

## Wie ben ik?

Diana de Lange (1975). In 1998 begonnen als leerkracht basisonderwijs en sinds 2009 (kinder)counselor en psycho-sociaal weerbaarheidstrainer.

Mijn slogan:

'IK ben IK' en jij bent jij.  
Je bent goed zoals je bent!

Opleidingen en bij- en nascholing die ik gevolgd heb:

- \* Gedragsproblemen
- \* Communiceren met kinderen
- \* Oplossinggerichte gesprekken
- \* Kanjertraining
- \* Kids' Skills
- \* Beelddenken en (Hoog)gevoeligheid
- \* NLP (NLP met kinderen)
- \* Kracht van 8
- \* De opleiding tot 'Kindercoach' in het onderwijs
- \* Oplossinggericht coachen
- \* MatriXmethodetraining
- \* Familieopstellingen
- \* Autisme in de klas
- \* ADHD en Echtscheiding in familieopstellingen
- \* Supportgroepaankpak bij pesten
- \* Kind in Balans, lichamelijke ontw.; systemisch werk
- \* Bal-a-vis-x, hersen- en lichaam integratie
- \* HBO Psychosociale Basiskennis



## Tarieven en Vergoedingen

\* € 70,- per uur (incl. BTW, materialen, voorbereiding en behandelplan)  
Kan mogelijk worden vergoed door de zorgverzekeraar, zie polisvoorwaarden en vergoedingenoverzicht op de website.

Zie andere folders, website en Facebook voor:

- \* Weerbaarheidstraining
- \* Brugklastraining voor groep 8-ers

Afspraken die niet tenminste 24 uur van te voren zijn afgezegd worden in rekening gebracht.

Ik ben aangesloten bij de ABvC en ingeschreven bij het RBCZ.



## IK ben IK

Praktijk voor Coaching en Counseling

Diana de Lange  
(Kinder)counselor  
De Zwarte Arend 14  
1606 DP Venhuizen  
06.30085141

[www.ikbenikcounseling.nl](http://www.ikbenikcounseling.nl)  
[dianadelange@quicknet.nl](mailto:dianadelange@quicknet.nl)



lid ABvC: 116742  
lid RBNG: 30111RR  
kvk: 37155140



Scan om de website te bekijken



# IK ben IK

Praktijk voor Counseling en Coaching

Specialisatie: Kinderen en Jongeren



De Zwarte Arend 14  
1606 DP Venhuizen  
06.30085141  
[www.ikbenikcounseling.nl](http://www.ikbenikcounseling.nl)  
[dianadelange@quicknet.nl](mailto:dianadelange@quicknet.nl)

## Waarom counseling?

Het is een effectieve vorm van (emotionele) hulpverlening.

Effectief want het is:

- Kortdurend (5 tot 15 sessies)
- Laagdrempelig (directe hulp)
- Oplossingsgericht (gefocust op mogelijkheden en niet op moeilijkheden)

Met als doelen:

- Het oplossen of hanteren van problemen.
- Het vinden van antwoorden op vragen.
- Het benutten van ongebruikte mogelijkheden.
- Het ontwikkelen van kennis en vaardigheden.

## Voor wie?

Voor kinderen, jongeren, hun ouders, leerkrachten en volwassenen met klachten of problemen, zoals:

- Leerproblemen
- Concentratieproblemen
- Slaapproblemen
- Gedragsproblemen
- Pesten of gepest worden
- Negatief zelfbeeld
- Opvoedproblemen
- Faalangst
- Andere angsten
- Nachtmerries
- Fobieën
- Boosheid
- Verdriet
- Andere nare gevoelens

Last hebben van:

- (Hoog)gevoeligheid
- Of gewoon niet lekker in je vel en niet weten waar het vandaan komt!

## Werkwijze

- Na het eerste contact volgt een intakegesprek
- Daarna volgen de sessies, meestal twee wekelijks.
- De sessies zijn gericht op bv. het weghalen van emotionele blokkades, het aanleren van handige leerstrategieën, het aanleren van (andere) sociale vaardigheden; het versterken van de weerbaarheid, het versterken van het zelfbeeld etc., afhankelijk van de hulpvraag.
- In de regel zijn 5 tot 15 sessies voldoende om verandering te realiseren.
- Na elke 5 sessies volgt een gesprek met de ouder(s)/ verzorger(s) over de voortgang. (bij kindercounseling)
- Sessies duren een uur en oudergesprekken of gesprekken met derden max. een uur.

Tijdens de kindercounseling werk ik met materiaal en/of werkvormen die het kind aanspreken: spelletjes, creatieve activiteiten, verhalen, oefeningen, praten enz.

## Weerbaarheidstraining

Tevens geef ik verschillende

weerbaarheidstrainingen/ sociale vaardigheidstrainingen:

- voor kinderen van ong. 7 t/m 11 jaar,
- voor meiden en vrouwen
- voor achtstegroepers en brugklassers

Voor meer informatie hierover, neem een kijkje op de website, vraag naar de folder, bet of mail.



## Voor scholen, gemeentes en andere instanties

Mogelijkheden die ik op en voor scholen en instanties kan verzorgen:

- Weerbaarheidstraining
- Begeleiding rondom pesten
- Een workshop, lezing, informatiebijeenkomst voor ouders, leerkrachten en andere geïnteresseerden rondom een bepaald thema.

Begeleiding op maat!

Vraag naar meer informatie.

## Vertrouwelijk

Alles wat u vertelt blijft vertrouwelijk.

Dit geldt ook voor het kind/ de jongere bij kindercounseling. Wat er in het oudergesprek of een gesprek met derden wordt verteld, is in overleg met het kind/ de jongere.



# Hier ben IK!

Het is goed dat ik er ben!