

Studiemiddag V&VN-SPV 'Jeugd en Jong volwassenen'
15 mei 2024

Jonge en volwassen naasten

Het gesprek aangaan

Jacqueline Krouwel
Preventiedeskundige Jellinek



Jellinek

Dé expert op het
gebied van verslaving

Wat komen jullie tegen
in jullie werk als het gaat om
naasten en kinderen?



**Over wie
hebben
we het
eigenlijk?**

WIE ZIJN ONZE DOELGROEP?

**KOPPKOV
EN
STERK ERNAAST**

**ZIJN ER VOOR
JONGE EN
VOLWASSEN
NAASTEN**

KOSTELOOS, VRIJBLIJVEND
ZONDER DOSSIEROPBOUW
WEINIG TOT GEEN WACHTTIJD

KOPPKOV@JELLINEK.NL
STERKERNAAST@JELLINEK.NL



Een integrale aanpak

Meest effectief in preventie van middelengebruik

Beleid



Professionals



Omgeving



Einddoelgroep



Deskundigheidsbevordering via training of workshop over: middelenkennis, visie op verslaving, kennis over verslaving en signaleren, motiverende gespreksvoering

Belang preventie

- Vroegsignalering voorkomt verergering en/of ontstaan van andere problemen
- Het bespreekbaar maken kan zorgen voor verandering van middelengebruik
- Vermindert schaamte
- Bevordert openheid



WEBINAR

DE IMPACT VAN VERSLAVING OP JONGE GEZINNEN

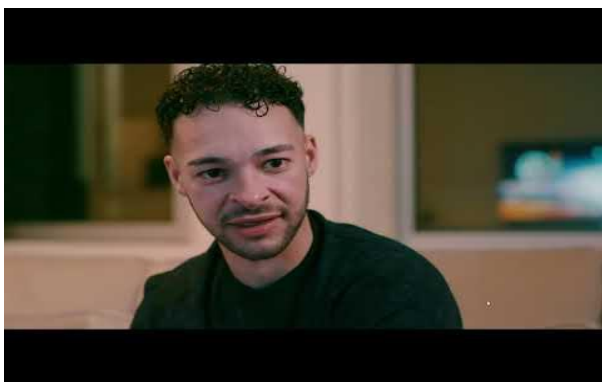
DINSDAG 4 JUNI 2024
19:30U - 21:00U

KOSTELOOS, ANONIEM, VOOR
NAASTEN EN PROFESSIONALS



Samen organiseren wij webinar
'De impact van verslaving op
jonge gezinnen'





[Boef docu Aflevering 2 - YouTube](#)



[Podcast Luisteren \(PodNL\): #18 - Bierblikjes in de wasmand](#)



[I had a black dog, his name was depression - YouTube](#)

[Mama Mania - 2Doc.nl](#)



Waarom aandacht voor naasten?

Onderzoek Trimbos wijst uit:

- De ervaren belasting is (zeer) hoog
- Vaker psychische klachten
- Matig tot sterk verhoogd risico op depressieve –of angststoornis
- Gebrek aan sociale steun
- Kinderen die opgroeien met een ouder met psychische –en/of verslavingsproblemen lopen meer kans om zelf problemen te ontwikkelen op latere leeftijd en doen 5x vaker een beroep op de GGZ

Maar ook:

Naasten hebben een essentiële rol in herstel van de client
& triadisch werken is efficiënter en scheelt tijd en geld!

Doel Sterk Ernaast & KOPPKOV

Verbeteren kwaliteit van leven van volwassen –en jonge naasten



- Luisterend oor bieden
- Informeren en vragen beantwoorden over verslaving of communicatieproblemen
- In contact brengen met lotgenoten
- Persoonlijke ondersteuning en uitbreiding steunnetwerk
- Preventie van stress en verminderen klachten en problemen bij naasten

Ondersteuning vanuit preventie aan jongvolwassenen (KOPPKOV)

Thema's en onderwerpen 17+ groep 'Zorgen om thuis'

