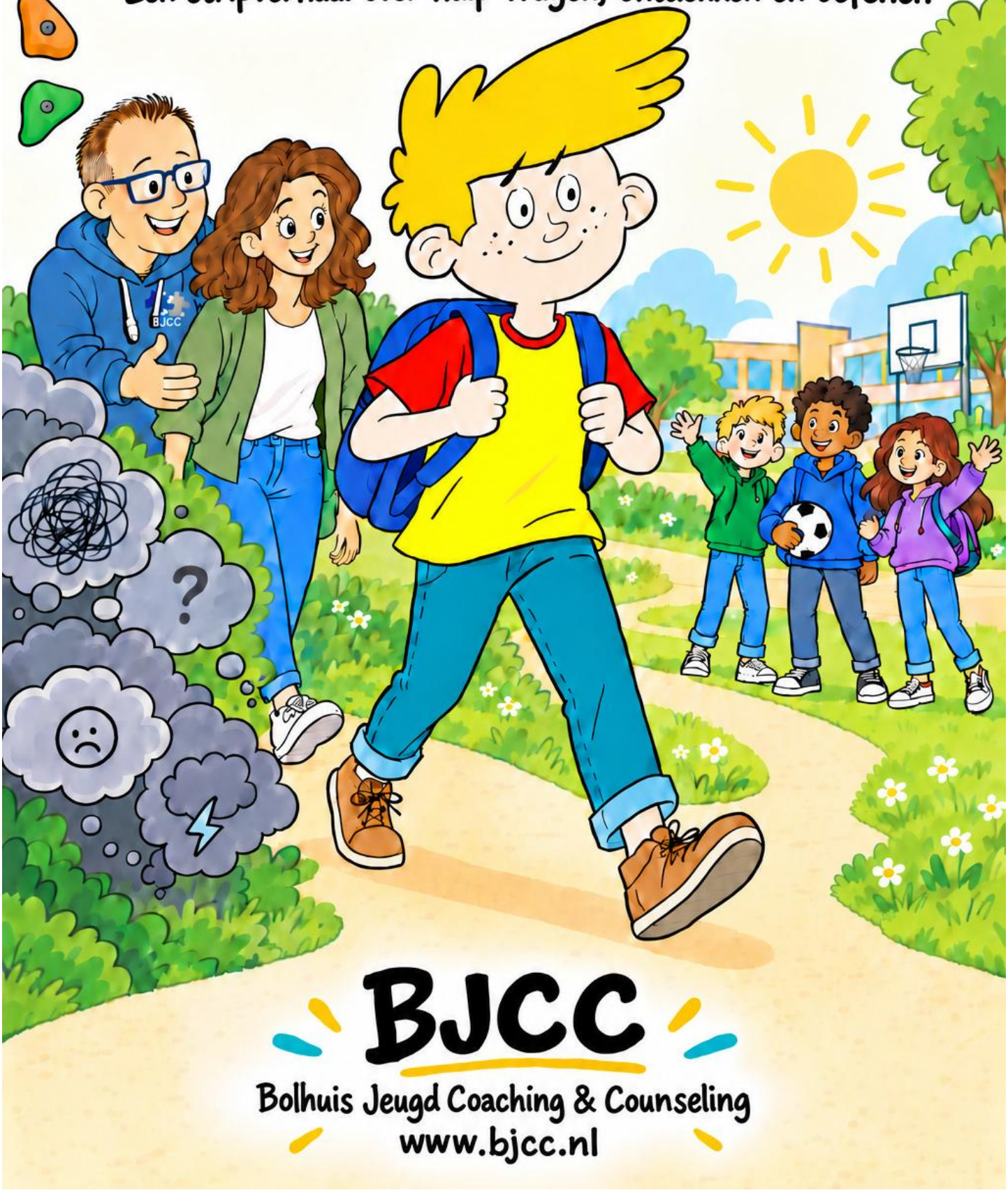
Van hoofd vol, naar vrij spel door BJCC.

