Blog Vitale kinderen

**Vitale kinderen door hulp**

Een gebeurtenis kan bij een kind een enorme indruk achterlaten. Het kind kan bevriezen en zijn natuurlijke en spontane gedrag kwijtraken. Zijn lichaam kan zich gaan vormen naar de opinies, oordelen en meningen van de omgeving. Als een patroon van 'meegaan met de wensen van een ander' een gewoonte is geworden, zijn gevoelens van lusteloosheid en plotselinge agressie verklaarbaar.

**Hulp bieden als ouder of verzorger**

Als ouder of verzorger heb je niet altijd in de hand waarmee je kind wordt geconfronteerd. Kinderen vinden het soms moeilijk om hun gevoelens onder woorden te brengen als ze iets hebben meegemaakt. Dan vertellen ze niet waarom ze bijvoorbeeld boos, angstig of verdrietig zijn. Het kan zijn dat ze niet goed weten wat er van ze verwacht wordt of dat ze zich onbegrepen voelen. Dat geeft de kinderen zelf, hun ouders of verzorgers, en andere mensen die belangrijk voor ze zijn, vaak een machteloos gevoel. Hierbij kan een coach helpen.

**Traumatische reacties aanpakken**

Een coach die helpt om het kind zelf de oplossing te laten vinden om een traumatische reactie aan te pakken. Aanpakken beperkt niet alleen de kans op reacties in het latere leven. Het voedt ook het vermogen om gevaarlijke situaties met meer gemak het hoofd te bieden. Het creëert een natuurlijke veerkracht in de omgang met stress.

**Stel niet uit!**

Lang doorlopen met problemen kan weer andere problemen aanwakkeren. Zelfvertrouwen wordt laag, psychosomatische klachten steken de kop op. Stel als ouder of verzorger hulp voor je kind niet uit. Hulp hoeft niet lang te duren. In twee of drie sessies met een coach kan je kind weer genieten van het leven en vitaal opgroeien.

**Resultaat**

Een vitaal kind dat zich ontwikkelt doordat hij/zij leert omgaan met leuke en minder leuke gebeurtenissen.