Als je ouder psychische problemen heeft

Informatie voor ouders van jongeren van 12 tot 16 jaar

Als een ouder psychische- of verslavings-problemen heeft, is dit zeer ingrijpend, ook voor je kind. Jongeren kunnen met veel vragen, zorgen en emoties rond-lopen. Soms voelen ze zich ook schuldig, of zijn ze bezig met zich aan te passen om hun ouder zo min mogelijk te belasten. Het is dan goed als jongeren hun ervaringen kunnen delen met leeftijds-genoten. Ook om te zien dat er meer jongeren zijn die een ouder hebben met psychische problemen. Daarom is er bij Preventie een ondersteuningsgroep.

De KOPP/KOV-groep
De groep is voor jongeren van 12-16 jaar. In de groep gaan we in op vragen die jongeren kunnen hebben als hun vader of moeder psychische en/of verslavings-problemen heeft. In de groep wordt niet alleen gepraat, maar we werken ook met spel en creativiteit.
Het doel van de groep is dat jongeren begrijpen wat er met jou of je (ex-)partner aan de hand is en dat ze op hun eigen manier hiermee leren omgaan. Het gaat over omgaan met gevoelens, sociaal netwerk, omgaan met moeilijke situaties, opkomen voor jezelf en inzicht in wat psychische problemen en verslaving zijn.

Veiligheid
De afspraak die we in de eerste bijeen-komst met elkaar maken is dat wat binnen de groep wordt verteld, ook binnen de groep blijft. Hierdoor hebben de jongeren de vrijheid om over hun thuissituatie te vertellen. Het is goed voor jouw kind als je vooraf vertelt dat je het goed vindt dat jouw kind over thuis praat in de groep. Uit eigen ervaring weten wij dat een kind de veiligheid van zijn of haar ouders nodig heeft om optimaal van de groep gebruik te kunnen maken.

Praktische informatie
In totaal zijn er acht bijeenkomsten van 1,5 uur. We komen elke week bij elkaar, na schooltijd. Voordat de groep begint, nodigen we jou en je kind uit voor een kennismakingsgesprek. Zodra er voldoende deelnemers zijn, nodigen we je kind uit voor de eerste bijeenkomst. Voor de ouder(s) is er een bijeenkomst waarin we uitleggen wat er in de groep aan bod komt en wat je als ouder kan doen om je kind te begeleiden. Jouw kind kan gratis deelnemen aan de groep.

Meer weten of aanmelden?
Bekijk de website: www.propersona.nl/preventie/kopp-kov

Pro Persona Preventie
(026) 312 44 83
preventie@propersona.nl
www.propersona.nl/preventie
Pro Persona GGz KvK: 41053219

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

© Pro Persona 00062-20260611