



STRUCTUUR- DEELTIJDGROEP

Informatie voor
jongeren van 15 tot en
met 20 jaar

Deze folder geeft je een duidelijk beeld van wat de structuurdeeltijd inhoudt. We leggen uit wat het is, voor wie het bedoeld is, welke onderdelen het programma bevat en waar je aan kunt werken.

WAT IS DE STRUCTUURDEELTIJD?

De structuurdeeltijd is een groepsbehandeling waarbij je vier ochtenden per week werkt aan de dingen die je moeilijk vindt of waar je last van hebt. Samen met jou onderzoeken we waar deze problemen vandaan komen en hoe je ermee om kunt leren gaan of ze kunt veranderen. We kijken ook naar wat al goed gaat en wat jij belangrijk vindt voor jouw toekomst. In de middag pas je toe wat je hebt geleerd, bijvoorbeeld door (deels) weer naar school te gaan, te werken of ontspanning te zoeken.

VOOR WIE IS DE STRUCTUURDEELTIJD?

De structuurdeeltijd is voor jongeren van 15 tot en met 20 jaar die door verschillende oorzaken hun dag- en weekstructuur zijn kwijtgeraakt en vastlopen op meerdere levensgebieden. Je kunt bijvoorbeeld last hebben van somberheid, angst of het gevoel hebben dat je anders bent dan anderen. Het lukt vaak niet meer om naar school te gaan of contact te houden met vrienden. Door structuur terug te brengen, ontstaat er weer ruimte om aan andere problemen te werken. Je leert (weer) vertrouwen te krijgen in jezelf en in je eigen krachten, waardoor je ook meer zicht kan gaan krijgen op de toekomst.

WAT DOEN WE IN DE GROEP?

Samen met behandelaren, je ouders/verzorgers en eventueel een vriend(in) onderzoek je wat je moeilijk vindt en hoe je daarmee om kunt gaan. Je leert om dingen anders aan te pakken en te werken aan je persoonlijke doelen. Jouw motivatie is daarbij erg belangrijk.

In de groep besteden we aandacht aan:

- Dag- en weekritme
- Contact met leeftijdsgenoten
- Gezonde leefstijl
- Omgaan met emoties, stress en spanning
- Het ontdekken van je talenten, waardes en toekomstdromen

HOE ZIET DE DAG ERUIT?

Dagopening en dagsluiting

Elke ochtend starten we met een dagopening waarin je vertelt hoe het met je gaat en wat je die dag nodig hebt. We sluiten de ochtend af met een dagsluiting, waarin we de dag bespreken en samen een plan maken voor de middag.

Groepstherapie

Je volgt verschillende therapievormen zoals, cognitieve gedragstherapie (CGT), acceptance and commitment therapy (ACT), mindfulness, beeldende therapie en psychomotorische therapie. Daarnaast zijn er vaardigheidstrainingen gericht op sociale vaardigheden en zelfbeeld. Alles sluit aan op jouw zorgplan, dat je samen met je behandelaar opstelt aan het begin van je traject.

E-health

Er zijn mogelijkheden om een deel van de behandeling online te volgen. Verschillende cursussen of digitale hulpmiddelen worden aangeboden via de beveiligde online-omgeving Minddistrict.

Leren van elkaar

De kracht van de groep is belangrijk. Je leert van de ervaringen van anderen en deelt je eigen inzichten. Het kan steun geven om te merken dat je niet de enige bent die vastloopt.

Individuele behandeling

Naast de groepsbehandeling heb je individuele gesprekken. De behandeling bestaat uit drie fasen:

1. **Diagnostische fase (± drie maanden)**
Je krijgt inzicht in je problemen en wij leren jou beter kennen. We maken kennis met je ouders/verzorgers (het systeem) en je hebt een gesprek met de psychiater.
2. **Behandelfase (± drie maanden)**
De gesprekken richten zich meer op behandeling. Je krijgt uitleg over eventuele diagnoses. Indien nodig kun je aanvullende individuele therapieën volgen, zoals psychotherapie, psychomotorische therapie, beeldende therapie of medicatiebehandeling (farmacotherapie).
3. **Afrondingsfase (± drie maanden)**
Je werkt toe naar een passende daginvulling zoals school, werk of een andere vorm van dagbesteding. Samen kijken we welke ondersteuning je hierbij nodig hebt.

HOELANG DUURT DE BEHANDELING?

De duur van de behandeling verschilt per persoon, maar gemiddeld duurt deze negen maanden. Na zes weken vindt het eerste zorgafstemmingsgesprek (ZAG) plaats met jou, je ouders/verzorgers en je behandelaar. Daarna evalueren we de voortgang elke drie maanden.

WIE ZITTEN ER IN HET BEHANDELTEAM?

Het multidisciplinaire behandelteam bestaat uit een groepsbehandelaar, GGZ agoog, beeldend therapeut,

psychomotore therapeut, systeemtherapeut, klinisch psycholoog, psycholoog en een psychiater. Het behandelteam werkt nauw met elkaar samen aan jouw behandeling. Er is een wekelijks overleg waarin alle jongeren van de structuurdeeltijd besproken worden.

AANMELDEN

De aanmelding verloopt via jouw eigen behandelaar. Die kan een e-mail sturen naar:

yuliusaanmeldingdeeltijdgroepdekreek@yulius.nl

OVER YULIUS DE KREEK

De structuurdeeltijd is een onderdeel van het aanbod van Kind en Jeugd Yulius en vindt plaats op locatie De Kreek. Daarnaast zijn ook de behandelteams van het FACT, het IHT en twee poliklinieken 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.

Informatie en aanmelden

Yulius is bereikbaar op telefoonnummer 088 40 50 600.

Om je aan te melden kun je het nummer van de afdeling Aanmelding & Informatie bellen: 088 40 51 111 (ma t/m vr 9.00u-17.00u).

Dit is een uitgave van Yulius.
15-7-2025



Samen het verschil.
Luisteren. Doen. Ontplooien.