



# Kindercoach OP SCHOOL



## Herken jij één of meer van de onderstaande gevoelens?

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ik ben bang om een toets te maken                              | <input type="checkbox"/> Papa en mama horen mij vaak niet   | <input type="checkbox"/> Kinderen lachen mij uit en ik heb daar last van                  |
| <input type="checkbox"/> Ik word gepest op school                                       | <input type="checkbox"/> Ik ga gamen als ik mij niet fijn voel.                                   | <input type="checkbox"/> Mijn ouders snappen mij totaal niet en ik wil dat ze mij snappen |
| <input type="checkbox"/> Ik word gepest op social media                                 | <input type="checkbox"/> Ik heb vaak ruzie met mijn ouders  | <input type="checkbox"/> Ik zeg STOP maar ze gaan gewoon door                             |
| <input type="checkbox"/> Ik pest  | <input type="checkbox"/> Ik voel me vaak boos   | <input type="checkbox"/> Ik vind het moeilijk om mijn emoties te uiten                    |
| <input type="checkbox"/> Ik voel me dom   | <input type="checkbox"/> Ik voel me vaak verdrietig   | <input type="checkbox"/> Ik zorg voor mijn zieke vader/moeder/ broer(tje) zus(je)         |
| <input type="checkbox"/> Ik wil erbij horen   | <input type="checkbox"/> Ik voel me vaak bang.  | <input type="checkbox"/> Juf en/of meester hoort mij niet                                 |
| <input type="checkbox"/> Thuis is het niet fijn   | <input type="checkbox"/> Ik weet niet waar ik goed in ben   | <input type="checkbox"/> Ik voel me verlegen  |
| <input type="checkbox"/> Mijn ouders zijn gescheiden of gaan scheiden en ik voel me rot | <input type="checkbox"/> Ik hoor nooit ergens bij   | <input type="checkbox"/> Ik heb last van harde geluiden                                   |
| <input type="checkbox"/> Ik heb verdriet omdat er iemand overleden is in mijn familie   | <input type="checkbox"/> Ze willen niet met mij spelen  | <input type="checkbox"/> Ik heb vaak negatieve gedachten                                  |
| <input type="checkbox"/> Ik kan het niet  | <input type="checkbox"/> Op school voel ik mij onveilig   | <input type="checkbox"/> Ik verveel me en ik weet echt niet waar ik blij van word         |
| <input type="checkbox"/> Mensen snappen mij niet  | <input type="checkbox"/> Ik durf mijn vinger niet op te steken omdat ik denk dat ik het niet weet | <input type="checkbox"/> Ik heb vaak last van angsten/ hartkloppingen/ blozen             |
| <input type="checkbox"/> Ik voel me eenzaam   | <input type="checkbox"/> Ik weet niet goed wie ik ben   |   |
| <input type="checkbox"/> Mijn hoofd is zo druk en vol                                   | <input type="checkbox"/> Ik heb vaak buikpijn/hoofdpijn en ik weet niet hoe dat kan               |   |
| <input type="checkbox"/> Het ligt allemaal aan een ander dat ik mij zo voel als nu      | <input type="checkbox"/> Ze zeggen dat ik lelijk ben  |   |

## En heb je hier last van?

# kindercoach OP SCHOOL

## Dan kan ik je helpen om je beter te voelen

Hoi, ik ben **Ilona** en samen gaan we een manier ontdekken die bij jou past om je beter te voelen! Misschien door te tekenen 🖍️, kleien 🗑️, spellen te spelen 🎲, via verhalen 📖, schrijven ✍️, of soms lekker naar buiten om te voetballen ⚽ of een stukje te wandelen 🚶.

Hieronder heb je verschillende manieren om in contact met me te komen. Jouw keuze!  
En weet je, je kunt me vertrouwen. Ik vertel echt niks aan je ouders, verzorgers, juf, of meester zonder eerst met jou te overleggen.

Ik ben hier om naar jouw verhaal te luisteren. 😊

### Inloopmomentjes 🕒

**Iedere donderdag** ben ik op school van **13.00 – 13.30u & 15.00 – 16.30u**.  
Je kunt me dan vinden in de **Werkkamer op 1 hoog**.

### Kindercoach op school Brievenbus 📬

Er hangt een brievenbus **in de gang van het DenkLab** (begane grond). Hier kan je een briefje in doen met je **naam, klas** en **wanneer** je wilt afspreken. Ik neem dan contact met je op.

### Via juf/meester of ouders/verzorgers 🗨️

Je kan hun vragen of ze contact met me op willen nemen.

### Via telefoon 📞 of WhatsApp 📱

06 – 30 51 37 17

### Via e-mail ✉️

meidoorn@kindercoachopschool.nl

