soms, gevoelig voor anderen"
- G "Ja, en met autisme hebben kinderen dat juist niet"
- MZ "O, oké die wist ik niet"
- MW "En ook bij hen zelf niet goed kunnen begrijpen wat ze voelen. En dat kan zij juist wel verwoorden. En ook in de therapie is heel erg, dat ze ook rekening houdt met mij. Overlegt van 'o zullen we dan naast elkaar gaan zitten'.
- G "Moet je eens kijken! Dus ze kan heel goed samenwerken. Ja, en ook openstaan voor de ander en is het wel oké wat ik doe"
- MZ "Ja, ze is echt als ze met iemand een klik heeft, dan is ze echt heel gevoelig voor de ander. Altijd vragen is die manier voor jou goed. Ook bij mama van 'o jij hebt wel hoofdpijn, doe maar gewoon dubbele paracetamol'."
- G "O, en dat wil een kind met autisme niet. Die wil op dat moment bijvoorbeeld voorgelezen worden"
- MW "Ja, die denkt veel meer aan zichzelf, ja"
- G "Ja, niet expres. Maar er is geen aanleiding voor om te denken dat MR autisme heeft"
- MZ "Nee, oké dat ga ik ook aan haar broer doorgeven. Ja, ja, dat is wel een geruststelling"
- MW "Oké, dan wil ik het hierbij afsluiten. Heel erg bedankt voor jullie medewerking en dit gesprek natuurlijk"
- MZ "Ja, ja natuurlijk, ik ben heel blij. Jij heel erg bedankt!"
- G "Ja, heel erg bedankt voor jouw bijdrage. Hier kan MR zeker verder mee!"

XIV Analyse interviews

Nu volgt de analyse van de interviews. Eerst volgt het interview met de leerling, dan met de groepsleerkracht en dan met de moeder van MR en de gezinscoach. Voor de interviews met alle respondenten zijn er vooraf topics op papier gezet, maar ook waren er topics die zich tijdens het gesprek aandienden.

De topics voor het interview met de leerling waren: *nieuw in de klas, beeld van zichzelf voor de beeldende therapie, veranderingen door de beeldende therapie, omgaan met angsten, relatie met moeder, praten met anderen over de therapie, blij/trots, ervaringen met beeldende therapie*. De leerling heeft de volgende uitspraken gedaan over de verbetering van haar zelfbeeld door de beeldende therapie. De positieve uitspraken worden groen gemarkeerd, de niet eenduidige uitspraken lila en de negatieve uitspraken rood. Achter de uitspraken staat tussen haakjes op welk onderwerp de uitspraak betrekking heeft.

- De leerling vond zichzelf goed en wel leuk vòòr de behandeling met beeldende therapie **(zelfwaardering)**
- De leerling vond de beeldende therapie heel erg leuk **(ervaring beeldende therapie)**
- De leerling is trots op zichzelf en leerde meer dingen door de therapie **(zelfwaardering)**
- De leerling vindt al haar werkstukken heel erg leuk en grappig **(zelfwaardering)**
- De leerling wil al haar werkstukken graag laten zien aan haar vriendinnen en erover vertellen **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- De leerling geeft aan meer zelfvertrouwen te hebben door de beeldende therapie **(zelfwaardering)**
- De leerling denkt nu minder vaak dat anderen boos op haar worden als zij nee zegt **(optimisme)**
- De leerling kan benoemen dat zij het spannend vindt om nee te zeggen **(angsttolerantie)**
- De leerling durft makkelijker nee te zeggen of te zeggen dat ze iets niet wilt naar klasgenoten/vriendinnen, haar broer en haar moeder. De oefening waarbij wij hard nee riepen en tegelijk klei gooiden op de tafel heeft de leerling hierbij geholpen **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- De leerling denkt nu minder vaak dat anderen boos op haar worden als zij nee zegt **(opkomen voor zichzelf)**
- De leerling kan ruzies sneller vergeten **(stresshantering)**
- De leerling vond het spannend dat er een nieuwe meester voor haar groep kwam, maar kon hier goed aan wennen en is nu blij met meester **(angsttolerantie, stresshantering)**
- Door meester heeft de leerling geleerd om meer te praten in de klas. Dit gaat nu stukken beter vindt zij zelf **(andere factoren die effect hadden)**
- De leerling durft 's avonds moeilijk alleen thuis te zijn als zij een enge film of enge beelden heeft gezien. Ze wordt dan heel erg bang. Ze ziet hier geen oplossing voor, behalve het afspreken met een vriendin, maar dit is niet altijd mogelijk **(angsttolerantie, stresshantering)**

De topics voor het interview met de groepsleerkracht waren: *beeld van de leerling voor de beeldende therapie, beeld van de leerling tijdens en na de beeldende therapie, ervaringen met de beeldende therapie, mogelijkheid van beeldende activiteiten in de klas*. De groepsleerkracht heeft de volgende uitspraken gedaan over de verbetering van het zelfbeeld van de leerling door de beeldende therapie. De positieve uitspraken worden groen gemarkeerd, de niet eenduidige uitspraken lila en de negatieve uitspraken rood. Achter de uitspraken staat tussen haakjes op welk onderwerp de uitspraak betrekking heeft.

