

## Brochure poliklinische en deeltijdbehandeling – Jongeren

### **Michelle, 15 jaar**

*Zolang ik me kan berinneren voel ik me niet goed. Ik had eerst heel veel buikpijn, en ben zelfs opgenomen geweest in het Sophia Kinderziekenhuis om te onderzoeken wat er met mij aan de hand was. Er zou iets met mijn darmen niet goed zijn. Mijn ouders waren erg bezorgd over mij. Ik ging steeds minder eten, en mijn moeder lette voortdurend op of ik wel genoeg at. Ik had niet veel vriendinnen, op den duur niemand meer. Ik moest alleen naar school fietsen. De middelbare school was 12 km rijden. Ik vond het niet erg. Ik wou niet met de bus, ik werd soms lastig gevallen door jongens. Maar ook door meisjes. Ze pakte mijn tas af, stootten tegen mij, duwden mij. Ik was altijd bang.*

*Ik bleef steeds vaker thuis. Mijn ouders gingen allebei werken. Ik bleef op bed. Mijn broer was ook thuis. Hij wilde ook niet meer naar school. Hij had veel conflicten, met mijn vader vooral. Mijn moeder schreeuwde vaak tegen mij. Omdat ze beleemaal niet meer wist wat ze met me aan moest. Ze huilde veel. Bij opa en oma was het rustiger, ik ging wel eens boodschappen doen met oma, zij zeurde niet zo aan mijn hoofd. Ik werd steeds bang om naar school te gaan, en kwam ook bijna niet meer buitenshuis. Ik zat veel achter de computer. Ik had een hele vriendengroep op de PC. We speelden samen een spel waar we een wereld opbouwden.*

### **De Viersprong**

Je bent in contact gekomen met de Viersprong omdat je veel problemen hebt. 'Psychische problemen' wordt dat genoemd. Die psychische problemen zijn niet zomaar ontstaan, ze bestaan vaak al langer, en hebben meestal te maken met eerdere nare gebeurtenissen in je leven. De jongeren die naar de Viersprong komen hebben verschillende problemen. Sommigen vinden het moeilijk om contact te maken met leeftijdsgenoten. Anderen voelen zich somber, bang of depressief. Sommigen hebben veel niet begrepen lichamelijke klachten. Anderen hebben veel conflicten thuis of op school. Een psychotherapeutische behandeling kan uitkomst bieden.

Na aanmelding volgt er eerst een onderzoeksfase : wij noemen dat intake en diagnostiek. Iedereen krijgt een individuele intake, een gezinsintake en een diagnostisch onderzoek. Daarna volgt een adviesgesprek waarin we met jou en je ouders bespreken wat wij denken wat er met jou aan de hand is, en welke therapie voor jou / jullie het meest geschikt is.

De Polikliniek Jeugd van de Viersprong heeft diverse behandelmogelijkheden: individuele therapie, deeltijdtherapie en gezinsdeeltijdbehandeling ( zie brochure Deeltijdbehandeling Gezinnen) . Je ouders worden in principe altijd bij de behandeling betrokken via gezinstherapie.

In deze brochure kun je lezen voor wie de poliklinische of deeltijdbehandelingen voor jongeren van De Viersprong zijn bedoeld, welke specifieke behandelingen er zijn, wat een behandeling voor je kan betekenen en wat je rechten zijn. Meer informatie vind je op onze website [www.devierversprong.nl](http://www.devierversprong.nl). Daar vind je brochures met meer informatie over de deeltijdbehandelingen die hier genoemd worden.

### **Poliklinische en deeltijdbehandeling**

Indien je na de intake het advies krijgt voor een ambulante psychotherapeutische behandeling, dan betekent dit dat je hier één of meerdere keren per week heen komt. Je blijft thuis wonen en je blijft naar je eigen school gaan.

Wanneer je voor het eerst of bij herhaling in je leven vastloopt vanwege psychische problemen, kan een poliklinische behandeling je weer op weg helpen. Een poliklinische behandeling bestaat meestal uit gesprekken met een psychotherapeut die één keer per week plaatsvinden. De aard van de psychotherapie verschilt al naar gelang de problemen. Bijvoorbeeld: EMDR bij trauma, cognitieve gedragstherapie bij angstklachten of dwangstoornissen, schematherapie bij borderlineproblematiek.

Voor sommige mensen zijn wekelijkse poliklinische gesprekken onvoldoende om fundamentele veranderingen te realiseren. De Viersprong heeft daarom ook vormen van psychotherapeutische deeltijdbehandeling.

