



## Deeltijdbehandeling

### Informatie voor jongvolwassenen

**Als je psychische problemen hebt en je komt er zelf niet meer uit, dan kunnen wekelijkse gesprekken met een hulpverlener je vaak goed helpen. Soms is dat niet voldoende en krijg je het gevoel dat je vastloopt. In dat geval kan de deeltijdbehandeling bij GGZ Rivierduinen iets voor jou zijn.**

De deeltijdbehandeling is een groepstherapie bedoeld voor jongvolwassenen van 18 tot 25 jaar die vastlopen door psychische problemen. Je durft bijvoorbeeld niet meer naar je werk of je kunt je niet goed concentreren op de opleiding die je volgt. Misschien voel je je vaak somber of angstig of heb je veel conflicten. Of misschien vind je het lastig je eigen keuzes te maken en laat je je vooral leiden door wat anderen vinden. Als je gemotiveerd bent hier iets aan te doen en je hebt hierbij intensieve ondersteuning nodig, dan is de deeltijdbehandeling wellicht iets voor jou.

#### Het programma

Als je deelneemt aan de deeltijdbehandeling kom je minimaal drie en maximaal vier dagen in de week tussen 9.00 en 15.00 uur naar de groepstherapie. Tijdens de twee intakegesprekken stel je de doelen op die jij wilt bereiken. Eventueel betrek je hierbij je ouders of begeleiders. Op basis van deze gesprekken wordt je definitieve programma bepaald.

We evalueren de eerste keer na vier weken en daarna eenmaal per zeven weken in het team je behandeling. Zo'n evaluatie betekent dat we met alle therapeuten die bij je behandeling betrokken zijn, bespreken hoe het met jou en je behandeling gaat en of het lukt je doelen te realiseren. Jij levert hiervoor een verslag in en als je ouders betrokken zijn, doen zij dat ook. Na deze vergadering bespreken we hoe je behandeling verder gaat en als dat nodig blijkt, dan passen we in overleg het programma aan.

#### De groepstherapie

De groepstherapie is alleen succesvol als jij je actief opstelt. Door bijvoorbeeld initiatief te nemen om onderwerpen in te brengen of ervaringen te delen. En door actief te oefenen. Natuurlijk krijg je daarbij ondersteuning van de therapeuten. Daarnaast ondervind je ook steun en herkenning bij de andere deelnemers. En zij bij jou.

Je hebt te maken met een team van verschillende hulpverleners. Er zijn sociotherapeuten die de groepen begeleiden. Zij helpen je ook om buiten de deur op een praktische manier te werken aan je doelen. Daarnaast bestaat het team uit een creatief therapeut, een psychomotorisch therapeut, een behandelcoördinator, systeemtherapeut en een psychiater.

#### Hoe lang?

Een deeltijdbehandeling duurt maximaal negen maanden. Slechts bij uitzondering is een verlenging mogelijk van drie maanden. Hoe lang jouw behandeling gaat duren, hangt ook af van welke doelen jij wilt bereiken.

#### Meer informatie

Voor meer informatie over de deeltijdbehandeling kun je contact opnemen met de behandelcoördinator, telefoon: 0172 89 89 00. De deeltijdbehandeling is gehuisvest in Alphen aan den Rijn en makkelijk bereikbaar met openbaar vervoer én met de auto.

#### GGZ Rivierduinen Kinderen en Jeugd

**Locatie Alphen aan den Rijn**  
Dr. J.M. den Uylsingel 10-18  
2404 CJ Alphen aan den Rijn  
Telefoon 0172 89 89 00

[info.kinderenenjeugd@rivierduinen.nl](mailto:info.kinderenenjeugd@rivierduinen.nl)  
[www.rivierduinen.nl/kinderenenjeugd](http://www.rivierduinen.nl/kinderenenjeugd)