



Omgaan met psychose

Een cursus voor familie en naasten

Leven met een naaste met psychiatrische problemen kan ingrijpend zijn. Iedereen die dit meemaakt kan meepraten over conflicten, overbelasting, machteloosheid en eenzaamheid. Voor familie en naasten kan dat veel spanning opleveren. Vaak weten ze niet meer hoe ze moeten reageren. Het risico is dat naasten opgebrand raken.

Waarom deze cursus?

Een psychose is een ingrijpende aandoening die een enorme impact kan hebben op het leven van zowel cliënten als familieleden. Familieleden zijn echter vaak belangrijke steunpilaren; het is dan ook van belang dat ze voldoende steun krijgen.

Doel

Het doel van deze cursus is het verminderen van de belasting van familie. Hierdoor kan de kwaliteit van leven van familie en – in het verlengde hiervan – de cliënt toenemen.

Voor wie?

De cursus is bestemd voor familie en naasten van iemand met een psychotische kwetsbaarheid.

Inhoud

In de cursus komen de volgende onderwerpen aan bod:

- informatie over ziekte, oorzaken, fasen, verloop en prognose;
- informatie over medicatie en behandeling;
- ontwikkelen van probleemoplossende vaardigheden;
- noodplan/crisiskaart;
- organiseren van sociale steun (het opbouwen en onderhouden van uw netwerk en communicatie over de ziekte met de buitenwereld);
- aandacht en zorg voor uzelf: verlies, rouw en acceptatie, schuldgevoel en grenzen stellen;
- omgaan met en afhankelijkheid van de hulpverlening.

De cursus is geen therapiegroep. In de groep kunt u ervaringen delen en elkaar steunen. Deelnemers ontvangen een werkboek met literatuur en huiswerkopdrachten. Met deze opdrachten gaat u in uw eigen situatie aan de slag.

Kennismakingsgesprek

Voorafgaand aan de cursus krijgt u een kennismakingsgesprek. U krijgt nadere informatie over de cursus en u kunt vragen stellen. We bespreken met u of de cursus aansluit bij uw behoeften.

Praktische informatie

Groepsgrootte: maximaal 10 personen.

Duur: 10 bijeenkomsten van 2 uur

Data: Neem voor de startdata, tijden en locaties contact met ons op of kijk op www.rivierduinen.nl/agenda.

Kosten: € 20,00 materiaalkosten.

Hiernaast dient u zelf het boek 'Leven met een psychotische stoornis' van M. Appelo aan te schaffen.

Inwoners uit de gemeenten van de Duin- en Bollenstreek, regio Leiden en regio Alphen aan den Rijn kunnen deelnemen aan deze cursus. Deze cursus is mogelijk door de WMO financiering van gemeenten in onze regio.

Informatie en aanmelden

Voor meer informatie en aanmelden kunt u contact opnemen met:

GGZ Rivierduinen

Afdeling Preventie

T 071 890 88 88

E preventie@rivierduinen.nl

www.rivierduinen.nl/familieennaasten

www.rivierduinen.nl/agenda