*De gesprekken die ik bij de GGZ had hielpen niet veel. Via de huisarts kwamen we bij De Viersprong terecht. Mijn ouders werden onmiddellijk mee uitgenodigd. Na de intake werd mij aangeraden om naar de deeltijdgroep Adolescenten te gaan. Dit is een groep voor jongens en meisjes tussen de 14 en 18 jaar. Twee middagen in de week hadden we therapie. Daarnaast had ons gezin elke maand, of soms vaker, een gesprek met de gezinstherapeut. Ik kreeg ook nog individuele gesprekken. Ook heeft de maatschappelijk werker mij geholpen met school.*

*De eerste tijd was verschrikkelijk. Mijn opa bracht me. Soms durfde ik niet naar binnen, dat vonden ze niet erg. Het was belangrijk dat ik het steeds weer probeerde. De andere meisjes en jongens in de groep leken eigenlijk wel op mij. Zij hadden ook angsten en voelden zich niet begrepen. Zij waren ook gepest, en hadden geen vrienden meer op school. Zij waren ook vaak verschrikkelijk moe, en soms dachten ze dat je maar beter dood kunt zijn. Ik ging me steeds meer thuis voelen, en durfde te vertellen over mijn leven. Ik werd niet gek gevonden. De anderen vonden het belangrijk wat ik deed, en waren blij als me iets gelukt was. Op den duur durfde ik zelfs alleen met de bus naar De Viersprong te komen. We hebben toen echt feest gevierd, iedereen was zo blij.*

Voor alle vormen geldt: het gezin waarin je leeft, wordt nauw bij de behandeling betrokken.

### **Voor wie**

Poliklinische of deeltijdbehandeling is bedoeld voor jongeren vanaf 12 jaar met uiteenlopende klachten en problemen:

- depressieve klachten, angsten, fobieën, dwanghandelingen, intimiteitproblemen, eetstoornissen, minderwaardigheidsgevoelens, faalangst, seksuele problemen en onbegrepen lichamelijke klachten
- problemen thuis
- problemen in contacten met leeftijdsgenoten
- problemen op school
- problemen als gevolg van traumatische onverwerkte ervaringen uit het verleden (bv traumatisch verlies, seksueel trauma; ernstig ongeluk, enz.)

Poliklinische of deeltijdbehandeling is geschikt voor jongeren die:

- in staat zijn om, ondanks hun problemen, toch naar school te gaan en thuis redelijk te functioneren
- hun dagelijkse bezigheden zo min mogelijk willen laten verstoren door de behandeling
- bereid en in staat zijn zichzelf en hun problemen onder de loep te nemen
- gemotiveerd en in staat zijn om wekelijks 1 à 2 maal naar De Viersprong te komen

### **Het doel**

Het doel van elke poliklinische of deeltijdbehandeling is dat je klachten en problemen verdwijnen of verminderen zodat ze je niet meer belemmeren in je dagelijks leven. Bij sommige behandelingen onderzoek je vooral de achtergronden van je klachten. Je leert het gedrag, dat je bij herhaling in de problemen brengt, te herkennen en te doorbreken. Andere behandelingen zijn meer gericht op het aanleren van nieuwe vaardigheden.

In de gezinstherapie leren jullie patronen te herkennen die problemen in stand houden. Aan alle gezinsleden wordt gevraagd mee te veranderen.

*Ik ben sterker geworden, en durfde ook tegen mijn ouders te zeggen wat ik wilde en wat ik niet wilde. Ik heb school weer opgepakt. Niet naar de gewone middelbare school, maar naar het Volwassenen onderwijs. Ik durf weer te verlangen naar iets. Ik durf weer te denken dat ik toch een gewoon leuk leven kan krijgen.*

**De Deeltijdbehandeling Adolescenten** is bedoeld voor jongeren tussen de 14 en 17 jaar. De behandeling bestaat uit groepspsychotherapie, vaktherapie, sociotherapie en gezinstherapie, en neemt twee dagdelen per week in beslag. Er nemen maximaal 9 jongeren deel. In de groepspsychotherapie kun je praten over je problemen en over andere zaken die je bezighouden. De vaktherapie bestaat uit dramatherapie en psychomotorische therapie. Eén keer per maand, of indien nodig vaker, vindt gezinstherapie plaats. In de behandeling leer je te onderzoeken hoe je problemen in elkaar zitten en wat je eraan kunt doen. Bij aanvang van de behandeling wordt ook een onderzoek gedaan naar de problemen op school. Indien nodig wordt er begeleiding geboden bij de schoolproblemen. De gemiddelde behandelduur is 12 tot 18 maanden. De behandeling vindt plaats op dinsdag- en donderdagmiddag.

**De Deeltijdbehandeling Jongvolwassenen** is bedoeld voor jongeren van 18 tot 23 jaar. De behandeling bestaat uit groepspsychotherapie en vaktherapie, en neemt twee dagdelen per week in beslag. Er nemen maximaal 9 jongeren deel. In de groepspsychotherapie kun je praten over je problemen en over andere zaken die je bezighouden. De vaktherapie bestaat uit dramatherapie en psychomotorische therapie. Daarnaast is cognitieve gedragstherapie (G-training) en systeemtherapie onderdeel van de behandeling. Ongeveer maandelijks vindt een gesprek plaats met de patiënt, zijn systeem en de systeemtherapeut. De gemiddelde behandelduur is 12 tot 18 maanden. De behandeling vindt wekelijks plaats op dinsdag- en donderdagmiddag.