- Begrip en normaliseren
- Verminderen van schuld en schaamte
- Kennis over en groter begrip van de ziekte en/of beperking van de ouder(s)
- Lotgenotencontact
- Loyaliteit en loslaten
- Grenzen aangeven
- Sociale steun
- Hoe ga ik mijn eigen leven vormgeven?
- Beïnvloeden gedachtes
- Ontspanningsoefeningen

Ondersteuning vanuit preventie aan jonge naasten (KOPPKOV)

Doelen kinder –en jongerengroep

- Versterken beschermende en verminderen risicofactoren
- Verminderen schuld en schaamte
- Lotgenotencontact
- Kennis over en groter begrip van de ziekte en/of beperking van de ouder(s)
- Vergroten zelfvertrouwen en weerbaarheid
- Ontwikkelen positief zelfbeeld
- Sociale steun of ondersteuningsnetwerk vergroten
- Leren herkennen en uiten van emoties
- Oefenen vaardigheden

Kleine naasten kleine zorgen?

Kan Het mijn schuld zijn dat mijn moeder ziek

Is Het goed dat ik geboren ben?

Hoe kan ik mijn moeder Helpen?

Kan de ziekte van mam weg?

Hoe kan ik merdblij maken?

bestaan er medicijnen voor mam?

moet ik tHuis blijven om mam te Helper

moet ik alles voor mam doen?

Ondersteuning vanuit preventie aan ouders van jonge naasten (KOPPKOV)

Doelen oudergroep

- Herkenning en steun
- Inzicht in ouderschap en ontwikkelingsfasen kind
- Versterken van de ouderrol
- Voorkomen of verminderen van risico op ontwikkelen psychische problemen bij het kind
- Vergroten opvoedingsvaardigheden
- Eventuele gevoelens van schaamte en schuld verminderen
- Inzicht in ziekte en vertaling maken naar invloed op eigen kinderen

In gesprek over naasten – de voorbereiding

- Houd rekening met schuldgevoelens en schaamte, dat kleurt vaak de antwoorden
- Iedere ouder wil het beste voor zijn of haar naaste en kinderen: als het niet goed gaat komt dat door onmacht, niet door onwil
- Zorg voor een steunende in plaats van een kritische houding
- Probeer de drempel te verlagen in plaats van te overtuigen

In gesprek over naasten – aandachtspunten

Bij kinderen: benoem dat ouderschap **altijd lastig** is, ook voor jou als professional is het soms een **uitdaging!** Hetzelfde geldt voor relaties met partners en ouders. Als je **niet lekker in je vel zit, is het nog lastiger**. Het is dus logisch dat het niet altijd vlekkeloos verloopt!

Vermijd negatieve woorden als fouten, schade, risico's.

In gesprek over naasten – aandachtspunten

Bij concrete zorgen - **bespreek de signalen zo concreet mogelijk:**

- Welke zorgen zijn er?
- Herkent de client deze?
- Hoe gaan ze er op dit moment mee om?
- Wat zou kunnen helpen?

In gesprek over naasten – aandachtspunten

Normaliseer: benoem dat het logisch is dat naasten ook geraakt worden door de problematiek en dat het veel voorkomt dat cliënten zich hier heel schuldig over voelen

- Niet alleen bij deze client wordt de omgeving geraakt, dit gebeurt altijd
- Dat mensen in de omgeving stress ervaren is vervelend, maar komt voort uit liefde voor de client

In gesprek over naasten – aandachtspunten

Vertel dat we een **passend aanbod** hebben voor kinderen en volwassenen die te maken hebben met verslavingsproblemen in hun omgeving en benoem de voordelen daarvan. Vergeet de voordelen voor de client niet te noemen!

- Voordelen voor de naasten geven voordelen voor de client: meer begrip is minder conflicten, emotieregulatie is minder heftige emoties, meer steun zorgt voor minder stress
- Als de naasten beter is hun vel zitten, geldt dat vaak ook voor de client
- We horen heel vaak dat de relatie verbetert!

In gesprek over naasten – aandachtspunten

Stel voor de naasten uit te nodigen voor een gesprek om hen ook **meer te vertellen over het aanbod** en de voordelen ervan, dit geldt zowel voor de volwassenen als kinderen, eventueel kan dat met de client samen.

