

Stenden Hogeschool, opleiding Creatieve
Therapie

Afstudeeronderzoek

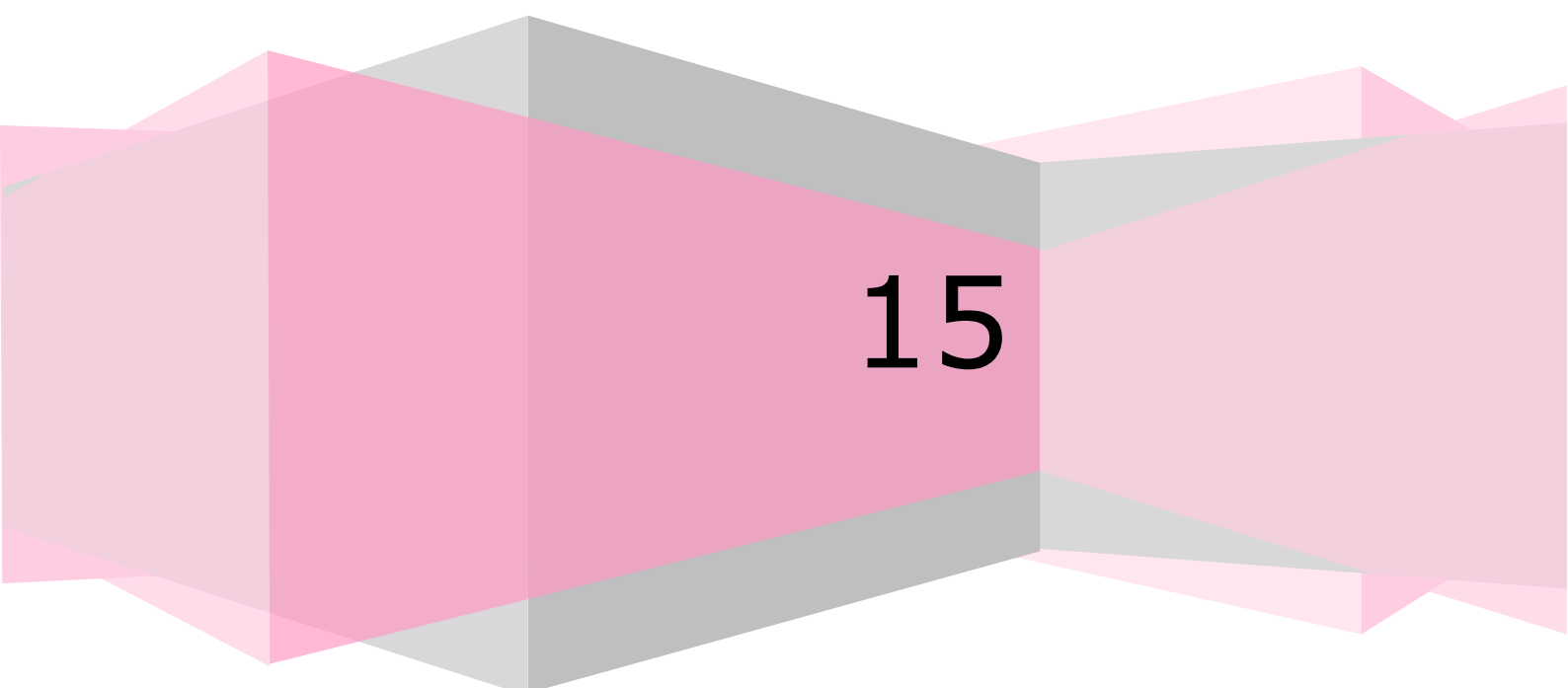
**Beeldende therapie voor jongeren
met een verstandelijke beperking
en een laag zelfbeeld.**

Lianne Esmée Zonneveld
CT 4 BB
259888

In opdracht van VSO Dynamica te Zaandam

26 november 2015, Leeuwarden.

AO begeleider: Sjaak Sophie



15

Beeldende therapie voor jongeren met een verstandelijke beperking en een laag zelfbeeld.

Methode Art journaling/Beeldend dagboek

Voorwoord

You know what truly aches all that you are?
Having so much inside you
and not having the slightest clue
Of how to pour it out
~ Christopher Poindexter

Tijdens diverse stages kwam ik vaak het probleem tegen dat jongeren met een verstandelijke beperking zich niet konden uiten. Er gebeurt veel in het hoofd van deze groep jongeren. Ze hadden vaak geen idee hoe ze de dingen die ze meemaken duidelijk moeten verwoorden.

Totdat ze geïntroduceerd werden met beeldende therapie. Deze jongeren kregen een uitlaatklep waarin ze zichzelf mogen zijn. Waarin ze hun hele hart en ziel kunnen uitbeelden zonder er per se woorden aan te geven.

Op zulke momenten zie je wat voor prachtig vak creatieve therapie is. Het geven van een stem aan mensen die het moeilijk vinden om aan bepaalde gevoelens/situaties woorden te geven.

Dit rapport gaat over een onderzoek van creatieve therapie bij jongeren met een verstandelijke beperking en laag zelfbeeld. De therapie wordt aangeboden doormiddel van de methode Art Journaling oftewel beeldend dagboek. Het beeldend dagboek is een manier waarmee je, doormiddel van het bijhouden van een dagboek, diverse problematieken kunt doorwerken. In het dagboek werk je aan diverse opdrachten om tot een verdere ontwikkeling te komen.

Het onderzoek heeft plaatsgevonden op VSO Dynamica te Zaandam (Nieuwendamstraat 2A, 1507 JE) onder begeleiding van Marga Springer.

Met dank aan
Marga Springer
Rosalie
Anita Zonneveld-Kleijn
Richard Nieuwenhuizen
Sjaak Sophie
Lizette de Boer

Samenvatting Nederlands

Wereldwijd word aangegeven dat één tot drie procent van de bevolking een verstandelijke beperking heeft. Binnen Nederland wordt er ongeveer geschat dat er ongeveer 142.000 mensen een verstandelijke beperking hebben. Dit onderzoek heeft plaats gevonden op VO Dynamica, een voortgezet speciaal onderwijs. Binnen VO Dynamica zijn er veel problematieken aanwezig. Één van de meest geconstateerde problematieken was dat veel leerlingen te maken hebben met een irreëel zelfbeeld. In dit onderzoek zal er vooral gekeken worden naar een laag zelfbeeld. Deze keuze is gemaakt, omdat bij de cliënte en het merendeel van de leerlingen dit irreële zelfbeeld te laag is. Dit lage zelfbeeld draagt er vaak aan bij dat deze leerlingen faalangstig gedrag laten zien en kunnen moeilijk omgaan met confrontatie van hun eigen onkunde.

VO Dynamica en de beeldend therapeute, Marga Springer, willen dat er onderzoek word gedaan naar welke methode van beeldende therapie effect heeft bij jongeren met een verstandelijke beperking en een laag zelfbeeld. Dit onderzoek kan een bijdrage leveren aan een passendere aanpak bij jongeren met deze problematiek. Voor dit onderzoek zal de onderzoekster de methode Art Journaling gebruiken. Art Journaling is het bijhouden van een beeldend dagboek zowel privé als tijdens het geven van therapie. De vraag die wordt onderzocht is: "In hoeverre is Art Journaling binnen beeldende therapie effectief om het zelfbeeld bij jongeren met een verstandelijke beperking te versterken?".

Het onderzoek is uitgevoerd op VO Dynamica door de stagiaire Lianne Zonneveld onder begeleiding van beeldend therapeute Marga Springer. De onderzoeksmethode is conform de richtlijnen van een N=1 onderzoek, waarbij de beeldende therapie wordt afgenomen bij één cliënt en heeft men te maken met een case study. Daarentegen zal binnen de kwantitatieve dataverzameling gebruik worden gemaakt van gevalideerde vragenlijsten. Hierbij worden de resultaten gebaseerd op de handleiding van de gevalideerde vragenlijsten. De kwalitatieve dataverzameling wordt gedaan doormiddel van half gestructureerde interviews, groepsinterviews en observatiemethodes. De conclusie van het onderzoek zal een opsomming van literatuur, kwalitatieve en kwantitatieve data bevatten.

De cliënte die is uitgekozen voor dit onderzoek, is gekozen uit overleg met het zorgteam op VO Dynamica. De cliënte was al aangemeld voor beeldende therapie en viel binnen de gekozen kaders van het onderzoek. De cliënte is vrouwelijk met de leeftijd van zestien jaar oud met een IQ van vierenvijftig. De therapie zal tien weken lang, wekelijks worden aangeboden. De sessies zullen veertig minuten per sessie duren.

Uit het onderzoek is gebleken dat creatieve therapie een effectieve en bruikbare methode is om stoornissen en problemen bij jongeren met een verstandelijke

beperking en een laag zelfbeeld te verminderen. Vooral de methode Art Journaling gaf een positief resultaat op het zelfbeeld.

Summary English

Within the worldwide population, there is estimated that one till three percent deals with a mental disorder. Within The Netherlands, the population who is dealing with the disorder is around 142.000 people.

The research have been taken place at VO Dynamica, this is an special secondary education for people who have dealing with the mental disorder. There are many issues present within VO Dynamics. One of the most identified problems was that many students have to do with unrealistic self-esteem. This unrealistic self-esteem will often afraid to at that these pupils behaviour and can be difficult to deal with confrontation of their own ignorance.

VO Dynamica, together with Marga Springer (Art therapist), would like to conducting a research, which method within Art Therapy have the most positive effect of Art therapy by youngsters with a mental disorder and a unrealistic self-esteem. The research could conduct in a more appropriate approach to help the youngsters with their problems. Within this research will be support by the method of Art Journaling. Art Journaling is keeping a visual journal both private and during therapy. This method helps to answer the main research question; "In hoeverre is Art Journaling binnen beeldende therapie effectief om het zelfbeeld bij jongeren met een verstandelijke beperking te versterken?".

The research is conducted at VO Dynamica by the intern Lianne Zonneveld with the support of art therapist Marga Springer. The research method is according to the guidelines of a N=1 research. Within this research, the Art Therapy will be conducted to one pupil and is dealing with a case study. In contrast to the original method this research is the quantitative data collection using validated questionnaires. Where the results are based on the manual of the validated questionnaires. The qualitative data collection is done by means of half-structured interviews, group interviews and observation methods. The conclusion of the investigation will be a list of literature, qualitative and quantitative data.

The pupil of this research is in cooperation with chosen from consultation with the care team on VO Dynamica. There is been chosen for a female pupil, who already was signed up in the project of Art Therapy, she has the age of sixteen and have an IQ of fifty-four. The therapy will be done on weekly base and will be taken approximately forty minutes per session. The results of this research is shown that Art therapy an effective and useful method is to help for solving to disorders and problems in young people with intellectual disabilities and low self-esteem. Especially Art journaling have given a positive result in the self-esteem.

Keywords:

Self-esteem, Art Journaling, intellectual disabilities, art therapy.

Inhoudsopgave

<i>Inhoud</i>	<i>Bladzijde</i>
Voorpagina	1
Titelblad	2
Voorwoord	3
Samenvatting Nederlands	4
Summary English	6
Keywords	6
Inhoudsopgave	7
Hoofdstuk 1 Inleiding	
✚ 1.1 Context	8
✚ 1.2 Probleem-/situatieanalyse en theoretische verkenning (literatuur)	9
✚ 1.3 Doelstelling	11
✚ 1.4 Centrale vraagstelling en deelvragen	12
✚ 1.5 Vooruitblik op de onderdelen van het rapport ('leeswijzer')	13
Hoofdstuk 2 Methode	
✚ 2.1 Typering onderzoek	14
✚ 2.2 Onderzoekseenheden/-populatie	14
✚ 2.3 Onderzoeksinstrumenten	14
✚ 2.4 Procedure gegevensverzameling	15
✚ 2.5 Analyseplan	16
Hoofdstuk 3 Resultaten	19
Hoofdstuk 4 Conclusie, discussie en aanbevelingen	
✚ 4.1 Conclusie	28
✚ 4.2 Discussie	30
✚ 4.3 Aanbevelingen	30
Bronnenlijst	31
Bijlagen	
✚ Sessie Art Journaling	33
✚ Toestemmingsverklaring ouders	34
✚ Per bijeenkomst foto's +observatielijsten	35
✚ Ingevulde vragenlijsten moment 1	66
✚ Ingevulde vragenlijsten moment 2	83
✚ Ingevulde vragenlijsten moment 3	100
✚ Interviews volledig uitgetypt	117
Advies praktijk begeleider	120
HBO kennisbank invulformulier	121
HBO kennisbank toestemmingsformulier	124

Hoofdstuk 1 Inleiding

1.1 Context

Aanleiding en praktijkprobleem:

Het onderzoek gaat plaatsvinden op een school voor voortgezet speciaal onderwijs. VO Dynamica richt zich op het lesgeven aan leerlingen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking. Deze leerlingen hebben vaak naast een verstandelijke beperking ook nog diverse andere problematieken waar onder ADHD, autisme, spectrumstoornis en faalangst. De leerlingen zijn tussen de dertien en twintig jaar oud. Hun IQ ligt ongeveer tussen de 33 en 60.

Wereldwijd wordt aangegeven dat 1 tot 3% van de bevolking een verstandelijke beperking heeft (Nationaal Kompas Volksgezondheid, 2014). In Nederland schat het Sociaal Cultureel Planbureau dat er ongeveer 142.000 mensen met een verstandelijke beperking zijn (8,5%). Daarvan heeft naar schatting iets minder dan de helft een ernstige verstandelijke beperking (68.000 mensen, 4,1 %) Ongeveer 74.000 mensen hebben een licht verstandelijke beperking (4,4%) (Volksgezondheid en Zorg, 2014).

Op VO Dynamica zijn er diverse problematieken aanwezig, zoals hierboven al gedeeltelijk benoemd. De beeldend therapeute constateert dat veel leerlingen een laag zelfbeeld hebben. Ze voelen zich geen volwaardig lid van de maatschappij. Bovenal voelen ze zich niet kundig genoeg om op zichzelf te wonen later en een beroep te kunnen gaan beoefenen. Deze leerlingen met een laag zelfbeeld laten vaak faalangstig gedrag zien en kunnen moeilijk omgaan met de confrontatie van onkunde. De leerlingen hebben veelal een irreëel zelfbeeld. Zo hebben veel leerlingen een onwerkelijk beeld over zichzelf en hun kunnen. Dit uit zich bijvoorbeeld in ervan overtuigd zijn later een musicalster te kunnen worden of dat problemen altijd veroorzaakt worden door anderen. Ondanks dat hier in diverse lessen, zoals sociale vaardigheden en portfolio, aandacht aan wordt besteed blijft dit een belangrijk probleem bij deze doelgroep. Dit probleem is vastgesteld door gesprekken met diverse docenten op deze school en praktijkbegeleider Marga Springer.

Er wordt op deze school voor diverse leerlingen beeldende therapie aangeboden. Beeldende therapie ondersteunt de cliënt in zijn/haar behoeften met behulp van beeldend materiaal om emoties tot uiting te brengen, conflicten weer te geven, de eigen mogelijkheden te ontdekken, sociaal contact te stimuleren en nieuw gedrag te ontwikkelen. De belangrijkste middelen die de therapeut gebruikt zijn teken- en schildermateriaal en klei. Er zijn vier aspecten die vrije beeldende expressie tot iets therapeutisch maken: het doen en ervaren, de betekenisgeving aan het proces, resultaat en de relatie tussen de cliënt, het werkstuk en de therapeut. De therapeut leert zijn cliënten op een beeldende manier uit te drukken wat met woorden niet of onvoldoende mogelijk is (Smeijsters, 2008). Dit laatste is veelal het geval bij de doelgroep verstandelijk beperkten. Ze hebben moeite met onder woorden brengen van hun gevoel, gedachten en gedrag. Vaak kan deze doelgroep het wel visueel maken, waardoor beeldende therapie een makkelijke ingang biedt (De Rijdt, Serrien, & Van Dam, 2014).

1.2 Probleem-/situatieanalyse en theoretische verkenning (literatuur)

Probleem-/situatieanalyse

De leerlingen van VO Dynamica, die beeldende therapie volgen, zijn leerlingen die het schooltraject lastig doorlopen door bijvoorbeeld alledaagse problematieken zoals rouw of door hun ADHD. Ook zitten er leerlingen tussen die aangemeld zijn voor andere problematieken, maar uiteindelijk is het gedrag dat ze vertonen te koppelen aan een irreëel zelfbeeld. Beeldende therapie is niet beschikbaar voor alle leerlingen. Dit omdat de beeldend therapeut de enige therapeut op de school is die dit aanbiedt. Ze heeft zelf twee beschikbare uren in de week voor twee leerlingen. Daarnaast volgen diverse leerlingen bij de stagiaire therapie. Maar vanaf volgend schooljaar is Marga Springer, de beeldend therapeut, weer alleen. Hierdoor zijn er nog minder leerlingen die de kans krijgen om therapie te volgen.

Probleemstelling vanuit de opdrachtgever is dat beeldende therapie niet is ingebed in de organisatie. Het gevolg hiervan is dat de beeldend therapeut, Marga Springer, op de eerste plaats leerkracht is. Zij geeft alleen maar beeldende therapie als er, binnen haar werktijd, tijd over is. Door aan te tonen dat beeldende therapie een belangrijke bijdrage kan leveren voor de leerlingen op deze school zou er meer tijd kunnen worden besteed aan beeldende therapie. De vraag vanuit mijn stage is dan ook: heeft beeldende therapie effect bij leerlingen met een laag zelfbeeld?

Literatuur

Zoektermen:

Zelfbeeld, jongeren, verstandelijke beperking, creatieve therapie, beeldende therapie, Art Journaling, beeldend dagboek, methode, vragenlijsten & zelf concept.

Databanken:

Medline, Sage, Google Scholar & Science direct.

Er zijn diverse onderzoeken gedaan naar jongeren met een verstandelijke beperking, creatieve therapie bij jongeren en het sociale welbevinden van verstandelijke beperkten. Een verstandelijke beperking is een aangeboren of een later in de ontwikkeling optredende beperking in het intellectueel functioneren. Dit gaat samen met beperkingen in de sociale (zelf)redzaamheid. Internationale classificatiesystemen (ICD-10 en DSM-5) komen overeen met de criteria in de definitie van een verstandelijke beperking van de American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD). De nieuwste editie AAIDD 2010 hanteert drie criteria voor een diagnose. Ten eerste een significante beperking in het intellectuele functioneren (een IQ van twee of meer standaarddeviaties beneden het populatiegemiddelde). Ten tweede het gelijktijdig optredend van een significante beperking in het adaptieve gedrag (conceptuele, sociale en praktische vaardigheden; twee of meer standaarddeviaties beneden het populatiegemiddelde). En als laatste het optreden van deze beperkingen vóór het 18e levensjaar (Rijksinstituut voor volksgezondheid, 2014).

Creatieve therapie lijkt een bruikbare en effectieve methode om stoornissen en problemen bij jongeren te verminderen (Bartelink & Boendermaker, 2012).

Vooraf de onderzoeken (Bartelink & Boendermaker, 2012) naar muziektherapie zijn hoopvol. Hieruit blijkt dat de behandeling van kinderen met een autisme spectrum stoornis vooral veelbelovend zijn. Muziektherapie helpt bij het verbeteren van de communicatieve vaardigheden en het stimuleren van sociaal gedrag bij kinderen met een autisme spectrum stoornis.

Er is een studie in Hong Kong geweest naar Chinezen met een verstandelijke beperking en hun perceptie van zelfconcept. Uit deze studie kwam dat de familie zelf en het sociale zelf belangrijk zijn voor het maken van hun zelfconcept. De deelnemers van het onderzoek waren zelf meer tevreden met de onderwerpen over het sociale zelf en het presteren op het werk. Na analyses van de deelnemers hun antwoorden op de open vragen, kwam eruit dat de familie zelf, het sociale zelf en het persoonlijke prestaties op het werk belangrijker waren dan de andere componenten van het zelfconcept. Mannelijke deelnemers hadden hogere scores dan vrouwelijke deelnemers op het besef van eigen zelf concept (Ping-Ying Li, Tam, & Man, 2006).

Over visualisatie en verstandelijke beperking is veel bekend bij docenten en begeleiders van mensen met een verstandelijke beperking. Het Praktijkboek over oplossingsgericht werken & visualisaties bij mensen met een verstandelijke beperking: Visualiseer wat werkt, wat geschreven is door De Rijdt, C., Serrien, B., & Van Dam, C. gaat over op welke manier je het beste kunt omgaan met deze doelgroep. Zoals gesprekken niet zelf in te vullen, maar open te houden en visueel te maken voor de doelgroep. Het visuele is namelijk makkelijker dan het benoemen van emoties, gevoelens en opdrachten. Het visuele maakt dat je ook oplossingsgericht kan werken met de doelgroep. Het oplossingsgerichte proces neemt steeds een handige/korte weg naar de oplossing. Deze weg is meestal een stuk korter dan de probleemgerichte weg. Het is handiger om geen grote zaken te veranderen die veel tijd en energie kosten, maar in samenspraak met de cliënt aan de slag te gaan met een aantal kleinigheden. Deze kleinigheden roepen namelijk vaak minder weerstand op en uiteindelijk leidt dit ook tot grote veranderingen. Daarnaast is de visualisatie van problemen belangrijk om zaken op orde te krijgen voor deze doelgroep (De Rijdt, Serrien, & Van Dam, 2014).