**De Deeltijdbehandeling Gezinnen** is bedoeld voor gezinnen met pubers/ adolescenten en biedt een gespecialiseerd programma aan gezinnen met uiteenlopende problemen. Gemiddeld vier gezinnen vormen een gezinsgroep, die samen het behandeltraject doorlopen. Aan de gezinsdeeltijdbehandeling is een multidisciplinair team verbonden. Drie gezinstrainers, twee systeem(psycho)therapeuten, een psychiater en een coördinator/ psychotherapeut maken hier deel van uit. De behandeling bestaat uit een programma van negen dagen en een tussentijds huisbezoek. Het begint met de bespreking van de behandoelen en het laatste onderdeel is de eidevaluatie. Het gaat om vijf vrijdagden en vier zaterdagden.

### **Rechten en plichten**

Je rechten als patiënt zijn in wetgeving vastgelegd.

- In de WGBO (Wet Geneeskundige Behandeling Overeenkomst) is onder meer geregeld, dat je recht hebt op informatie, zodat je een goede keuze voor een behandeling kunt maken en met je behandelaar een behandelovereenkomst kunt sluiten. Je hebt recht op inzage in je dossier. Je hebt de plicht je behandelaar van goede informatie over je probleem te voorzien, en mee verantwoordelijkheid te nemen voor de uitvoering van het behandelplan.

### **De ouders van Michelle:**

*Wij kunnen een boek schrijven hoe verschrikkelijk het is om zo lang te tobben met je kind. We hadden echt alles geprobeerd voor dat we bij De Viersprong belandden. Onze dochter had al veel diagnoses gekregen. Aanvankelijk zaten wij bij de gezinstherapeute met het dossier van Michelle op onze schoot in de hoop dat deze dokter nu zou vertellen wat er met Michelle mis was. Maar zo werkte zij niet. Zij wilde met ons praten over ons gezin, over ons, over onze ouders, over de verbouwing thuis, over de nachten, over de vakanties, over ons werk, over onze wensen en onze dromen, over alles eigenlijk. Met haar steun leerden we om Michelle wat meer los laten, wat meer te vertrouwen. We leerden ons ook uit te spreken over onze gevoelens. We hebben veel samen gebuild en gelachen. Het was voor ons heel belangrijk dat De Viersprong bleef geloven dat het weer goed zou komen met Michelle en met ons.*

- In de Wet klachtrecht is geregeld dat je een klacht over je behandeling kunt indienen bij een onafhankelijke klachtencommissie. Uiteraard nadat je eerst met de betrokken behandelaar geprobeerd hebt je klacht op te lossen. Er is een aparte folder over de klachtenbehandeling voor patiënten van De Viersprong. Je vindt deze op de website [www.devierversprong.nl](http://www.devierversprong.nl) en bij de receptie. Het indienen van een klacht heeft geen gevolgen voor de behandelrelatie of kwaliteit van je behandeling. Er is een patiëntenvertrouwenspersoon die je kan helpen als je een klacht hebt.
- In de Wet Medezeggenschap Cliënten Zorgsector (WMCZ) is geregeld dat de patiëntenraad van De Viersprong adviesrecht heeft over het (behandel)beleid van de instelling. Vanuit verschillende behandelprogramma's zit er een vertegenwoordiger in de patiëntenraad.

Een notitie over deze rechten is te vinden in de informatiemap voor patiënten bij de receptie. De patiëntvertrouwenspersoon (PVP) kan je adviseren en bijstaan als je vragen hebt over je rechten. Het telefoonnummer van de PVP voor De Viersprong kun je vinden bij de receptie van De Viersprong. Meer informatie vind je op de website [www.pvp-online.nl](http://www.pvp-online.nl)

### **Second opinion**

Patiënten die aarzelingen en / of twijfels hebben over het onderzoek en / of het behandeladvies kunnen, indien zij daar prijs op stellen, een second opinion aanvragen. De Viersprong heeft met een aantal andere GGZ-instellingen de mogelijkheid gecreëerd om een second opinion aan te vragen. De procedure en de namen van de collega-instellingen zijn binnen De Viersprong bekend.

### **Psychotherapeutisch Centrum de Viersprong**

Postbus 7, 4660 AA Halsteren

Bezoekadres poliklinische en deeltijdbehandelingen voor jongeren:

Peter Vineloolaan 50

4611 AN Bergen op Zoom

Telefoon Bergen op Zoom: (0164) 632800

Telefoon Halsteren: (0164) 632200

Website: [www.devierversprong.nl](http://www.devierversprong.nl)

E-mail: [info@devierversprong.nl](mailto:info@devierversprong.nl)