****

**Signaleringslijst negatief zelfbeeld kinderen**

*Een snelle indruk van de signalen van een negatief zelfbeeld bij een kind.*

* Het kind heeft weinig tot geen vertrouwen in zichzelf.
* Het kind heeft het gevoel minder goed te zijn dan anderen.
* Het kind gaat uitdagingen uit de weg, omdat hij/zij ervan overtuigd is dat het toch niet lukt.
* Als er iets niet lukt, raakt het kind gefrustreerd en geeft het snel op.
* Het kind heeft het gevoel minder slim te zijn dan anderen.
* Het kind doet meestal wat andere kinderen willen en volgt zelden zijn/haar eigen plan.
* Het kind vindt dat hij/zij geen fouten mag maken.
* Het kind denkt dat anderen hem/haar dom vinden om een onrealistische reden.
* Het kind is bang om fouten te maken.
* Het kind komt niet of onvoldoende voor zichzelf op.
* Het kind is buiten proportioneel gespannen voor nieuwe of onverwachte situaties.
* Het kind durft niet of nauwelijks voor zijn/haar eigen mening uit te komen.
* Het kind is faalangstig.
* Het kind geeft onvoldoende zijn/haar eigen grenzen aan.
* Het kind maakt een gespannen indruk en is snel boos of verdrietig.
* Het kind vindt zichzelf lelijk.
* Het kind trekt zich terug, is veel op zichzelf.
* Het kind zit niet lekker in zijn/haar vel.

Hoe meer stellingen met ja beantwoord kunnen worden, hoe meer aanwijzingen er zijn voor een negatief zelfbeeld. Zijn er veel signalen die wijzen op een negatief zelfbeeld bij je kind? Dan is een nadere analyse wenselijk en kan het zeker zinvol zijn hulp in te schakelen voor je kind.

Maak een afspraak voor een gratis adviesgesprek met Meike van Poppel, Kook!krachttrainer via meike@praktijkjade-deventer.nl of 06-402 56 875.