- De groepsleerkracht geeft aan dat hij een globale indruk heeft van MR, doordat hij nog maar een relatief korte tijd voor de groep staat **(bekendheid met de leerling)**
- Vòòr de behandeling met beeldende therapie is de leerling op het schoolplein volgens de leerkracht ontzettend spontaan, open en speels: ze rent, speelt, lacht, roept en doet lekker mee met de andere kinderen op het schoolplein. Dit gedrag is door de behandeling met beeldende therapie niet veranderd **(optimisme, angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- De groepsleerkracht vond de beeldende therapie een mooie mogelijkheid voor de leerling om in een één op één situatie te praten over haar gevoelens en dingen die haar bezig houden, om leuke activiteiten te doen en fysiek bezig te zijn, maar ook om dingen te zeggen. Dit was de uitgelezen mogelijkheid voor haar om op een soort speurtocht te gaan: wie ben ik, wat kan ik en wat wil ik **(ervaring beeldende therapie)**
- De leerling kon volgens de leerkracht door de beeldende therapie loskomen van prestatiedruk en faalangst en haar aandacht verleggen naar “oh, ik ben lekker bezig” en even minder nadenken. Een goede mate van structuur in de beeldende therapie droeg hieraan bij **(optimisme, angsttolerantie, stresshantering, realiteitsbesef)**
- De leerling is volgens de leerkracht ontzettend enthousiast over de beeldende therapie **(ervaring beeldende therapie)**
- Volgens de leerkracht was de beeldende therapie een kleine, maar succesvolle stap in de goede richting. Volgens hem was de leerling erg gebaat bij de therapie en heeft de therapie zeker een bijdrage geleverd **(effect beeldende therapie)**
- De leerling zoekt volgens de leerkracht op het schoolplein makkelijker hulp bij de juffen/meesters als er iets misgaat **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- In de klas geeft de leerling volgens de leerkracht vlotter antwoorden en is zij iets gedurfter **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf, realiteitsbesef)**
- De leerling geeft in de klas vlotter antwoorden en is iets gedurfter mede doordat de leerkracht haar meerdere malen heeft uitgedaagd door te zeggen dat hij liever heeft dat ze 10 fouten maakt dan dat ze helemaal niks zegt **(andere factoren die effect hadden)**
- De leerling is volgens de leerkracht wat opener en spontaner in de klas en verteld makkelijker iets dat zij graag kwijt wilt **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- De leerling werkt volgens de leerkracht makkelijker door aan de lesstof en vraagt makkelijker hulp als zij iets niet begrijpt **(opkomen voor zichzelf, stresshantering)**
- De leerling blijft volgens de leerkracht erg rustig, onzeker en een beetje faalangstig **(zelfwaardering, optimisme, opkomen voor zichzelf)**
- De grenzen van de leerling worden geaccepteerd door haar twee vriendinnen **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**

- Maar de jongens in de klas gaan makkelijker over de grenzen van de leerling heen ziet de leerkracht. De leerling kan leren om nog duidelijker haar grenzen aan te geven **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- Belangrijk vond de leerkracht de momenten dat de leerling zelf voorstelde om haar werkstukken tijdens de therapieperiode en bij de afronding van de therapie te tonen aan de klas en hier iets bij te vertellen. Ze vroeg hierbij de ondersteuning van de therapeut. Ze vond het eng, maar deed het toch **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**

De topics voor het interview met de moeder van MR en de gezinscoach waren: *veranderingen in zelfbeeld/gedrag/houding, verbetering van het zelfbeeld door de beeldende therapie, ervaringen met therapeut/therapie, omgaan met negatieve gebeurtenissen/ervaringen, aanhankelijk/afhankelijkheid, grenzen stellen, uiterlijk.*

De moeder van de leerling en de gezinscoach hebben de volgende uitspraken gedaan over de verbetering van het zelfbeeld van de leerling door de beeldende therapie. De positieve uitspraken worden groen gemarkeerd, de niet eenduidige uitspraken lila en de negatieve uitspraken rood. Achter de uitspraken staat tussen haakjes op welk onderwerp de uitspraak betrekking heeft.