Zo helpt de visualisatie ook bij de emotionele ontwikkeling. De emotionele ontwikkeling van mensen met een verstandelijke beperking loopt achter op die van mensen zonder verstandelijke beperking (Vonk & Hosmar, 2000). De ontwikkeling komt pas later op gang en stagneert bij allen op een bepaald niveau. Dit niveau is aanzienlijk lager dan bij iemand zonder beperking. Hierdoor heeft iemand met een verstandelijke beperking sociaal-emotioneel meer hulp nodig. Ze overzien bepaalde problemen niet, doordat hun geweten niet is volgroeit. Doordat ze niet zelf bewust zijn dat ze iets niet kunnen en dat dit niet erg is, hebben mensen met een verstandelijke beperking een lager zelfbeeld. Ze kunnen emotioneel niet begrijpen dat het boven hun capaciteit ligt om bijvoorbeeld auto te rijden. Dit levert veel conflicten op met de mensen met een verstandelijke beperking. Beperkten krijgen veel te horen dat ze iets niet kunnen, maar willen dit ontzettend graag en begrijpen ook niet waarom iets niet kan. Waardoor de beperkten vaak te horen krijgen: "Jij wilt piloot worden, maar dat kun jij toch helemaal niet?". Door onder andere dit soort uitspraken gaat het zelfbeeld wat mensen met een verstandelijke beperking hebben steeds verder omlaag.

Beeldende therapie ondersteunt de cliënt in zijn/haar behoeften met behulp van beeldend materiaal om emoties tot uitdrukking te brengen, conflicten weer te geven, de eigen mogelijkheden te ontdekken, sociaal contact te stimuleren en nieuw gedrag te ontwikkelen. De therapeut maakt daarbij gebruik van teken- en schildermateriaal en klei, dit zijn de belangrijkste middelen die gebruikt worden bij beeldende therapie. Er zijn vier aspecten die vrije beeldende expressie tot iets therapeutisch maken: het doen en ervaren, de betekenisgeving aan het proces en resultaat en de relatie tussen de cliënt, het werkstuk en de therapeut. De therapeut leert zijn cliënten op een beeldende manier uit te drukken wat met woorden niet of onvoldoende mogelijk is (Smeijsters, 2008). Dit laatste is veelal het geval bij de doelgroep verstandelijk beperkten. Ze hebben moeite met onder woorden brengen van hun gevoel, gedachtes en gedrag. Vaak kunnen ze het wel visueel maken, waardoor beeldende therapie een makkelijke ingang biedt bij deze doelgroep en er gemakkelijk effecten worden behaald.

Art journaling is een methode ontwikkeld om op een beeldende manier om de dingen die je dagelijks mee maakt te visualiseren. Het is een dagboek die je dagelijks kunt bijhouden om daarin te kunnen experimenteren, je gevoelens duidelijk te maken, verbeelding te gebruiken, nieuwe technieken te proberen en ga zo maar door (Bunkers, 2011). In het beeldend dagboek kun je alles doen wat jij wilt, want het is een dagboek. Het is persoonlijk en voor jou alleen (Wakley, 2014). Deze manier van werken wordt nu steeds vaker ook gebruikt binnen diverse therapieën. Dit omdat de tijd die er is om therapie te kunnen geven steeds korter wordt en mensen daardoor veel thuis zelf moeten gaan doen. Het beeldend dagboek is daar een voorbeeld van. Een opdracht doen tijdens de therapie en die thuis voorbereiden en alvast materialen, ideeën en verhaal erbij opzoeken. Om op een zo effectief en snel mogelijke manier door bepaalde problemen heen te werken.

1.3 Doelstelling

Binnen de school is geconstateerd dat er veel leerlingen zijn met een laag zelfbeeld en dat de reguliere lessen die worden aangeboden net niet datgene kunnen bieden om hun zelfbeeld positief te versterken. Marga Springer, de beeldend therapeut, heeft de vraag van de organisatie dat beschreven staat in 1.2 wat specifieker gemaakt. Dit heeft ze gedaan omdat de vraag vanuit de organisatie te breed was om te onderzoeken. Marga Springer zou graag willen weten welke methode binnen beeldende therapie kan helpen bij het versterken van een laag zelfbeeld bij leerlingen met een verstandelijke beperking.

In de literatuur is onderzocht dat Art Journaling een methode is om in korte tijd snel en effectief problemen door te werken. Het is van belang om gericht hulp te kunnen bieden bij het probleem van een laag zelfbeeld.

Verwacht wordt dat het onderzoek inzicht geeft in hoeverre beeldende therapie bijdraagt aan het verbeteren van het zelfbeeld van jongeren met een verstandelijke beperking. Hierdoor kan het belang van de inzet van beeldende therapie verantwoord worden op de school. Als er door een positieve uitkomst aanwijzingen zijn dat beeldende therapie helpt bij de onderzochte leerling met een verstandelijke beperking met een laag zelfbeeld dan wordt er gericht hulp geboden.

1.4 Centrale vraagstelling en deelvragen

Mijn onderzoeksvraag:

"In hoeverre is Art Journaling binnen beeldende therapie effectief om het zelfbeeld bij jongeren met een verstandelijke beperking te versterken?"

Deelvragen:

"In welke mate rapporteren cliënt en netwerk een versterking van het zelfbeeld na Art Journaling in beeldende therapie?"

"Hoe beleven cliënt en het netwerk Art Journaling binnen beeldende therapie in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

"Welk element in de interventie ervaart de cliënt als meest effectief in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

Operationaliseren woorden hoofdvraag:

Beeldende therapie:

Beeldende therapie is een ervaringsgerichte therapie, waarin het proces centraal staat. De therapie draait om de cliënt en er wordt gewerkt aan de behoeften van de cliënt. Er zijn vier aspecten die vrije beeldende expressie tot iets therapeutisch maken: het doen en ervaren, de betekenisgeving aan het proces en resultaat en de relatie tussen de cliënt, het werkstuk en de therapeut. De therapeut leert zijn cliënten op een beeldende manier uit te drukken wat met woorden niet of onvoldoende mogelijk is (Smeijsters, 2008). Dit laatste is veelal bij de doelgroep verstandelijk beperkten, ze hebben moeite met onder woorden brengen van hun gevoel, gedachten en gedrag. Vaak kunnen ze het wel visueel maken, waardoor beeldende therapie een makkelijke ingang biedt bij deze doelgroep en er gemakkelijk effecten worden behaald.

Zelfbeeld:

Voor het woord zelfbeeld worden diverse definities gebruikt. Hierdoor ontstaat onzekerheid wat het woord precies betekent. In dit onderzoek wordt met zelfbeeld bedoeld het beeld wat je van jezelf hebt. Wat de gedachten en gevoelens van jezelf zijn die gaan over jezelf.

Jongeren:

Jongeren zijn tussen de twaalf en achttien levensjaren oud.

Verstandelijke beperking:

Een verstandelijke beperking hebben mensen die een IQ hebben onder de zeventig. Waardoor ze beperkt zijn in hun sociale, emotionele en cognitieve vermogen. Ze hebben daardoor meer ondersteuning nodig, zowel in dagelijks leven als op school.

Art Journaling:

Het beeldend dagboek is een manier waarmee je, doormiddel van het bijhouden van een dagboek, diverse problematieken kunt doorwerken. In het dagboek doe je dan diverse opdrachten om tot een verdere ontwikkeling te komen.

Versterking:

Het toenemen en vergroten van in dit geval het zelfbeeld.

Elementen:

Een aspect oftewel een onderdeel van de interventie.

Interventie:

Een ingreep in het dagelijkse ritme. De behandeling zelf kan een interventie zijn, maar ook de methode, attitude therapeut, materiaalkeuze etc. In dit geval is het de methode Art Journaling.

Effectief:

Doeltreffend, het bereiken van het doel.

Rapporten:

Vastleggen van gebeurtenissen, zowel schriftelijk als mondeling.

1.5 Vooruitblik op de onderdelen van het rapport ('leeswijzer')

In het rapport komen de volgende dingen nog aan bod. Hoofdstuk twee bestaat uit de methode. In de methode staat uitgelegd hoe het onderzoek gaat plaatsvinden en met welk onderzoekspopulatie. Daarna komt hoofdstuk drie. Dit hoofdstuk gaat over de resultaten die zijn onderzocht naar aanleiding van analyse van de deelvragen uit hoofdstuk twee. Aan de hand van de resultaten kan er een conclusie worden getrokken. De conclusie, discussie en aanbevelingen staan in hoofdstuk vier. Waarna de bronnenlijst volgt en als laatste de bijlagen.

Hoofdstuk 2 Methode

2.1 Typering onderzoek

In dit onderzoek wordt gebruik gemaakt van een combinatie van kwalitatief en kwantitatief onderzoek. Dit wordt gedaan conform de uitgangspunten van een N=1 onderzoek, maar vanwege de praktijk is gekozen om het onderzoek af te lezen via de handleiding van de gekozen vragenlijsten. Hierbij wordt één casus bestudeerd (Spreeen, 2009). Dit wordt gedaan door middel van het therapie geven aan één cliënt. Dit onderzoek wordt gedaan binnen de school zelf. Het tijdsbestek is door in tien weken tijd, wekelijks, een sessie aan te bieden van veertig minuten. Dit zodat de concentratie van de cliënt de gehele sessie bij de sessie blijft. Dit blijkt uit onderzoek van begeleiders van mensen met een verstandelijke beperking (De Rijdt, Serrien, & Van Dam, 2014).

Interventie:

Tijdens deze sessies wordt er gebruik gemaakt van de methode Art Journaling oftewel het beeldend dagboek. Het beeldend dagboek is een manier waarmee je, doormiddel van het bijhouden van een dagboek, diverse problematieken kunt doorwerken. In het dagboek doe je dan diverse opdrachten om tot een verdere ontwikkeling te komen. Zo wordt het dagboek veel gebruikt door gewone mensen thuis om zichzelf te ontdekken. Er is geen onderzoek naar gedaan of deze methode werkt, maar Art Journaling is op het moment een hype aan het worden in Amerika. Het helpt tegen rouw, depressie en identiteit problemen (Malchiodi, 2013).

Nutma, vaktherapeut beeldend bij GZ-psycholoog BIG doet op het moment onderzoek naar de werking van het beeldend dagboek.

2.2 Onderzoekseenheden/-populatie

Één jongere van dertien tot achttien jaar oud met een verstandelijke beperking, IQ tussen de vijftig en vijfenvijftig.

Voor het onderzoek wordt gekeken of het zelfbeeld toeneemt bij een cliënt met de leeftijd tussen de dertien en achttien jaar oud met een verstandelijke beperking. Het IQ niveau van de cliënt zal tussen de vijftig en vijfenvijftig zijn.

De behandelaar heeft in overleg met het zorgteam van VSO Dynamica gekozen voor een vrouwelijke cliënte van zestien jaar met een IQ van vierenvijftig. De cliënte heeft een verstandelijke beperking waardoor zij goed past in het vooraf gestelde criterium. Voorafgaand aan deze behandeling heeft de cliënte al psychotherapie en ergotherapie goed doorlopen, maar de handvatten zijn niet meer toereikend genoeg in haar huidige leefsituatie. De cliënte gaat momenteel ook gemoeid met een laag zelfbeeld, waardoor de school prestaties niet optimaal zijn.

2.3 Onderzoeksinstrumenten

Om antwoord te kunnen geven op de deelvragen zal voor dit onderzoek deels kwalitatief onderzoek worden gedaan, bestaande uit halfgestructureerde interviews, groep interviews en observatie methodes en er zal door middel van het invullen van diverse gevalideerde vragenlijsten

kwantitatieve data worden verzameld (Verhoeven, 2011). Dit zal worden gebaseerd op een N=1 onderzoek (Spreen, 2009). Een N=1 onderzoek is een onderzoek dat wordt gedaan bij één cliënt. In dit onderzoek is ervoor gekozen om richtlijnen van een N=1 onderzoek te volgen om een vaste structuur te hebben in het verkrijgen van resultaten. Echter wordt binnen de kwantitatieve dataverzameling gebruik gemaakt van gevalideerde vragenlijsten. Waarbij de resultaten gebaseerd worden op de handleiding van de gevalideerde vragenlijsten. De kwalitatieve dataverzameling wordt gedaan door middel van half gestructureerde interviews, groepsinterviews en observatiemethodes. De conclusie van het onderzoek zal een opsomming van literatuur, kwalitatieve en kwantitatieve data bevatten.

Deelvraag één: "In welke mate rapporteren cliënt en netwerk een versterking van het zelfbeeld?"

Voor het beantwoorden van deze deelvraag zal er voor en na beeldende therapie een vragenlijst bij ouders, docenten en de cliënt worden afgenomen. De kwantitatieve vragenlijsten die hiervoor gebruikt worden zijn de Rosenberg Scale om het zelfbeeld te kunnen weergeven waarin de cliënt zichzelf, de ouders en docenten de cliënt zien. Tevens zal er een vragenlijst worden gebruikt om reëel zelfbeeld versus ideaalbeeld van de partijen te kunnen weergeven. De Rosenberg Scale vragenlijst en de reële zelfbeeld versus ideaalbeeld vragenlijst zullen in de bijlage¹ van het onderzoeksopzet worden vermeld.

Deelvraag twee: "Hoe beleven cliënt en het netwerk de ingezette interventie in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

Deze deelvraag zal betrekking hebben op het kwalitatieve data collectie. Er zal hiervoor een half gestructureerd groepsinterview en individueel interview worden gehouden met het netwerk en de cliënt². Om het interview gestructureerd te laten verlopen, zullen de topics voor dit interview betrekking hebben op de eerder genoemde vragenlijsten.

Deelvraag drie: "Welk element in de interventie ervaart de cliënt als meest effectief?"

Om de deelvraag correct te kunnen beantwoorden zal er een observatielijst worden bijgehouden om te kijken waar de cliënt het meest positief op reageert³. Achteraf zal er nog een korte evaluatie worden gehouden met de cliënt, ouders en docenten om te kijken of de observatie een overeenstemming heeft bereikt met de observatie tijdens de diverse therapie sessies.

2.4 Procedure gegevensverzameling

Ten eerste moet er toestemming gevraagd worden aan de ouders van de cliënt, omdat zij nog minderjarig is⁴. Ook wordt het netwerk van de cliënt op de hoogte gesteld van de therapie. Het netwerk zijn de docenten die ingelicht worden over dat de cliënt therapie gaat volgen, wat voor therapie het is en wat de duur is van de therapie. De cliënt wordt vooraf op de hoogte gesteld van het inlichten van de docenten.

¹ Bijlage, vragenlijsten, blz.66 tot en met blz. 114

² Bijlage, interviews, blz. 117 tot en met blz. 119

³ Bijlage, observatieformulieren, blz. 35 tot en met blz. 65

⁴ Bijlage, toestemmingsverklaring, blz. 34

Het onderzoek is conform de uitgangspunten van een N=1 onderzoek, maar vanwege de praktijk is gekozen om het onderzoek af te lezen via de handleiding van de gekozen vragenlijsten. De behandelaar beslist op basis van de gestelde problematiek welke hypothese en interventie hij gaat meten. De behandelaar kiest met welk instrument hij dit gaat meten en met welke personen uit het netwerk van de cliënt hij dit gaat invullen. De netwerkleiden vullen onafhankelijk van elkaar voor de daadwerkelijke interventieperiode de lijst in. De netwerkleiden vullen na de interventieperiode opnieuw onafhankelijk de lijst in. De behandelaar beslist door voor- en nameting met elkaar te vergelijken, met behulp van de vragenlijsten, of het onderzoek baat heeft bij de doelgroep.

De procedure bij deelvraag één:

De ouders en docenten worden betrokken bij het onderzoek, dit door hen vragenlijsten te laten invullen voor de eerste sessie, halverwege en na de laatste sessie. De gevalideerde vragenlijst is de Rosenberg Scale en het ideale vs. het reëel zelfbeeld⁵. Voor de beeldende therapie, halverwege en na afloop van de beeldende therapie gaat de cliënt vragenlijsten invullen. Dit wordt gedaan met gevalideerde vragenlijsten die moeten worden aangepast aan het denkniveau van de cliënt. De gevalideerde vragenlijsten zijn de Rosenberg Scale en het ideale vs. het reëel zelfbeeld⁶.

De procedure bij deelvraag twee:

Voordat de sessies gaan starten zullen de cliënt en zijn/haar netwerk worden ingelicht over wat Art Journaling is. Zodat deze op de hoogte zijn van de interventie en naderhand er over kunnen evalueren doormiddel van een groepsinterview⁷ met de docenten en ouders en een open interview⁸ met de cliënt. Dit wordt gedaan aan de hand van topics die in de vragenlijst staan beschreven.

De procedure bij deelvraag drie:

Tijdens de sessies wordt een observatielijst⁹ bijgehouden. Later kan bekeken/vergeleken worden welk element in de interventie heeft geholpen voor de cliënt. Ook zal deze zoverre dit mogelijk is met de cliënt worden besproken.

2.5 Analyseplan

Analyse bij deelvraag één:

De vragenlijsten die aan het begin, halverwege en achteraf nadat de therapie is afgelopen worden verzameld. De waarden die worden gegeven aan de vragenlijsten worden met elkaar vergeleken door de uitkomsten hiervan in Microsoft Excel te verwerken tot diverse tabellen en grafieken. Uit deze tabellen zal een conclusie worden getrokken met behulp van de handleiding van de vragenlijsten, om zo op een antwoord te komen op de desbetreffende deelvraag.

⁵ Bijlage, vragenlijsten, blz.66 tot en met blz. 114

⁶ Bijlage, vragenlijsten, blz.66 tot en met blz.114

⁷ Bijlage, interview netwerk, blz. 118

⁸ Bijlage, interview Rosalie, blz. 117

⁹ Bijlage, observatielijsten, blz. 35 tot en met blz. 65

Analyse bij deelvraag twee:

Om de deelvraag te kunnen beantwoorden zal er verwezen worden naar delen uit het interview waarin het netwerk en de cliënte antwoord geven op vragen die gericht zijn op deze deelvraag. Deze vragen zijn uit het interview van het netwerk¹⁰:

1.
 - a. Is er een versterking zichtbaar in Rosalie haar gedrag m.b.t. haar zelfbeeld?
 - b. Zo ja, waar was dit aan te zien?
 - c. Wanneer was de versterking van het zelfbeeld het meest zichtbaar? (De periode tussen de eerste- en tweede keer invullen van de vragenlijsten of tussen de tweede –en derde keer invullen van de vragenlijst.)
2. Heeft Rosalie zich tegenover jullie geuit over de beeldende begeleiding?
3. Heeft Rosalie hulp aan jullie gevraagd over de beeldende begeleiding? Wat waren daarin haar vragen?
4. Wat vinden jullie van de methode beeldend dagboek, waar Rosalie mee heeft gewerkt?
5. Hoe hebben jullie de ingezette interventie beleefd?
6. Wat vonden jullie goed aan de opzet van de beeldende begeleiding en wat hadden jullie liever anders gezien? (hierbij te denken aan bijvoorbeeld evaluatie momenten, op de hoogte worden gehouden van het verloop van de beeldende begeleiding en de hoeveelheid bijeenkomsten.)
7. Overige opmerkingen:

Delen uit het interview cliënte¹¹:

Het gehele interview van Rosalie staat in de bijlage

1. Wat vond je van de beeldende begeleiding?
2. Hoe vond je het werken met een beeldend dagboek?
5. Heb je het gevoel zelfverzekerder te zijn geworden? Hoe merk je dat aan jezelf?
6. Als je op de vorige vraag Ja hebt gezegd, wat zorgde ervoor in de periode van de beeldende begeleiding dat je zelfverzekerder bent geworden?

Analyse bij deelvraag drie:

De diverse observatielijsten en de interview met de cliënte worden gebruikt om naar te verwijzen. Hiermee kan dus worden bekeken wat de meest positieve uitkomst zal zijn voor de cliënte en in de toekomst kan leiden tot een goed behandelprogramma.

¹⁰ Bijlage, interview netwerk, blz. 118

¹¹ Bijlage, interview Rosalie, blz. 117

Bij de observatielijsten word er vooral gekeken naar de opmerkingen.

Delen uit het interview met de cliënte¹²:

1. Wat vond je het meest leerzaam tijdens de bijeenkomsten?
2. Welk van de bijeenkomsten vond je het meest leerzaam?

Hoofdvraag:

Doordat de behandelaar diverse grafieken en tabellen heeft verzameld bij de diverse deelvragen zal dit leiden tot het beantwoorden van de hoofdvraag "In hoeverre kan Art Journaling binnen beeldende therapie zorgen voor de versterking van het zelfbeeld bij jongeren met een verstandelijke beperking"

De behandelaar zal conclusies trekken uit deze gegevens en analyseren of de Art Journaling¹³ inderdaad aanslaat bij de doelgroep.

¹² Bijlage, interview Rosalie, blz. 117

¹³ Bijlage, sessie Art Journaling, blz.33

Hoofdstuk 3 Resultaten

Resultaten per deelvraag

De ouders van de cliënte hebben toestemming¹⁴ gegeven haar naam te mogen gebruiken in dit onderzoek.

In de antwoorden voor de onderstaande deelvragen worden diverse namen genoemd. Rosalie is de cliënte. Marga is Rosalie haar mentor en docente, in dit onderzoek zal zij worden aangeduid als mentor. Lia is Rosalie haar docente schoonmaak, in dit onderzoek zal zij worden aangeduid als docent. Ouders zijn de ouders van Rosalie, in dit onderzoek zullen zij worden aangeduid als ouders. Lianne is de stagiaire beeldende therapie en geeft tevens SOVA trainingen aan Rosalie, in dit onderzoek zal zij worden aangeduid als beeldend therapeut. De keuze voor de docenten en stagiaire zijn gemaakt, omdat deze het meest op school in aanraking komen met Rosalie en daardoor een goed beeld hebben van haar.

Deelvraag één

"In welke mate rapporteren cliënt en netwerk een versterking van het zelfbeeld na Art Journaling in beeldende therapie?"

Tijdens de therapie zijn er drie meetmomenten geweest waarin zowel de cliënt als het netwerk twee vragenlijsten moesten invullen. Vragenlijst één is de Rosenberg Scale. Vragenlijst twee is het Reële beeld versus het ideaalbeeld.