Een stripverhaal over hulp vragen, ontdekken en oefenen



BJCC

Bolhuis Jeugd Coaching & Counseling

www.bjcc.nl



Bolhuis Jeugd Coaching & Counseling

BJCC

www.bjcc.nl

PieterBolhuis@bjcc.nl

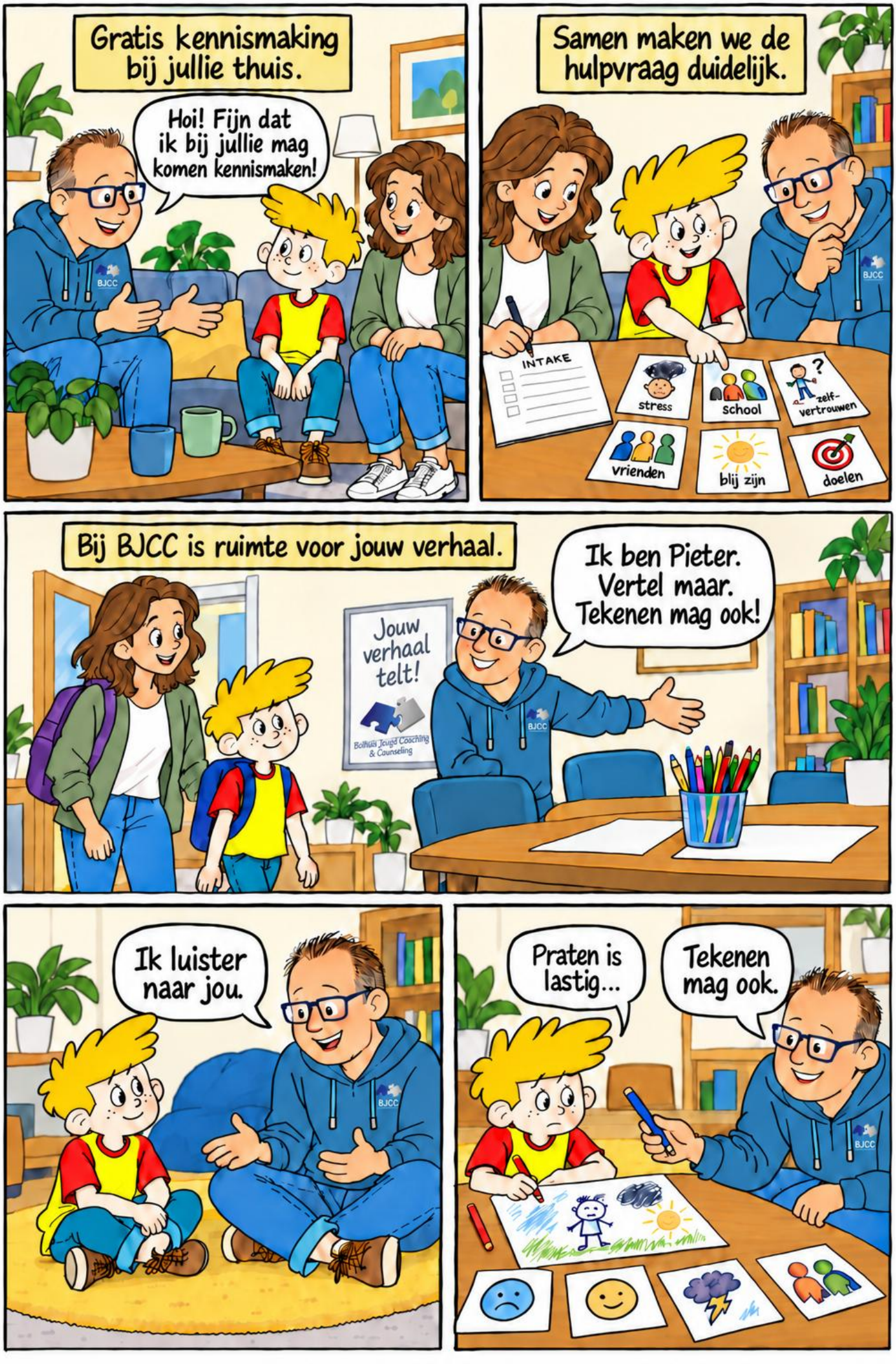
0499 - 310573

Kinder- en jeugdcoaching, counseling en
PGB-begeleiding op maat.


