

Beste jongere en ouders/verzorgers

In de folder die je in je handen hebt, staat informatie over de behandeling op De Koers. Je kunt erin lezen welke behandelmogelijkheden er zijn, wat De Koers voor soort afdeling is, wie er allemaal werken en hoe wij met jou en je ouders willen samenwerken.

Onze ervaring is dat een opname voor zowel de jongere als de ouders/verzorgers vaak een ingrijpende gebeurtenis is. Als jij met de behandelaar en je ouders besloten hebt dat je opgenomen wordt, dan zul je ongetwijfeld veel vragen hebben en misschien ook bepaalde verwachtingen. We hopen dat deze folder een aantal van die vragen kan beantwoorden en meer duidelijkheid kan geven over wat jij en je ouders kunnen verwachten.

Als je opgenomen wordt krijgen jullie uiteraard ook een mondelinge uitleg van de sociotherapeuten op de afdeling en kun je altijd vragen stellen. Eenmaal op de afdeling krijg je het dagprogramma en de huisregels.

In deze folder schrijven we steeds over jou en je ouders. Misschien woon je alleen bij je moeder of je vader, of in een pleeggezin. Als wij in dit boekje het woord ouders gebruiken, dan bedoelen we dus ook andere mensen die voor jou zorgen.

Met welke klachten en problemen word je op De Koers opgenomen?

Als je opgenomen wordt op de Koers, dan heeft je persoonlijkheid zich door allerlei omstandigheden niet goed kunnen ontwikkelen. Je kunt erg hardnekkige negatieve gedachten over jezelf en/of je omgeving hebben. Daarbij kan het zo zijn dat je niet goed weet hoe je met je emoties en gevoelens om moet gaan. Je kunt je vaak te blij, te boos, te verdrietig of te bang voelen. Dit kan leiden tot gedrag waar jij en mensen uit je omgeving last van hebben. Hierdoor zijn er problemen ontstaan op meerdere levensgebieden. Je kunt het moeilijk hebben met jezelf, je kunt vastlopen in je gezin, op school, in je vrije tijd of in je vriendschappen.

De Koers

De Koers is een afdeling met 9 plaatsen voor de behandeling van persoonlijkheidsproblemen bij jongens en meisjes van 16 tot 22 jaar. We werken volgens de principes van het schema-focused denken. Deze therapie hebben we aangepast voor jongeren. Aan de hand van de therapie brengen we je valkuilen en beschermers in kaart. Een valkuil heeft hier een andere betekenis dan wat je gewend bent. Een valkuil is een overtuiging van jou, de manier waarop je over iets denkt, maar ook hoe je je voelt daarover en hoe je daardoor de wereld beleeft. Een valkuil is een kwetsbare plek. Een beschermer is het gedrag dat je vertoont om die kwetsbare plek (je valkuil) af te schermen. Het staat hier kort omschreven, maar in je behandeling komen we hier uitgebreid op terug.

Als je wordt opgenomen, ben je van zondagavond tot vrijdagmiddag op De Koers. In het weekend ga je naar huis. Op deze manier hou je contact met familie en vrienden en kun je de dingen die je door de week leert op De Koers thuis ook toepassen.

De Koers is een open afdeling. Dat wil zeggen dat de buitendeuren open zijn.

De behandeling

Een opname begint altijd met het opstellen van een behandelovereenkomst. In de behandelovereenkomst staat het doel van je opname. Het doel van je opname overleggen we altijd met jou en je ouders. We bespreken dit ook met de andere hulpverleners die aan de

Koers verbonden zijn. Daarnaast staan de afspraken erin die jij, je ouders en de hoofdbehandelaar gemaakt hebben om het doel van de opname te bereiken..

- Observatiefase

Als je wordt opgenomen volgt er eerst een observatieperiode van twee maanden. In die periode wordt er gekeken waar je precies last van hebt en waar dat door komt. Om dit helder te krijgen vul je onder andere vragenlijsten in om je valkuilen en beschermers in kaart te brengen. Daarnaast volg je samen met je groepsgenoten het dagprogramma waarin verschillende vormen van therapie zitten. In de observatiefase ben je dus al bezig met je behandeling.

Na die twee maanden volgt er een behandelevaluatie. Alle hulpverleners die bij jouw behandeling op De Koers zijn betrokken bespreken dan met elkaar hoe het gaat, wat hun bevindingen zijn en waar de behandeling zich het beste op kan richten. De uitkomst hiervan bespreken we met jou en je ouders. Als we denken dat je op De Koers het beste geholpen kan worden, dan zetten we de behandelovereenkomst om in een behandelplan. Als we denken dat De Koers niet de juiste plek voor je is, dan bekijken we samen met je ouders waar je dan het beste geholpen kan worden.

- Behandelfase

In de observatiefase gebeurde je behandeling grotendeels in de groep. In de behandelfase ga je gericht aan je problemen werken. Je valkuilen en beschermers zijn in kaart gebracht en je gaat starten met de valkuiltraining. Daarnaast kun je ook nog individuele behandeling krijgen die speciaal op jou is gericht. Iedere jongere krijgt dus afhankelijk van zijn of haar specifieke problemen een aangepaste behandeling.

Tijdens de behandelfase heb je ook behandelevaluaties. Om de zoveel tijd wordt de voortgang van je behandeling besproken. De voortgang van je behandeling wordt ook met jou en je ouders besproken. Het behandelplan kan in de behandelfase, afhankelijk van het verloop van de behandeling, worden aangepast na een behandelevaluatie. Iedere drie maanden krijg je een behandelevaluatie.