Aanbod KOPPKOV

Individuele preventieve adviesgesprekken

Piep zei de muis (4-8 jaar):

14 kinderbijeenkomsten

5 ouderbijeenkomsten met opvoedondersteuning

Doe –en praatgroep (8-12 jaar):

8 kinderbijeenkomsten

2 ouderbijeenkomsten met opvoedondersteuning

Time4U (12-16 jaar)

9 bijeenkomsten voor jongeren

2 ouderbijeenkomsten met opvoedondersteuning

Zorgen om thuis (17-25 jaar)



Een gezin aanmelden?



*Er zijn nog plekken vrij bij onze KOPPKOV groepen voor kinderen die opgroeien met stress -of spanning thuis
Deze groepen starten in oktober*

**Voor alle kinderen
tussen 4 en 18 jaar**

MEER INFO OFAANMELDEN?
Mail naar koppkov@jellinek.nl
of SCAN QR-CODE



*Er zijn nog plekken vrij bij onze KOPPKOV groepen voor jongeren en jongvolwassenen die een ouder hebben met psychische en/of verslavingsproblemen
Deze groepen starten in oktober*

**Voor alle jongeren uit Utrecht
en omstreken tussen
12 en 25 jaar**

MEER INFO OFAANMELDEN?
Mail naar koppkov@jellinek.nl
of SCAN QR-CODE



Dat kan met behulp van:

KOPPKOV

Deze FAQ-sheet geeft antwoord op de meest gestelde vragen van ouders als het gaat om deelname aan een van onze preventieve KOPPKOV groepen.

MEESTGESTELDE VRAGEN:

- 1** **JELLINEK BIEDT VERSLAVINGSZORG. IK BEN ALLEEN NIET VERSLAafd. MAAKT DIT UIT?**
Alle kinderen die opgroeien in stress of spanning thuis zijn welkom, dus ook wanneer er sprake is van psychische problemen of LVB bij ouders en/of andere familieleden of als er sprake is (gewees) van (v)rechtscheiding of huiselijk geweld.
- 2** **WAT KAN MIJN KIND AAN EEN GROEP HEBBEN?**
We bieden geen therapie of behandeling. Tijdens de cursus maken we er vooral een fijne en gezellige tijd van. Kinderen leren over emoties, steun, hoe het zelfvertrouwen te vergroten en hoe ze beter voor zichzelf op kunnen komen. Kinderen voelen zich vaak minder schuldig en begrijpen beter wat er aan de hand is.
- 3** **MIJN KIND HEEFT NERGENS LAST VAN. KAN HET DAN ALSNOOG WEL DEELNEMEN?**
Opvoeden is extra lastig als je niet lekker in je vel zit, opgroeien met een ouder die niet lekker in zijn vel zit ook. Je kind - ongeacht de situatie - een steuntje in de rug bieden en het beter leren omgaan met stress en spanning thuis is altijd helpend.
- 4** **IN DE GROEP HOREN KINDEREN OOK VERHALEN VAN ANDEREN. KAN MIJN KIND DAAR LAST VAN KRIJGEN?**
In de groep is er ruimte om ervaringen uit te wisselen en er worden dingen gedeeld. Meestal ervaren kinderen dit als steunend. Ze zien in dat ze niet de enige zijn die in vergelijkbare situaties opgroeien en voelen zich daardoor minder alleen.
- 5** **ZIJN ER OOK REDENEN WAAROM MIJN KIND NIET DEEL KAN NEMEN?**
• Leeftijd van het kind (deelnemen kan vanaf 4 jaar maar is niet wenselijk als het kind niet met school is begonnen)

blijkt dat 1 op de 4 kinderen in Nederland opgroeit met een ouder met psychische -en/of verslavingsproblemen

MEESTGESTELDE VRAGEN:

