|  |  |
| --- | --- |
| **Bachbloesem advieswijzer** **Naam:****Adres:****Postcode en woonplaats:****Telefoonnummer:****E-mail adres:**Wilt u de onderstaande lijst zo zorgvuldig mogelijk invullen?**Vragen:**Wat is de hoofdklacht/ probleem:Hoe voelt u ( of diegene voor wie u hem invult) zich op dit moment:Sinds wanneer is het begonnen:Wanneer is er verbetering:Wanneer is er verergering:Hoe verliep de bevalling/ eventuele complicaties:Heeft u ( of diegene voor wie u hem invult) nog andere klachten ( geestelijk of lichamelijk):Ben ik nog iets vergeten te vragen of wilt u iets toevoegen: |  |
| **Vul s.v.p. onderstaande lijst in** - in welke omschrijving herkent  u zich het meest ( of diegene voor wie u hem invult). **Maximaal** 6 x iets aanklikken.Soms is dat lastig en herkent u zich in meer dan 6 omschrijvingen, kijkt u dan kritisch welke situaties vaak terugkomen of waar u op dit moment het meest last van heeft. |
|  |   |
| **Angst:** |
| angst met onbekende oorzaak - angst voor de angst - sfeergevoelig - bang voor spoken / geestenBij kinderen: slaapwandelen, bang om alleen gelaten te worden, scheidingsangst, nachtmerries die telkens terugkomen. Het kan niet precies aangeven waarvoor hij/zij bang is. |
|  benoembare angst zoals vliegangst), zenuwachtig, verlegen Bij kinderen: angst om te gaan slapen, angst voor het donker, angst voor school, angst voor dieren, angst om te gaan zwemmen enz. |
|  angst dat mijn familieleden iets overkomt - meteen bang dat er iets is gebeurd als ze te laat thuis zijn Bij kinderen: kind is ban dat er iets met ouders, broertje of zusje zal gebeuren. Het kind lijkt daarin wel enigszins op een volwassene met opmerkingen als ‘”doe je wel voorzichtig?” |
| angst mijn zelfbeheersing te verliezen / bang dat ik mezelf iets aandoe / heftige emotiesBij kinderen: bang om in bed te plassen, controleverlies over de blaas, plotselinge driftbuien of uitbarstingen die de ouders niet aan zagen komen. |
| snel in paniek / ben schrikachtig / nachtmerries / trillen van angstBij kinderen: als het kind hevig geschrokken is, ook bij nachtmerries. |
| **Onzekerheid:** |
| anderen om raad vragen, veel bevestiging nodig, zoekt het antwoord buiten zichzelfBij kinderen: bij onzekerheid op school, goede antwoorden veranderen in foute antwoorden door twijfel aan zichzelf en eigen kennis. Heeft veel leiding nodig bij het werk dat gedaan moet worden, wil altijd van de juf horen of het wel goed is zo. Imiteert soms klasgenootjes in gedrag. |
| twijfel tussen 2 mogelijkheden, moeite met kiezenBij kinderen: rusteloosheid, wisselende stemmingen, onevenwichtigheid, chaotisch gedrag, werkt op school ook snel en chaotisch. Concentratiezwakte op school. Tweestrijd. |
| negatief ingesteld, ongelovige thomas, pessimistischBij kinderen: laat zich ontmoedigen als er een minder goed cijfer gehaald wordt voor een toch al moeilijk vak, heeft dan het gevoel ‘toch niets te kunnen.’ Gaat niet graag naar school uit angst voor slechte cijfers, of omdat hij de juf of meester niet leuk vindt. Depressie door bijvoorbeeld scheiding van de ouders, waardoor het kind zich verdeeld voelt tussen twee ouders en niet wil of kan kiezen. Het kind probeert graag een nieuwe sport, maar geeft gauw op als het even tegenzit, of als hij of zij het gevoel heeft nooit zo goed te worden als anderen. |
| hopeloosheid, wanhoop, geen hoop meer voor de toekomstBij kinderen: kind dat moedeloos is en het leven niet positief in kan zien, het bestaat toch alleen maar uit narigheid. Goed voor een kind dat lange tijd ziek thuis is geweest. |
| maandag morgen gevoel, uitstellen van werk, lusteloosBij kinderen: voor kinderen die niet op gang kunnen komen, die uren doen over hun eerste boterham en tijd rekken om maar niets hoeven te doen, niet naar school te hoeven gaan, want ze hebben geen zin. Voelt zich oververmoeid. Kind heeft geen zin om huiswerk te maken. Lusteloos. |
