

Ervaringsgerichte gezinssessies

PSYCHIATRIE THUIS IN DE SAMENLEVING



Een vast onderdeel binnen een behandeling bij Zeeuwse Gronden zijn de gezinssessies met het paard. We merken dat veel communicatievormen binnen gezinnen overkomen met die van paarden. Deze overeenkomsten hebben we in verschillende thema's uitgewerkt en doorlopen we tijdens de gezinssessies. Zo worden op een concrete manier de huidige gezinsinteracties en -patronen in beeld gebracht en kan er toegewerkt worden naar verandering.

De thema's

1. Aandacht en contact

Wanneer je als gezin met een paard werkt dien je aandacht te hebben voor het paard en elkaar. Elkaar leren begrijpen kan alleen met aandacht.

2. Fase van druk

In de equithérapie werken we met de manier waarop paarden communiceren met elkaar. De manier van communiceren is het geven van druk en daarvoor in beweging komen. In het gezinsleven gebeurt eigenlijk hetzelfde.

3. Rolverdeling en leiderschap tonen

Leiderschap is erg belangrijk in het werken met het paard. Als je geen leiderschap toont, wordt het paard onzeker of zal deze zijn eigen weg zoeken en dominant worden ten opzichte van jou. Ook binnen het gezin is een evenwichtige rolverdeling van belang.

4. Samenwerking

Als duidelijk is hoe de rolverdeling is, is het ook belangrijk om rekening met elkaar te houden. Iedereen heeft zijn eigen tijd en ruimte en meer of juist minder druk nodig. Zo ontstaat voor ieder de plek binnen het gezin die bij hem/haar past.

5. Vertrouwen

Alle voorgaande thema's zijn nodig om vertrouwen in elkaar te kunnen opbouwen. Vertrouwen is weten wat je aan elkaar hebt.

Meer informatie

0115 621314

jeugd@zeeuwsegronden.nl

www.zeeuwsegronden.nl

 /ZeeuwseGronden

Zeeuwse
Gronden

psychiatrie
thuis
in de samenleving

Gezinsdagbehandeling

PSYCHIATRIE THUIS IN DE SAMENLEVING



Naast gezinssessies bieden we ook gezinsdagbehandelingen aan. Dit is een intensieve vorm van gezinstherapie, waarbij je met het hele gezin verschillende vormen van therapie krijgt gedurende een dagdeel.

Wat gaan we doen?

De manier waarop je omgaat met elkaar en hoe gezinsleden tegenover elkaar doen, is er soms, zonder dat je het weet of wil, ingeslopen. Deze onderliggende patronen gaan we onder de loep nemen. We versterken de helpende patronen en vervangen de niet helpende patronen. Door bewust tijd en aandacht voor elkaar te hebben en activiteiten met elkaar te ondernemen, zetten we in op verbinding en samenwerking binnen het gezin.

De bijeenkomsten

De gezinsdagbehandeling bestaat uit vijf bijeenkomsten met elk een eigen thema:

1. We gaan na hoe het gezin **aandacht** heeft voor elkaar en hoe **contact** tussen hen verloopt;
2. bekijken op welke manier het gezin **druk geeft en ervaart** bij elkaar;
3. belichten de **rolverdeling** en het **leiderschap** in het gezin;
4. beklemtonen het belang van **samenwerken**;
5. en gaan na of het gezin **vertrouwen in elkaar** kan opbouwen.

Hierbij werken we op maat. Afhankelijk van de gezinssamenstelling of hulpvraag kunnen elementen toegevoegd of anders belicht worden. Elke bijeenkomst begint met een ervaringsgerichte gezinssessie. Daarna gaan we naar binnen voor de cursus 'Geluk'. We sluiten af met het praktijkgedeelte, waarbij het gezin het geleerde gelijk kan oefenen.

Ervaringsgerichte gezinssessie met paarden

Veel van de communicatievormen binnen een gezin komen overeen met de manier waarop paarden met elkaar communiceren. Tijdens de sessie gaat het gezin samenwerken met paarden. Hierdoor worden de gezinsinteracties en -patronen in beeld gebracht. Wil je meer weten over deze vorm van therapie? Lees dan de achterkant van deze flyer.

Cursus 'Geluk'

Geluk is niet iets dat je zomaar toevallig vindt. Geluk kun je leren. Tijdens deze cursus leren de deelnemers praktische stappen te zetten om het geluk weer te zien en te voelen bij zichzelf en binnen het gezin. Samen bouwen ze aan een gelukkig leven.

Praktijkgedeelte

Oefening baart kunst. Tijdens het praktijkgedeelte gaat het gezin samen koken en eten. De deelnemers krijgen de kans om de opgedane kennis van de bijeenkomst gelijk, onder begeleiding, in de praktijk te oefenen en zo nieuwe vormen van gedrag uit te proberen.

Meer informatie

0115 621314

jeugd@zeeuwsegronden.nl

www.zeeuwsegronden.nl

 /ZeeuwseGronden