De Rosenberg Scale bestaat uit tien stellingen waarbij je bij elke stelling kan aangeven: het past niet bij mij, past niet helemaal bij mij, past een beetje bij mij of past bij mij. Daarna worden er per stelling punten aan het antwoord gekoppeld. De puntentelling gaat als volgt:
Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij mij = 3
 - Past een beetje bij mij = 2
 - Past niet helemaal bij mij = 1
 - Past niet bij mij = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij mij = 0
 - Past een beetje bij mij = 1
 - Past niet helemaal bij mij = 2
 - Past niet bij mij = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld.

Dit zijn de resultaten van de vragenlijst¹⁵:

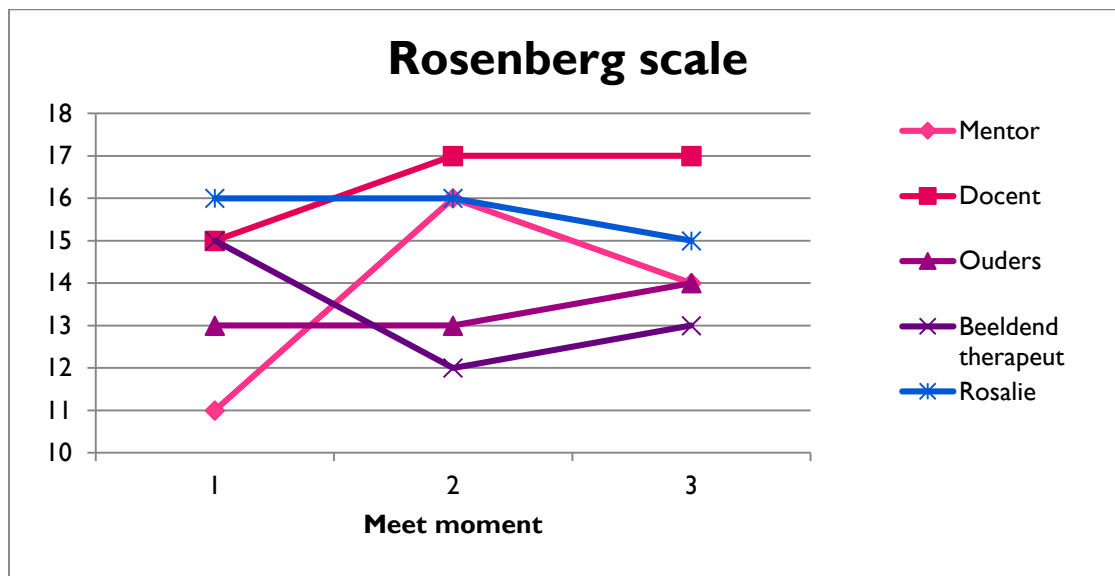
¹⁴ Voor toestemmingsformulier zie bijlage blz. 34

¹⁵ Voor volledig ingevulde vragenlijsten zie blz. 66 tot en met blz. 114

Rosenberg scale

Rosenberg scale				
Namen	Moment 1	Moment 2	Moment 3	
Mentor		11	16	14
Docent	15	17	17	
Ouders	13	13	14	
Beeldend therapeut	15	12	13	
Rosalie	16	16	15	

Tabel Rosenberg scale



Grafiek Rosenberg scale

Reële beeld versus ideaalbeeld

Bij de vragenlijst Reële beeld versus ideaalbeeld zijn er 30 stellingen. Hierbij kun je bij elke uitspraak aangeven welke karakteristiek zijn bij jou.

- Je kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor je zijn
- Je kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor je zijn, maar je ook totaal vreemd zijn
- Je kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op jou

De punten worden dan als volgt geïnterpreteerd:

100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf

63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau

25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen

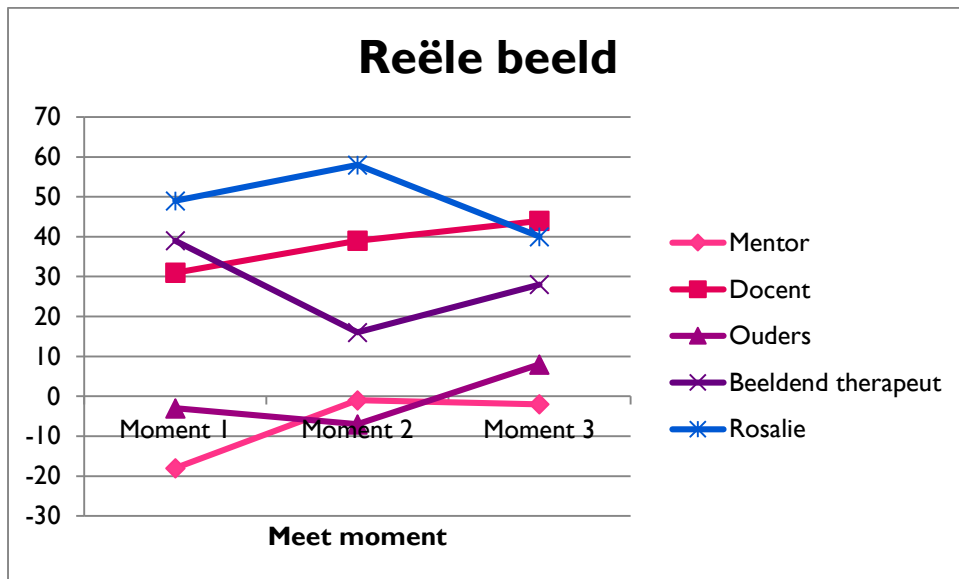
0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Het netwerk en de cliënte hebben drie keer de vragenlijst ingevuld. De vragenlijst houdt het reële zelfbeeld en het ideaal beeld uit elkaar waardoor aan beide punten kan worden gegeven. De resultaten hiervan zijn ook in een grafiek verwerkt.

De resultaten:

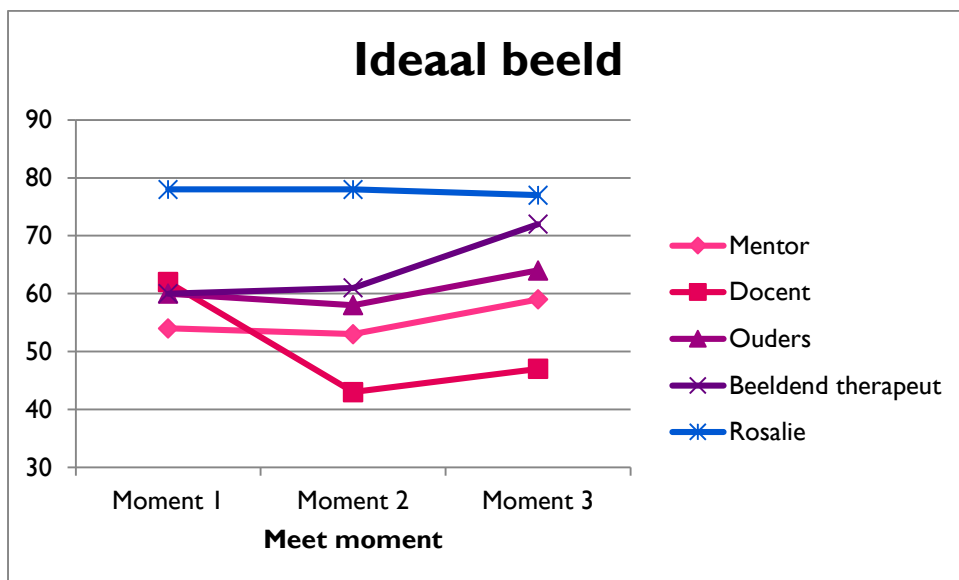
Reële beeld versus ideaalbeeld	Moment 1			Moment 2			Moment 3		
	reële	ideaal	totaal	reële	ideaal	totaal	reële	Ideaal	totaal
Namen									
Mentor	-18	54	36	-1	53	52	-2	59	57
Docent	31	62	93	39	43	82	44	47	91
Ouders	-3	60	57	-7	58	51	8	64	72
Beeldend therapeut	39	60	99	16	61	77	28	72	100
Rosalie	49	78	127	58	78	136	40	77	117

Tabel Reële beeld versus ideaalbeeld



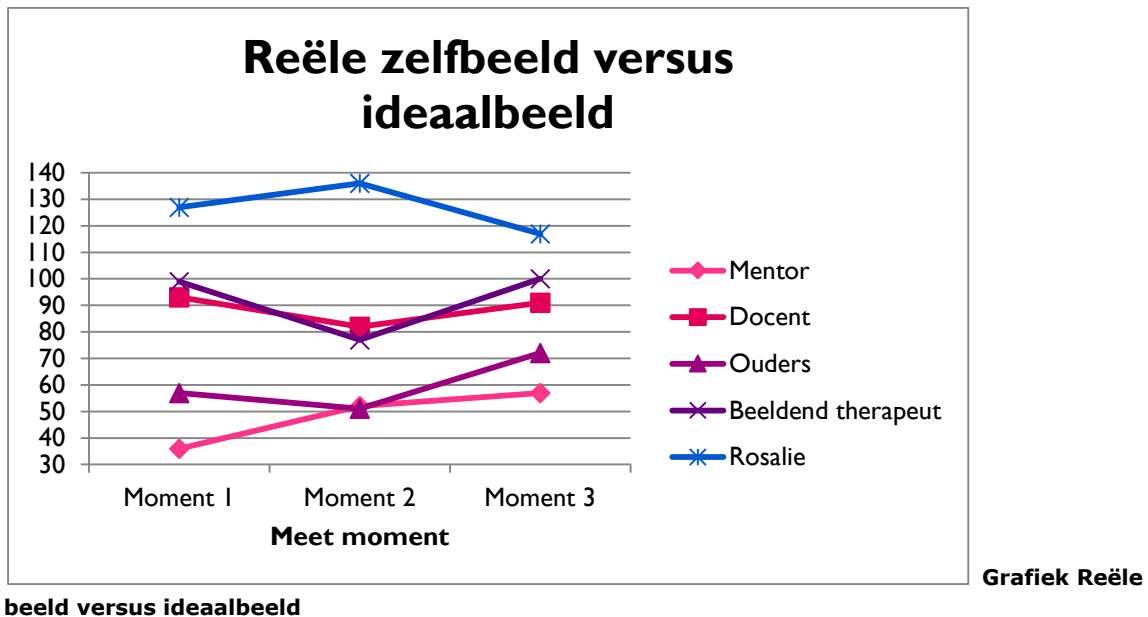
Grafiek Reële

beeld



Grafiek Ideaal

beeld



In de bijlage staan de ingevulde vragenlijsten van de Rosenberg Scale en Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld.

Deelvraag twee

"Hoe beleven cliënt en het netwerk Art Journaling binnen beeldende therapie in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

Stukken die relatief zijn aan deze vraag vanuit het interview van het netwerk:

Mentor

Docent

Ouders

Delen uit het interview van het netwerk¹⁶:

1.

a. Is er een versterking zichtbaar in Rosalie haar gedrag m.b.t. haar zelfbeeld?

b. Zo ja, waar was dit aan te zien?

c. Wanneer was de versterking van het zelfbeeld het meest zichtbaar?(De periode tussen de eerste-en tweede keer invullen van de vragenlijsten of tussen de tweede -en derde keer invullen van de vragenlijst.)

Mentor: "Ik zie niet direct een versterking van haar zelfbeeld. De periode lijkt hiervoor te kort. Wel zie ik dat ze graag de bijeenkomsten volgt en zichtbaar geniet van de extra aandacht die zij krijgt. Ook doet het haar goed dat ze een uitzondering in de groep is. De enige die deze extra begeleiding krijgt."

Docent:

"a Ja

b Voelt zich rustiger en meer op haar gemak".

¹⁶ Bijlage, interview netwerk, blz. 118

Ouders: "Nog niet meteen versterking zichtbaar maar ik kan mij voorstellen dat het nog komt. De therapie gaf wel stof en onderwerpen tot nadenken, maar tien weken is misschien toch wel vrij kort."

2. Heeft Rosalie zich tegenover jullie geuit over de beeldende begeleiding?

Mentor: "Niet uit zichzelf. Als ik haar vroeg hoe het ging gaf ze mij antwoord en aan haar houding en manier van spreken kon ik zien dat zij er duidelijk plezier in had."

Docent: "Nee."

Ouders: "Ja. Ze heeft er elke week over verteld en ook trouw haar "huiswerk" gemaakt. Volgens mij vond ze het ook wel "lastig". Omdat ze natuurlijk geconfronteerd werd met zichzelf."

3. Heeft Rosalie hulp aan jullie gevraagd over de beeldende begeleiding? Wat waren daarin haar vragen?

Ouders: "Ja, Jeroen (vader) heeft vaak geholpen, praktisch, ze had wel zelf ideeën. De vraag op papier/mail was voor haar soms niet te begrijpen, maar na uitleg van ons was het wel duidelijk."

4. Wat vinden jullie van de methode beeldend dagboek, waar Rosalie mee heeft gewerkt?

Mentor: "Een goede manier om aan haar zelfbeeld te werken. Misschien tien weken tekort gezien het niveau van de leerling..... (teveel opdrachten voor 45 minuten) Het zorgt er wel voor dat Rosalie geen tijd heeft om lang na te denken. Beschrijven van haar gevoelens was moeilijk."

Rosalie liet zien in haar dagboek dat ze zich beter ging uiten haar angst om iets fout te doen leek ze beter los te kunnen laten. Ze liet meer haar fantasie het werk doen en durfde steeds meer te experimenteren.. Belangrijk dat ze plezier had om aan het boek te werken. Ze was er ook echt trots op."

Ouders: "Creatief, leuk. Eerst dacht Roos (en wij ook!) vooral in plaatjes. Later lukte het ook al beter met ander materiaal."

5. Hoe hebben jullie de ingezette interventie beleefd?

Ouders: "Contact was prima en duidelijk. Nogmaals misschien te kort om nu al verandering te zien. Rosalie heeft ook eens een periode hulpverlening gehad bij vergroten van positieve zelfbeeld (bij Zodiak, Purmerend). En wij zagen positieve verandering pas na enkele maanden."

6. Wat vonden jullie goed aan de opzet van de beeldende begeleiding en wat hadden jullie liever anders gezien? (hierbij te denken aan bijvoorbeeld evaluatie momenten, op de hoogte worden gehouden van het verloop van de beeldende begeleiding en de hoeveelheid

bijeenkomsten.)

Ouders: "Prima voor deze (relatief) korte periode! Bij langere tijd is tussentijdse evaluatie misschien zinvol."

7. Overige opmerkingen:

Ouders: "Rosalie was soms verdrietig als er naar negatieve eigenschappen werd gevraagd. Was wel erg confronterend. Wat kun je niet, waar ben je niet goed in. Nadruk leek soms te liggen op het negatieve, maar misschien leek dat zo en kwam ze daar ook het meeste mee thuis."

Delen uit het interview Rosalie¹⁷:

1. Wat vond je van de beeldende begeleiding?

"Leuk, andere dingen mogen uitbeelden. Zoals nieuwe dingen/materialen uit proberen. Het was ook leuk met Lianne werken. Dat we samen eens waren over wat ik ging doen. Vond de opdrachten ook heel leuk."

2. Hoe vond je het werken met een beeldend dagboek?

"Leuk, verschillende dingen maken. Elke week huiswerk was leuk, eigen plaatjes zoeken. Mijn manier uitbeelden en vertellen in het boek."

5. Heb je het gevoel zelfverzekerder te zijn geworden? Hoe merk je dat aan jezelf?

"Ja dat wel, meer praten erover vond ik wel lekker. Doe anders thuis dan op school. Thuis als ik boos ben ga ik naar mijn kamer. Op school laat ik het merken en vertel als ik boos ben. Thuis hou ik mij in en ga op kussens slaan en ga muziek luisteren. Op school scheld ik diegene uit waarop ik boos ben of vertel dat ik heel boos ben."

6. Als je op de vorige vraag Ja hebt gezegd, wat zorgde ervoor in de periode van de beeldende begeleiding dat je zelfverzekerder bent geworden?

"Er over praten. Zowel thuis als met Lianne. En het mogen uiten van mijn gevoel."

Deelvraag drie

"Welk element in de interventie ervaart de cliënt als meest effectief in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

Delen uit het interview met Rosalie¹⁸

3. Wat vond je het meest leerzaam tijdens de bijeenkomsten?

"De opdrachten, thuis erover nadenken en hier mogen tekenen."

¹⁷ Bijlage, interview Rosalie, blz. 117

¹⁸ Bijlage, interview Rosalie, blz. 117

4. Welk van de bijeenkomsten vond je het meest leerzaam?

“Wie wil ik zijn, want hier heb ik het langst aan gezeten.

De cliënte ervaart het actief bezig zijn met de opdrachten tijdens de sessies als meest effectief. Dit is terug te zien tijdens iedere sessie. Tevens het bespreken gaf haar een koppeling naar het analoge proces.

Hier stukken uit de observatie formulieren waar te lezen valt over de opdrachten die ze thuis had gedaan en had verwerkt in het medium.

Citaat uit sessie 1, de opmerkingen¹⁹:

* Plaatjes omdat ze die leuk vind.

- Hoe overleef ik vrienden (omdat ze daarin kan lezen hoe ze om kan gaan met vrienden en dat ze dan blijven, want vindt dit lastig)
- Foto met vrienden (leuk om samen wat te doen, gezellig)
- Koken (houdt van koken en vooral van lekker eten)
- Musicals (Minoes de poes, fan van. Gaat veel naar musicals. Leukste ooit was Minoes. En Nick en Simon concerten.)
- Dieren (gaat naar de zorgboerderij en is gek op de dieren daar)

*Kleuren. Gek op veel kleur, draagt ook veel kleur en wordt er vrolijk van.

Daarom regenboog achtergrond.

Citaat uit sessie 2, de opmerkingen²⁰:

Ingegaan op Speciaal onderwijs:

Vind dit heel moeilijk. Ze wil “normaal” zijn. Normaal is dat ze alles kan net als haar broer en zusje. Broer zit op HAVO en Rosalie wil ook graag hier onderwijs volgen. Ze wil ook slim zijn en niet worden nagekeken dat ze op deze school zit. Want mensen zien het aan je. En denken allemaal dat ze stom en dom is. Besproken samen wat normaal reëel echt is, iedereen is uniek, iedereen is anders. Niemand is overal goed in etc. wat grapjes erover gemaakt samen. Tijd daarna om. Ging met een lach weg.

Citaat uit sessie 3, de opmerkingen²¹:

Vond moeilijk er woorden aan te geven. Vond de opdracht moeilijk. Maar merkt wel dat ze zich aanpast aan gedrag bij iedereen. Bedacht zelf voorbeeld met docenten, bij mij volledig open zijn en bij anderen niks durven zeggen.

Citaat uit sessie 4, de opmerkingen²²:

* materialen paste bij haar, ze zag de stof met hartjes als passend want ze heeft een hart voor hard werken.

- Vissen bij waterverf haha want ze horen in het water
 - Softpastel bij dieren omdat ze het krijgt kan aaien op papier net als de dieren in het echt
 - verzorgen met kralen. Cadeautjes geven, want de kralen zijn zo mooi.
- Samen link gelegd naar haar hart waar 3 kralen in zitten. Moet meer voor

¹⁹ Bijlage, observatie sessie 1, blz. 35

²⁰ Bijlage, observatie sessie 2, blz. 39

²¹ Bijlage, observatie sessie 3, blz. 43

²² Bijlage, observatie sessie 4, blz. 47

zichzelf zorgen! En liefhebben. Cadeautjes maken geeft aan dat ze wel dingen kan!

Citaat uit sessie 5, de opmerkingen²³:

Voelt zich lekker dat ze dit gemaakt heeft. Ademt nu ook heel ontspannen en zit heel rustig erbij. Zegt wat haar dwars zat en dat het nu veel duidelijker is allemaal. Samen besproken hoe dit dan werkt en waarom het duidelijker is, wat er bij hielp.

Verteld dat ze thuis nu ook tekent als er wat is. De tekeningen ook bespreekt met ouders. Sinds therapie doet ze dit meer

Citaat uit sessie 6, de opmerkingen²⁴:

Vond onderwerp stom. Ging nadenken wat ze dan allemaal niet kon om dit te zijn. Alles was negatief. Vond dit moeilijk dat ze niet zo kan zijn als Nick en Simon.

Citaat uit sessie 7, de opmerkingen²⁵:

Vind het lastig om op gang te komen. Kijkt naar alles wat ze heeft meegenomen. Samen kijken we terug naar alles wat ze al heeft gemaakt. Kijken naar welke manier was het prettigst werken: Die alleen met woorden. En regenboog achtergrond. Die past het beste bij wie ze is.

Zegt ik ga dat doen, maar wel beetje anders dan.

Achtergrond waterverf, vlakken. Mengt zelf glitter en groene waterverf. Lucht erbij. Maakt meer.

Mengt diverse kleuren met glitter waterverf.

Tijd gaat snel om. Korte tijd nog over en moet nog beginnen aan de woorden.

Gaat woorden op kleine papiertjes stempelen. Mag er bij helpen om de woorden te maken, zodat ze zelf kan stempelen. En mag helpen woorden uit elkaar te halen.

²³ Bijlage, observatie sessie 5, blz. 51

²⁴ Bijlage, observatie sessie 6, blz. 55

²⁵ Bijlage, observatie sessie 7, blz. 59

Hoofdstuk 4 Conclusie, discussie en aanbevelingen

4.1 Conclusie

"In hoeverre is Art Journaling binnen beeldende therapie effectief om het zelfbeeld bij jongeren met een verstandelijke beperking te versterken?"

