



# Overwegingsgroep Verslaving & Herstel

Een groep die gericht is op mensen die kampen met verslavingsproblematiek in alle stadia van gebruik, die het gebruik willen doorbreken of een uitglijder/terugval willen voorkomen. De groep is erop gericht dat je met lotgenoten in gesprek gaat over je gebruik, maar zelf een keuze maakt over het middelgebruik in jouw leven.

## Inleiding

Psychische klachten en middelengebruik zijn nauw met elkaar verweven. Hierover is steeds meer bekend. Vanuit de omgeving (familie/vrienden) is het vaak moeilijk te begrijpen, waarom iemand blijft gebruiken. De groep biedt de mogelijkheid om te spreken over je verslaving zonder oordeel. Het is een mogelijkheid om stil te staan bij je gebruik en te overdenken wat je daar verder mee wil.

## Doelgroep

De groep is bedoeld voor FACT cliënten, die middelen gebruiken en (nog) niet willen veranderen of al langer willen stoppen/minderen met gebruik, maar regelmatig terugvallen. De groep geeft u de mogelijkheid om binnen een veilige omgeving te spreken over uw gebruik, zonder daarin gelijk iets te moeten, maar wel wil onderzoeken wat u verder met u gebruik wilt.

## Inhoud & doel van de groep

In de groep worden ervaringen met elkaar uitgewisseld. De thema's die worden besproken worden enerzijds door de deelnemers zelf aangedragen. Hierbij kun je denken aan:

- Wat brengt mijn gebruik mij?
- Waar sta ik nu en welke invloed heeft het op mijn leven?
- Wie ben ik buiten mijn middel, waar liggen mijn grenzen?



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant

# Overwegingsgroep Verslaving & Herstel

Daarnaast zullen er vanuit de begeleiding onderstaande thema's worden opgepakt:

- Wat is de functie van je gebruik?
- Welke effecten ondervindt je in lichaam en geest.
- Hoe kan je schade door middelengebruik beperken.
- Is er een relatie tussen je psychische klachten en middelengebruik.
- Welke voor en nadelen heeft je gebruik.
- Sociale contacten: Het elkaar positief/negatief beïnvloeden
- Familie contacten en andere relaties.
- Eenzaamheid invulling van vrije tijd.
- Huisvesting/financiën.
- Inzicht in mogelijkheden voor behandeling als u besluit uw middelengebruik te veranderen.
- Er worden tevens gastsprekers uitgenodigd zoals de verslavingsarts, ervaringsdeskundige, trajectcoach. Ook hierin kan de groep aangeven waar behoefte aan is.

Aansluitend aan het groepsgesprek vindt activiteitentherapie plaats, waar op een creatieve wijze met de onderwerpen

aan de slag wordt gegaan aansluitend bij het onderwerp van het groepsgesprek. Bijvoorbeeld door je sociale contacten te tekenen maar ook wat kan ik doen om minder spanning te voelen of het beeldend onderzoeken van het (verslavings-) patroon waar je steeds in terecht komt. Met de groep wordt afgestemd welke onderwerpen worden behandeld.

## Praktische informatie

- Duur & frequentie: Het is een doorlopende groep die maximaal uit 8-10 personen bestaat.
- Wanneer : Elke maandag. Van 14.00 - 15.00 uur gespreksgroep, pauze, activiteitentherapie van 15.15 - 16.30 uur.
- Locatie: Laan van Brabant 81, Roosendaal.

## Contact

Wil je meer informatie of wil je je aanmelden? Neem dan contact op met Saida Charkaoui-Azaimi.

**E:** [s.charkaoui-azaimi@ggzwnb.nl](mailto:s.charkaoui-azaimi@ggzwnb.nl)

**M:** 06 10 77 22 60



GGZ WNB

Geestelijke GezondheidsZorg Westelijk Noord-Brabant