- De gezinscoach vindt dat er een mooie ontwikkeling opgang is gebracht door de beeldende therapie **(effect beeldende therapie)**
- Moeder vindt dat het zelfbeeld van MR zeker verbeterd is door de beeldende therapie. Ze ziet veel veranderingen bij MR en dat zij gegroeid is **(effect beeldende therapie)**
- Moeder is heel blij met de beeldende therapie en de goede hulp van de therapeut **(ervaring beeldende therapie)**
- Moeder zegt dat MR en zij het heel jammer vinden dat de therapie stopt **(ervaring beeldende therapie)**
- Volgens de gezinscoach heeft MR de therapie zo enthousiast opgepakt, omdat ze zich veilig en vertrouwt voelde. Ze vindt de beeldende therapie echt een verrijking **(ervaring beeldende therapie)**
- De gezinscoach is het met de onderzoeker eens dat de interesse van moeder in de ervaringen van MR met de therapie, een grote bijdrage heeft geleverd voor het effect van de therapie, waardoor MR de therapie nog leuker vond **(andere factoren die effect hadden)**
- De gezinscoach en moeder zijn het eens dat moeder MR goed kan begrijpen en zich goed kan inleven in haar en dat dit bijdraagt aan het groeiproces van MR en daarmee ook aan de verbetering van het zelfbeeld **(andere factoren die effect hadden)**
- Moeder zegt dat de leerling de dagen aftelde voordat zij therapie kreeg en dat zij stralend en blij thuis kwam als zij therapie had gehad **(optimisme)**
- Volgens de gezinscoach is het erg positief dat de leerling haar gevoelens, zoals angst kon benoemen in de therapie en ze goed kon samenwerken met de therapeut. Volgens de gezinscoach kan dit MR helpen om makkelijker hulp te vragen en zich minder onrustig en onzeker te voelen **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf, realiteitsbesef, stresshantering)**
- Moeder zegt dat de leerling veel vertelde over haar ervaringen met de beeldende therapie aan haar en aan klasgenoten/vriendinnen **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- Volgens moeder gaf de aanwezigheid van de therapeut de leerling een goed en rustig gevoel **(stresshantering)**

- Moeder viel op dat de leerling na schooltijd buiten vaker praat met moeder of klasgenoten/vriendinnen **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- De leerling heeft twee keer een positieve ervaring opgedaan toen alle ogen op haar gericht waren. Zij kon haar angst verdragen. Dit vinden moeder en de gezinscoach beiden erg positief **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- Moeder verteld dat de leerling makkelijker zelf iets vraagt of onderneemt wat moeder voorheen voor haar deed. Ze stelt zich meer onafhankelijk op **(opkomen voor zichzelf)**
- De leerling stelde zelf voor om haar werkstukken tijdens de therapieperiode en bij de afronding van de therapie te tonen aan de klas en hier iets bij te vertellen. Ze vroeg hierbij de ondersteuning van de therapeut. Ze vond het eng, maar deed het toch. Dit vinden moeder en de gezinscoach beiden erg positief **(angsttolerantie, opkomen voor zichzelf)**
- Moeder en de gezinscoach zien dat de leerling kan leren om beter om te gaan met negatieve ervaringen/gebeurtenissen. Ze kan de hele dag blijven zitten met gedachten als: "Ik kan het niet. Zie je wel bij mij lukt het nooit en bij anderen wel. Ik kan nooit iets goed doen", en hierdoor de dag als erg negatief ervaren **(optimisme, angsttolerantie, stresshantering, realiteitsbesef)**
- Moeder en de gezinscoach zien dat de leerling kan leren om zich meer onafhankelijk op te stellen. Ze kan nog steeds erg aanhankelijk zijn en zich afhankelijk opstellen. Ze is erg afhankelijk van complimenten, positieve aandacht en goedkeuring **(zelfwaardering, opkomen voor zichzelf)**
- Moeder en de gezinscoach zien dat de leerling kan leren beter om te gaan met de nee van een ander. Zij vat dit op als een slechte bedoeling of alsof de ander boos is op haar **(opkomen voor zichzelf)**
- Moeder en de gezinscoach zien dat de leerling nog kan groeien in het accepteren en waarderen van haar uiterlijk **(zelfwaardering)**

XV Interpretatie kwantitatieve resultaten

Ter interpretatie van de kwantitatieve resultaten is er het volgende kader opgesteld om aan te geven in welke mate het zelfbeeld van de leerling met een laag zelfbeeld op het speciaal basisonderwijs is verbeterd door de beeldende therapie.

1. *Niet verbeterd = geen meetbare verbetering van het zelfbeeld*
2. *Nauwelijks tot in lichte mate verbeterd = een stijging tussen 1% en 35%*
3. *In ruime mate verbeterd = een stijging tussen 35% en 70%*
4. *In zeer ruime mate verbeterd = een stijging tussen 70% en 100%*