

## Informatie en aanmelden

Voor meer informatie kunnen jij of je ouders/verzorgers terecht bij de behandelaar of neem contact op met Jeugd ggz.

Bereikbaarheid: maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur.  
Buiten deze uren is Jeugd ggz voor spoedeisende situaties bereikbaar via de huisarts.

### Jeugd ggz Zutphen

Dreef 6e  
7202 AG Zutphen  
(0575) 509943  
zutphen@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Hardenberg

Hof van Pepijn 1  
7772 CW Hardenberg  
(0523) 236000  
hardenberg@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Deventer

Pikeursbaan 3  
7411 GT Deventer  
(0570) 604100  
deventer@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Almelo

Westerdok  
Haven Noordzijde 45  
7607 ES, Almelo  
(0546) 684270  
almelo@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Zwolle

Burgemeester Roelenweg 9  
8021 EV Zwolle  
(038) 4692500  
zwolle@jeugdggz.com

### Jeugd ggz directiesecretariaat

Postbus 390  
7400 AJ Deventer  
Info@jeugdggz.com

[www.jeugdggz.com](http://www.jeugdggz.com)

## Systeemtherapie



### Informatie voor ouders



## Over Jeugd ggz

Jeugd ggz ondersteunt kinderen en jongeren met psychiatrische problemen en hun omgeving.

De ondersteuning is gericht op het oplossen van problemen en het beperken van de gevolgen daarvan voor het dagelijks leven. Waar mogelijk stimuleren wij de eigen kracht van de patiënt en zijn of haar netwerk, om zo de behandeling te ondersteunen en zo kort mogelijk te laten duren.

Een probleem is niet alleen persoonsgebonden, maar heeft vaak te maken met de situatie waarin iemand leeft. Relaties, gezin en omgeving vormen een systeem en het is vaak makkelijker om te werken aan problemen in een therapie waarin ook aandacht is voor het systeem. Bij systeemtherapie is die aandacht er.

## Stysteem therapie

Iedereen heeft in zijn of haar leven te maken met spanningen en problemen. Tot op zekere hoogte is dit normaal en hoort het bij het leven. Maar als de problemen ernstig zijn of lang duren kunnen zij de draagkracht van een of meer gezinsleden te boven gaan en kunnen klachten ontstaan.

Vaak gaat het om levensfaseproblemen: wanneer het gezin in een nieuwe fase komt (zoals bij de geboorte van een kind of wanneer de kinderen uit huis gaan) of wanneer een relatie onder druk staat door de veeleisende carrière van één of beide partners.

### Voor wie?

Heeft u het gevoel dat u zelf geen oplossingen kunt vinden voor uw problemen. Ziet u dat een dat een gezinslid gebukt gaat on-

der problemen? Zijn de onderlinge relaties verstoord? Dan kan systeemtherapie uitkomst bieden. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat systeemtherapie vooral belangrijk is bij:

relatieproblemen; gedragsstoornissen bij kinderen en jeugdigen; angst en depressie bij kinderen; anorexia bij adolescenten; verslavingen; geweld binnen het gezin.

### In ieders belang

In systeemtherapie richt de therapeut zich op de aangemelde problematiek en op de relaties en reactiepatronen in het gezin. Zo ondersteunt de therapeut u om vicieuze cirkels te doorbreken. De therapeut is er niet alleen voor het belang van de patiënt, maar in ieders belang. Samen wordt gezocht naar oplossingen. Hierbij kan de nadruk liggen op het

veranderen van manieren van omgaan met elkaar of het veranderen van manieren waarop tegen het probleem wordt aangekeken.

### Kennismaking

Meestal worden alle betrokkenen uitgenodigd voor één of meer oriënterende gesprekken. Daarin komt aan de orde:

Wat zijn de klachten of problemen; Hoe zijn de klachten/ problemen ontstaan;

Wat is er nodig om gewenste veranderingen tot stand te brengen.

### De behandeling

Tijdens de behandeling ligt de nadruk op de kracht van de patiënt en het systeem en niet op (onderliggende) oorzaken. Een gesprek duurt 60 tot 75 minuten. De duur van de behandeling is afhankelijk van de aard van de pro-

blemen. Wij streven naar een zo kort mogelijk behandeltraject. In het begin vindt meestal eens per twee weken een gesprek plaats. In de afbouwfase, wanneer het beter gaat, is er meestal een langere tussentijd.

### Meer informatie?

Uw behandelaar kan u meer vertellen systeemtherapie of kijk op de website van de Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie: [www.nvrg.nl](http://www.nvrg.nl)

**‘We hebben geleerd om anders naar onszelf te kijken. Moeilijk, maar het help wel!’**