

Cursussen en trainingen van Riagg Preventie

De afdeling Preventie biedt op het gebied van KOPP ook de volgende cursussen aan:

- De gezinsinterventie KOPP
- Kinder Doe en Praatclub voor kinderen van 7 - 11 jaar

De afdeling Preventie biedt daarnaast ook diverse cursussen aan voor:

- Assertiviteit
- Realistisch waarnemen en denken
- Depressieve klachten
- Angstklachten
- Relatieproblemen
- Huiselijk geweld

Voor meer informatie of vragen hierover kunt u contact opnemen met de afdeling Preventie.

Riagg Preventie

Stationsplein 2
3112 HJ Schiedam
Tel.: 010 - 445 34 97

11 t/m 15 jaar

GESPREKS- GROEP VOOR JONGEREN



Je vader of je moeder heeft een psychisch en/of verslavingsprobleem en hoe is dat voor jou?

- [Informatie voor jongeren](#)

Je vader of je moeder heeft een psychisch en/of een verslavingsprobleem en hoe is dat voor jou?

Iedereen is wel eens angstig, vrolijk of somber. Er zijn mensen bij wie één van deze gevoelens zó sterk is, dat het hun leven gaat overheersen. Als iemand hier zo'n last van heeft dat het een belemmering gaat vormen voor het normale dagelijkse functioneren, is er sprake van een psychisch probleem.

Het kan ook zijn dat iemand door deze gevoelens naar de alcohol of drugs grijpt. Als hij/zij niet meer zonder kan, dan noemen we dit een verslaving. Het is trouwens niet alleen aan alcohol en drugs waar men aan verslaafd kan raken. Maar ook kan men verslaafd raken aan gokken, medicijnen, internet, etc.

Het hebben van een psychisch zieke of een verslaafde ouder brengt vaak allerlei gevolgen en vragen met zich mee voor een "kind". Zo merk je misschien dat veel dingen in het gezin gaan draaien om de ziekte of verslaving van de ouder.

Ook verandert het contact dat je met je ouder hebt. Niet alleen met de zieke of verslaafde, maar ook met de andere ouder. Misschien neem je allerlei verantwoordelijkheden over, zoals de zorg voor het huishouden of voor jongere broers en zusjes.

- *Ik moet mijn zieke moeder vaak vertellen wat ze moet doen in het huishouden. Vanaf mijn 15e moet ik instanties bellen en zo. Zij bespreekt de problemen met mijn zusje en mij,*
- *Ik had eerst veel vrienden, maar na de opname van mijn vader vonden ze onze situatie raar, werden steeds voorzichtiger en kwamen minder vaak langs.*
- *Ik wilde als kind ook eens een keer aandacht en die heb ik niet gekregen op dat moment.*
- *Soms vraag ik me wel eens af kan ik het ook krijgen?*

Er met anderen over praten

Over lichamelijke ziektes wordt vaak gepraat. Over mensen die psychische of verslavingsproblemen hebben hoor je veel minder.

"Mijn moeder ligt in het ziekenhuis", zul je vast wel eens van iemand gehoord hebben. Maar heb je ooit iemand horen vertellen: "Mijn moeder moet naar de psychiater of is opgenomen in een kliniek". Daar wordt bijna nooit over gepraat. Het lijkt wel of mensen zich daarvoor schamen. Dan durf je er zelf ook bijna niets over te vertellen. Toch zijn er een heleboel jongens en meisjes van wie de vader of moeder een psychisch en/of een verslavingsprobleem heeft. Ongetwijfeld hebben zij een aantal soortgelijke dingen meegemaakt als jij en lopen zij rond met dezelfde soort vragen.

Dit kunnen vragen zijn als:

- *Is de ziekte van mijn vader of moeder erfelijk?*
- *Gaat het ooit nog over?*
- *Wat kan ik doen om mijn vader of moeder te helpen?*
- *Wat moet ik zeggen als iemand iets veevelends over mijn vader of moeder zegt?*
- *Mag ik zelf wel eens lol hebben als het slecht met mijn vader of moeder gaat?*

Praten met leeftijdsgenoten, die weten wat het is om een ouder te hebben met psychische en/of verslavingsproblemen, kan je helpen om beter met je eigen situatie om te gaan. Vandaar dat we een gespreksgroep hebben voor jongeren met een ouder met psychische en/of verslavingsproblemen.

De jongerengroep

De groep heeft als belangrijkste doel om je herkenning, steun en begrip te laten vinden bij andere jongeren. Daarnaast kun je uitleg krijgen over wat psychisch ziek of verslaafd zijn inhoudt. Het gaat dus om een gespreksgroep onder begeleiding en zeker niet om een therapie.

Overigens wordt er niet alleen maar gepraat, maar worden er ook wel eens dingen gedaan, zoals iets opschrijven of iets tekenen.

De groep is bestemd voor jongeren van 11 tot 15 jaar en komt éénmaal per week bijeen.

Aanmelden

Indien je onder behandeling bent bij de Riagg Rijnmond kan je je aanmelden via je behandelaar. Het is dan niet nodig het aanmeldformulier in te vullen.

Ben je niet onder behandeling dan heb je een verwijfsbrief van de huisarts nodig om je aan te melden. Je kunt je schriftelijk aanmelden door het invullen en opsturen van bijgesloten aanmeldingsformulier.

Na aanmelding ontvang je een uitnodiging voor een kennismakingsgesprek. In dit gesprek wordt gekeken of de cursus goed bij je aansluit en kan je vragen stellen.