- 8** **MOETEN BEIDE OUDERS TOESTEMMING GEVEN?**
Om je kind mee te laten doen hebben we van beide gezaghebbende ouders een handtekening nodig. Soms is dit lastig, omdat er bijna geen contact is met de andere ouder. We denken dan, samen met je verwijzer, graag mee over een oplossing hiervoor.
- 9** **WAT ZIJN DE KOSTEN OM MEE TE DOEN?**
Kinderen uit Utrecht stad kunnen gratis deelnemen. Deelname betekent niet dat de cursus vrijblijvend is. Er zijn wachtlijsten voor de groep en de groep heeft het meeste effect als alle bijeenkomsten worden gevolgd en de cursus wordt afgemaakt.
- 10** **WORDT ER IETS MET MIJN GEGEVENS GEDAAN?**
Als je meedoet aan de cursus wordt je bij ons ingeschreven als deelnemer van de cursus. Hiervoor hebben we een aantal gegevens nodig. We gaan hier zorgvuldig mee om. Wanneer we contact willen opnemen met de verwijzer overleggen we hierover eerst met jou als ouder.
- 11** **WAT GEBEURT ER NADAT DE GROEP IS AFGELOPEN?**
Als de groep klaar is vinden we het belangrijk dat we, samen met je verwijzer een eindgesprek hebben. We geven dan advies in wat er volgens ons nog verder nodig is voor jou en/of je kind. Je verwijzer kan dit samen met je oppakken.
- ?** **MEER INFORMATIE?**
Het kan zijn dat je nog steeds twijfelt of je je kind aan moet melden voor de groep. Je mag altijd contact met ons opnemen voor een vrijblijvend gesprek, waar we vragen die je nog hebt kunnen beantwoorden of mee kunnen denken over wat passend is bij jouw situatie.
- WIL JE JE KIND AANMELDEN?**
Met deze QR-code kom je gelijk op de pagina waar alle informatie staat over onze groepen. Je kunt daar ook informatie vinden waar we de groepen geven en wanneer de groepen starten. Je vindt daar ook een link om je aan te melden.

KOPPKOV

1 OP DE 4 IN NL = KOPPKOV
1 OP DE 3 GROEIT OP MET STRESS EN SPANNING THUIS
OOK BRUSJES
100% KIDS JULLIE CLIËNTEN
5x VAKER BEROEP OP GGZ

WAT?(WEL EN NIET)
IN UTRECHT EN AMERSFOORT
WAAR?
HOE?
WAAROM?

- 1-OP-1 GESPREK(KEN)
- GRATIS GROEPSAANBOD
- CONSULTATIE & ADVIES
- DESKUNDIGHEIDSBEVORDERING
- GEEN DOSSIEROPBOUW
- GEEN VERWIJDSBRIEF