Uit dit onderzoek is gekomen dat Art Journaling een licht effect heeft op het zelfbeeld van de jongeren met een verstandelijke beperking. Er is een kleine nuance zichtbaar in het startpunt toen Rosalie met de therapie begon en het eindpunt. Dit hebben zowel Rosalie als haar netwerk aangegeven zowel in de vragenlijsten als in de interviews.

Creatieve therapie is een bruikbare en effectieve methode om stoornissen en problemen bij jongeren te verminderen (Bartelink & Boendermaker, 2012). De beeldende therapie is bedoelt om de cliënt te leren om op een beeldende manier zichzelf uit te drukken wat met woorden niet of onvoldoende mogelijk is (Smeijsters, 2008). Dit laatste is veelal gelukt bij de cliënte. Ze had moeite met onder woorden brengen van haar gevoel, gedachten en gedrag. Dit heeft ze kunnen uiten in het beeldend dagboek.

De emotionele ontwikkeling van mensen met een verstandelijke beperking loopt achter op die van mensen zonder verstandelijke beperking (Vonk & Hosmar, 2000) (Cleas, et al., 2012). Het visueel maken en het koppelen van gevoel zorgt voor een positief effect bij een cliënt (De Rijdt, Serrien, & Van Dam, 2014). Het bezig zijn in een dagboek wat volledig voor haar is en waar in ze alles kan en mag uiten, zorgt voor een veilig gevoel (Bartelink & Boendermaker, 2012). Waardoor ze steeds meer inzicht kreeg in haar gevoel, gedrag en gedachten (Smeijsters, 2008) (Wakley, 2014). Dit is zichtbaar geworden in de werkstukken²⁶ die ze heeft gemaakt. Rosalie gaf ook tijdens het interview aan dat ze het leuk vond om elke week verschillende dingen te maken en huiswerk te hebben. Ze vond het fijn om zich te mogen uiten op haar eigen manier.

Deelvraag één: "In welke mate rapporteren cliënt en netwerk een versterking van het zelfbeeld na Art Journaling in beeldende therapie?"

De Rosenberg Scale is bij drie personen gestegen en bij de andere twee personen gedaald. Zie tabel Rosenberg scale en grafiek Rosenberg scale in het hoofdstuk 3 resultaten. Bij de cliënte Rosalie heeft ze zichzelf één punt minder gegeven tijdens het laatste meetmoment. Ze zit nog wel in een normaal zelfbeeld. Over het algemeen gezien is er een lichte vooruitgang zichtbaar in haar zelfbeeld. Twee personen, Rosalie en Docent, geven Rosalie tijdens meetmoment 3 punten hoger dan 14. Een score hoger dan 14 betekent een normaal zelfbeeld. De andere drie geven Rosalie de cijfers 14,14 en 13. Dit zijn

²⁶ Bijlage, werkstukken, blz. 35 tot en met blz. 65

cijfers dicht bij een normaal zelfbeeld.

Bij de vragenlijst Reële zelfbeeld versus het ideaalbeeld is er een lichte vooruitgang te zien. Dit is vooral te zien in grafiek Reële beeld versus ideaalbeeld in het hoofdstuk drie resultaten. Hierin is zichtbaar dat alleen Rosalie iets gezakt is met haar score. Ze zat steeds met haar scores boven gemiddeld.

Rosalie haar ouders hebben bij het reële beeld Rosalie sprongen vooruit zien maken. Dit is zichtbaar in grafiek Reële beeld bij het hoofdstuk 3 resultaten. Rosalie zat volgens hun bij meetmoment één en twee nog in de min punten met haar reële beeld, maar bij meetmoment drie komt ze in de plus uit. Wat een relatief grote vooruitgang is.

Deelvraag twee: "Hoe beleven cliënt en het netwerk Art Journaling binnen beeldende therapie in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

Rosalie vond zelf dat haar zelfbeeld is verbeterd. Dit gaf ze aan tijdens het interview bij vraag vijf en zes. Deze vragen zijn gerelateerd tot het zelfbeeld. Ze heeft zelf aangegeven dat haar zelfvertrouwen is verbeterd door het vele praten en het bezig zijn in het medium. Het medium heeft hierin de versterking op gang kunnen helpen. Dit omdat ze kon visualiseren in het beeldend werk wat de problemen innerlijk met haar deden, zonder er per se woorden aan te geven (De Rijdt, Serrien, & Van Dam, 2014). Hierdoor begon ze veel erover na te denken en kon zich uiten in het beeldend werk, zodat er een parallel proces op gang werd geholpen (Smeijsters, 2008).

Rosalie haar netwerk zag ook kleine verbetering dit gaven ze aan bij vraag één in het interview van het netwerk. Zij verwachten dat waar Rosalie aan heeft gewerkt tijdens de therapie pas na een tijdje een plek krijgt in haar zelf en daardoor het zelfbeeld versterkt word. Zij verwachten dat Rosalie de therapie nog moet verwerken en daardoor later de handvatten die ze geleerd heeft te gaan gebruiken in haar dagelijks leven. Uit observatie bleek dat de één op één aandacht Rosalie hielp haar open te kunnen stellen naar anderen toe en eerlijk te zijn naar haar gevoelens.

Deelvraag drie: "Welk element in de interventie ervaart de cliënt als meest effectief in relatie tot versterking van het zelfbeeld?"

Rosalie heeft de opdrachten als meest effectief benoemd. Dit gaf ze aan tijdens het interview bij vraag drie. Het thuis erover nadenken en dan tijdens de therapie er mee bezig was voor haar het meest leerzaam. Dit was ook de bedoeling dat ze veel thuis ermee bezig zou zijn, zodat ze daarna in de therapie zich goed had voorbereid en (on)bewust keuzes kon maken in het medium. Zodat ze zich kon uiten binnen het onderwerp en hiermee een proces op gang kon brengen wat later haar zelfbeeld zou versterken. Één opdracht was Rosalie vooral bijgebleven en dat is de opdracht "wie wil ik zijn". Dit gaf ze aan tijdens interviewvraag vier en dit was zichtbaar tijdens de observatie sessie zes. Dit was voor haar een moeilijke opdracht, omdat als je niet zeker bent van jezelf het moeilijk is om aan te geven wie je zou willen zijn en wat je dan zou kunnen. Hierin kwamen al haar onzekerheden naar boven en hebben we gewerkt aan acceptatie van haarzelf. Waardoor deze opdracht een mooie interventie was in de versterking van haar zelfbeeld.

4.2 Discussie

De therapie had een klein effect, dit omdat de periode van therapie erg kort was. Totaal waren er tien sessies, waarvan tijdens zeven sessies er met het medium werd gewerkt. Als gevolg hiervan is er weinig in medium gewerkt waardoor er lastig een analoog proces op gang kon komen bij de cliënte. Daarbij werd de therapie gegeven op een school, waardoor de therapie oppervlakkig moest blijven. Dit was een verzoek vanuit de school. Hierdoor miste de diepgang die de cliënte nodig had om dieper op haar nieuwe inzichten in te gaan.

De scores bij de vragenlijsten zijn heel wisselend per persoon en met de cliënte. Dit komt omdat iedereen de cliënte op een andere manier ziet, zowel letterlijk als figuurlijk. Bij de ene docent zit ze vrijwel de hele dag in de klas, bij de ander één maal per week en bij haar ouders natuurlijk het meest. Dit zorgt ervoor dat iedereen een ander beeld heeft van de cliënte. Tevens zijn de vragen vrijwel allemaal gericht op innerlijke gedachten en gevoelens, wat voor het netwerk moeilijk is om te beantwoorden. Het netwerk is de cliënte niet en moet dus antwoorden vanuit hun perspectief naar de cliënte toe. De cliënte heeft de vragenlijsten zeer positief ingevuld. Hier is over te zeggen dat ze niet goed bij haar gevoel kan komen en daardoor er moeilijk een score aan kan geven. Je ziet wel dat de cliënte begon met een hele hoge score en dit later iets naar beneden zakt. Er is duidelijk dat ze meer zicht krijgt op haar gevoel.

4.3 Aanbevelingen

De vraag vanuit de praktijkbegeleider was om een geschikte methode te vinden voor leerlingen met een verstandelijke beperking en een laag zelfbeeld.

De methode Art Journaling heeft een licht effect gehad op het zelfbeeld van een leerling met een verstandelijke beperking. Daardoor zou ik willen aanbevelen aan de praktijkbegeleider om deze methode te gaan gebruiken, maar dan zoals is aangegeven als tips de therapie langer te laten duren. Zodat er meer tijd is per onderwerp. De aanbeveling zal zijn in plaats van tien weken en zeven sessies, vijftien weken en twaalf sessies. Zodat er meer tijd gestoken kan worden in de onderwerpen die de cliënt moeilijk vindt.

Ook zullen de opdrachten moeten worden aangepast aan de belevingswereld van de cliënt. Sommige opdrachten zijn zeer cognitief ingesteld en kunnen ook op een lager cognitief niveau worden aangeboden. Dit zal ervoor zorgen dat iedere cliënt kan worden aangesproken op zijn cognitieve belevingswereld en een cliënt niet wordt overvraagd. Want als een cliënt wordt overvraagd zal het zelfvertrouwen juist verzwakken i.p.v. versterken.

Er moet worden gekeken naar welke cliënten cognitief deze methode aankunnen. Binnen VO Dynamica is een groot verschil qua IQ. Er zijn leerlingen met een IQ van eenendertig, maar ook leerlingen met een IQ van vijfenvijftig. Er zal gekeken moeten worden welke leerlingen deze methode aan zouden kunnen. Bovendien zal de methode per leerling aangepast moeten worden aan zijn of haar belevingswereld.

Bronnenlijst

Aronson, E., Wilson, T., & Akert, R. M. (2011). *Sociale Psychologie* (7de ed.). (D. M. Marloes ter Beek, Vert.) Pearson Education.

Bartelink, C., & Boendermaker, L. (2012). *Creatieve Therapie*. Nederlands Jeugd instituut .

Bouwkamp, R. (1994). *Handboek psychosociale therapie*. Utrecht: Uitgeverij De Tijdstroom en NIZW.

Bunkers, T. (2011). *The art journal workshop*. Beverly: Quarry Books.

Cleas, L., Declercq, K., De Neve, L., Jonckheere, B., Marrecau, J., MorisseF., et al. (2012). *Emotionele ontwikkeling bij mensen met een verstandelijke beperking*. Maklu.

De Rijdt, C., Serrien, B., & Van Dam, C. (2014). *Praktijkboek over oplossingsgericht werken & visualisaties bij mensen met een verstandelijke beperking.: Visualiseer wat werkt*. Maklu.

Feldman, R. S. (2011). *Ontwikkelingspsychologie 2* (5de ed.). (L. V. Hans Te Bearts, Vert.) Pearson Education.

Hilde, D. (2001). *Faalangst*. Opgeroepen op maart 30, 2015, van Orthopedagogiek: <http://www.orthopedagogiek.com/Faalangst.htm>

Malchiodi, C. (2013, november 19). *Psychology Today*. Opgeroepen op maart 31, 2015, van Top Ten Art Therapy Visual Journaling Prompts: <https://www.psychologytoday.com/blog/arts-and-health/201311/top-ten-art-therapy-visual-journaling-prompts>

Nationaal Kompas Volksgezondheid. (2014). *Volksgezondheid Toekomst Verkenning* . Bilthoven: RIVM.

Nevid, J. S. (2009). *Essentials of Psychologie. Concepts and Applications*. Wadsworth, Cengage Learning.

Philip G. Zimbardo, R. L. (2009). *Psychologie, een inleiding* (6de ed.). (J. B. Sylvia Birnie, Vert.) Amsterdam: Pearson Education.

Ping-Ying Li, E., Tam, A., & Man, D. (2006). Exploring the self-conceptsof persons with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disabilities* .

Rijksinstituut voor volksgezondheid. (2014, juni 23). *Verstandelijke beperking*. Opgeroepen op maart 30, 2015, van Nationaal Kompas Volksgezondheid: <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/psychische-stoornissen/verstandelijke-beperking/beschrijving/>

Rijksoverheid. (2012). *Passend onderwijs*. Opgeroepen op 30, 2015, van Rijksoverheid: <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/passend-onderwijs/vraag-en-antwoord/wat-is-speciaal-onderwijs.html>

Smeijsters, H. (2008). *Handboek Creatieve Therapie* (3de editie ed.). Bussum: Uitgeverij Coutinho.

Sprague, A. G. (2013). *PBS- Goed gedrag kun je leren* (6 ed.). Pica.

Spreen, M. (2009). *Lector Social Work and Arts Therapies*. Leeuwarden: Stenden Hogeschool.

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

Visser, E. G. (1987). *Creatieve therapie spelen met mogelijkheden*. Houten: Bohn staflau van loghum.

Volksgezondheid en Zorg. (2014). *Verstandelijke beperking*. Opgeroepen op april 2, 2015, van Volksgezondheid en Zorg : <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/verstandelijke-beperking/cijfers-context/incidentie-en-prevalentie#node-prevalentie-van-verstandelijke-beperking>

Vonk, J., & Hosmar, A. (2000). *Emotionele ontwikkeling bij mensen met een beperking: een denk- en handelskader voor de praktijk*. Acco.

Wakley, D. (2014). *Art journal courage*. Ohio: P&W Publications Inc.

Bijlagen

Sessie Art Journaling

Iedere sessie start met het maken van een kleine mindmap. Waarna de cliënt in drie minuten bezig gaat met quick writing of quick drawing (Bunkers, 2011). Deze twee opdrachten zorgen ervoor dat de cliënt zijn/haar gedachten op kan schrijven en daarna los kan komen van deze gedachten, zodat er met een open houding gewerkt kan worden aan de hoofdoopdracht. Tevens helpen deze twee opdrachten de creativiteit in jezelf te bevorderen (Wakley, 2014).

Hierna kan de hoofdoopdracht gemaakt worden. Te starten met een achtergrond te maken dat past bij het onderwerp van de sessie (Wakley, 2014). Na de achtergrond kan gestart worden met plaatjes, vormen, kleuren, tekeningen et cetera die passend zijn bij het onderwerp. En als laatste alles samenvoegen doormiddel van tekst, lijnen trekken et cetera (Wakley, 2014). Daarna kan er gereflecteerd worden wat er is ontstaan in het medium.

De onderwerpen per sessie beschreven.

Sessie 1

Onderwerp dat centraal staat is: "Dingen waar je blij/gelukkig van word?"

Sessie 2

Onderwerp dat centraal staat is: "Dingen waar je gefrustreerd/boos van word?"

Sessie 3

Onderwerp dat centraal staat is: "Welke maskers draag je?"

Sessie 4

Onderwerp dat centraal staat is: "Eigenschappen waar je blij mee bent dat je die bezit?"

Sessie 5

Onderwerp dat centraal staat is: "Eigenschappen die je minder leuk vind aan jezelf?"

Sessie 6

Onderwerp dat centraal staat is: "Wie wil je zijn?"

Sessie 7

Onderwerp dat centraal staat is: "Wie ben je?"

Voor sessie één is er een intake gesprek waarin er samen wordt gekeken naar de vragenlijsten. De vragenlijsten worden nogmaals ingevuld tussen sessie vier en vijf en na sessie zeven. Dit geldt ook voor het netwerk.

Na sessie zeven vinden er interviews plaats met het netwerk en de cliënt.

De cliënt krijgt iedere week huiswerk mee over het onderwerp van de komende week. Zodat ze een week rustig kan nadenken over het onderwerp en zichzelf er in kan verdiepen, materialen kan zoeken en voorbereid binnen komt.

Toestemmingsverklaring ouders:

Toestemmingsverklaring

Beeldende begeleiding en verwerking van gegevens in een onderzoek

Voordat gestart kan worden met een beeldende begeleiding en verwerking van gegevens in een onderzoek bij kinderen onder de 18 jaar dienen ouders/verzorgers met ouderlijk gezag volgens de wettelijke regelgeving toestemming te geven voor de behandeling/het onderzoek.

Ondergetekende(n)/ouder(s)/verzorger(s)/voogd(en), met het ouderlijk gezag van:

Naam kind: Rosanne

Geboortedatum: 20.08.1998

Geven toestemming aan Lianne Zonneveld, stagiaire VSO Dynamica, voor het starten van de beeldende begeleiding en gebruiken van gegevens voor een onderzoek.

Hierbij geef ik aan voldoende te zijn geïnformeerd voor welke doeleinden de gegevens van Rosanne (Naam kind) worden gebruikt. En geef ik toestemming om de gegevens te gebruiken.

Datum: 19 april 2015

Ondergetekende:

Naam: Lidia
Geboortedatum: 23.12.1965
Handtekening:

..... Lidia
Ik wil wel/niet geïnformeerd worden over de beeldende begeleiding

Ik wil wel/niet geïnformeerd worden over het onderzoek

Naam: Lianne
Geboortedatum: 01.10.1962
Handtekening:

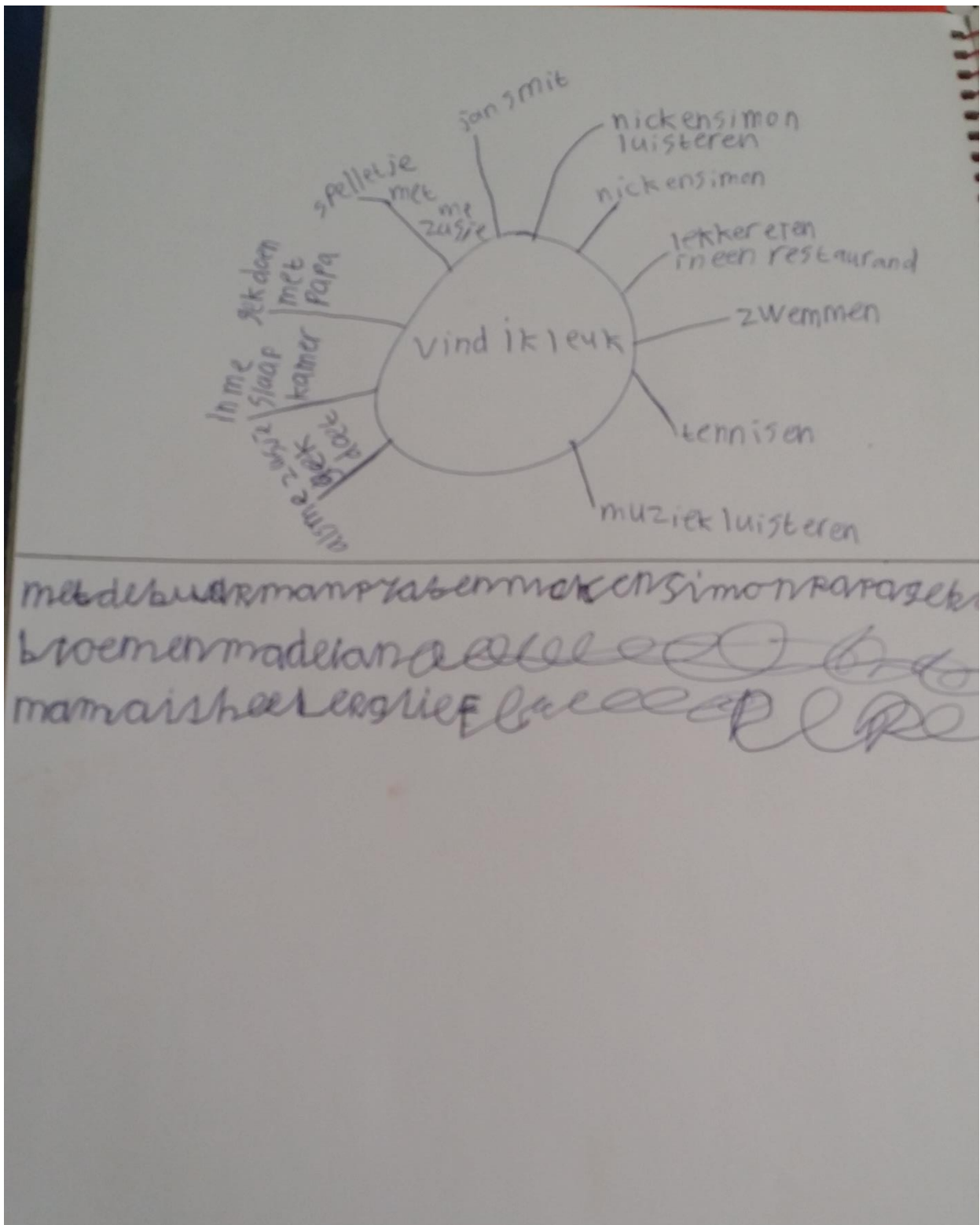
..... Lianne
Ik wil wel/niet geïnformeerd worden over de beeldende begeleiding

Ik wil wel/niet geïnformeerd worden over het onderzoek

Per bijeenkomst foto's en observatie formulieren

Bijeenkomst 2,3,4,6,7,8,9 en 10 hebben we in het medium gewerkt. Van de bovengenoemde bijeenkomsten staan er per bijeenkomst foto's van het gemaakte werk en observatieformulieren.

Bijeenkomst 2



De Olijke Tweeling
en de danswedstrijd

HOE
overleef ik
met/zonder
vrienden?

THEATERTOUR

Jana
LIVE

NICK & SIMON
THEATERBUNDLES

MINOES



2015

Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 1

Datum: 29 april 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief schrijven halve pagina
3. Dingen waar je blij van wordt/gelukkig/van houdt? Hele pagina
 - Wat is jouw fijnste plek? Waar voel je je het gelukkigst?
 - Wat is jouw favoriete liedje/boek/film?
 - Wat maakt jou aan het lachen?
 - Wat is geluk voor jou?
 - Wat maakt het dat je je ergens veilig voelt? Of bij iemand?

