



Informatie voor jongeren van 15 tot en met 20 jaar

STRUCTUUR-DEELTIJDGROEP

Je hebt deze folder gekregen zodat je erover kunt nadenken of behandeling in de structuurdeeltijdgroep iets voor jou is. Aan iets nieuws beginnen vinden de meeste jongeren spannend. Misschien helpt het om in deze folder te lezen wat je kunt verwachten. We leggen uit wat de structuurdeeltijdgroep is, voor wie het is, welke onderdelen we hebben en waar je mee kunt oefenen.

WAT IS DE STRUCTUURDEELTIJD?

De structuurdeeltijd is voor jongeren die hun dag- en weekstructuur door verschillende oorzaken zijn kwijtgeraakt en zijn vastgelopen op meerdere levensgebieden. Het terugvinden van structuur is nodig om aan andere problemen te werken en weer een toekomstdoel te maken. De structuurdeeltijd is een groepsbehandeling waar je vier ochtenden per week bezig bent met de dingen die je moeilijk vindt of waar je last van hebt. In de groep gaan we samen met jou zoeken naar hoe dit komt en hoe je ermee kan leren omgaan of hoe je dit kunt veranderen. Ook kijken we met jou naar wat er allemaal goed gaat en wat jij wil voor de toekomst. In de middag kun je met de doelen van de groep aan de slag in jouw thuissituatie, bijvoorbeeld door

deels weer naar school te gaan, een werkplek of ontspanning te vinden.

VOOR WIE?

De structuurdeeltijdgroep is voor jongeren van 15 tot en met 20 jaar. De jongeren die deelnemen aan de groep hebben last van iets wat hen belemmert om hun 'gewone leven' voort te zetten. Het kan zijn dat je erg somber of angstig bent, of dat je je anders voelt dan anderen. Vaak lukt het niet meer om naar school te gaan, of contacten te onderhouden. Je hebt al veel geprobeerd maar het heeft niet genoeg geholpen.

WAT DOEN WE IN DE GROEP?

Tijdens je behandeling kijk jij samen met de behandelaars, je ouders en/of je vriend(in) wat je moeilijk vindt en wat je eraan zou kunnen doen. Dat betekent dus dat je gaat leren hoe je dingen anders kunt aanpakken. Wij vinden het daarom heel belangrijk dat jij gemotiveerd bent om te werken aan de dingen die lastig zijn of waar je problemen mee hebt. In de groep besteden we aandacht aan hoe je je dagelijkse ritme weer kunt vinden en kun je bijvoorbeeld leren hoe je op een handige manier contact maakt met leeftijdsgenoten, hoe je beter om kunt gaan met stress, spanning of andere lastige emoties. We kijken ook naar wat je goed kunt en wat je in de toekomst graag zou willen.

HOE ZIET DE DAG ERUIT?

De dagopening en dagsluiting

Elke dag beginnen we de groep met een dagopening om te kijken hoe het met je gaat en wat je nodig hebt gedurende de dag om je beter te voelen en hoe je aan je doel hebt gewerkt. Aan het einde van de dag, na de groepstherapieën, hebben we een dagsluiting om de dag na te spreken en het plan voor de middag te bespreken.

Groepstherapie

Er worden verschillende soorten groepstherapie aangeboden, zoals cognitieve gedragstherapie, psycho-educatie en sociale vaardigheden als ook beeldende therapie en psychomotore therapie.

Oefenen met je eigen doelen

Tijdens deze onderdelen ga je oefenen met je eigen doelen. Die doelen komen voort uit je zorgplan. Deze maak je aan het begin van je behandeling met je behandelaar. In jouw zorgplan staat waar jij mee aan de slag gaat in de deeltijdgroep.

Leren van elkaar

De groep is heel belangrijk, van elkaar kun je veel leren. Vanuit de ervaringen van groepsgenoten, kun je tips krijgen of ze aan anderen geven.

Aanvullend op de groep

Naast de groepsbehandeling krijg je individuele gesprekken. De eerste fase van de groepsbehandeling is gericht op het krijgen van meer inzicht in waar je tegenaan loopt en ook om jou beter te leren kennen. We maken kennis met je ouders of verzorgers (systeem) of belangrijke anderen. We noemen dit de diagnostische fase.

In de volgende fase, de behandelfase, zullen de gesprekken meer gericht zijn op behandeling en krijg je uitleg over eventuele diagnoses.

Op indicatie kun je individuele psychotherapie, psychomotore therapie, beeldende therapie, intensieve psychotherapie of farmacotherapie krijgen.

In de laatste fase van de behandeling werk je toe naar het afsluiten van de behandeling waarbij je actief gaat opbouwen naar een voor jou zinvolle daginvulling. Samen met jou kijken we welke ondersteuning je hierin nodig hebt.

HOELANG DUURT DE BEHANDELING?

Hoe lang je de deeltijdbehandeling nodig hebt, is bij iedereen anders. Gemiddeld duurt de behandeling 6 maanden. De behandeling bestaat uit 3 fasen; de diagnostische fase, de behandelfase en de afrondende fase. Elke fase duurt 6 weken waarna een zorgafstemmingsgesprek (ZAG) volgt met jou, je ouders en het behandelteam. Het kan zijn dat de behandelfase, in afstemming met jou, wordt verlengd. Doel is dat je na de groep meer zicht hebt op je kwaliteiten en dat je kan doorgroeien op het gebied van school, werk of een andere dagbesteding.

WIE ZITTEN ER IN HET BEHANDELTEAM?

Het multidisciplinaire behandelteam bestaat uit een groepsbehandelaar, beeldend therapeut, psychomotore therapeut, systeemtherapeut, klinisch psycholoog, gedragswetenschapper en een psychiater. Het behandelteam werkt met elkaar samen aan jouw behandeling.

OVER YULIUS DE KREEK

De structuurdeeltijd is een onderdeel van het aanbod van het spoedeisend centrum van Yulius en vindt plaats bij locatie De Kreek. Daarnaast zijn ook de behandelteams van

het FACT en het IHT er gehuisvest. Op onze locatie in Dordrecht worden ook andere deeltijdbehandelgroepen aangeboden.

OVER YULIUS

Yulius helpt kinderen, jongeren en volwassenen met psychische problemen. We zijn gespecialiseerd in geestelijke gezondheidszorg en bieden gespecialiseerd onderwijs. Dat doen we op meerdere plekken in de regio's Rijnmond en Zuid-Holland Zuid. We doen het niet alleen: samen met onze cliënten én partners als wijkteams, huisartsen, woningcorporaties of anderen in de wijk werken we aan de positieve gezondheid van onze cliënten. Samen het verschil!

AANMELDEN

Om je aan te kunnen melden voor de structuurdeeltijdbehandeling, is een verwijzing nodig van de huisarts of je huidige behandelaar. Deze stuurt jouw aanmelding naar Yulius Aanmelding & Informatie

Dit is een uitgave van Yulius
© 05-10-2022

**Samen het verschil.
Luisteren. Doen. Ontplooien**