

Toepassing

Het programma maakt deel uit van een therapeutisch begeleidingsstuk voor ouder en jongere. Meer specifiek kan de aanpak hulp bieden bij gedrags- en emotieregulatieproblemen bij jongeren en hun ouders, die getraumatiseerd zijn, PTSS ontwikkeld hebben, te maken hebben met rouw-, verlies- en/of moeilijke levenservaringen, invasieve medische procedures op jonge leeftijd hebben moeten ondergaan, adoptie- en pleegkinderen die in hun hechting gekwetst zijn. Het kan ook toegepast worden bij jongeren die vanuit hun ontwikkelingsstoornis (ASS) moeite hebben met het herkennen en benoemen van wat er in hun lichaam gebeurt.

Therapeuten



- Dr Aleide Goffin; kinderpsychiater
- Liesbet Depoortere: kinderpsychologe

Data & prijzen

Voor de jongeren

- 8 sessies in groep

Voor de ouders:

- 2 sessies + huiswerk oefeningen
- + laatste groepssessie met ouder en jongere samen

Wanneer?

Data groepssessie 2023-2024

Telkens op woensdag van 16u tot 17u30

- 22/11, 29/11, 6/12, 13/12, 10/01, 17/01, 24/01

Gezamenlijke groepssessie (minstens 1 ouder en jongere

- 31/01

Data oudersessies 2023-2024

Dinsdagavond 19u tot 20u30

- 7/11 en 14/11

Kostprijs?:

- 500€
- Terugbetaling van deel van de kostprijs door je ziekenfonds mogelijk

Locatie



Centrum voor psychotherapie en psychodiagnostiek

Voor kinderen, jongeren en hun gezinnen

Ijzerveld 104 bus 2
2860 Sint-Katelijne-Waver

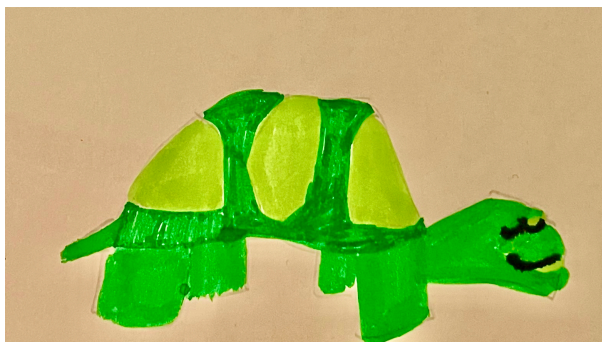
Groeigroepje



8 jongeren-sessies én 2 oudersessies met als doel:

- Jongeren te leren herkennen wat er in hun lichaam gebeurt
- Taal te geven voor lichaamsgewaarwordingen en emoties
- Meer grip te krijgen op hun innerlijke ervaringen door signalen van spanning en stress te leren herkennen
- Dit te leren communiceren in een veilige omgeving
- Ouders te leren herkennen wat er in de jongere beweegt waardoor gedrag betekenis krijgt

- Ouders te ondersteunen om via praktische oefeningen de hechting te verdiepen en meer verbinding te krijgen met de binnenkant van zoon/ dochter.
- Ouders te leren hun zoon/dochter (en zichzelf) te ondersteunen om meer vat te krijgen op wat er in en met hen gebeurt.
- Ouder en jongere samen ondersteunen handvatten/ vaardigheden te ontwikkelen om van onrust (disregulatie) naar meer rust (regulatie) te komen, met hulp van co-regulatie.



Hoe gaan we te werk?

- *We werken via 2 peilers:*

Groeigroepje

- In het groeigroepje gaan jongeren samen met de begeleiders aan de slag met hun eigen ervaringen
- Er wordt intensief gebruik gemaakt van zowel ritme en muziek als van verhalen en rijm. Via tekenen, spelletjes, knuffels en metaforen gaan we ervaringsgericht aan de slag. Gedurende elke bijeenkomst mag bij de jongere de spanning oplopen tot waar hij/zij dit kan toestaan. Vervolgens komt het tot volledige ontspanning door te gronden en te ademen volgens de principes van de mindfulness.

Tegelijk een programma voor ouders:

- 2 oudersessies sessies: uitleg over de werking van het brein, het effect van stress op de ontwikkeling van het brein en over de voorwaarden om tot een veilige hechting te komen en deze hechting te verdiepen.
- 7 huiswerkoefeningen na iedere sessie: Na iedere groepssessie krijgen jullie een opdracht mee om samen met jullie zoon/dochter thuis te ervaren en te oefenen. Deze oefeningen zijn gebaseerd op de voorwaarden tot veilige, afgestemde hechting.

De laatste sessie van het groeigroepje doen we samen met ouder en jongere. De jongeren tonen en vertellen wat ze in het groepje gedaan en geleerd hebben. We sluiten af met een kleine receptie.

Meer info?

Zie onze facebook-pagina 't Keerpunt of www.tkeerpunt.be