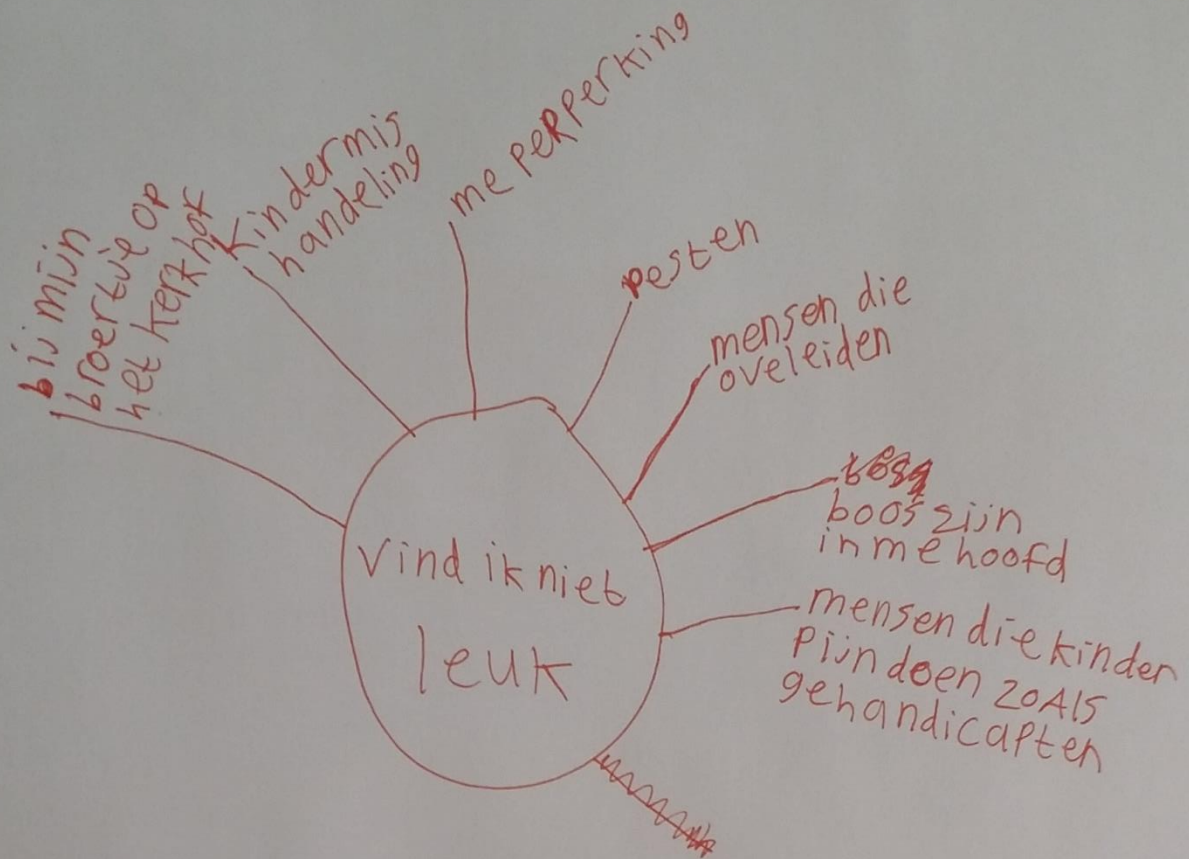
Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

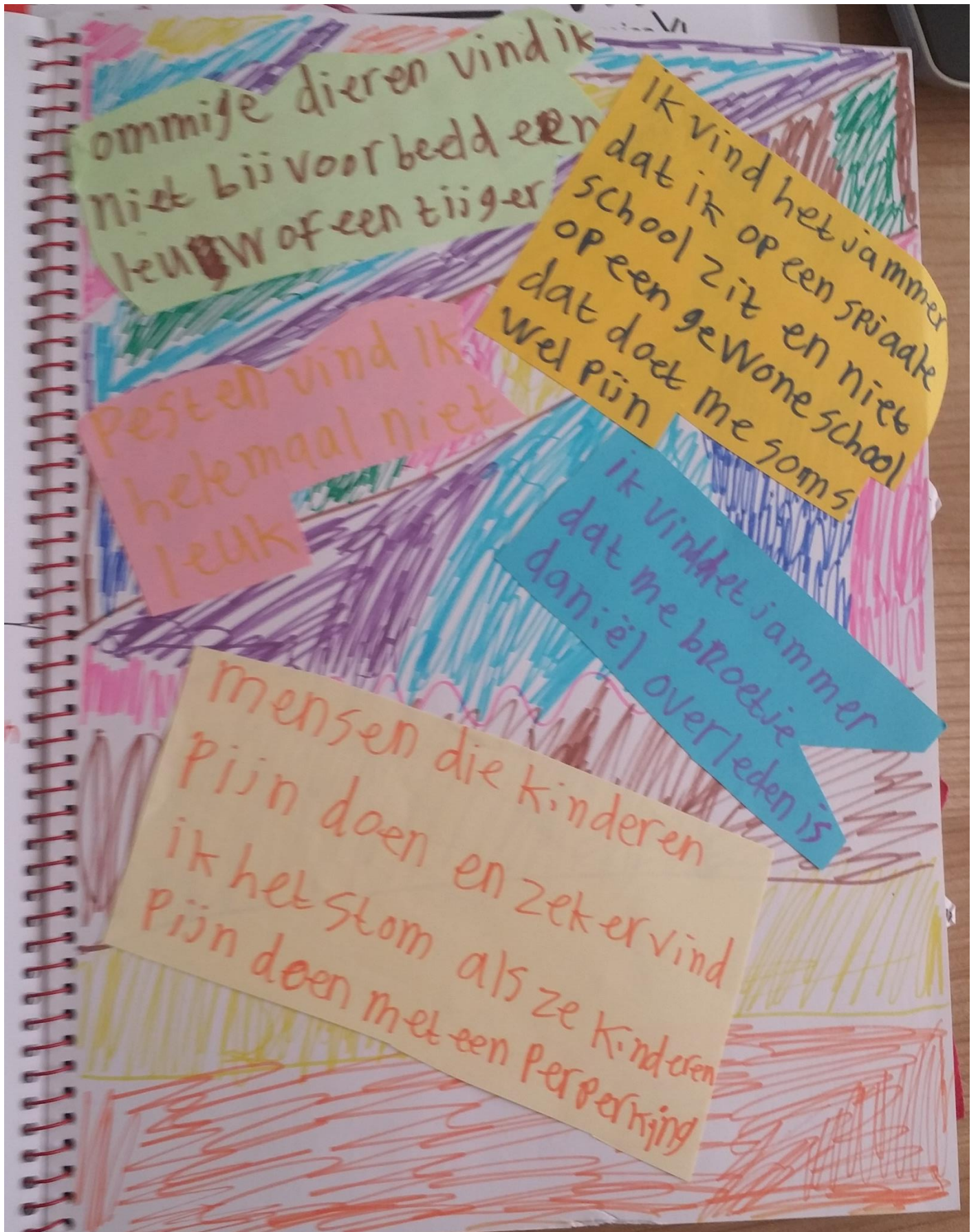
Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel		Score cliënt									
Compositie	Onsamenhangend				x						Samenhangend
Opmerkingen											
Kleur	Weinig / beperkt				x						Veel / verscheidenheid
Opmerkingen	Op foto's wel. Achtergrond regenboeg										
Vorm	Abstract								x		Realistisch
Opmerkingen	Foto's gebruikt										
Formaat	Klein					x					Groot
Opmerkingen	Bepaald door T. Maar gebruikt wel het gehele blad										
Ruimte	Begrensd			x							Onbegrensd
Opmerkingen	Werkt begrenst binnen materialen die ze al kent en werkstijl waarvan ze weet wat de uitkomst zal zijn										
Werkwijze	Productgericht	x									Procesgericht
Opmerkingen	Moet mooi worden										
Werkstijl	Passief			x							Explorerend
Opmerkingen	Via wat ze weet wat hoort en hoe je de materialen hoort te gebruiken etc.										
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig				x						Divers / betrokken
Opmerkingen	Pakt alleen materialen die ze al kent										

Beleving	Controle	x	x							Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen	Gecontroleerd bezig. Serieus kijken. Knippen									
Eigenheid	Imiteren		x							Initiatief nemen
Opmerkingen										
Thema	Veilig			x						Gedurfd / expressief
Opmerkingen	Doet dit op een veilige manier doormiddel van wat ze weet en wat mooi word.									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Minmap: Gaat heel snel aan de slag. Werkt met pen. Vind lastig te bedenken wat ze leuk/fijn vind. Heeft hierin veel ondersteuning nodig. Creatief schrijven: Gaat weer heel snel aan de slag. Pen vaak even omhoog en denken en diep zuchten. "Opmerking T, je mag echt heel slordig schrijven." Doet dit meteen en lacht erbij. Wat vind je leuk etc.: Achtergrond, wasco, maakt vlakken. Regenboog? Knipt de foto's heel precies uit. Heeft 12 foto's mee. Kan moeilijk kiezen welke ze wil gebruiken. Kiest na overleg vooral de plaatjes met teksten. Plaatjes niet over elkaar heen, ze moeten ruimte hebben. Gaat nu selectiever kiezen tussen de plaatjes. Gaat ineens heel gehaast aan de slag. Snel knippen, lijm met snelheid erop doen. Vraagt geen hulp/uitleg etc. Nabespreking: * Vond het leuk, dat ze zelf collage kan maken en eerst mocht inkleuren * Heeft wasco gekozen omdat die mooie kleuren heeft. Plus ze kende het materiaal al * Plaatjes omdat ze die leuk vind. - Hoe overleef ik vrienden (omdat ze daarin kan lezen hoe ze om kan gaan met vrienden en dat ze dan blijven, want vind dit lastig) - Foto met vrienden (leuk om samen wat te doen, gezellig) - Koken (houd van koken en vooral van lekker eten) - Musicals (Minoes de poes, fan van. Gaat veel naar musicals. Leukste ooit was Minoes. En Nick en Simon concerten.) - Dieren (gaat naar de zorgboerderij en is gek op de dieren daar) *Kleuren. Gek op veel kleur, draagt ook veel kleur en word er vrolijk van. Daarom regenboog achtergrond.									



soms boos zijn op mezelf leukedingdoen
met papaastoeienenglekdoenmezussiepesten
vriendhetvervelenddatikeenperper
kingheb



Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 2

Datum: 13 mei 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief schrijven halve pagina
3. Dingen waar je gefrustreerd/boos van word?
 - Wat is iets waar je boos om kan worden?
 - Wanneer voel je je boos/gefrustreerd?
 - Wat vind je vervelend?
 - Wat is boos zijn? Hoe voel je je dan?
 - Waar voel je je ongelukkig? Wanneer?

Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

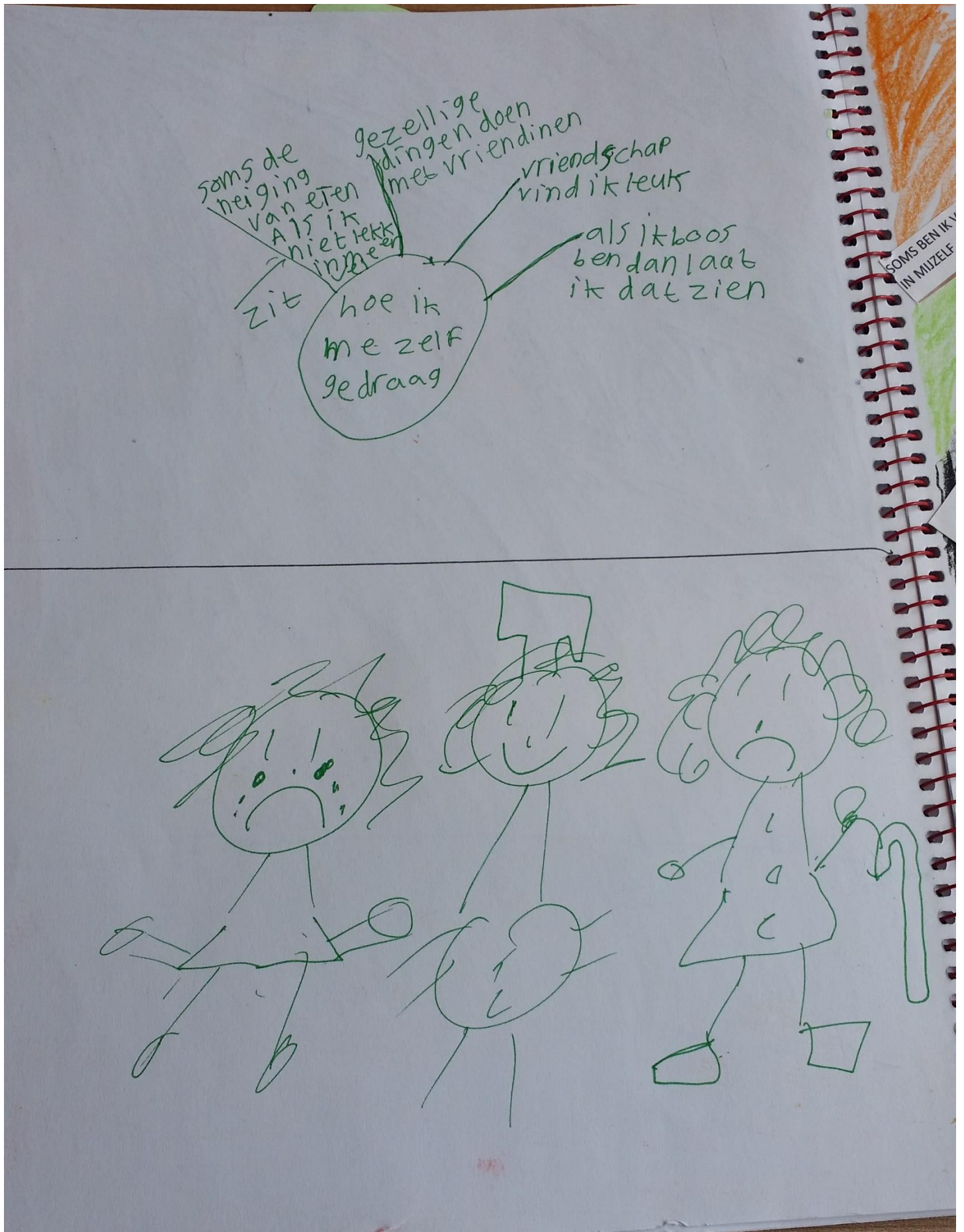
Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel									
					Score cliënt				
Compositie	Onsamenhangend				x				Samenhangend
Opmerkingen									
Kleur	Weinig / beperkt							x	Veel / verscheidenheid
Opmerkingen									
Vorm	Abstract		x						Realistisch
Opmerkingen	Gebruikt alleen woorden								
Formaat	Klein			x					Groot
Opmerkingen	Kleine woorden op kleine papiertjes. Gebruikt wel hele blad en zelfs eroverheen								
Ruimte	Begrensd		x						Onbegrensd
Opmerkingen	Papiertjes gescheiden van elkaar. Niks mag over elkaar.								
Werkwijze	Productgericht		x						Procesgericht
Opmerkingen	Wil resultaat zien en dat het mooi word								
Werkstijl	Passief		x						Explorerend
Opmerkingen									
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig		x						Divers / betrokken
Opmerkingen									

Beleving	Controle		x						Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen									
Eigenheid	Imiteren		x						Initiatief nemen
Opmerkingen									
Thema	Veilig		x						Gedurfd / expressief
Opmerkingen									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Spullen vergeten mee te nemen i.v.m. meivakantie ervoor. Lianne (therapeut was ziek dag ervoor) en stagebegeleidster had gezegd tegen Rosalie dat de sessie misschien niet doorging. Rosalie had er wel erover nagedacht. Voor de rest gaat het goed en had Rosalie een goede vakantie. Mindmap: Opvallend zet perperking(beperking) erbij. Gehandicapten die kinderen pijn doen?? Tussendoor vragen gesteld zodat ze door kon blijven schrijven en denken. Gehandicapten die kinderen pijn doen, bedoeld Rosalie mee: Kinderen die gehandicapten pesten en ze pijn daarmee doen. Creatief schrijven: Begrijpt dit nu beter dan eerste keer. Doet dit sneller, losser. Denkt nog wel veel na. Zet veel druk op haar zelf. Waar word je gefrustreerd/boos van etc.? Achtergrond met stiften. Weer vlakken maken. Gaat krassend te werk, drukt hard op pen. Gebruikt veel vrolijke kleuren. Losse blaadjes met woorden (woordgericht?) Is gefrustreerd dat ze op deze school zit! In nab vragen hoe en wat. Creativiteit vindt ze lastig. Vind de tijd lastig, kan niet goed inschatten hoelang iets is. Volgende keer time timer meenemen. Werkt weer snel, zet zelf druk erachter. Toch net niet binnen tijd klaar. Stopt vaak en kijkt naar papiertjes. Dan weer snel verder. Nabespreking: Ingegaan op Speciaal onderwijs: Vind dit heel moeilijk. Ze wil normaal zijn. Normaal is dat ze alles kunnen net als haar broer en zusje. Broer zit op HAVO en wil dit ook. Ze wil ook slim zijn en niet worden nagekeken dat ze op deze school zit. Want mensen zien het aan je. En denken allemaal dat ze stom en dom is. Besproken samen wat normaal reëel echt is, iedereen is uniek, iedereen is anders. Niemand is overal goed in etc. wat grapjes erover gemaakt samen. Tijd daarna om. Ging met een lach weg.								

Bijeenkomst 4



SOMS BEN IK VERDRIETIG OMDAT SOMMIGE DINGEN NIET LUKKEN. IK BEN TELEURGESTELD IN MIJZELF. IK WIL MEER MAAR IK KAN HET NIET. IK STOOR MIJ AAN MIJN LEERPRESTATIES.



IK VOEL MIJ VEILIG THUIS EN DAN KAN IK MIJZELF ZIJN. IK BEN OOK VAAK MOE ALS IK THUIS KOM, DOOR SPORT, DOOR TRAPLOPEN OP SCHOOL, VAN HET NADENKEN (VEEL OVER MIJN BEPERKING).



SOMS HEB IK DE NEIGING OM TE GAAN ETEN. IK HEB DAN GEEN ZIN OM OP MIJN LIJN TE LETTEN EN GA DAN ETEN.



IN EEN GROEP GEDRAAG IK MIJ GEWOON DENK IK. IK ZEG NIET VEEL MAAR ALS ZE MIJ WAT VRAGEN DAN PRAAT IK WEL. IK VOEL MIJ PRETTIG BIJ MENSEN DIE IK GOED KEN EN DIE AARDIG VOOR MIJ ZIJN. IK ZIT LIEVER BIJ JONGERE MENSEN DAN BIJ OUDERE.



IK HEB NIET VEEL ECHTE VRIENDINNEN, DAT VIND IK WEL JAMMER. MAAR BIJ MIJN VRIENDIN MAXIME VOEL IK MIJ WEL PRETTIG.



MET DE TENNISLES IS MIJN GEVOEL WISSELEND. HANGT AF IK HET LEUK HET LEUK VIND IK IRRITEER MIJ VAAK AAN DE ANDEREN ALS ZIJ NIET OPLETTEN EN VERVELEND DOEN

Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 3

Datum: 20 mei 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief schrijven halve pagina
3. Welke maskers draag je?
 - Bij familie?
 - Bij vrienden?
 - Bij je gezin?
 - Op school?
 - Op stage?
 - Op je sport?

Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

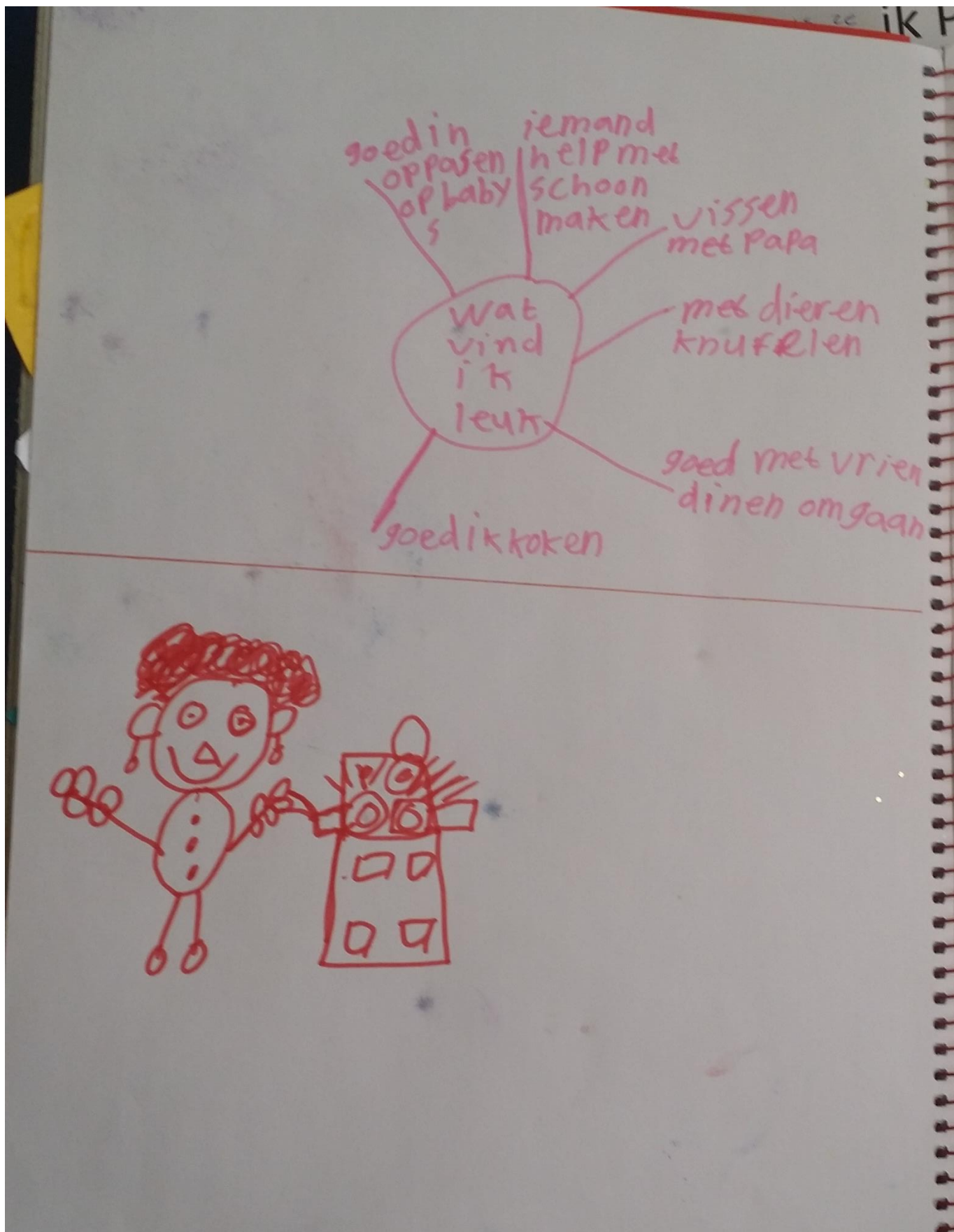
Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

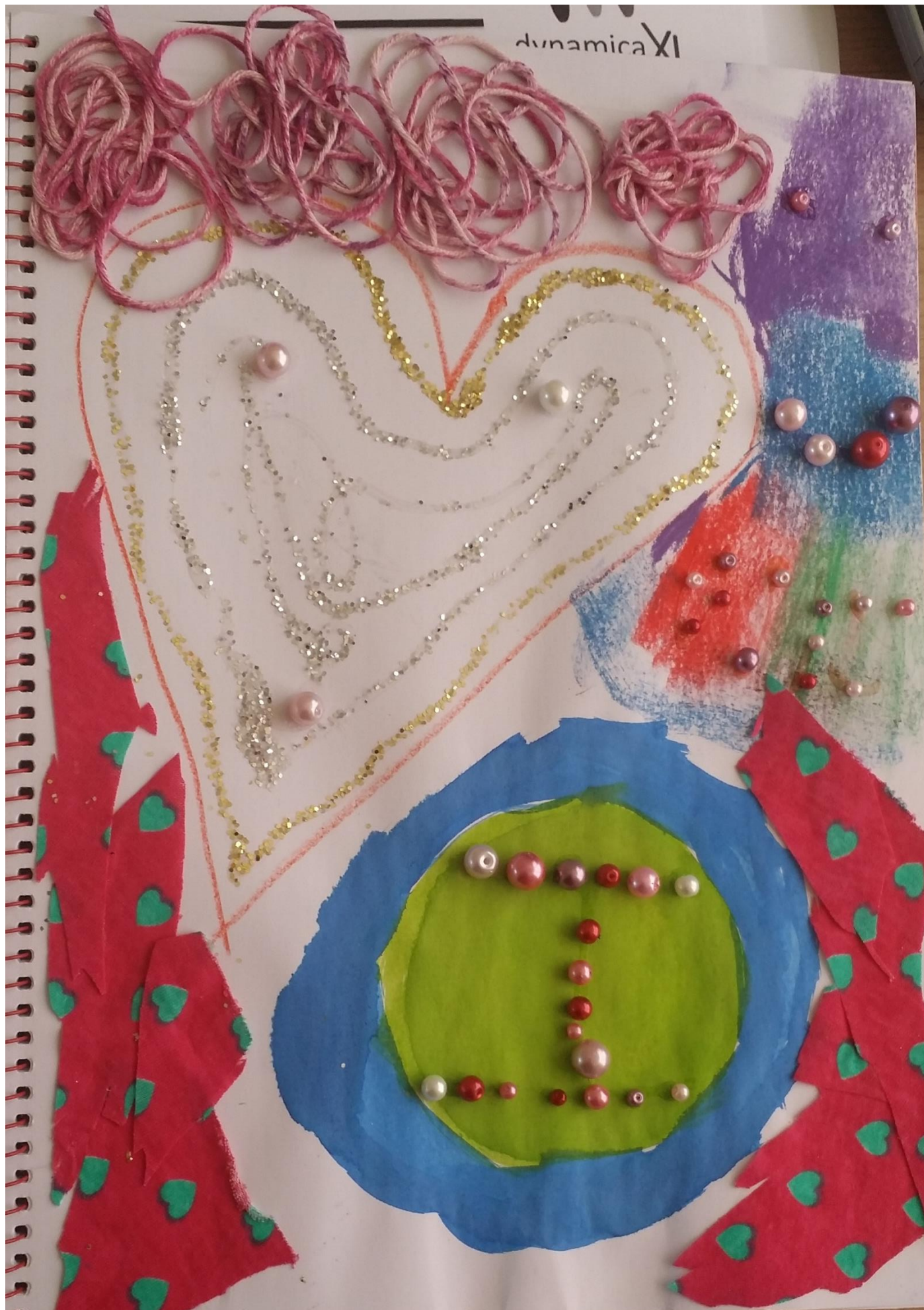
Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel									
					Score cliënt				
Compositie	Onsamenhangend					x			Samenhangend
Opmerkingen									
Kleur	Weinig / beperkt			x					Veel / verscheidenheid
Opmerkingen	Alleen achtergrond veel en plaatjes								
Vorm	Abstract						X		Realistisch
Opmerkingen	Plaatjes en woorden								
Formaat	Klein			x					Groot
Opmerkingen									
Ruimte	Begrensd				x				Onbegrensd
Opmerkingen	Over randen heen plakken.								
Werkwijze	Productgericht			x					Procesgericht
Opmerkingen	Moest er weer netjes uitzien.								
Werkstijl	Passief		x						Explorerend
Opmerkingen	Vast patroon. Herhaalt veel van de vorige sessies								
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig		x						Divers / betrokken
Opmerkingen									

Beleving	Controle		x						Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen	Denkt elke stap die ze maakt uit								
Eigenheid	Imiteren		x						Initiatief nemen
Opmerkingen	Weet van materialen wat ze zelf mooi vind en maakt het dan ook zo								
Thema	Veilig		x						Gedurfd / expressief
Opmerkingen									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Besproken wat ze had opgezocht thuis. Vond opdracht lastig. Samen met vader gedaan. Is bewust van haar gedrag en haar gevoelens hierbij. Mindmap: perfectionistisch. Denkt veel na, stopt weer. Denkt weer na, schrijft wel wat op. Na vragen of ze begrijpt zegt ze ja. Krijg het gevoel dat ze de opdracht logischer wijs begrijpt, maar het niet echt snapt of voelt. Creatief tekenen: Doet dit zoals is gezegd. Gaat snel aan de slag. Gaat aan 1 stuk door. Zucht af en toe. Zegt word niet mooi hoor. Maskers: Achtergrond bestaat weer uit vlakken. Kleuren. Opnieuw regenboog achtig. Weet dat ze dit mooi vind en maakt het dus ook op deze manier. Vast patroon. Dit keer wasco. Aangeleerd gedrag en laat dit zien in het werk: Regenboog elke keer, verschillende materialen dat wel. Daarna plaatjes uitknippen +opplakken of hele zinnen opplakken. Heeft veel hulp nodig met tijd in de gaten houden, vergeet snel hoelang ze heeft. Geen tijdgevoel. *productgericht, werkt heel nauwkeurig *Volgende keer meer uitdagen in beeldend werk *Blijft in veilige zone. Doet steeds ongeveer hetzelfde. Nabespreking: Vond moeilijk er woorden aan te geven. Vond de opdracht moeilijk. Maar merkt wel dat ze zich aanpast aan gedrag bij iedereen. Bedacht zelf voorbeeld met docenten, bij mij volledig open zijn en bij andere niks durven zeggen. Gevraagd of ze meer uitdaging wil en meer uitleg materialen om die meer te gebruiken en wou dit graag ! Vind ze wel heel spannend.								

Bijeenkomst 6





Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 4

Datum: 27 mei 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief tekenen halve pagina
3. Eigenschappen waar je blij mee bent?
 - Waar voel je je trots op?
 - Welke eigenschappen van jezelf vind je goed?

Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel		Score cliënt										
Compositie	Onsamenhangend				x							Samenhangend
Opmerkingen												
Kleur	Weinig / beperkt									x		Veel / verscheidenheid
Opmerkingen	Diverse kleuren en divers materiaal gebruikt hiervoor											
Vorm	Abstract			x								Realistisch
Opmerkingen	Alleen hartje symbolisch											
Formaat	Klein				x							Groot
Opmerkingen	Gebruikt geheel het blad											
Ruimte	Begrensd				x							Onbegrensd
Opmerkingen	Werkt binnen het gegeven kader. Kleine stukjes eroverheen											
Werkwijze	Productgericht						x	x				Procesgericht
Opmerkingen	Proces gericht door duidelijke stappen te geven en meer uit te laten proberen											
Werkstijl	Passief					x						Explorerend
Opmerkingen	Naar mate de tijd, steeds meer explorerend											
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig				x							Divers / betrokken
Opmerkingen	Steeds meer											
Beleving	Controle				x							Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen												

Eigenheid	Imiteren			x					Initiatief nemen
Opmerkingen									
Thema	Veilig			x					Gedurfd / expressief
Opmerkingen									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Gaat goed, ook op school. Voelt zich meer thuis in de klas. Mindmap: Overdenkt. Denkt binnen de box, komt niet los. Creatief denken: Wil heel netjes werken, word geïrriteerd als niet lukt. Wat vind ik leuk etc.? * durft niet zomaar te beginnen, denkt eerst veel na. Zit tijdje te kijken en pakt wasco. - passieve houding -herhaalt veel/vast patroon - overdenkt - werkt heel voorzichtig/precies Therapeut grijpt in. "welke materialen word jij blij van?" Wasco en glitters. Ga hiermee iets maken: Hartjes vorm. Vanuit plaatjes die ze mee heeft materialen zoeken. Vissen: Waterverf. Lichtgroen rondje gemaakt met een blauw randje. Dieren: Softpastel Rood. Dikke strepen met groen, lichtblauw,paars Verzorgen:Kralen en Lijm. Maakt een I vorm in de groene cirkel van de vissen. Gebruikt diverse kralen. In hart 3 kralen. Begint nu los te komen! Gaat over pastelkrijt heen, gaat lachen. Maakt zig zag stukjes en een smiley. Koekjes bakken: Wol. Maakt bolletjes/frutsels om op te plakken boven het hart. Kan goed werken: Hartjes stof. Vult de overige witte plekken. Nabespreking: * vond deze manier werken leuk, en anders, de manier waarop was prettiger. Durfde meer omdat we samen erover hadden. * materialen paste bij haar, ze zag de stof met hartjes passen want ze heeft een hart voor hard werken. - Vissen bij waterverf haha want ze horen in het water - Softpastel bij dieren omdat ze het krijt kan aaien op papier net als de dieren in het echt - verzorgen met kralen. Cadeautjes geven, want de kralen zijn zo mooi. Samen link gelegd naar haar hart waar 3 kralen in zitten. Moet meer voor zichzelf zorgen! En liefhebben. Cadeautjes geven dat ze wel dingen kan!								





Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 5

Datum: 10 juni 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief tekenen of schrijven halve pagina
3. Eigenschappen die je minder leuk vind aan jezelf?
 - Welke eigenschap vind je vervelend van jezelf?
 - Waar schaam je je voor?

Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

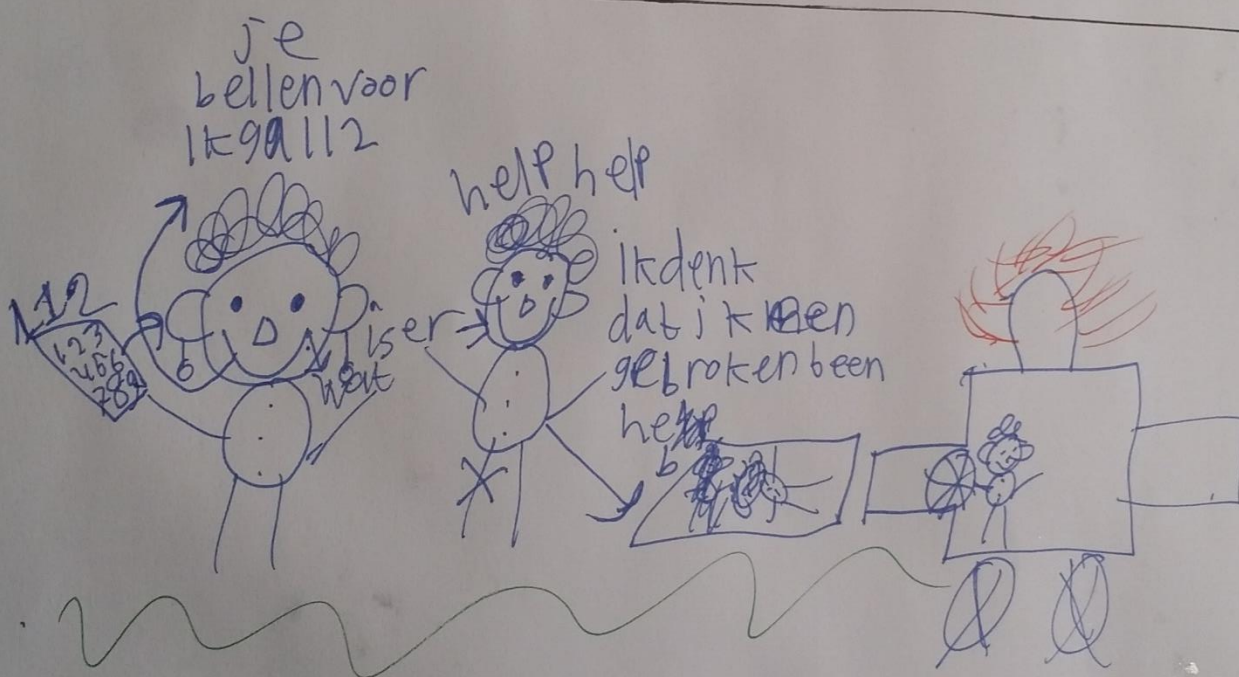
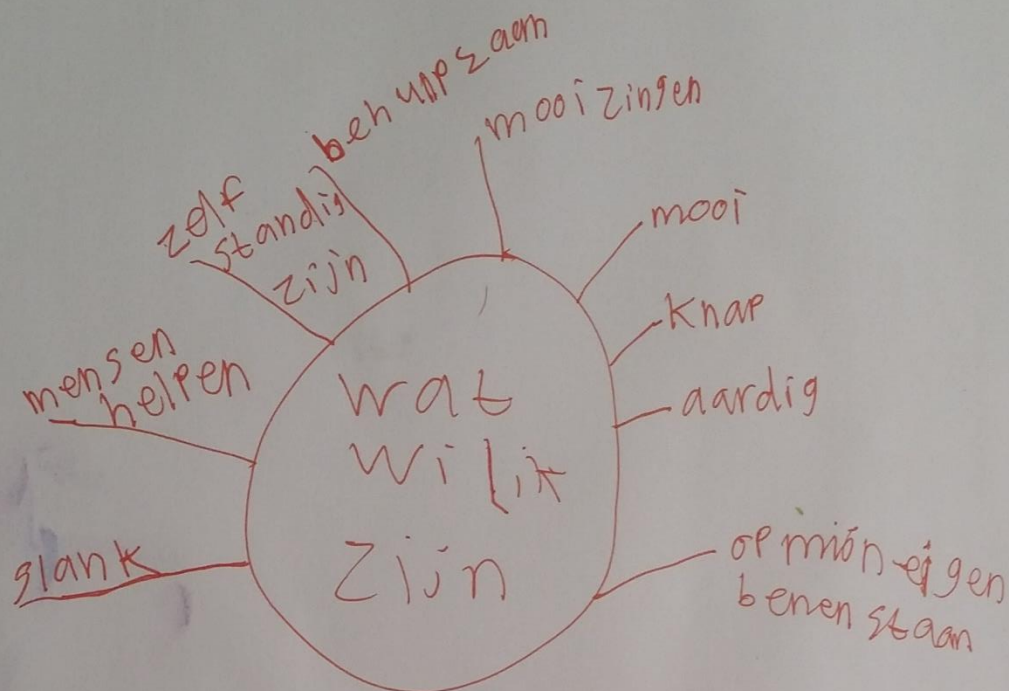
Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel		Score cliënt										
Compositie	Onsamenhangend			x								Samenhangend
Opmerkingen												
Kleur	Weinig / beperkt				x							Veel / verscheidenheid
Opmerkingen												
Vorm	Abstract				x							Realistisch
Opmerkingen												
Formaat	Klein				x							Groot
Opmerkingen	Blijft binnen het kader											
Ruimte	Begrensd				x							Onbegrensd
Opmerkingen												
Werkwijze	Productgericht					x						Procesgericht
Opmerkingen	Laat medium meer toe en werkt niet geheel meer vanuit haar plaatjes											
Werkstijl	Passief				x							Explorerend
Opmerkingen	Experimenteert meer, maar heeft veel hulp nodig om los te komen											
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig				x							Divers / betrokken
Opmerkingen												
Beleving	Controle				X							Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen												

Eigenheid	Imiteren			x				Initiatief nemen
Opmerkingen	Vormen waarvan ze weet die haar zijn aangeleerd. Neemt meer initiatief door ander materiaal uit te proberen en mengen							
Thema	Veilig		x					Gedurfd / expressief
Opmerkingen								
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Mindmap: Gebruikt hele brede stift. Bijna niet leesbaar meer. Gaat wat losser te werk. Denkt wel veel na tussendoor. Hangt dan met pen boven papier en kijkt heel serieus. Keuze creatief schrijven of tekenen: Tekenen. Werkt ontspannen, alsnog veel stil hangen boven papier en nadenken. Wat vind je geen prettig etc.? Achtergrond waterverf, want vind waterverf vervelend materiaal omdat het steeds uitloopt als je het niet wilt. Steeds herhalen hoeft niet mooi te worden. Wil namelijk te graag presteren. Gaat strepen zetten met waterverf door elkaar heen met twee kleuren. *Beperking en word hier verdrietig van. Uitbeelden door wasco over de achtergrond te krassen en op lege stukken. *Moeilijk met geld omgaan, gebruikt verf hiervoor. Pinautomaat schilderen en poppetje. Denkt niet na over de stappen erna! Pagina wordt steeds voller en heeft nog veel foto's mee. Werkt in hier en nu en denkt niet veel na! Vertel dat we nog kort hebben. Zegt zelf ben ook bijna klaar, maar wil nog het moe zijn uitbeelden. * Veel en vaak moe, beeld uit met soft pastel. Een bed met poppetje al slapend. Nabespreking: Voelt zich lekker dat ze dit gemaakt heeft. Ademt nu ook heel ontspannen en zit heel rustig erbij. Zegt dat dwars zat en nu veel duidelijker is allemaal. Samen besproken hoe dit dan werkt en waarom het duidelijker is, wat er bij hielp. Verteld dat ze thuis nu ook tekent als er wat is. Die ook bespreekt met ouders. Sinds therapie doet ze dit meer.							

Bijeenkomst 8





Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 6

Datum: 17 juni 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief tekenen of schrijven halve pagina
3. Wie wil ik zijn?
 - Zou je beroemd willen zijn? Waarmee dan?
 - Tegen wie kijk je op? Wat maakt het dat je tegen diegene op kijkt? Wat heeft die wat jij niet hebt?
 - Wat zou je aan jezelf willen veranderen? Waarom dan?

