

Zorgprogramma Behandeling Jeugd Zeeuwse Gronden

1. Inleiding

Zeeuwse Gronden – Kind en jeugd biedt behandeling aan kinderen en jongeren tussen de 6 en 25 jaar met een psychische kwetsbaarheid. Ons uitgangspunt is dat elk kind en elke jongere uniek is en dat elke behandeling een op-maat aanpak vereist, een puzzel die er bij iedereen anders uitziet. Verder staan we voor 'een behandeling doe je niet alleen, maar samen met je gezin'. We kijken samen met jou, wie vanuit je omgeving betrokken kan worden om je te ondersteunen in je proces. Een behandeling bij ons kan bestaan uit verschillende puzzelstukken. Je kunt hierbij denken aan individuele behandelgesprekken, maar bijvoorbeeld ook uit dagbehandeling, vaktherapieën, therapieën voor het gehele gezin en medicamenteuze ondersteuning. Daarnaast kan ook wonen, dagbesteding en begeleiding onderdeel zijn van je puzzel.

Binnen kind en jeugd werken we enerzijds diagnose specifiek, wat wil zeggen dat we psychoeducatie en behandeling inzetten gericht op een DSM 5 diagnose. Anderzijds hanteren we een transdiagnostische aanpak, over diagnoses heen, waarbij we ons richten op de onderliggende processen van een stoornis, zoals een betere emotieregulatie, gepast assertiever kunnen reageren, of op het verbeteren van verstoorde cognitieve processen zoals een laag zelfbeeld of onderliggende maladaptieve schema's¹.

We maken gebruik van geprotocolleerde behandelingen volgens de laatste richtlijnen². Waarbij we werken met vaste kernthema's. We proberen in aandacht voor elkaar en contact met elkaar, samen te zoeken, te begrijpen en opnieuw in beweging te komen. Het proces verloopt steeds in samenwerken tussen jou en je behandelaar, tussen jou en je omgeving. Op die manier vergroot je het vertrouwen in jezelf, je vaardigheden en in je omgeving om zo minder last te hebben van je klachten.

2. Diagnose(n)

Binnen Zeeuwse Gronden kind en jeugd werken we met een 'beschrijvende diagnose'. Nadat je verwezen bent naar Zeeuwse Gronden volgt een intakegesprek. In dit gesprek maken we met elkaar kennis en vragen we aan jou en je gezin wat de reden is dat je hulp vraagt en onderzoeken we waardoor de klachten zijn ontstaan en blijven bestaan en hoe je ermee omgaat. We kunnen dan een beschrijving maken van wat er aan de hand is, dat noemen we een 'beschrijvende diagnose'. Indien er sprake is van een DSM-5 (classificatiesysteem APA, 2022) diagnose wordt deze in de beschrijvende diagnose opgenomen. Dit wordt besproken binnen het team met andere hulpverleners, waarbij we een voorstel maken over hoe hulp vanuit Zeeuwse Gronden eruit kan komen te zien.

Binnen Zeeuwse Gronden kind en jeugd kan je terecht met de volgende problematieken:

- Ontwikkelingsproblematiek
- Angst- en stemmingsklachten
- Dwangklachten
- Hechting en trauma gerelateerde klachten
- Gezinsproblematiek

3. De behandeling

Dan bespreken we met jou en je gezin welke behandeling jou zou kunnen helpen. Hierbij gaan we uit van samenwerking: wat doen wij, wat doe jij, wat doen je ouders en wat kunnen belangrijke mensen om jou heen doen. Samen maken we een plan, we noemen dit een behandelplan.

¹ GGZ standaarden, 2022

² NJI.nl/richtlijnen

Binnen Zeeuwse Gronden kind en jeugd zijn er verschillende behandelingsmogelijkheden. Het komen tot een behandelplan is een puzzel, die we samen leggen. We gebruiken die puzzelstukjes die voor jou en jouw gezin het beste passen. Omdat iedereen anders is, ziet de puzzel er nooit hetzelfde uit. Er zijn wel een paar puzzelstukken die altijd terugkomen. Bijvoorbeeld gezinssessies. Iedereen die bij Zeeuwse Gronden kind en jeugd in behandeling komt krijgt gezinssessies aangeboden. Dit omdat wij erin geloven dat de weg naar herstel enkel kan ingezet worden met betrokkenheid van je gezin.

