



Jongerendeeltijd voor jongeren van 12-18 jaar

Ben jij tussen de 12 en 18 jaar en ga je binnenkort mogelijk de jongerendeeltijd binnen GGZWNB volgen? Dan is deze folder bedoeld voor jou en je ouders/verzorgers. Deze folder geeft je informatie over wat je bij de jongerendeeltijd kunt verwachten.

Wat is de jongerendeeltijd?

De jongerendeeltijd is een groepsaanbod waar jongeren van 12-18 jaar 2 dagdelen in de week naartoe komen. Het is een open groep, dit betekent dat jongeren tussentijds in en uit kunnen stromen. De groep van 4 tot maximaal 8 jongeren biedt een veilige omgeving waarin jij met ondersteuning van de therapeuten op een gemotiveerde manier aan de slag kunt gaan met je persoonlijke leerdoelen. Binnen de verschillende therapie-onderdelen die worden aangeboden leer je kijken naar hoe dingen bij je werken en wat je aan je problemen kunt doen.

Voor wie is de jongerendeeltijd?

De jongerendeeltijd is bedoeld voor jongeren van 12-18 jaar waarbij sprake is, of een vermoeden van, psychiatrische problematiek. Je ervaart problemen in verschillende situaties (thuis, school, sportclub etc.). Het kan gebeuren dat het je niet meer lukt om goed te functioneren. Door verhalen van de jongeren in de groep merk je dat je niet de enige bent die te maken heeft met deze problemen. Zo kunnen jouw verhalen ook helpend zijn voor anderen en kunnen jullie leren van elkaar.

Waar kunnen wij je bij helpen?

Wij willen je graag een stapje in de goede richting brengen naar een leven met meer stabiliteit en een fijn gevoel over jezelf. We richten ons o.a. op het verbeteren van stemming en zelfbeeld, verbeteren van de sociale vaardigheden, leren anders met situaties om te gaan, jezelf beter leren kennen waarbij we gebruik maken van o.a. een signaleringsplan of emotiethermometer.



Verloop?

Als je samen met je ouders het advies voor de jongerendeeltijd hebt gekregen komen jij en je ouders/verzorgers bij een sociotherapeut op kennismakingsgesprek. Bij dit gesprek is ook de systeemtherapeut aanwezig die je ouders/verzorgers begeleidt. In het kennismakingsgesprek wordt informatie gegeven over de opzet van de jongerendeeltijd en wat je zoal kunt verwachten. Ook verkennen we met elkaar de persoonlijke doelen waar je in de groep aan gaat werken. Aan het eind van het gesprek, of op een later moment als dit nodig is, wordt er definitief besloten of je gaat deelnemen aan de jongerendeeltijd.

De jongerendeeltijd

De jongerendeeltijd vindt plaats op maandag en woensdag van 16.30 tot 20.00 uur. Van 15.30 tot 16.30 uur is er een inloophetmoment. Deze tijd wordt benut voor de wekelijkse individuele gesprekken (30 minuten) met de mentor (één van de sociotherapeuten). Op afspraak kan er in deze tijd ook huiswerk gemaakt worden. We verwachten dat je alle bijeenkomsten van de jongerendeeltijd aanwezig bent, met uitzondering van ziekte.



Bij afwezigheid meld je je telefonisch af bij de sociotherapeuten (ma, di, wo). Het telefoonnummer wordt afgestemd met de mentor.

Binnen de jongerendeeltijd neem je actief deel aan de verschillende therapie-onderdelen. Op maandag is er de praatgroep en beeldende therapie. Op woensdag is er de doegroep en de psychomotore-therapie (sport). In de verschillende therapieën werken we met elkaar aan thema's. Je kunt hierbij denken aan thema's als zelfbeeld, emoties, sociale omgang, stemming etc.

Naast de jongerendeeltijd hebben we blokgesprekken om samen met jou, je ouders/verzorgers, je mentor van de groep, en de systeemtherapeut/ouderbegeleider de afgelopen periode te bespreken.



We kijken dan met elkaar naar hoe het gaat binnen de groep en doen dit aan de hand van de doelen die in het kennismakingsgesprek zijn gesteld. Aan het einde van dit gesprek bespreken we met elkaar waar je de komende periode aan gaat werken. In deze blokgesprekken wordt ook met elkaar besloten of je doorgaat met de groep.

Wat doe jij in de groep?

- Je werkt samen met de jongeren en therapeuten aan je persoonlijke leerdoelen
- Je werkt aan thema's binnen de verschillende therapie-onderdelen
- Je neemt actief deel aan de verschillende therapie-onderdelen
- Je brengt situaties in om zo terug te kunnen kijken naar je eigen gedrag
- Je gaat contacten aan met groepsgenoten

Wat verwachten we van jou?

- Aanwezigheid bij alle bijeenkomsten
- Een actieve deelname tijdens de verschillende therapie-onderdelen
- Durf om lastige situaties in te brengen zodat je hiervan kunt leren
- Leren kijken naar je eigen gedrag en dat van je groepsgenoten
- Inbreng bij het formuleren van persoonlijke doelen

Wat verwachten we van je ouders/verzorgers?

- Aanwezigheid bij de blokgesprekken
- Aanwezigheid bij de systeemgesprekken 1x per twee weken
- Betrokkenheid en afstemming

"Bij de jongerendeeltijd heb ik handvatten gekregen om vrolijker door het leven te gaan"



Praktische informatie

- vervoer van en naar de jongerendeeltijd dient zelf geregeld te worden door ouders/verzorgers
- gedurende de schoolvakanties en feestdagen zijn we gesloten
- je neemt zelf een maaltijd mee naar de groep. Dit kan een magnetronmaaltijd, koud bereide maaltijd, broodmaaltijd of een salade zijn.



Adres en contactgegevens

GGZ WNB
Jongerendeeltijd
Louis Porquinlaan 1
4611 AM Bergen op Zoom

Tel: 0164-289725 (algemeen nummer
secretariaat)
E-mailadres: deeltijd.jeugd@ggzwnb.nl

Tot ziens op de jongerendeeltijd!

Website: www.ggzwnb.nl

