

**PSYLICHT**

informatiebrochure



**KALME**

**FOCUS**

**BEHANDELPAKKET**

ADHD – Oppositioneel Opstandig Gedrag – Woede - Stress

# PSYLICHT

## KALME FOCUS BEHANDELPAKKET



### KALME FOCUS

*Heeft je kind last van onzekerheid, boosheid, innerlijke onrust, stress of irritatie?*

*Dan kan onze behandeling Kalme Focus uitkomst bieden. Het doel van Kalme Focus is om de oorzaak van het gedrag te achterhalen en in korte tijd gericht aan te pakken.*

### WAT IS KALME FOCUS?

*Kalme Focus is gebaseerd op wetenschappelijke inzichten en maakt gebruik van cognitieve gedragstherapie (CGT), een effectieve methode om gedrag, negatieve gedachten aan te pakken. In sommige gevallen kan ook eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) worden toegepast, een techniek om traumatische ervaringen te verwerken. Met behulp van ons werkboek leert je kind wanneer het druk, gestresst, boos of opstandig wordt en wat het kan doen om meer rust en overzicht te krijgen. Zo ontstaat snel weer een gezonde balans in het dagelijks leven.*

### ZORG EN AANDACHT

*Kalme Focus is een effectieve en intensieve behandeling. Hoewel het een 'pakket' is, wordt de behandeling op maat samengesteld passend bij jullie kind. Jarenlange behandelervaring heeft ons geleerd wat nodig is om snel verbetering te zien.*



## HOE GAAT DE BEHANDELING IN ZIJN WERK?

*De behandeling Kalme Focus bestaat uit vier stappen: een gratis verkennend adviesgesprek, een inventarisatie van de klachten en ontwikkeling van jullie kind, het behandeltraject en een evaluatie van de behandeling.*

### DE 4 STAPPEN

*Stap 1: We starten met een gratis verkennend gesprek waarin we jullie verwachtingen bespreken en kijken welke of en welke behandeling geschikt is. Je hoort wat de behandeling inhoudt, hoe lang het duurt, wat het kost en wat jullie ervan kunnen verwachten. Jullie kunnen na het verkennend gesprek besluiten of jullie de behandeling willen starten. Voordat gestart wordt, ontvangen jullie een behandelplan en geven jullie toestemming voor de behandeling.*

*Stap 2: Hierna volgt een inventarisatie van de klachten en de ontwikkelingsgeschiedenis. We vragen naar het huidige gedrag en de vroege ontwikkeling van je kind, de medische voorgeschiedenis en onder andere schoolprestaties en de gezinssituatie. We gebruiken hiervoor beveiligde online vragenlijsten. Zo krijgen we een compleet beeld van jullie kind en gezin.*

*Stap 3: We starten de behandeling, uitgevoerd door Evelien van der Pal, geregistreerd kinder- en jeugdpsycholoog en gespecialiseerd in Kalme Focus. De behandeling is gericht op het leren herkennen van (oplopende) emoties en bijbehorende gedachten, het aanleren van ontspannings- en copingtechnieken, versterken van positieve eigenschappen en het verminderen van de negatieve invloed van stress. Daarnaast krijgt je kind toegang tot onze online thuiswerkmodule, waarin hij of zij op een speelse en interactieve manier kan oefenen met de geleerde vaardigheden.*

*Stap 4: In de laatste sessie evalueren we het effect van de behandeling en bespreken we manieren om het behaalde resultaat vast te houden.*





## WAT ZIJN DE VOORDELEN VAN KALME FOCUS?

*Kalme Focus heeft veel voordelen voor je kind, zoals:  
Verbetering van de concentratie en schoolprestaties, meer rust en ontspanning in hoofd en lichaam en vermindering van angst, boosheid of somberheid. Vaak zien we ook een verbetering van de relaties met andere gezinsleden, vrienden en anderen. Je kind heeft meer plezier en voldoening in het leven.*

## WAAROM PSYLICHT?

*Bij Psylicht kies je voor een snelle en doeltreffende behandeling, zonder lange wachtlijsten, verwijzingen of procedures. Doordat we niet gebonden zijn aan de gemeente is er veel ruimte en flexibiliteit om de behandeling af te stemmen op jullie situatie. Alle behandelingen worden uitgevoerd door de regiebehandelaar zelf, die de hoogste kwalificatie heeft op het gebied van kinder- en jeugdpsychologie. Bij ons krijg je direct contact met de expert. Zo weet je zeker dat je kind de beste zorg krijgt.*



# PSYLICHT

*Kalme Focus behandelpakket*



## WAT ZIJN DE KOSTEN VAN HET PAKKET

*Het behandelpakket Kalme Focus wordt niet vergoed door de zorgverzekering of gemeente en kost € 880. Dit bedrag is all in. Je kunt het bedrag in termijnen betalen.*

## EVELIEN VD PAL PRAKTIJK HOUDER

Als kinder- en jeugdpsycholoog met meer dan 20 jaar ervaring in de jeugdzorg ben ik gespecialiseerd in het behandelen van allerlei psychologische problemen bij kinderen en adolescenten. In mijn eigen praktijk wil ik kinderen snel en doelgericht weer op weg helpen naar een zorgelozer leven.



## CONTACT

*Wij zijn te bereiken op 06-10107405 en info@psylicht.nl. Een gratis verkennend adviesgesprek kan op de website www.psylicht.nl direct in de agenda worden gemaakt.*

# THANK YOU!

Bedankt voor het vertrouwen in Psylicht.

We hopen dat we jullie op een fijne  
manier hebben geholpen!

[PSYLICHT.NL](https://www.psylicht.nl)