| onzeker over lotsbestemming, niet doelgericht, energie versnipperenBij kinderen: het kind weet niet wat hij wil en wil daardoor vaak helemaal niets. Verveelt zich snel en weet dan ondanks alle aangereikte situaties niet wat te gaan doen. Kind valt buiten de groep, hoort er niet echt bij. |
| **Niet in het hier en nu zijn:** |
| weinig interesse in het heden, dromerig, niet geaardBij kinderen: moeite om dingen te onthouden op school, kan iets tien keer horen en dan gaat het nog het ene oor in en het andere oor weer uit. Is dromerig in de les, verstrooid, afwezig. |
| leven in het verleden, vroeger toen was alles nog goed …..Bij kinderen: heimwee naar de oude school na een verhuizing, heimwee naar de vorige juf of meester die gevoelsmatig veel beter was. Wil niet op schoolreisje, want dan is er heimwee naar huis. Heimwee naar vroeger. |
| berusting, apathie, lusteloos, bedlegerigBij kinderen: kind heeft nergens zin in, wil niets, heeft geen ondernemingsdrang, is nooit echt enthousiast ergens voor te krijgen. |
| gebrek aan energie, vermoeidheid, innerlijk leeg, voor herstel na ziekteBij kinderen: lusteloosheid en energiegebrek na ziekte. Te veel hooi op de vork genomen bij huiswerk. Te veel gestudeerd voor een toets, proefwerk of een examen. |
| teveel denken, piekeren, steeds dezelfde gedachten, slaapproblemenBij kinderen: moeite met concentratie op school, hoort in de verte de juf of meester praten, maar kan zich moeilijk los maken van de eigen gedachten. Vermoeid door het vele denken. |
| diepe neerslachtigheid zonder reden, sombere buienBij kinderen: hoofdpijn, slapeloosheid, depressie die zomaar op kan komen. Ouders kunnen het kind zien veranderen, van het ene op het andere moment is de vrolijkheid en de levenslust verdwenen, het kind kan hier geen oorzaak voor geven. |
| niet leren van ervaringen, steeds dezelfde levensles herhalenBij kinderen: kind leert moeilijk, heeft moeite om bij te blijven, maakt keer op keer dezelfde fout, ook al wordt iets tien keer uitgelegd. Kind is vaak bij wijze van spreken in gedachten al bij de volgende som. Kind levert vaak slordig werk en wil zijn werk afraffelen. Leert daardoor langzamer dan nodig is. Kind heeft moeite om alles werkelijk te ervaren en in het hier en nu te leven. |
| **Eenzaamheid:** |
| trots en afstandelijk, de leraar, houdt niet van aanraken, wil alleen zijnBij kinderen: dit kind gedraagt zich anders als anderen en heeft weinig vriendjes. Maakt zichzelf ook niet geliefd door de houding. Speelt vaak alleen, voelt zich eenzaam, maar kent het begrip niet en zal dit ook niet zo verwoorden. Daarom worden deze kinderen vaak niet begrepen. |
| ongeduldig, snel geprikkeld, licht ontvlambaarBij kinderen: dit kind heeft vaak ruzie met andere kinderen, omdat hij zich ergert aan het spel van andere kinderen, waardoor hij er al snel genoeg van heeft. Een humeurig jengelend kind, dat zichzelf moeilijk bezig kan houden, omdat het overal snel op is uitgekeken. |
| bezorgd om zichzelf, egocentrisch, verlatingsangstBij kinderen: het kind is altijd bezig de aandacht op zichzelf te vestigen, wil aardig gevonden worden, kan niet naar anderen luisteren. |
| **Overgevoelig voor de buitenwereld:** |
| innerlijk onrustig, zorgen verbergen achter een masker, schijnbaar opgewekt |
| Bij kinderen: het kind doet alsof het vrolijk is, maar is het niet. Wil harmonie om zich heen en zal ruzie met andere kinderen proberen te vermijden. |
| weinig wilskracht, laat over zich heen lopen, kan geen nee zeggenBij kinderen: het kind wordt vaak gepest, omdat hij zo rustig en stil is. Laat zich niet gelden in de klas en daarom wordt er over hem heen gelopen. Kan geen ‘nee’ zeggen. |
| bescherming tegen invloeden van buitenaf, patroon doorbrekend, bij veranderingenBij kinderen: het kind kan zich niet aanpassen aan veranderingen die ieder mens door moeten maken in het leven, zoals het overgaan naar een andere klas, verhuizing enz. |
