

Groepssessies voor familie en patiënten in crisis

Multi-familiegroep-crisis

Wat is de impact van deze situatie op jou?





*“Er is zoveel liefde,
maar ook zoveel pijn.”*

Draag zorg voor jezelf

Wanneer iemand van jouw gezin of familie een psychische crisis doormaakt, brengt dit heel wat teweeg binnen het hele gezin. De vertrouwde band tussen de gezinsleden kan onder druk komen staan. Het lijkt alsof alles en iedereen tekortschiet, ook de hulpverlening.

De weg naar herstel is er vaak één van vallen en opstaan, en dat kan leiden tot gevoelens van hopeloosheid en frustratie.

Wanneer iemand in crisis is, nemen familieleden vaak intensieve zorgtaken op zich, soms ten koste van hun eigen ontplooiing. Voor de patiënten kan deze zorg, hoe goed bedoeld ook, soms als beklemmend ervaren worden.

Door te praten in groep en met lotgenoten ontdek je nieuwe mogelijkheden en handvaten om de meest ernstige situaties te veranderen. Want, jouw zorgen zijn begrijpelijk en jouw gevoel telt ook mee.

Nieuw aanbod: multi-familiegroep-crisis

Een multi-familiegroep brengt ouders, jongeren (vanaf 16 jaar), jongvolwassenen, broers, zussen en hulpverleners samen om stil te staan bij de onderlinge dynamiek die ontstaan is tijdens een psychische crisis.

De focus ligt op de uiteenlopende gevoelens die een crisis kan oproepen bij elk gezinslid. Als deelnemer krijg je ruimte om te onderzoeken hoe de crisis jou raakt en wat dat met je doet. Iedereen deelt zijn eigen perspectief en spreekt vanuit zichzelf. Er is ruimte om ervaringen te delen met andere jongeren, jongvolwassenen en ouders.

Thema's die aan bod kunnen komen:

- Hoe samen spreken over psychische kwetsbaarheid, voorbij schaamte en stigma?
- Hoe omgaan met verschillende ideeën over de crisis en de behoefte aan behandeling?
- Hoe zorgzaam grenzen stellen binnen het gezin?
Hoe stilstaan bij ieders behoeftes en verantwoordelijkheid?
- Het kind in elke ouder: Hoe wordt je ouderschap getekend door je eigen kindertijd?
- Hoe werken aan hechting, verbinding en loslaten, opbouwen van wederzijds vertrouwen?
- Hoe omgaan met schuldgevoelens?

Praten kan helpen - ook voor jou.

Praktisch

Voor wie?

- voor elk gezinslid (vanaf 16 jaar) dat wil stilstaan bij de impact van een psychische crisissituatie op het gezin. Dat kan samen met je gezin, of alleen.
- woonachtig in de regio van het netwerk geestelijke gezondheidszorg Diletti Leuven (Leuven, Aarschot of Diest).
- binnen eerstelijns-psychologische hulpverlening kan je niet deelnemen op het moment dat je ergens in dagbehandeling of residentiële behandeling bent.

Begeleiding

De groep wordt begeleid door 2 klinisch psychologen, beiden met specialisatie in de psychotherapie:

- Martine Lambrechts
- Ingrid De Paep

“Je doet wat je kan, en dat is al zoveel.”



Waar en wanneer

Steeds op vrijdagmiddag van 15 tot 16.30 uur.
De precieze data en locatie van de groepssessies
check je hier: upckuleuven.be/multifamiliegroep-crisis



Inschrijven

Je bent welkom na een kennismakingsgesprek. Tijdens dit gesprek maken we afspraken over het verloop van de sessies en luisteren we naar jouw verwachtingen. Dit gesprek plan je in door een mail met je contactgegevens te sturen naar: ingrid.depaep@upckuleuven.be

Ook bij vragen kan je een mail sturen.

Deelnameprijs

Kennismakingsgesprek:

- gratis indien je in het afgelopen jaar nog geen andere ELP sessie hebt gehad
- €11 indien je in het afgelopen jaar een andere ELP sessie hebt gehad

Per groepssessie: €2.5

Na de groepssessies is er mogelijkheid voor een **af rondend individueel gesprek: €11**

We raden je aan om een aantal sessies te volgen.



UNIVERSITAIR PSYCHIATRISCH CENTRUM KU LEUVEN
Z.ORG KU LEUVEN

campus Kortenberg

Leuvensesteenweg 517
3070 Kortenberg
T +32 2 758 05 11

campus Gasthuisberg

Herestraat 49
3000 Leuven
T +32 16 34 80 00

campus Zorggroep Annendael Diest

Vestenstraat 1
3290 Diest
T +32 13 38 05 11

www.upckuleuven.be
info@upckuleuven.be