

Cursus 'Psycho-educatie voor naasten van mensen met een psychosegevoeligheid'

Leven met een naaste met een psychosegevoeligheid is niet altijd gemakkelijk. Iedereen die dit meemaakt kan meepraten over conflicten, overbelasting, machteloosheid en eenzaamheid. Voor diegene zelf én voor naastbetrokkenen levert dat veel spanning op. Veel naastbetrokkenen vinden het moeilijk om de zorg voor hun naaste op te brengen, terwijl ze wel willen helpen. Als u zich hierin herkent, kan de cursus 'Psycho-educatie voor naasten van mensen met een psychosegevoeligheid' u wellicht helpen.

Voor wie

De cursus is speciaal bedoeld voor naastbetrokkenen van mensen met een psychosegevoeligheid. Naastbetrokkenen zijn familieleden en anderen die betrokken zijn bij de zorg, bijvoorbeeld vrienden of burens.

Doel van de cursus

Het doel van de cursus is dat u zich minder belast gaat voelen door de zorg om uw naaste met een psychosegevoeligheid. Door de informatie en de steun die u in de cursus krijgt weet u beter hoe u zorg en steun kunt bieden.

Inhoud en werkwijze van de cursus

Thema's die in de cursus aan de orde komen zijn onder andere:

- informatie over aandoening en oorzaken;
- informatie over medicatie, behandelmogelijkheden en opname;
- met elkaar omgaan binnen het gezin;
- grenzen stellen en versterken van eigen kracht;
- aandacht en zorg voor je zelf; verlies, rouw en acceptatie, schuldgevoel;
- omgaan met de hulpverlening en afhankelijkheid van de hulpverlening.

Daarnaast is er ruimte voor eigen inbreng van de deelnemers en aandacht voor het uitwisselen van ervaringen en vinden van steun en herkenning bij elkaar. Tijdens een aantal bijeenkomsten is ook een ervaringsdeskundige van de familieledenorganisatie Ypsilon aanwezig, zij geeft praktijkvoorbeelden bij de aangereikte informatie.

Deelnemers ontvangen een cursusklafter met informatie.

Cursus, geen therapie

Deze cursus is een cursus van MET ggz. De cursus is geen therapie, maar bedoeld om uw eigen kracht te versterken.

Praktische informatie

De cursus bestaat uit 7 bijeenkomsten van 1,5 uur. De cursus wordt gegeven bij MET ggz, Minister Beversstraat 3, Roermond. Vooraf is er met iedere deelnemer een persoonlijk kennismakingsgesprek.

Kosten

Voor de cursusklafter wordt een bijdrage van €25,- gevraagd.

Meer informatie en aanmelding

In deze folder vindt u slechts beknopte informatie. Heeft u nog vragen of wilt u zich aanmelden, dan kunt u daarvoor terecht bij de begeleider/hulpverlener van uw naaste of bij het secretariaat van MET ggz, telefoon 088-1149494 of mail secretariaten@metggz.nl