De volgende puzzelstukken zijn aanwezig binnen Zeeuwse Gronden Kind en Jeugd

Individuele behandeling

Binnen een individuele behandeling ga jij met je gezin aan de slag met een behandelaar. We maken gebruik van geprotocolleerde behandelingen volgens de laatste richtlijnen³.

Je kunt denken aan:

- Cognitieve gedragstherapie (CGT)
- Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)
- Acceptance and commitment therapie (ACT)
- Schematherapie
- Brainblocks
- Farmacotherapie (behandeling met behulp van medicijnen)
- Ehealth (blended care)

Integratie van eHealth:

EHealth (platform Evie) wordt ingezet als ondersteuning en een aanvulling van de behandeling (blended care) en bestaat uit:

- Online behandelmodules (bijv. CGT-oefeningen via platform Evie)
- Zelfmonitoring via apps (stemming, slaap, activiteiten)
- Psycho-educatie via video's en e-learning

We hebben ook een aanbod waarbij je niet (enkel) in gesprek bent met je behandelaar, maar je juist wat gaat doen met een therapeut. Doen en ervaren staat dan meer op de voorgrond, dan praten. Door gerichte oefeningen te doen kun je ontdekken hoe je om kan gaan met je problematiek. Deze therapievormen noemen we 'vaktherapieën'. De volgende zijn binnen Kind en Jeugd beschikbaar:

Equithérapie

Tijdens equithérapie ga je samenwerken met paarden. Hierbij werken we met Natural Horsemanship oefeningen. Deze kun je naast het paard of op het paard uitvoeren. De oefeningen sluiten aan bij de doelen die voor jouw herstel belangrijk zijn. Dit kan zeer uiteenlopend zijn, maar te denken valt aan het hebben van meer zelfvertrouwen, meer positieve emoties ervaren en omgaan met angst en paniek. Het werken met paarden kan je helpen bewust te worden van je emoties, je denken en je gedrag. Daarnaast laat wetenschappelijk onderzoek zien dat interactie tussen mens en dier de concentratie, de sociale vaardigheden en de zelfwaardering kan verbeteren. ⁴

³ www.nji.nl/richtlijnen

⁴ Pendry, P. et al (2014) Improving adolescent social competence and behavior: A randomized trial of an 11-week equine facilitated learning prevention program. *Journal of Primary Prevention*, 35, 281-293.

Bass, M. et al. (2009). The effect of therapeutic horseback riding on social functioning in children with autism. *Journal of autism and developmental disorders*, 39, 1261-1267.

Dramatherapie

Dramatherapie is een therapie die zicht richt op allerlei soorten problemen. Het kan moeilijk zijn om te praten over wat je denkt en voelt en te vertellen over je problemen. Bij dramatherapie gebruiken we daarom ook andere manieren om wat je denkt, voelt en vindt uit te drukken, namelijk: theater! Je kan denken aan improvisatiespel, theaterteksten, rollenspel, zelf regisseren, uitbeelden, gedichten schrijven, verhalen maken, tekenen en decors bouwen. Er zijn oneindig veel mogelijkheden en we gaan samen op zoek naar wat bij jou past. Je hoeft daarom niet te kunnen acteren, maar je gaat juist samen met de therapeut op zoek naar jouw kracht en kwaliteit en hoe je die kan inzetten om steviger in je schoenen te staan. Zo kun je een situatie waarin je bijvoorbeeld ruzie had even 'terugspoelen' en bekijken wat er gebeurde en hoe je je voelde. Ook kun je nadenken over hoe je het anders zou willen doen en kan je dit ook uitproberen en oefenen. Dramatherapie kan je samen met de therapeut doen, één op één, maar ook in groep waarbij je van elkaar kan leren en samen gaat spelen.

