

ACHTERGROND

Opgroeien in een gezin waar een van de ouders psychische of verslavingsproblemen heeft, is niet altijd even gemakkelijk. De sfeer thuis kan onvoorspelbaar worden en een kind achterlaten met heel wat vragen. Vaak voelt een kind zich mee verantwoordelijk voor het zich goed voelen van hun ouders. Kinderen kunnen zich schuldig voelen, of boos, of verward, of overladen met ouderlijke verantwoordelijkheden.

Ook voor de volwassenen is dit vaak een verwarrende periode. Het gezin kan zich afsluiten van de omgeving en zo geïsoleerd geraken. Gevoelens van schaamte, van falen, van schuld kunnen ook bij volwassenen de kop opsteken.

Uit diverse studies blijkt dat één op de drie kinderen van ouders met psychische of verslavingsproblemen zelf ook ernstige problemen ontwikkelt. De aard van die problemen verschilt sterk volgens de leeftijd van het kind. Toch ontwikkelen niet al deze kinderen stoornissen, sommigen slaan zich hier goed door. Naast de risicofactoren bestaan er dus duidelijk ook beschermende factoren.

Deze preventieve doe-praatgroep wil proberen om deze beschermende en risicofactoren te beïnvloeden. Het gaat hierbij vooral om het versterken van een goede ouder-kindrelatie, het doorbreken van een isolement en het creëren van een ondersteunend netwerk, het verhogen van de competentie van het kind om met de situatie om te gaan en het bevorderen van een goede en realistische kijk van het kind op zichzelf en de ouder.

DOELGROEP

De doe-praatgroep is geschikt voor kinderen tussen acht en twaalf jaar, die opgroeien in een gezin met ten minste één ouder met psychische of verslavingsproblemen, dat wil zeggen bij wie door een deskundige een psychisch ziektebeeld is geconstateerd (of wordt vermoed). De zieke ouder hoeft niet noodzakelijk samen te wonen met het kind.

“één op de drie kinderen van ouders met psychische of verslavingsproblemen ontwikkelt zelf ook ernstige problemen”

In de volgende gevallen kan deelname aan de groep aangewezen zijn:

- » bij onvoldoende ondersteuning van het kind door anderen dan de ouders, zoals leeftijdgenoten, familie, leerkrachten...
- » bij onvoldoende kunnen uiten van gevoelens
- » bij onvoldoende aandacht, informatie of hulp kunnen vragen
- » bij onvoldoende grenzen kunnen stellen
- » bij niet weten hoe om te gaan met (negatieve) reacties uit de omgeving
- » bij het hebben van weinig (vrije) tijd voor zichzelf
- » bij schuld- of schaamtegevoelens
- » bij negatief zelfbeeld
- » bij sterke verantwoordelijkheidsgevoelens

Deze doe-praatgroep is een preventief programma, gebaseerd op een draaiboek van het Trimbos-instituut Nederland en is niet geschikt voor kinderen met ernstige gedrags- en/of emotionele problemen. Deze kinderen kunnen naar andere hulpverleningsvormen worden verwezen.

MEISJE VAN 8

Mijn mama voelt zich al lange tijd niet goed. Ze weent veel, ligt vaak op de zetel en heeft in niets nog goesting. Ik weet ook niet hoe dit komt maar ik vind het wel erg lastig. Ik probeer haar te troosten en doe daar mijn best voor. Als ze dan weer even kan lachen ben ik ook blij maar meestal duurt dat niet lang.

Soms ben ik bang dat het nooit meer goed komt. Ze gaat wel naar een dokter. Mijn papa zegt dat dit is om haar terug te genezen. Ik weet niet of dit gaat lukken want ze is al vaak bij de dokter geweest en toch wordt ze niet beter. En de laatste tijd drinkt mijn mama ook meer en meer. Ze zegt dat ze dan haar problemen even vergeet maar ik weet niet of dat zo goed voor haar is. Soms heb-

ben mijn mama en papa daar ruzie over. Gelukkig heb ik mijn papa nog; met hem kan ik nog af en toe leuke dingen doen. Ook al is het ook zwaar voor hem. En natuurlijk is er ook nog mijn hondje. Die is altijd in mijn buurt. Als ik het moeilijk heb komt hij op mijn schoot zitten. Het is alsof hij dat allemaal aanvoelt.

