

Praktische informatie

Voor meer informatie en aanmelding kunt u contact opnemen met:

Met ggz
Team preventie

Contactgegevens:
T: 088-1149494
E: secretariaten@metggz.nl
W: www.metggz.nl/preventie

**Vincent van Gogh voor
geestelijke gezondheid**
Afd. Preventie

Contactgegevens:
T: 06-53874035
E: preventie@vvgi.nl
W: www.vvgi.nl/preventie

© Mei 2017



Informatie- en adviesgesprekken



Informatie over:
Ondersteunende en
informerende gesprekken
voor ouders met psychische
en/of verslavingsproblemen
en/of hun kinderen.



Wanneer één of beide ouders psychisch ziek en/of verslaafd is ... is extra aandacht gewenst

verslaafd

verslaafd

Informatie- en adviesgesprekken

Wanneer een vader of moeder psychische en/of verslavingsproblemen heeft, dan heeft het hele gezin daarmee te maken. Ouders zijn de belangrijkste personen voor kinderen. Wanneer ouders niet lekker in hun vel zitten, merken kinderen dat altijd! Ze hebben daar als het ware voelsprietten voor. Ieder gezinslid, ook de kinderen, heeft een eigen beleving van de ziekte van de ouder en heeft daar bijvoorbeeld ook eigen vragen, zorgen of onduidelijkheden over. Gevoelens van schuld en schaamte, bij zowel ouders als kinderen, kunnen het gevolg zijn. Het kan lastig zijn om de problemen met de kinderen bespreekbaar te maken.

Vragen waar veel ouders met psychische problemen mee worstelen zijn, bijvoorbeeld:

- "Hoe kan ik voor mijn kinderen toch een goede ouder zijn ondanks mijn problemen?"
- "Moet ik mijn kinderen vertellen wat er met mij aan de hand is? En zo ja, hoe dan?"
- "Ik kom zelf uit een gezin met een psychisch zieke vader. Ik wil niet dat mijn kind later ook problemen krijgt."

Kinderen vinden het vaak lastig om te begrijpen wat er met vader of moeder aan de hand is. Ook zij kunnen zich schuldig voelen of zich schamen:

Mohammed (9 jaar): "Waarom zegt papa altijd van die rare dingen?"

Inge (14 jaar): "Weer ruzie met mama. Ik kan er niet meer tegen. Wat doe ik fout?"

Opvoeden en opgroeien in een dergelijke specifieke situatie verdient dan ook wat extra aandacht. Aandacht voor de ouders, maar zeker ook aandacht en steun voor de kinderen.

Informatie- en adviesgesprekken kunnen helpen

Vaak helpt het als ouders, maar ook kinderen, hun verhaal kunnen vertellen, hun vragen kunnen stellen of hun zorgen kunnen bespreken. Om ouders en/of kinderen hierbij te ondersteunen bieden we één tot vier informatie- en adviesgesprekken aan. In de informatie- en adviesgesprekken wordt samen met ouders en/of kinderen bekeken welke vragen en zorgen er zijn. Onderwerpen die bijvoorbeeld aanbod kunnen komen zijn:

- Hoe werken de psychische en/of verslavingsproblemen door in het gezin?
- Wat kun je als ouder nu beter wel of niet aan je kinderen vertellen?
- Hoe kunnen kinderen reageren op een psychische ziekte of verslaving van een ouder?
- Welke specifieke vragen of zorgen hebben de kinderen?
- Hoe kun je als kind beter omgaan met de problemen van je ouder(s)?

Indien nodig adviseren we over de mogelijkheden die er zijn om meer specifieke hulp te krijgen.

Wilt u meer informatie ontvangen of bent u geïnteresseerd in deze mogelijkheid om steun te krijgen, dan kunt u dit kenbaar maken bij uw hulpverlener. U kunt ook altijd contact met ons opnemen.