Psychomotorische therapie (PMT)

Bij psychomotorische therapie staan lichaamsbeleving en bewegingsgedrag centraal. Door sport en spel of lichaam georiënteerde oefeningen kom je letterlijk in beweging of kun je juist stil staan bij je ervaringen. Zo leer je om je lichaamssignalen, gevoelens en gedragspatronen te herkennen, te verwoorden en te begrijpen. Vervolgens wordt er geoefend om tot nieuwe ervaringen, inzichten en gedrag te komen. Zowel individueel, systemisch als in een groep wordt psychomotorische therapie gegeven.

Groepsbehandeling

In sommige gevallen kun je meer leren door deel te nemen aan een groepsbehandeling, waarbij je de behandeling volgt bij twee therapeuten en anderen jeugdigen. Het kan best spannend zijn om met anderen erbij over je problemen te spreken. Toch vinden veel jeugdigen het achteraf waardevol. Een groep heeft vele voordelen. Je leert er lotgenoten kennen die echt begrijpen wat je voelt, je leert hoe anderen met dezelfde soort problemen omgaan en je kunt elkaar steunen en successen vieren. Kortom je leert van elkaar en niet alleen van de behandelaar.

De groepsbehandelingen zijn eveneens behandelingen gebaseerd op geprotocolleerde behandelingen volgens de laatste richtlijnen. Vaak is deze behandeling gecombineerd met een vaktherapie zoals equi-, drama- of psychomotorische therapie.

De groepsbehandelingen die wij aanbieden:

- basisequi groep: een groepsbehandeling voor jongeren vanaf 12 jaar met psychosociale en psychiatrische problematiek. In combinatie met equitherapie versterk je je zelfbeeld, leer je grenzen aangeven, leer je sociale vaardigheden en leer je verschillende manieren waarmee je om kunt gaan met emoties en tegenslagen (versterken copingsvaardigheden).
- Emotie regulatie therapie (ERT) (gebaseerd op het EuREKA protocol).
- Zelfredzaamheidsgroep: een groep waarbij je door middel van doen (boodschappen doen, koken) jezelf leert 'reddend' in het dagelijks leven. Je leert zelfstandig voor jezelf te zorgen, om te gaan met sociale situaties en je leert meerdere manieren waarop je problemen kunt oplossen.
- Bikkels: een groep voor kinderen onder de 12 jaar met psychosociale en psychiatrische problematiek. Hier wordt gewerkt aan psychosociale weerbaarheid (o.a. met de methodes 'Ho tot hier..')

Gezinsbehandeling:

Samenwerken met je gezin is een puzzelstukje dat er altijd bij hoort. We vinden het belangrijk om de mensen die je het aller beste kennen ook mee te nemen in de behandeling en begeleiding want wij hebben

hun nodig om jouw behandeling optimaal te laten slagen. We hebben gezinsbehandeling in verschillende vormen, waarbij we bij alle vormen gezinstherapie de dezelfde kernthema's centraal stellen (zie hieronder).

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 (**Fase van druk**)
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

Belangrijke doelen passend bij deze gezinssessies vinden we het vergroten van de communicatie tussen de verschillende gezinsleden, meer aandacht en contact hebben voor elkaar, met een passende respectvolle vorm van hiërarchie naar elkaar toe communiceren, grenzen aan elkaar aangeven en deze opvolgen, evenwichtige rolverdeling tussen de verschillende gezinsleden, rekening met elkaar houden en beter samenwerken, elkaar vertrouwen.

Hieronder de verschillende vormen van gezinstherapie binnen Zeeuwse gronden:

- Basis gezinssessies met equithérapie. (In groepsverband met anderen gezinnen (multifamily) of soms op indicatie enkel met je eigen gezin.