Laatst heb ik mijn juf iets verteld over mijn mama. Ik was wel een beetje bang maar ik ben toch blij dat ik het gedaan heb. Soms vraagt ze mij tijdens de speeltijd hoe het thuis is; dan kan ik iets vertellen en het lucht mij ook wat op. Ik voel me dan ook minder alleen.

MEISJE VAN 11

Weet je wat ik laatst gedaan heb? We moesten in de klas

elk om de beurt iets vertellen over onszelf. Ik heb verteld over mijn papa die al een paar jaar verslaafd is aan alcohol. Hij woont niet meer bij ons, ik woon samen met mijn 2 jongere broers bij mijn mama.

Ik vond het wel superspannend om dit te vertellen. Ik had het ook eerst aan mijn mama gevraagd of ik dit mocht zeggen. Voor haar was het ok als ik het echt zelf wou doen. En ik dacht ook wel dat mijn meester me zou steunen, wat hij gelukkig ook gedaan heeft.

Ik was wel een beetje bang voor de reactie van de andere kinderen. Maar dat viel goed mee. Ze hebben veel vragen gesteld, bijvoorbeeld hoe dit voor mij is. Erover vertellen helpt me echt wel.

PRAKTISCH

De groep bestaat uit acht bijeenkomsten van ieder anderhalf uur en één terugkombijeenkomst na twee tot drie maanden. De frequentie is om de veertien dagen.

De bijeenkomsten zijn zodanig opgebouwd dat er een afwisseling is tussen inspannende en ontspannende werkvormen. De groep bestaat uit 7 à 8 kinderen.

Er zijn twee ouderbijeenkomsten. De eerste vindt plaats bij de start van de groepen, de tweede bij het einde.

De groep gaat door opavond van 17 u tot 18u30 in AZ Sint-Jan of AZ Sint-Lucas of PZ Onze-Lieve-Vrouw Brugge.

Verwijzers sturen aanmeldingen door naar een van de medewerkers. Het zijn de verwijzers zelf die zorgen voor een adequate voorbereiding en selectie van de kinderen en hun gezin.

KOPP-WERKGROEP NOORD WEST-VLAANDEREN

- » Kinder- en Jeugdpsychiatrie AZ Sint-Lucas
- » PAAZ Sint-Jan
- » PZ Onze-Lieve-Vrouw Brugge
- » Psychotherapeutisch Centrum Rustenburg
- » Psychiatrisch Centrum Sint-Amandus
- » Thuisbegeleidingsdienst De Kerseboom
- » Dagcentrum De Belsepit (vzw Binnenstad)
- » Thuisbegeleidingsdienst Binnenstad (vzw Binnenstad)
- » Centrum Integrale Gezinszorg Ten Anker
- » Thuisbegeleidingsdienst De Balans
- » Thuisbegeleidingsdienst 't Veer
- » MPI Het Anker
- » Dagcentrum De Totebel
- » CLB Brugge(n)
- » CLB De Klaver
- » Overlegplatform GGZ provincie West-Vlaanderen
- » Similes

KOPP

KINDEREN VAN OUDERS MET
PSYCHIATRISCHE PROBLEMEN

DOE-PRAATGROEP KOPP

Een preventief groepsaanbod voor kinderen (8 tot 12 jaar) van ouders met psychiatrische of verslavingsproblemen

MEDEWERKERS

- » Hans De Baene, AZ Sint-Lucas
hans.debaene@stlucas.be
050/369193
- » Sophie Libbrecht, AZ Sint-Jan
sophie.libbrecht@azsintjan.be
050/.....
- » Chries Retsin, PZ Onze-Lieve-Vrouw Brugge
chries.retsin@olv.gzjbj.be
050/301881
- » Marilyn Heemeryck, AZ Sint-Jan
- » Tine Taelman, AZ Sint-Lucas

KOPP-WERKGROEP NOORD WEST-VLAANDEREN

Deze doe-praatgroep is een initiatief van een aantal voorzieningen die begaan zijn met KOPP en die geregeld samenkomen voor intervisie en voor verdere initiatieven in verband met dit thema. Indien u interesse hebt om aan te sluiten bij deze groep, neem gerust contact op.