Mijn hoofd zit vol.
Ik heb te weinig of te veel zelfvertrouwen!
Ik pieker heel veel!
Ik ben bang!
Ik voel me onzeker!
Ik durf het niet!
Ik twijfel aan mezelf!
Ik ben gewoon boos!
Ik ben verdrietig!
Ik voel me anders!
Ik heb vaak hoofdpijn!
Ik ben héél gevoelig!
Ik weet niet wie ik ben?

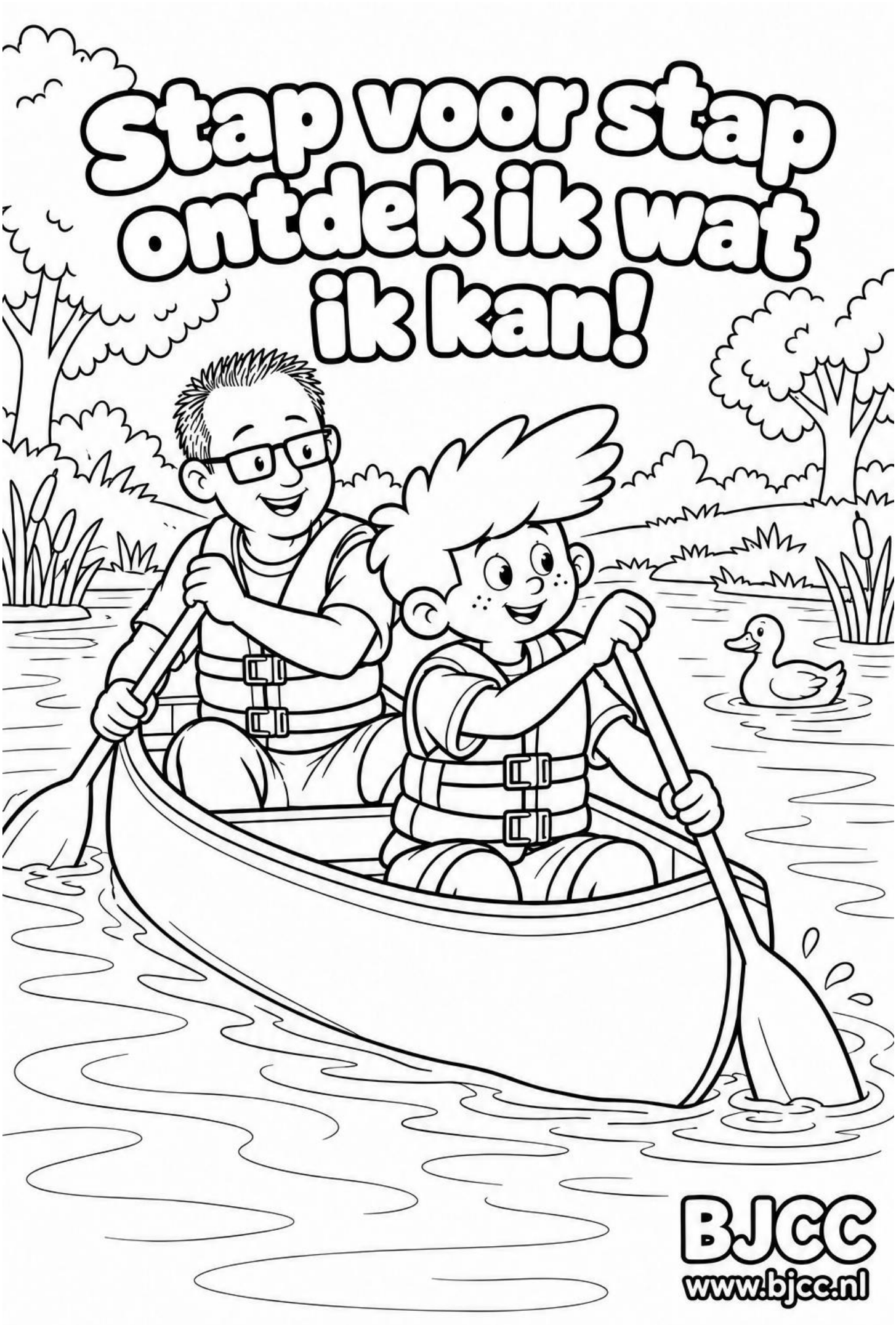

Zullen we samen hulp zoeken?
Ja, graag.