| haat, afgunst, jaloezie, bij relatieproblemen Bij kinderen: typerend is dat het kind niet vaak vrolijk is, maar mopperig, slecht gehumeurd en niet vaak vriendelijke tegen andere kinderen. Het kind lijkt altijd ontevreden en is vaak jaloers op wat andere kinderen hebben. Maar ook al zou hij hetzelfde krijgen, dan is er nog wel weer een andere reden om jaloers op een kind te zijn. Het is nooit goed. |
| **Moedeloosheid en wanhoop:** |
| ik kan het niet, faalangst, ik begin er niet aan, het lukt toch nietBij kinderen: het kind is bang voor toetsen, want het is bang dat het de stof niet beheerst, terwijl dat meestal wel het geval is. Het kind heeft veel positieve aanmoediging en bevestiging van de ouders nodig. |
| voelt zich snel schuldig, spijtgevoelens, zegt vaak sorry, perfectionistBij kinderen: het kind durft bijna nooit iets, is altijd bang dat hij iets fout doet, kan soms stotteren, blozen en heeft absoluut geen zelfvertrouwen. Heeft last van faalangst. |
| tijdelijk gevoel van overbelasting, het wordt me teveel allemaal, stressBij kinderen: het kind heeft soms het gevoel dat het schoolwerk allemaal teveel wordt, de druk wordt te groot, kan de situatie niet meer aan. Deze bloesem zou preventief ingezet kunnen worden bij overgangsproefwerken of examens. |
| uiterste geestelijke wanhoop, ernstig depressiefBij kinderen: het kind lijdt zo diep onder verdriet, om bijvoorbeeld een scheiding of het overlijden van een geliefde of een huisdier, dat hij het gevoel heeft nooit meer gelukkig te worden. |
| heft blokkades op, als je iets ergs hebt meegemaakt, traumatische ervaringBij kinderen: voor kinderen die nog lijden onder niet verwerkte emoties uit het verleden, of de shock van een naar bericht. Veel diepgaand verdriet is hier het kernwoord |
| verbittering, voelt zich slachtoffer, boos maar slikt zijn kwaadheid inBij kinderen: mopperig en ontevreden, zonder dat daar een aanwijsbare reden voor is. Als je vraagt waarom het kind zich zo gedraagt, zal het reageren met opmerkingen als; ‘Ik doe toch niets, loop niet zo te zeuren, wat heb ik nu weer gedaan.’ Neemt graag de slachtofferrol op zich. |
| moe en wanhopig maar onophoudelijk doorgaand, let niet op signalen van zijn lichaamBij kinderen: het kind dat niet van ophouden weet, zo perfectionistisch is dat het huiswerk waar een foutje in zit, slecht wordt bestempeld. Dwingt zichzelf om het uiterste van zichzelf te vergen, totdat hij te moe is om door te gaan. Wil dan nog niet opgeven. |
| zelfafkeer, haat zichzelf, let teveel op details en verliest daardoor rode draad uit het oogBij kinderen: obsessies voor dingen die het kind vies vindt. Wil bijvoorbeeld niet in de zandbak spelen, omdat zand de vingers vies maakt. Wil niet op een vreemd toilet, want dat is vies. |
| **Overbezorgdheid:** |
| overheersend in de zorg voor anderen, claimen, bezitterig, de (over)zorgzame moeder Bij kinderen: huilbaby’s die maar door huilen, ook als je ze op de arm neemt. Dit kind schreeuwt en krijst maar door. Kinderen die altijd aan moeders rokken blijven hangen. Het kind kan niet of heel moeilijk alleen zijn. |
| over-enthousiast, alles te …., bij ADHD, vurig, houdt van discussie en wil overtuigenBij kinderen: fanatiek tot het uiterste. Willen altijd de beste zijn, daardoor niet altijd even geliefd bij anderen. |
| dominant en onbuigzaam, bazig, overheersend, ik bepaal wat er gebeurtBij kinderen: kind is bazig en arrogant naar anderen toe. Is vaak de leider van de groep. Bepaalt wat er gebeurt en is soms agressief. |
| onverdraagzaam, kritisch, intelligent, kijkt op anderen neerBij kinderen: bij kleine ruzietjes tussen broer en zus. Voor kinderen die steeds iets hebben aan te merken op hun klasgenootjes. |
| te streng voor zichzelf, star, niet flexibel, perfectionistBij kinderen: voor kinderen die ‘het nieuwe’ snel afwijzen: onbekend voedsel, nieuwe kleding enz. Houden absoluut niet van verandering. |

**Hartelijk dank voor het invullen!**

**U mag de lijst mailen naar** **info@puur-eigen.nl** **of uploaden via de website** [**www.puur-eigen.nl**](http://www.puur-eigen.nl)

**Vriendelijke groet,**

**Maureen Weustenenk**

**06-51182574**