Dagprogramma

Omdat wij structuur belangrijk vinden hanteren we iedere dag een strak dagprogramma met vaste tijden voor opstaan, eten, therapieën, huiswerk, avondactiviteiten en naar bed gaan. Uit ervaring weten wij dat een duidelijk dagprogramma er voor zorgt dat jongeren zich vaak beter op hun gemak voelen en daardoor meer kunnen leren. Jongeren weten waar zij aan toe zijn en wat er van hen wordt verwacht. Het programma is verplicht en grotendeels in groepsverband. In het dagprogramma zijn Dramatherapie, Muziektherapie, Psychomotore Therapie (PMT) en Creatieve Therapie opgenomen. Daarnaast is er ruimte voor de meer individuele therapieën zoals bijvoorbeeld valkuiltraining en individuele gesprekken met de hoofdbehandelaar. Omdat je op een afdeling verblijft met meerdere mensen zijn afspraken nodig om het verblijf voor iedereen zo prettig mogelijk te houden. Een aantal van die afspraken zijn vastgelegd in de huisregels. Het zijn vooral praktische regels, maar een van de belangrijkste regels is dat we respect voor elkaar hebben! Als je wordt opgenomen, verwachten we dat jij je aan die regels houdt.

Wie werken er op De Koers?

Bij jou behandeling op De Koers zijn verschillende hulpverleners betrokken. Iedere hulpverlener heeft zijn eigen discipline en zijn eigen deskundigheid. Afhankelijk van de

problemen die je hebt en in welke fase van je behandeling je bent, worden de verschillende hulpverleners ingezet. Hieronder kun je lezen welke hulpverleners er allemaal op De Koers werken.

- De sociotherapeuten

Gedurende je opname heb je het meeste te maken met de sociotherapeuten. Dat zijn de mensen die op de afdeling werken en de hele dag aanwezig zijn. Zij helpen je bijvoorbeeld met het houden aan je dagprogramma, je weekdoelen, je huiswerk voor de trainingen en andere zaken die tijdens je behandeling aan bod komen. Op De Koers werken ongeveer tien sociotherapeuten. Er werkt ook een leerling-verpleegkundige en soms zijn er stagiaires. Overdag zijn er minimaal twee sociotherapeuten op de afdeling. 's Nachts is er altijd een nachtdienst. Die persoon blijft de hele nacht wakker. Er is dus altijd iemand waar je bij terecht kan.

- De hoofdbehandelaar

De hoofdbehandelaar is een GZ-psycholoog/psychotherapeut. Hij is verantwoordelijk voor de aansturing en de uitvoering van jouw behandeling. Hij is aanwezig bij al jouw behandelbesprekingen. Tijdens de opname heeft hij regelmatig individuele gesprekken met jou over je problemen en je behandeling.

- Psychiater

De psychiater maakt als specialist deel uit van het behandelteam en geeft je behandeling mede vorm. Hij of zij doet de psychiatrische onderzoeken en bekijkt of je medicatie nodig hebt. De psychiater is altijd aanwezig bij jouw behandelbesprekingen.

- Systeemtherapeut

Op De Koers wordt niet alleen jij behandeld, maar krijgen ook je ouders hulp. De systeemtherapeut heeft gesprekken met jou en je ouders waarin de moeilijkheden waar jullie tegenaan lopen worden besproken. De systeemtherapeut geeft jullie advies hoe jullie daar samen verandering in kunnen aanbrengen. Net als de psychiater en de hoofdbehandelaar is de systeemtherapeut altijd aanwezig bij jouw behandelbesprekingen.

- Vaktherapeuten

Als je bent opgenomen zitten er in je dagprogramma een aantal therapieën. Op De Koers hebben we bijvoorbeeld Psycho-Motore Therapie (PMT), Muziektherapie, Dramatherapie en Creatieve Therapie. De vaktherapeuten zijn de mensen die deze therapieën geven. Binnen de therapieën werk je aan je problemen op een andere manier. De therapeuten ondersteunen je hierbij.

Wanneer ben je met je behandeling klaar?

Je gaat met ontslag als de doelen uit je behandelplan bereikt zijn of wanneer er een andere behandelmethode elders beter bij je past. Omdat de problemen die we op de afdeling behandelen erg hardnekkig zijn, hebben we de tijd nodig om er samen met jou aan te werken. Iets waar je al jaren last van hebt, kun je niet in een paar weken oplossen. De gemiddelde opnameduur ligt dan ook rond de tien maanden.

Het behandelteam bereidt het ontslag zorgvuldig voor met jou en je ouders. Eventuele nazorg wordt geregeld. De nazorg is mogelijk op de polikliniek van de Adolescentenpsychiatrie in Venray waar De Koers ook onder valt.

Aanmelding

Je kunt je aanmelden bij de polikliniek van de Adolescentenpsychiatrie. Voordat je dit kunt doen, moet je een verwijzing hebben van de huisarts, Bureau Jeugdzorg of een andere BIG-geregistreerde zorgaanbieder (bijv. psycholoog, orthopedagoog of andere GGZ-instelling). Na de aanmelding vindt er een intakegesprek plaats met jou en je gezin. Daarin wordt bekeken wat het probleem is. Vervolgens gaan we dit in het polikliniek-team bespreken en bekijken we wat voor jou de beste hulp is. Als een opname de beste manier is om jou en je gezin te helpen, dan wordt bekeken wanneer er plaats is op de Koers. Er volgt een kennismaking op de afdeling en op de afgesproken datum word je dan opgenomen op de Koers.