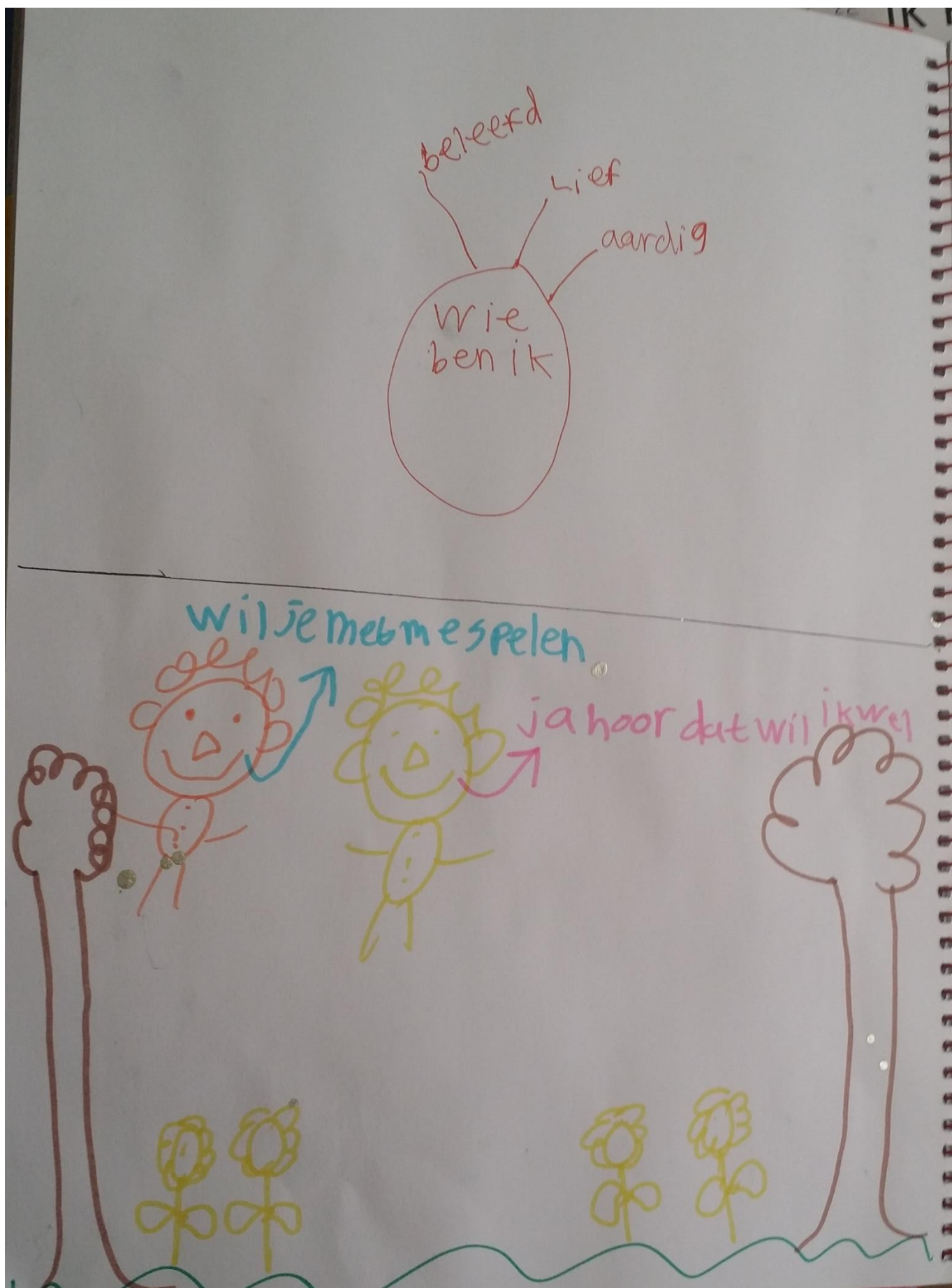
Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel									
		Score cliënt							
Compositie	Onsamenhangend		x						Samenhangend
Opmerkingen									
Kleur	Weinig / beperkt				x				Veel / verscheidenheid
Opmerkingen									
Vorm	Abstract			x					Realistisch
Opmerkingen									
Formaat	Klein		x						Groot
Opmerkingen	Binnen de aangegeven grenzen en gebruikt niet gehele blad								
Ruimte	Begrensd		x						Onbegrensd
Opmerkingen	Veilige zone								
Werkwijze	Productgericht		x						Procesgericht
Opmerkingen									
Werkstijl	Passief		x						Explorerend
Opmerkingen	Heel terug houdend te werk. Bijna geen achtergrond dit keer.								
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig			x					Divers / betrokken
Opmerkingen									

Beleving	Controle		x						Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen									
Eigenheid	Imiteren			x					Initiatief nemen
Opmerkingen	Standaard poppetjes die ze maakt. Aangeleerd								
Thema	Veilig			x					Gedurfd / expressief
Opmerkingen									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Heeft veel plaatjes en zinnen mee genomen. Wel 1 kaart van Nick en Simon. Mindmap: Beginnt heel snel, schrijft veel op. Stopt dan ineens en gaat ongeveer minuut stil zitten nadenken en gaat dan verder. Creatief schrijven of tekenen Tekenen. Tekent heel druk, gebruikt woorden erbij, meerdere kleuren dit keer, was nog niet klaar toen tijd om was. Wie wil ik zijn etc.? Achtergrond- Wasco en tekent een poppetje. Na 1 minuut al ik ben klaar met de achtergrond. * Nick en Simon kaart. Beeld uit met waterverf. 2 poppetjes. Mengt waterverf door elkaar met glitter waterverf. Poppetje is stereotype poppetje. Puntjes op buik. Hoofd en armen exact zelfde. * zelfstandig en zorgzaam woorden passen bij elkaar. Net als mensen helpen. Dit is het hartjes stof. Plakt die op. Snel klaar. Alsof ze geen zin/haast had. Nabespreking: Vond onderwerp stom. Ging nadenken wat ze dan allemaal niet kon om dit te zijn. Alles was negatief. Vond dit moeilijk dat ze niet zo kan zijn als Nick en Simon. Samen veel gepraat over wat ze wel kan, wat ze ook kan net als hun. Positief afgesloten.								



ik vind dat nsmitleuk

ik vind nicken

simon leuk

sporten
vind
ik
ook
leuk

dieren vind
ik ook lief

vissen vind
ik ook leuk

Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 7

Datum: 24 juni 2015

Opdracht(kort):

1. Mindmap halve pagina
2. Creatief tekenen halve pagina
3. Wie ben ik?
 - Je bent trots op ...?
 - Wat vind je goed aan jezelf?
 - Wat zijn je positieve eigenschappen?
 - Je houdt van..?

Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit materiaal): 1 2 3 4 5

Mate van structurering (vanuit therapeut): 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel									
					Score cliënt				
Compositie	Onsamenhangend			x					Samenhangend
Opmerkingen									
Kleur	Weinig / beperkt				x				Veel / verscheidenheid
Opmerkingen	Achtergrond gekleurd en diverse kleuren papier								
Vorm	Abstract		x						Realistisch
Opmerkingen	Achtergrond abstract en woorden gebruikt								
Formaat	Klein			x					Groot
Opmerkingen	bladvullend								
Ruimte	Begrensd		x						Onbegrensd
Opmerkingen	Veel oude medium manieren								
Werkwijze	Productgericht			x					Procesgericht
Opmerkingen	Is wat losser van moet mooi zijn, maar nog wel steeds dat iets moet uitbeelden of begrijpelijk zijn voor anderen								
Werkstijl	Passief		x						Explorerend
Opmerkingen									
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig		x						Divers / betrokken
Opmerkingen									

Beleving	Controle		x						Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen									
Eigenheid	Imiteren			x					Initiatief nemen
Opmerkingen	Herhaalt eigen werk. Achtergrond vlakken. Woorden op papier. Dit keer woorden gestempeld								
Thema	Veilig		x						Gedurfd / expressief
Opmerkingen									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Gaat goed. Heeft veel meegenomen. Wil erover vertellen als beeld klaar is. Mindmap: Schrijft druk. Maar drie2 4 dingen opgeschreven. Creatief schrijven of tekenen: Tekenen. Ideaal beeld hoe het zou gaan als ze buiten is. Dat iedereen met haar wil spelen en zij met iedereen. Wie ben ik etc.? Vind het lastig om op gang te komen. Kijkt naar alles wat ze heeft meegenomen. Samen kijken we terug naar alles wat ze al heeft gemaakt. Kijken naar welke manier was het prettigst: Die alleen met woorden. En regenboog achtergrond. Die past het beste bij wie ze is. Zegt ik ga dat doen, maar wel beetje anders dan. Achtergrond waterverf, vlakken. Mengt zelf glitter en groene waterverf. Lucht erbij. Maakt meer. Mengt diverse kleuren me glitter waterverf. Tijd gaat snel om. Korte tijd nog over en moet nog beginnen aan de woorden. Gaat woorden op kleine papiertjes stempelen. Mag er bij helpen om de woorden te maken, zodat ze zelf kan stempelen. En mag helpen woorden uit elkaar te halen. Nabespreking: / tijd te kort en wil graag verder, gaat ook verder na de gymles alleen. Sessie erna over gehad. Ze wou vond fijn even alleen te werken, zonder mij, zonder klasgenoten. Lekker rustig. Even alleen tot zichzelf komen. Is blij met het resultaat.								



Observatieformulier

Naam: Rosalie

Sessienr: 8

Datum: 1 juli 2015

Opdracht(kort):

Voorkant maken zodat iedereen kan zien dat dit jouw persoonlijke boek is.

Mate van structurering (vanuit opdracht): 1 2 3 4 5**Mate van structurering (vanuit materiaal):** 1 2 3 4 5**Mate van structurering (vanuit therapeut):** 1 2 3 4 5

Vormgevingsmodel									
					Score cliënt				
Compositie	Onsamenhangend				x				Samenhangend
Opmerkingen									
Kleur	Weinig / beperkt				x				Veel / verscheidenheid
Opmerkingen									
Vorm	Abstract				x				Realistisch
Opmerkingen	Haar eigen naam								
Formaat	Klein				x				Groot
Opmerkingen	Gebruikt grote letters op het blad								
Ruimte	Begrensd				x				Onbegrensd
Opmerkingen									
Werkwijze	Productgericht	x							Procesgericht
Opmerkingen	Moet mooi worden								
Werkstijl	Passief		X						Explorerend
Opmerkingen									
Materiaalomgang	Beperkt / oppervlakkig		x						Divers / betrokken
Opmerkingen									
Beleving	Controle		x						Loslaten / emotie beleven
Opmerkingen									
Eigenheid	Imiteren		x						Initiatief nemen
Opmerkingen	Letters die haar vader had uitgetekend voor haar.								

Thema	Veilig		x						Gedurfd / expressief
Opmerkingen									
ALGEMEEN	OPMERKINGEN: Vragenlijst invullen en interview afsluiting. Daarna voorkant versieren. Vraagt hulp met de letters maken. Is heel blij met resultaat en gaat vrolijk aan de slag. Druk bezig. Kijken samen soms even terug in boek wat ze allemaal gedaan heeft voor nieuwe inspiratie om een letter te versieren.								

Ingevulde vragenlijsten moment 1

Rosalie moment 1:

Vragenlijst Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld²⁷

Hieronder staan 30 korte zinnen.

De bedoeling is dat je met behulp van deze uitspraken probeert een beeld van jezelf te geven.

Gelieve bij elk van de uitspraken aan te geven welke antwoordcategorie voor jou van toepassing is of karakteristiek is voor jou.

- Je kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor je zijn

- Je kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor je zijn, maar je ook totaal vreemd zijn

- Je kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op jou

Het is de bedoeling dat je eerst een keer de hele lijst doorleest. Daarna probeer je met behulp van deze uitspraken een zo goed mogelijk beeld van jezelf te geven

- Zoals je werkelijk bent (je zelfbeeld, links te quoteren)
- Zoals je eigenlijk graag zou willen zijn (je ideaalbeeld, rechts te quoteren)

Gelieve beide kanten in te vullen

²⁷ IVC en Omschakelen, Vertrouwen in jezelf. 1998, blz.58-59

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+2	Ik voel mij best tevreden met mezelf, met mijn uiterlijk en zie meer positieve dan negatieve kanten	+3
+3	Ik kan alleen zijn	+3
+1	Ik voel mij niet vlug gekwetst of schuldig	+3
+2	Ik heb plannen en durf die te ondernemen	+2
+2	Ik heb voldoende energie en voel mij fit	+3
+2	Ik blijf mezelf in elk gezelschap	+2
+2	Ik voel mij evenwaardig aan de anderen, voel mij opgenomen in een groep	+3
+2	Ik ken mijn eigen mogelijkheden en weet wat ik kan	+3
+2	Ik sta op eigen benen en vraag niet meteen om hulp	+3
+3	Ik vind in alle omstandigheden wel een oplossing	+3
+3	Ik kan mij ergens volledig voor inzetten en geef niet gauw op	+3
-3	Ik zeg niet meteen ja als men iets van mij vraagt. Ik voel me niet gauw verplicht	+3
+2	Ik werk graag samen met anderen, in overleg	+3
+2	Ik kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfel niet veel	+3
+2	Ik sta open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+3
+1	Ik ben graag creatief en geniet daarvan	+2
+3	Ik kan mijn gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+3
+3	Ik toon mij zoals ik ben, ongedwongen en spontaan	+3
+2	Ik hou van orde en juiste afspraken	+2
+2	Ik sta open voor andere mensen en hun problemen	+2
-2	Ik pieker weinig en heb dingen uit het verleden verwerkt	+3
+2	Ik weet goed wat ik wil	+2
+2	Ik ben vlug enthousiast voor iets en heb de moed om iets te ondernemen	+2
-3	Als iemand mijn vertrouwen beschaamt, vertel ik die persoon hoe ik mij voel	+3
+2	Ik ben nauwgezet, vol ijver en werk dingen af	+3

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+2	Ik voel mij goed in de rol die ik te vervullen heb	+3
+3	Ik neem makkelijk initiatief	+2
+3	Ik ben warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
+2	Ik ben tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
49	127	78

Interpretatie van het resultaat

- 100-125** betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99** betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62** betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25** betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Ben je het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij mij	Past niet helemaal bij mij	Past een beetje bij mij	Past goed bij mij
Over het geheel genomen ben ik tevreden over mezelf			X	
Nu en dan denk ik dat ik nergens goed in ben		X		
Ik heb het gevoel dat ik een aantal goede eigenschappen heb				X
Ik kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Ik heb het gevoel dat ik niet veel heb om trots op te zijn	X			
Soms voel ik mezelf absoluut nutteloos	X			
Ik heb het gevoel dat ik een persoon ben die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen				X
Ik wou dat ik wat meer respect voor mezelf kan hebben			X	
Al met al voel ik mij mislukt	X			
Ik sta positief ten opzichte van mezelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij mij = 3
 - Past een beetje bij mij = 2
 - Past niet helemaal bij mij = 1
 - Past niet bij mij = 0

- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij mij = 0
 - Past een beetje bij mij = 1
 - Past niet helemaal bij mij = 2
 - Past niet bij mij = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 16.**

Netwerk moment 1:

Vragenlijst Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld²⁸

Hieronder staan 30 korte zinnen.

De bedoeling is dat u met behulp van deze uitspraken probeert een beeld van Rosalie te geven.

Gelieve bij elk van de uitspraken aan te geven welke antwoordcategorie voor haar van toepassing is of karakteristiek is voor haar.

- U kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor haar zijn
- U kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor haar zijn
- U kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor haar zijn

- U kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor haar zijn, maar haar ook totaal vreemd zijn

- U kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op haar
- U kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op haar
- U kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op haar

Het is de bedoeling dat u eerst een keer de hele lijst doorleest. Daarna probeert u met behulp van deze uitspraken een zo goed mogelijk beeld van Rosalie te geven

- Zoals ze werkelijk is (Reële zelfbeeld, links te quoteren)
- Zoals ze eigenlijk graag zou willen zijn (ideaalbeeld, rechts te quoteren)
-

Gelieve beide kanten in te vullen.

²⁸ IVC en Omschakelen, Vertrouwen in jezelf. 1998, blz.58-59

Lia (docent schoonmaak):

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
0	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
+1	Rosalie kan alleen zijn	+3
+1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
0	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+3
+1	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
0	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
0	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
+1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+2
+1	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+1
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+3
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	0
+1	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
+1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
+2	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
+1	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+2
+1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+1
+1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+1	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+3
+1	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
0	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
+1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2

+1	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2
Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 -1 -2 -3		+3 +2 +1 0 -1 -2 -3
+1	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertelt ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+2	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+3
+2	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
+1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+3
+3	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
+3	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
31	93	62

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Lianne (stagiaire/therapeut)

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
+2	Rosalie kan alleen zijn	+3
+1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+3	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+1
+3	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
+1	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
+2	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
+2	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+2	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+2
+2	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+2	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+3
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	0
+1	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
+1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
+2	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
-3	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+2
+2	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
+2	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+3	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+2	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-2	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
+1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2

+2	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2
Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-3	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertel ze die persoon hoe ze zich voelt	+1
+2	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+3
0	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
+1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+3	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
+2	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
39	99	60

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Marga (docent +mentor)

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-3	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+1
+2	Rosalie kan alleen zijn	+3
-3	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+2	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
0	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
-2	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
-2	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
+1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+2
-2	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+1
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+3
-1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	0
-1	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+1
-1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
-2	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
-1	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+2
+1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+1
-3	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+2	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
0	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-3	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
+2	Rosalie weet goed wat ze wil	+2

-2	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+1
Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 -1 -2 -3		+3 +2 +1 0 -1 -2 -3
-2	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertelt ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
-1	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+3
-2	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+1
0	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+1	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
-1	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+1
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
- 18	36	54

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Ouders:

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
+2	Rosalie kan alleen zijn	+3
-1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+1	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
-1	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
-1	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
-2	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
0	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
-1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+2
+1	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+2	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+3
-2	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	0
+1	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
-2	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
-1	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
+1	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+2
0	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+1
-2	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+3	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+1	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-3	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
0	Rosalie weet goed wat ze wil	+2

+1	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2
Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 -1 -2 -3		+3 +2 +1 0 -1 -2 -3
-1	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertel ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+2	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+3
-1	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
-1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+2	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
0	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
-3	57	60

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Lia (Docent schoonmaak):

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf			X	
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is		X		
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn		X		
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos		X		
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt		X		
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 15.**

Lianne (Stagiaire/Therapeute):

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf			X	
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn			X	
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos		X		
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben				X
Al met al voelt Rosalie zich mislukt	X			
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0

- Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 15**

Marga (Docent + mentor):

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf	X			
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is				X
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen		X		
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn				X
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos				X
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen	X			
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben				X
Al met al voelt Rosalie zich mislukt				X
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf	X			

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 11.**

Ouders:

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf		X		
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen		X		
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn			X	
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos			X	
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen		X		
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt			X	
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf		X		

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 13**

Ingevulde vragenlijsten moment 2

Rosalie moment 2:

Vragenlijst Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld²⁹

Hieronder staan 30 korte zinnen.

De bedoeling is dat je met behulp van deze uitspraken probeert een beeld van jezelf te geven.

Gelieve bij elk van de uitspraken aan te geven welke antwoordcategorie voor jou van toepassing is of karakteristiek is voor jou.

- Je kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor je zijn

- Je kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor je zijn, maar je ook totaal vreemd zijn

- Je kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op jou

Het is de bedoeling dat je eerst een keer de hele lijst doorleest. Daarna probeer je met behulp van deze uitspraken een zo goed mogelijk beeld van jezelf te geven

- Zoals je werkelijk bent (je zelfbeeld, links te quoteren)
- Zoals je eigenlijk graag zou willen zijn (je ideaalbeeld, rechts te quoteren)

Gelieve beide kanten in te vullen

²⁹ IVC en Omschakelen, Vertrouwen in jezelf. 1998, blz.58-59

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-1	Ik voel mij best tevreden met mezelf, met mijn uiterlijk en zie meer positieve dan negatieve kanten	+3
+3	Ik kan alleen zijn	+3
+1	Ik voel mij niet vlug gekwetst of schuldig	+3
+2	Ik heb plannen en durf die te ondernemen	+2
-1	Ik heb voldoende energie en voel mij fit	+3
+3	Ik blijf mezelf in elk gezelschap	+3
-1	Ik voel mij evenwaardig aan de anderen, voel mij opgenomen in een groep	+3
+1	Ik ken mijn eigen mogelijkheden en weet wat ik kan	+3
+1	Ik sta op eigen benen en vraag niet meteen om hulp	+3
+2	Ik vind in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+3	Ik kan mij ergens volledig voor inzetten en geef niet gauw op	+3
+2	Ik zeg niet meteen ja als men iets van mij vraagt. Ik voel me niet gauw verplicht	+2
+1	Ik werk graag samen met anderen, in overleg	+3
-1	Ik kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfel niet veel	+2
-1	Ik sta open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
+1	Ik ben graag creatief en geniet daarvan	+2
+1	Ik kan mijn gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
-1	Ik toon mij zoals ik ben, ongedwongen en spontaan	+3
+3	Ik hou van orde en juiste afspraken	+3
+3	Ik sta open voor andere mensen en hun problemen	+3
+1	Ik pieker weinig en heb dingen uit het verleden verwerkt	+2
+1	Ik weet goed wat ik wil	+3
+1	Ik ben vlug enthousiast voor iets en heb de moed om iets te ondernemen	+3
+2	Als iemand mijn vertrouwen beschaamt, vertel ik die persoon hoe ik mij voel	+3
+3	Ik ben nauwgezet, vol ijver en werk dingen af	+3

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+3	Ik voel mij goed in de rol die ik te vervullen heb	+3
+3	Ik neem makkelijk initiatief	+3
+2	Ik ben warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
+3	Ik ben tactvol in persoonlijke relaties	+3
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
58	136	78

Interpretatie van het resultaat

- 100-125** betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99** betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62** betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25** betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Ben je het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij mij	Past niet helemaal bij mij	Past een beetje bij mij	Past goed bij mij
Over het geheel genomen ben ik tevreden over mezelf		X		
Nu en dan denk ik dat ik nergens goed in ben			X	
Ik heb het gevoel dat ik een aantal goede eigenschappen heb				X
Ik kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Ik heb het gevoel dat ik niet veel heb om trots op te zijn	X			
Soms voel ik mezelf absoluut nutteloos			X	
Ik heb het gevoel dat ik een persoon ben die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Ik wou dat ik wat meer respect voor mezelf kan hebben			X	
Al met al voel ik mij mislukt		X		
Ik sta positief ten opzichte van mezelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- 📌 Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 Past goed bij mij = 3
 Past een beetje bij mij = 2
 Past niet helemaal bij mij = 1
 Past niet bij mij = 0

- 📌 Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 Past goed bij mij = 0
 Past een beetje bij mij = 1
 Past niet helemaal bij mij = 2
 Past niet bij mij = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal.
 Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 16**

Vragenlijst Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld³⁰

Hieronder staan 30 korte zinnen.

De bedoeling is dat u met behulp van deze uitspraken probeert een beeld van Rosalie te geven.

Gelieve bij elk van de uitspraken aan te geven welke antwoordcategorie voor haar van toepassing is of karakteristiek is voor haar.

- U kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor haar zijn
- U kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor haar zijn
- U kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor haar zijn

- U kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor haar zijn, maar haar ook totaal vreemd zijn

- U kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op haar
- U kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op haar
- U kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op haar

Het is de bedoeling dat u eerst een keer de hele lijst doorleest. Daarna probeert u met behulp van deze uitspraken een zo goed mogelijk beeld van Rosalie te geven

- Zoals ze werkelijk is (Reële zelfbeeld, links te quoteren)
- Zoals ze eigenlijk graag zou willen zijn (ideaalbeeld, rechts te quoteren)
-

Gelieve beide kanten in te vullen.