Wanneer je bij Zeeuwse gronden aangemeld wordt vinden we het belangrijk je gezin beter te leren kennen en naast praten ook samen iets te doen. Door anders te doen kom je op nieuwe ervaringen. We nodigen alle gezinsleden 5 keer uit om samen met elkaar en een paard aan de slag te gaan met de kernthema's. We merken dat veel communicatievormen binnen gezinnen overeenkomen met die van de paarden. Tijdens de gezinssessies maken we de brug van de huidige thuissituatie, kijken we naar de interacties en patronen tussen de verschillende gezinsleden en werken we waar nodig toe naar verandering. De basis gezinssessies zijn voor alle cliënten geïndiceerd. We merken dat de taal die we samen aanleren tijdens de sessies, de verdere taal kan worden tijdens het behandeltraject en vinden het belangrijk dat elk gezinslid deze taal begrijpt. Deze behandeling wordt standaard gegeven met meerdere gezinnen (multifamily therapie). Multi-Family Therapy bestaat uit een combinatie van systeem- en groepstherapie. We zien dat het krachtig is gezinnen te bundelen en de groepsdynamiek tussen de gezinnen als meerwaarde. Zo kan je leren van de andere gezinnen, herkenning en erkenning vinden in andere gezinnen en is de aandacht niet alleen op jouw gezin gericht naar verdeeld.

Soms is gezinsbehandeling in groep voor jouw gezin niet mogelijk en maken we een op maat oplossing waarbij je de thema's doorloopt enkel met je eigen gezinsleden.

- Gezinsessies met PMT

Soms is gezinssessies met paarden niet mogelijk, dan hebben we ook een aanbod met PMT (Psycho Motorische Therapie). PMT is een middel om uit het hoofd en het denken naar het doen en ervaren te gaan en daarin nieuwe manieren te leren van omgaan met bestaande situaties.

- Gezinsdagbehandeling

De gezinsdagbehandeling is een intensieve vorm van gezinssessies waarbij het gezin een volledige dagdeel therapie krijgt. Je wordt vijf dagdelen uitgenodigd met je gezin. In deze dagdelen zitten verschillende vormen van therapie verweven (gesprekstherapie, equithérapie, creatieve therapie, schematherapie, positieve psychologie, systeemtherapie). Naast de kernthema's is er een verdieping waarbij we extra oog hebben voor de emotionele behoeftes (Young) van de gezinsleden.

Een van de **emotionele basisbehoeftes is veiligheid en verbondenheid**; samen opnieuw op een fijne manier met elkaar in contact treden, gemonitord door behandelaren en begeleiders vinden we belangrijk.

Tijdens de therapie wordt een ruimte gecreëerd om het vertrouwen te vinden in elkaar en zo moeilijke dingen bespreekbaar te maken. Tijdens de middag samen is er ook een kook- en eetmoment samen. We merken dat samen tijd doorbrengen en succeservaringen opdoen in samenwerk opdrachten de sleutel is tot verandering en verbetering. Tijdens de gezinsdagbehandeling kijken we hoe ouders terug in de regie/ouderschapspositie kunnen komen. We leren jou en je gezin vaardigheden om je eigen en andermans **grenzen** te respecteren. Een ander belangrijke behoefte is **spontaniteit en spel**. Wanneer gezinnen bij ons aangemeld worden gaat het vaak om klachten en problemen en is de ruimte om te ontdekken, voelen, verbazen, ervaren en daarvan te genieten met elkaar zoek. In elke gezinsdagbehandeling zit een onderdeel rondom positieve psychologie; we noemen het "cursus geluk". Waar wordt je nu echt gelukkig van. Hoe kan je meer geluk in je leven toevoegen. Maar ook in de openingen en de pauzes samen hebben we oog voor extra spontaniteit en spel; opnieuw samen even gek doen, samen tekenen, aan de slag met creatief materiaal. We leren de gezinsleden opnieuw praten aan de hand van positieve taal; wat waardeer je aan elkaar bijvoorbeeld hoe kan je complimenten aan elkaar geven. We vinden het belangrijk dat er ruimte is voor **autonomie en zelfexpressie** voor elk gezinslid. Hoe kunnen we naast tijd voor het gezin ook tijd voor jezelf als persoon creëren. Hoe kan iedereen zichzelf zijn in het gezin, autonoom zijn eigen zin doen zonder de grenzen van een ander over te gaan. Ook een stukje partnerrelatie wordt hierin meegenomen waarbij we in gespreksterapie zonder de kinderen kijken hoe je als partner er kan zijn voor elkaar naast ouder.