Eerst contact.
Kunnen we kennismaken?


Gratis kennismaking bij jullie thuis.
Hoi! Fijn dat ik bij jullie mag komen kennismaken!
Samen maken we de hulpvraag duidelijk.
INTAKE
stress
school
zelf-vertrouwen
vrienden
blij zijn
doelen
Bij BJCC is ruimte voor jouw verhaal.
Jouw verhaal telt!
Bolhuis Jeugd Coaching & Counseling
Ik ben Pieter. Vertel maar. Tekenen mag ook!
Ik luister naar jou.
Praten is lastig...
Tekenen mag ook.


Zullen we anders kijken?
gedachten
gevoelens
gedrag
Ik wil...
sterker worden
hoger klimmen
rustiger blijven
samen doen
Oefenen in een prettige situatie.
Kijk rustig naar je volgende stap.
Wat ging er goed?
Wat zou het makkelijker gemaakt hebben?
Mijn stappenplan.
Welke stap helpt jou?
1
2
3
BJCC


Mijn plan in de praktijk.
Ik adem rustig... Dat lukt!
Kunt u me helpen?
1. Adem rustig
2. Denk na
3. Doe het!
Ook PGB-begeleiding op maat.
Oefenen in het dagelijks leven.
Mijn tas
boek
etui
lunch
gymspullen
sleutel
BJCC
Samen terugkijken en bijstellen.
Wat helpt al? Wat is je volgende stap?
Mijn doelen
Meer vrienden maken
Minder stress
Beter opletten in de klas
Zelfvertrouwen
BJCC
Mag ik meedoen?
Ja, kom erbij!


Stap voor stap
ontdek ik wat
ik kan!
BJCC
www.bjcc.nl

Mijn eigen eiland

Teken een eiland dat iets over jezelf vertelt.
Tekenen, schrijven of allebei mag!
Spelfouten zijn geen probleem.

Vijf plekken op jouw eiland



De talentenberg: Waar ben ik goed in? Waar ben ik trots op?



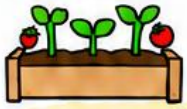
Het fijne strand: Wat vind ik leuk? Waar krijg ik energie van?



De lastige jungle: Wat vind ik soms moeilijk?
Wanneer loopt iets minder fijn?



De helpende brug: Wie of wat helpt mij als iets lastig is?



De groeituin: Wat wil ik leren of oefenen?

Zo pak je het aan

1. Teken je eiland hiernaast. Is het te klein kun je bijvoorbeeld lege blaadjes aan elkaar plakken tot het juiste formaat.
2. Verdeel het eiland in de vijf plekken en teken de tekeningetjes hierin na.
3. Vul de plekken met woorden, tekeningen of kleine plaatjes of foto's.
4. Teken jezelf als ontdekkingsreiziger. Waar sta je nu? Waar wil je naartoe?

Er is geen goed of fout. Jij bepaalt wat je wilt delen.

Mijn eiland heet: .....



Mijn eiland heet: .....







Jouw verhaal.
Jouw volgende stap.

Samen ontdekken we wat jou helpt.
Jij kiest waaraan je wilt werken.
We oefenen stap voor stap, op een manier die bij jou past.



Meer weten of kennismaken?

BJCC

Bolhuis Jeugd Coaching & Counseling

www.bjcc.nl

PieterBolhuis@bjcc.nl

0499 - 310573

Bolhuis Jeugd Coaching & Counseling

Kinder- en jeugdcoaching, counseling en
PGB-begeleiding op maat.