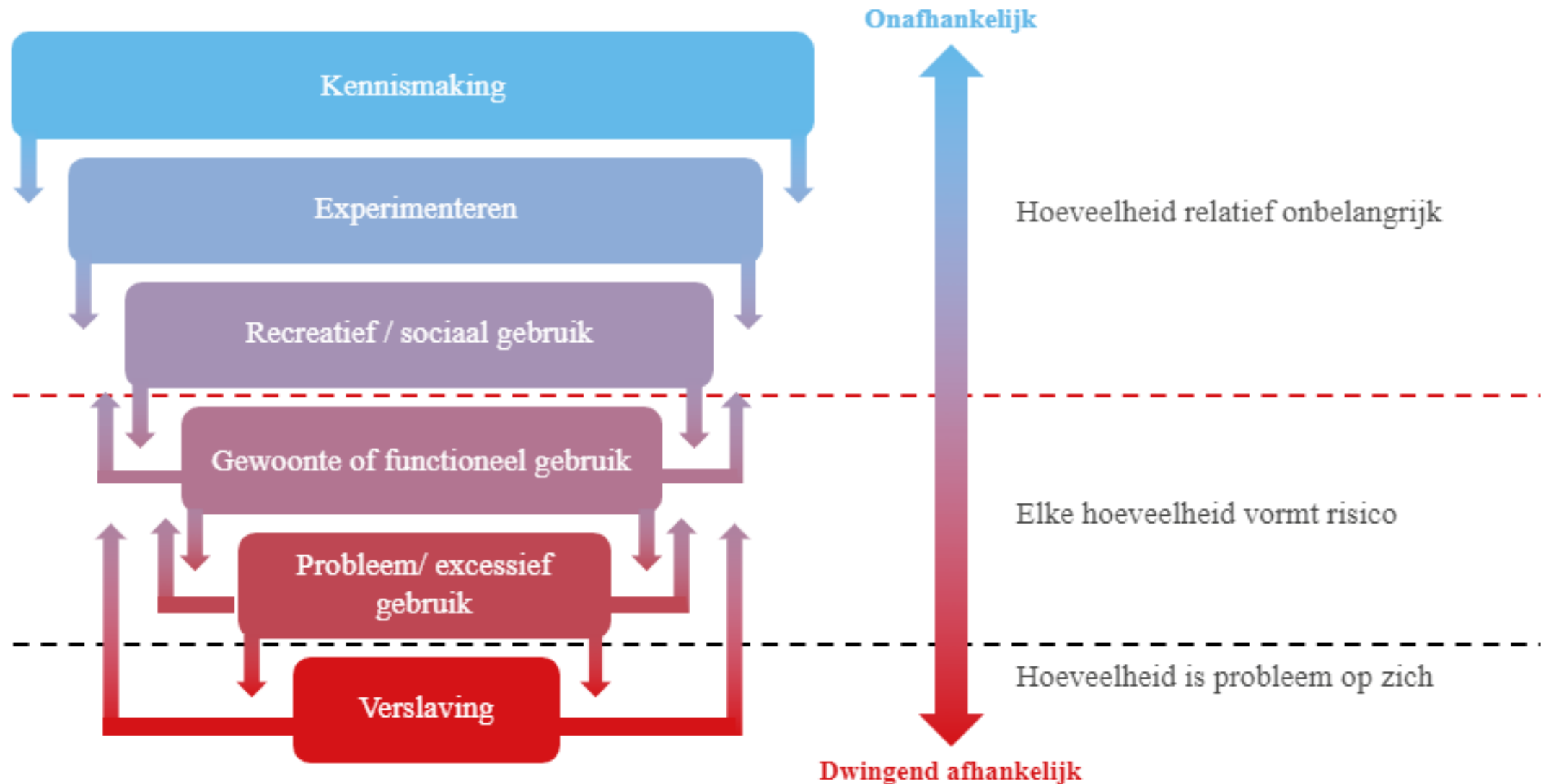
- PSYCHO-EDUCATIE
- HERKENNEN EN VUTEN EMOTIES
- ANDERS DENKEN
- LOTGENOTENCONTACT
- VERGROTEN STEUNNETWERK
- ONTSPANNINGSOEFENINGEN
- KICKBOXEN

- RISICOFACTOREN -
- BESCHERMENDE FACTOREN +
- BEGRIP EN NORMALISEREN
- MINDER SCHULD -EN SCHAAMTE
- MINDER STRESS
- VERGROTEN ZELFVERTROUWEN
- VERGROTEN WEERBAARHEID

WIST JE DAT?
DEELNAME AAN EEN KOPP GROEP
DOET DE KANS OP STOORNISSEN
MET 40% VERMINDEREN

KOPPKOV@JELLINEK.NL

Wie zien we nog meer?



Aanbod Sterk Ernaast

Individuele preventieve adviesgesprekken

5-stappengroepstraining (fysiek op locatie en online)

Voor jezelf opkomen training (fysiek op locatie)

Themabijeenkomsten (online)

Naastenavond 'Wat kan ik doen?' (fysiek)

Online zelfhulp 'Zelfhulp naasten'

Cursus 'Help mijn kind kan niet zonder' (fysiek)



Overige aandachtsgebieden

- Aanbod voor LVB
- Aanbod voor vluchtelingen en statushouders
- Rookvrij projecten
- Samenwerking SEH
- Preventieakkoord
- Horecatrainingen

Vrijwilligersprojecten

- Unity (drugsvoorlichting in uitgaansleven)
- PINK Unity (drugsvoorlichting in uitgaansleven voor LHBTQ+)
- LOS (voorlichting aan studenten)
- CONNECT ((jeugd)zorg, onderwijs, jongerenwerk)
- Krachtkenners (A'damse ouders met migratieachtergrond)
- Papa Cares (voorlichtingsproject vaders voor vaders)



Evaluatieformulier



Hoe versterken we elkaar en waar kunnen we elkaar vinden?





Jellinek

Dé expert op het
gebied van verslaving

www.jellinek.nl