Reële		Ideaalbeeld
-------	--	-------------

³⁰ IVC en Omschakelen, Vertrouwen in jezelf. 1998, blz.58-59

Zelfbeeld Score		Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+1	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+1
+2	Rosalie kan alleen zijn	+2
+1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+1	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
+2	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
+1	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+1
+1	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
+2	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+1
0	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+1
+2	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+2
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+1
+2	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
+1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+1
0	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	0
+1	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
+1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+1
+1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+1
+1	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+1
+2	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
+1	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+1
+1	Rosalie weet goed wat ze wil	+1
+2	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2
Reële		Ideaalbeeld

Zelfbeeld Score		Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
0	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertelt ze die persoon hoe ze zich voelt	0
+2	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
+2	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
+1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+1
+3	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
+3	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+3
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
39	82	43

Interpretatie van het resultaat

100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf

63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau

25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen

0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Lianne (stagiaire/Therapeute):

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
-1	Rosalie kan alleen zijn	+2
-1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+1	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
+1	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+3
+2	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+3
+1	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
0	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+2
0	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+2
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+2
+2	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
+1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
+2	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
+2	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
-1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
-1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+2
+2	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+2	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-2	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
-1	Rosalie weet goed wat ze wil	+1
+1	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-1	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertel ze die persoon hoe ze zich voelt	+3
+2	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
+1	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
+1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+2	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
+1	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+3
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
16	77	61

Interpretatie van het resultaat

100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf

63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau

25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen

0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Marga (docent+mentor):

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
+2	Rosalie kan alleen zijn	+2
-1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+2	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+3
+1	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+3
0	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
-2	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
-1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+1
-1	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+1
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+2
+1	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
-1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+1
+1	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
-2	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
-2	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
0	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+2
+2	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
0	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+1
-1	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+2
-1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2
-1	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
0	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertelt ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+1	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
0	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+1
-1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+1	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
+1	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+1
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
-1	52	53

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Ouders:

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
-1	Rosalie kan alleen zijn	+2
-1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
0	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
-1	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+3
-2	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
-1	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
-1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
0	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+2
+1	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+2
-1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+2
+2	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
-2	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
0	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
0	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
+1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
-1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+2
+3	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+2	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-1	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+2
-1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2
0	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-1	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertel ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+1	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
-1	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
-2	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+1	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
0	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
-7	51	58

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Lia (Docent Schoonmaak)

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf			X	
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn		X		
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos		X		
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt	X			
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

-  Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
-  Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 17**

Lianne (Stagiaire/Therapeute)

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf		X		
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn				X
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos			X	
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen		X		
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben				X
Al met al voelt Rosalie zich mislukt		X		
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 Past goed bij haar = 3
 Past een beetje bij haar = 2
 Past niet helemaal bij haar = 1
 Past niet bij haar = 0

- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 Past goed bij haar = 0
 Past een beetje bij haar = 1
 Past niet helemaal bij haar = 2
 Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal.
 Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 12**

Marga (Docent+mentor):

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf		X		
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is				X
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten		X		
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn			X	
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos				X
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen		X		
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben				X
Al met al voelt Rosalie zich mislukt			X	
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf		X		

Scores zijn berekend als volgt:

- 📌 Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 Past goed bij haar = 3
 Past een beetje bij haar = 2
 Past niet helemaal bij haar = 1
 Past niet bij haar = 0

- 📌 Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 Past goed bij haar = 0
 Past een beetje bij haar = 1
 Past niet helemaal bij haar = 2
 Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal.
 Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 16**

Ouders:

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf	X			
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten		X		
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen	X			
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn			X	
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos			X	
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen		X		
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt			X	
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf		X		

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0

- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal.
Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 13**

Ingevulde vragenlijsten moment 3

Rosalie moment 3:

Vragenlijst Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld³¹

Hieronder staan 30 korte zinnen.

De bedoeling is dat je met behulp van deze uitspraken probeert een beeld van jezelf te geven.

Gelieve bij elk van de uitspraken aan te geven welke antwoordcategorie voor jou van toepassing is of karakteristiek is voor jou.

- Je kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor je zijn
- Je kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor je zijn

- Je kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor je zijn, maar je ook totaal vreemd zijn

- Je kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op jou
- Je kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op jou

Het is de bedoeling dat je eerst een keer de hele lijst doorleest. Daarna probeer je met behulp van deze uitspraken een zo goed mogelijk beeld van jezelf te geven

- Zoals je werkelijk bent (je zelfbeeld, links te quoteren)
- Zoals je eigenlijk graag zou willen zijn (je ideaalbeeld, rechts te quoteren)

Gelieve beide kanten in te vullen

³¹ IVC en Omschakelen, Vertrouwen in jezelf. 1998, blz.58-59

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-1	Ik voel mij best tevreden met mezelf, met mijn uiterlijk en zie meer positieve dan negatieve kanten	+3
+3	Ik kan alleen zijn	+3
+2	Ik voel mij niet vlug gekwetst of schuldig	+3
+2	Ik heb plannen en durf die te ondernemen	+2
-1	Ik heb voldoende energie en voel mij fit	+3
+2	Ik blijf mezelf in elk gezelschap	+2
-1	Ik voel mij evenwaardig aan de anderen, voel mij opgenomen in een groep	+3
+1	Ik ken mijn eigen mogelijkheden en weet wat ik kan	+3
+1	Ik sta op eigen benen en vraag niet meteen om hulp	+2
+2	Ik vind in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+3	Ik kan mij ergens volledig voor inzetten en geef niet gauw op	+3
+2	Ik zeg niet meteen ja als men iets van mij vraagt. Ik voel me niet gauw verplicht	+2
+2	Ik werk graag samen met anderen, in overleg	+3
-1	Ik kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfel niet veel	+2
-1	Ik sta open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+3
+1	Ik ben graag creatief en geniet daarvan	+2
+1	Ik kan mijn gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+3
-1	Ik toon mij zoals ik ben, ongedwongen en spontaan	+3
+2	Ik hou van orde en juiste afspraken	+3
+3	Ik sta open voor andere mensen en hun problemen	+3
+1	Ik pieker weinig en heb dingen uit het verleden verwerkt	+2
+1	Ik weet goed wat ik wil	+3
+1	Ik ben vlug enthousiast voor iets en heb de moed om iets te ondernemen	+3
+1	Als iemand mijn vertrouwen beschaamt, vertel ik die persoon hoe ik mij voel	+3
+3	Ik ben nauwgezet, vol ijver en werk dingen af	+3

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+3	Ik voel mij goed in de rol die ik te vervullen heb	+3
+3	Ik neem makkelijk initiatief	+3
+3	Ik ben warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
+3	Ik ben tactvol in persoonlijke relaties	+3
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
40	117	77

Interpretatie van het resultaat

- 100-125** betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99** betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62** betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25** betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Ben je het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij mij	Past niet helemaal bij mij	Past een beetje bij mij	Past goed bij mij
Over het geheel genomen ben ik tevreden over mezelf			X	
Nu en dan denk ik dat ik nergens goed in ben			X	
Ik heb het gevoel dat ik een aantal goede eigenschappen heb				X
Ik kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Ik heb het gevoel dat ik niet veel heb om trots op te zijn		X		
Soms voel ik mezelf absoluut nutteloos		X		
Ik heb het gevoel dat ik een persoon ben die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Ik wou dat ik wat meer respect voor mezelf kan hebben			X	
Al met al voel ik mij mislukt		X		
Ik sta positief ten opzichte van mezelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 Past goed bij mij = 3
 Past een beetje bij mij = 2
 Past niet helemaal bij mij = 1
 Past niet bij mij = 0

- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 Past goed bij mij = 0
 Past een beetje bij mij = 1
 Past niet helemaal bij mij = 2
 Past niet bij mij = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal.
 Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 15**

Netwerk moment 3:

Lia (Docent schoonmaak):

Vragenlijst Reële zelfbeeld versus ideaalbeeld³²

Hieronder staan 30 korte zinnen.

De bedoeling is dat u met behulp van deze uitspraken probeert een beeld van Rosalie te geven.

Gelieve bij elk van de uitspraken aan te geven welke antwoordcategorie voor haar van toepassing is of karakteristiek is voor haar.

- U kiest + 3 voor zinnen die uitgesproken karakteristiek voor haar zijn
- U kiest + 2 voor zinnen die redelijk karakteristiek voor haar zijn
- U kiest + 1 voor zinnen die enigszins nog karakteristiek voor haar zijn

- U kiest 0 voor zinnen die niet karakteristiek voor haar zijn, maar haar ook totaal vreemd zijn

- U kiest -1 voor zinnen die weinig van toepassing zijn op haar
- U kiest - 2 voor zinnen die niet van toepassing zijn op haar
- U kiest - 3 voor zinnen die zeker niet van toepassing zijn op haar

Het is de bedoeling dat u eerst een keer de hele lijst doorleest. Daarna probeert u met behulp van deze uitspraken een zo goed mogelijk beeld van Rosalie te geven

- Zoals ze werkelijk is (Reële zelfbeeld, links te quoteren)
- Zoals ze eigenlijk graag zou willen zijn (ideaalbeeld, rechts te quoteren)
-

Gelieve beide kanten in te vullen.

³² IVC en Omschakelen, Vertrouwen in jezelf. 1998, blz.58-59

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+1	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+1
+2	Rosalie kan alleen zijn	+2
+2	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+2	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
+2	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
+2	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
+2	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+1
+1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	0
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+1
0	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	0
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+1
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+1
+2	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
0	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+1
+1	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+1
+1	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
+2	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
+2	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+2
+3	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+2	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
+1	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+2
+1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2
+2	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
0	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertelt ze die persoon hoe ze zich voelt	+1
+2	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
+2	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
0	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+1
+3	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
+3	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+3
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
44	91	47

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Lianne (stagiaire/therapeute):

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+1	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
+1	Rosalie kan alleen zijn	+3
+1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
+2	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
+2	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+3
+1	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+3
+1	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
+1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
+1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+3
+1	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+3
+2	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+3
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+2
+2	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+3
-1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
-1	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+3
+2	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+3
+1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
+1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+2	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+3	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-1	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
-1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2
+1	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+1	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertel ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+1	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+3
+1	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+3
+1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+2	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
-1	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
28	100	72

Interpretatie van het resultaat

- 100-125** betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99** betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62** betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25** betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Marga (docent+mentor):

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
+2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
+1	Rosalie kan alleen zijn	+2
-1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
0	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
0	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+2
0	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
-1	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
-1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
0	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+3
0	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
0	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+2
+1	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+1
0	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+2
-1	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
+1	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+2
0	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
-1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
-1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+2	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
0	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-1	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
+1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2
0	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertelt ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+1	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
-1	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+2
-1	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
0	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+2
0	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
-2	57	59

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Ouders:

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Rosalie voelt zich best tevreden met zichzelf, met haar uiterlijk en ziet meer positieve dan negatieve kanten	+2
-1	Rosalie kan alleen zijn	+2
-1	Rosalie voelt zich niet vlug gekwetst of schuldig	+2
-1	Rosalie heeft plannen en durft die te ondernemen	+2
-2	Rosalie heeft voldoende energie en voelt zich fit	+3
-2	Rosalie blijft zichzelf in elk gezelschap	+2
-2	Rosalie voelt zich evenwaardig aan de anderen, voelt zich opgenomen in een groep	+2
-1	Rosalie kent haar eigen mogelijkheden en weet wat ze kan	+2
-1	Rosalie staat op eigen benen en vraagt niet meteen om hulp	+3
-2	Rosalie vindt in alle omstandigheden wel een oplossing	+2
+1	Rosalie kan zich ergens volledig voor inzetten en geeft niet gauw op	+3
-2	Rosalie zegt niet meteen ja als men iets van haar vraagt. Ze voelt zich niet gauw verplicht	+2
+2	Rosalie werkt graag samen met anderen, in overleg	+3
-2	Rosalie kan vlug zelf beslissingen nemen en twijfelt niet veel	+2
-2	Rosalie staat open voor nieuwe dingen, voor de toekomst	+3
-1	Rosalie is graag creatief en geniet daarvan	+1
-1	Rosalie kan haar gevoelens duidelijk mondeling uiten, zonder overdrijven	+2
-1	Rosalie toont zich zoals ze is, ongedwongen en spontaan	+3
+3	Rosalie houdt van orde en juiste afspraken	+2
+2	Rosalie staat open voor andere mensen en hun problemen	+2
-2	Rosalie piekert weinig en heeft dingen uit het verleden verwerkt	+3
-1	Rosalie weet goed wat ze wil	+2
+2	Rosalie is vlug enthousiast voor iets en heeft de moed om iets te ondernemen	+2

Reële Zelfbeeld Score		Ideaalbeeld Score
+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3		+3 +2 +1 0 - 1 -2 -3
-2	Als iemand Rosalie haar vertrouwen beschaamt, vertel ze die persoon hoe ze zich voelt	+2
+1	Rosalie is nauwgezet, vol ijver en werkt dingen af	+2
+1	Rosalie voelt zich goed in de rol die ze te vervullen heeft	+3
-2	Rosalie neemt makkelijk initiatief	+2
+2	Rosalie is warm, vriendelijk en tegemoetkomend	+3
0	Rosalie is tactvol in persoonlijke relaties	+2
TOTAALSCORE Reële Zelfbeeld		TOTAALSCORE Ideaalbeeld
8	72	64

Interpretatie van het resultaat

- 100-125 betekent dat u zich in grote mate onderwaardeert. Een uitzonderlijk hoge score kan betekenen dat u te hardvochtig bent voor uzelf
- 63-99 betekent dat u zichzelf meer onderwaardeert dan waardeert, maar de uitkomst ligt op een normaal niveau
- 25-62 betekent dat over het geheel genomen u met uzelf bent ingenomen, maar aan bepaalde punten waarmee u zich onderwaardeert kunt u wat doen
- 0-25 betekent dat u onder alle omstandigheden met uzelf bent ingenomen. Een lage uitkomst kan betekenen dat u in uw antwoorden niet realistisch was

Lia (docent schoonmaken):

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf			X	
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen				X
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn		X		
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos		X		
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt	X			
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 17**

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf		X		
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn			X	
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos		X		
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen			X	
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt			X	
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0

- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal.
Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 13**

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf		X		
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is				X
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten		X		
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen			X	
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn				X
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos				X
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen		X		
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben				X
Al met al voelt Rosalie zich mislukt			X	
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf			X	

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 14**

Ouders:

Vragenlijst- Rosenberg Scale

Bent u het eens met de volgende uitspraken?

	Past niet bij haar	Past niet helemaal bij haar	Past een beetje bij haar	Past goed bij haar
Over het geheel genomen is Rosalie tevreden over zichzelf		X		
Zo nu en dan denkt Rosalie dat ze nergens goed in is			X	
Rosalie heeft het gevoel een aantal goede eigenschappen te bezitten			X	
Rosalie kan de dingen net zo goed als de meeste andere mensen		X		
Rosalie denkt dat ze niet veel heeft om op trots te zijn			X	
Rosalie voelt zich soms absoluut nutteloos			X	
Rosalie heeft het gevoel dat ze een persoon is die wat waard is, op zijn minst evenveel als anderen		X		
Rosalie zou willen dat ze meer respect voor haarzelf kan hebben			X	
Al met al voelt Rosalie zich mislukt		X		
Rosalie staat positief ten opzichte van zichzelf		X		

Scores zijn berekend als volgt:

- ✚ Voor vragen 1,2,4,6 en 7:
 - Past goed bij haar = 3
 - Past een beetje bij haar = 2
 - Past niet helemaal bij haar = 1
 - Past niet bij haar = 0
- ✚ Voor vragen 3,5,8,9 en 10
 - Past goed bij haar = 0
 - Past een beetje bij haar = 1
 - Past niet helemaal bij haar = 2
 - Past niet bij haar = 3

De schaal gaat van 0 tot 30. Scores tussen 15 en 25 zijn normaal. Scores onder 15 weergeven een laag zelfbeeld. **Score van 14**

Interviews volledig uitgetypt

Interview Rosalie

1. Wat vond je van de beeldende begeleiding?

"Leuk, andere dingen mogen uitbeelden. Zoals nieuwe dingen/materialen uit proberen. Het was ook leuk met Lianne werken. Dat we samen eens waren over wat ik ging doen. Vond de opdrachten ook heel leuk."

2. Hoe vond je het werken met een beeldend dagboek?

"Leuk, verschillende dingen maken. Elke week huiswerk was leuk, eigen plaatjes zoeken. Mijn manier uitbeelden en vertellen in het boek."

3. Wat vond je het meest leerzaam tijdens de bijeenkomsten?

"De opdrachten, thuis erover nadenken en hier mogen tekenen."

4. Welk van de bijeenkomsten vond je het meest leerzaam?

"Wie wil ik zijn, want hier heb ik het langst aan gezeten."

5. Heb je het gevoel zelfverzekerder te zijn geworden? Hoe merk je dat aan jezelf?

"Ja, dat wel, meer praten erover vond ik wel lekker. Doe anders thuis dan op school. Thuis als ik boos ben ga ik naar mijn kamer. Op school laat ik het merken en vertel als ik boos ben. Thuis hou ik mij in en ga op kussens slaan en ga muziek luisteren. Op school scheld ik diegene uit waarop ik boos ben of vertel dat ik heel boos ben."

6. Als je op de vorige vraag Ja hebt gezegd, wat zorgde ervoor in de periode van de beeldende begeleiding dat je zelfverzekerder bent geworden?

"Er over praten. Zowel thuis als met Lianne. En het mogen uiten van mijn gevoel."

7. Nog andere opmerkingen die je graag kwijt wilt over de beeldende begeleiding?

"Leuk om te doen en te proberen. Vond tien keer goed zo. Was lang genoeg."

Interview netwerk:

Mentor
Docent
Ouders

De vragen slaan allen op de periode waarin Rosalie beeldende begeleiding heeft gehad. Die periode is de afgelopen tien weken.

1.

a. Is er een versterking zichtbaar in Rosalie haar gedrag m.b.t. haar zelfbeeld?

b. Zo ja, waar was dit aan te zien?

c. Wanneer was de versterking van het zelfbeeld het meest zichtbaar? (De periode tussen de eerste-en tweede keer invullen van de vragenlijsten of tussen de tweede –en derde keer invullen van de vragenlijst.)

Mentor: "Ik zie niet direct een versterking van haar zelfbeeld. De periode lijkt hiervoor te kort. Wel zie ik dat ze graag de bijeenkomsten volgt en zichtbaar geniet van de extra aandacht die zij krijgt. Ook doet het haar goed dat ze een uitzondering in de groep is. De enige die deze extra begeleiding krijgt."

Docent:

"a Ja

b Voelt zich rustiger en meer op haar gemak"

Ouders: "Nog niet meteen versterking zichtbaar maar ik kan mij voorstellen dat het nog komt. De therapie gaf wel stof en onderwerpen tot nadenken, maar tien weken is misschien toch wel vrij kort."

2. Heeft Rosalie zich tegenover jullie geuit over de beeldende begeleiding?

Mentor: "Niet uit zichzelf. Als ik haar vroeg hoe het ging gaf ze mij antwoord en aan haar houding en manier van spreken kon ik zien dat zij er duidelijk plezier in had."

Docent: "Nee".

Ouders: "Ja. Ze heeft er elke week over verteld en ook trouw haar "huiswerk" gemaakt. Volgens mij vond ze het ook wel "lastig". Omdat ze natuurlijk geconfronteerd werd met zichzelf."

3. Heeft Rosalie hulp aan jullie gevraagd over de beeldende begeleiding? Wat waren daarin haar vragen?

Mentor: "Nee".

Docent: "Nee".

Ouders: "Ja, Jeroen heeft vaak geholpen, praktisch, ze had wel zelf ideeën. De vraag op papier/mail was voor haar soms niet te begrijpen, maar na uitleg van

ons was het wel duidelijk.”

4. Wat vinden jullie van de methode beeldend dagboek, waar Rosalie mee heeft gewerkt?

Mentor: “Een goede manier om aan haar zelfbeeld te werken. Misschien tien weken tekort gezien het niveau van de leerling..... (teveel opdrachten voor 45 minuten) Het zorgt er wel voor dat Rosalie geen tijd heeft om lang na te denken. Beschrijven van haar gevoelens was moeilijk.

Rosalie liet zien in haar dagboek dat ze zich beter ging uiten haar angst om iets fout te doen leek ze beter los te kunnen laten. Ze liet meer haar fantasie het werk doen en durfde steeds meer te experimenteren.. Belangrijk dat ze plezier had om aan het boek te werken. Ze was er ook echt trots op.”

Docent: “N.v.t.”

Ouders: “Creatief, leuk. Eerst dacht Roos (en wij ook!) vooral in plaatjes. Later lukte het ook al beter met ander materiaal.”

5. Hoe hebben jullie de ingezette interventie beleefd?

Mentor: “zie stukje bij vraag 4”

Docent: “N.v.t.”

Ouders: “Contact was prima en duidelijk. Nogmaals misschien te kort om nu al verandering te zien. Rosalie heeft ook eens een periode hulpverlening gehad bij vergroten van positief zelfbeeld (bij Zodiak, Purmerend). En wij zagen positieve verandering pas na enkele maanden.”

6. Wat vonden jullie goed aan de opzet van de beeldende begeleiding en wat hadden jullie liever anders gezien? (hierbij te denken aan bijvoorbeeld evaluatie momenten, op de hoogte worden gehouden van het verloop van de beeldende begeleiding en de hoeveelheid bijeenkomsten.)

Mentor: “zie stukje bij vraag 4”

Docent: “N.v.t.”

Ouders: “Prima voor deze (relatief) korte periode! Bij langere tijd is tussentijdse evaluatie misschien zinvol.”

7. Overige opmerkingen:

Ouders: “Rosalie was soms verdrietig als er naar negatieve eigenschappen werd gevraagd. Was wel erg confronterend. Wat kun je niet, waar ben je niet goed in. Nadruk leek soms te liggen op het negatieve, maar misschien leek dat zo en kwam ze daar ook het meeste mee thuis.”