- Systemtherapie, gespreksterapie variant

Naast alle behandelvormen waar doen centraal staat, bieden we ook systeemtherapie aan in de vorm van gespreksterapie. Hierbij worden gezinsleden uitgenodigd om op kantoor met elkaar in gesprek te gaan. Deze vorm van behandeling staat op zichzelf maar kan gecombineerd worden met bovenstaande vormen of wordt soms extra ingezet ter afwachting van de gezinssessies of als nabehandeling van de gezinssessies.

4. Het behandelteam

Het behandelteam bestaat uit verschillende professionals (multidisciplinaire): Gz-psychologen, psychologen, SKJ-professionals, kinder- en jeugdpsychiater, verpleegkundig specialist (VS), sociaalpsychiatrisch verpleegkundige (SPV), systeemtherapeut en vaktherapeuten, zoals equi-, drama- en psychomotorische therapeuten.

Bij jouw behandeling is in ieder geval een regiebehandelaar (Gz-psycholoog of psychiater of VS) betrokken en een dossierhouder (psycholoog, SPV, SKJ-professional).

De regiebehandelaar houdt overkoepelend zicht op jouw behandeling. In de meeste gevallen spreek je deze tijdens het intakegesprek en tijdens de evaluatiegesprekken. In sommige gevallen kan een regiebehandelaar een gespecialiseerde behandeling uitvoeren. De dossierhouder is een behandelaar die je behandeling coördineert, het behandelplan samen met jou opstelt, frequent met je contact heeft om te horen hoe het met je gaat en individuele en/of groepsbehandeling uitvoert.

Soms is een kinder- en jeugdpsychiater betrokken bij je behandeling. Deze kan meedenken in hoe je klachten er precies uitzien en samen met jou nadenken of medicatie helpend kan zijn. Je doorloopt dan een farmacotherapie traject.

5. Duur van de behandeling

De gemiddelde duur van een behandeling is een jaar. We evalueren je behandelplan in ieder geval, iedere zes maanden en soms ook vaker. We bespreken dan hoe het met je gegaan is, wat je geleerd hebt en wat je nog wilt leren. We passen daarop je puzzel/ behandelplan aan.

6. Crisis en terugval

Terugvalpreventie en crisissignalering zijn een vast onderdeel binnen iedere behandelingen. Soms bestaat het risico om in een crisis te raken of om terug te vallen. Om zicht te krijgen op de risico's stellen we samen met jou een risicotaxatie op en maken we een crisissignaleringsplan. Dit plan leert jou te herkennen in welke fase of stemming je zit en wat jij, je omgeving en je behandelaar kan doen om in een fijne fase of stemming terug te keren of daarin te blijven. Zo leer jij en je omgeving om om te gaan met een mogelijke crisis of terugval. In dit plan staat ook wie met wie contact op kan nemen als er extra hulp nodig is. Binnen kantoortijden kunnen jij en je gezinsleden direct bellen naar het secretariaat van kind en jeugd. Buiten kantoortijden kunnen jij en je gezinsleden bij acute problemen terecht bij de huisartsenpost, die als dat nodig is met ons kan overleggen over je behandeling.

7. Jouw gezondheid

We vinden het heel belangrijk om stil te staan bij hoe het lichamelijk met je gaat. Als je mentale problemen ervaart zoals somberheid, angst enzovoort kan dit effect hebben op je lichamelijke gezondheid én ook andersom. Binnen de behandeling spreken we daarom over of je voldoende beweegt, een gezond eetpatroon hebt, of je een gezond slaapritme hebt en raden we gebruik van drugs of alcohol af. We werken daarbij samen met je huisarts en/of betrokken medisch specialisten. Als je medicatie gebruikt, vragen wij jaarlijks om een lichamelijke screening te laten uitvoeren. Bij sommige medicatie soorten is het noodzakelijk om regelmatig lichamelijke en/of bloedcontroles uit te voeren.

8. Referenties

Nederlands Jeugd Instituut
Multidisciplinaire behandelrichtlijnen voor K&J van Trimbos
De GGZ zorgstandaarden voor K&J