Gezinsfocusgroep

Informatie voor gezinnen

De Gezinsfocusgroep is er voor gezinnen die samen willen werken aan wat er thuis lastig gaat. Misschien lopen jullie vast in jullie contact met elkaar, of voelt de hulp die jullie nu krijgen niet voldoende. De Gezinsfocusgroep kan jullie dan extra steun bieden. Samen met jullie werken we aan een sterker en hechter gezin.

Wat is de Gezinsfocusgroep? De Gezinsfocusgroep is een groepsbehandeling voor 3 of 4 gezinnen tegelijk. Jullie werken aan jullie eigen doelen, op een manier die past bij jullie gezin. Daarmee versterken jullie de onderlinge relatie tussen jullie gezinsleden.

We werken op verschillende manieren aan deze doelen:

- **Groepsgesprekken** met andere gezinnen.
- **Ervaringsgerichte therapie**, in de vorm van vaktherapie zoals muziektherapie en creatieve therapie. Zo leer je niet alleen door te praten, maar vooral door te doen en te ervaren.
- **Een hulphond,** die jullie steunt en de sfeer op de groep laat zien. De hond helpt je om bewuster te worden van jezelf en van elkaar.

Elke bijeenkomst staat in het teken van leren, oefenen en ervaren in een veilige omgeving.

Wat levert het op?

Ieder gezin werkt aan hun eigen doelen

Voorbeelden van doelen zijn:

- Beter begrijpen hoe jij bent als ouder en wat dat betekent voor je kind(eren).
- Het gedrag van je kind beter kunnen plaatsen en er anders op reageren.
- Meer positieve momenten samen beleven, door weer plezier te maken.
- Samen oefenen met omgaan met lastige situaties zoals die ook thuis kunnen gebeuren.
- Je zekerder voelen als ouder.
- Je gesteund voelen door andere ouders die in een vergelijkbare situatie zitten.

Hoe werkt het?

Tijdens de bijeenkomsten gaan jullie actief aan de slag met jullie doelen. Tussen de bijeenkomsten door kunnen jullie thuis verder oefenen met wat jullie geleerd hebben.

De Gezinsfocusgroep is maatwerk. Wij bieden extra therapie aan of komen op huisbezoek, als dat helpend is voor jullie.

Hoe ziet een bijeenkomst eruit?

Een bijeenkomst duurt van 09:30 tot 14:00 uur. Dit is het programma:

LEVVEL
Specialisten voor jeugd en gezin

- **10:00 – 11:00 | Dagopening**
  We starten samen en kijken naar jullie doelen oftewel ‘focus’ voor de dag.
- **11:00 – 12:00 | Ervaringsgerichte therapie**
  Jullie werken als gezin met muziektherapie of beeldende therapie aan jullie doelen.
- **12:00 – 13:00 | Lunchpauze**
  Tijd om samen te lunchen. Ook is er ruimte om buiten te spelen of te wandelen.
- **13:00 – 14:00 | Reflecting team & SOVA**
  Ouders gaan in gesprek met elkaar in het ‘reflecting team’. Kinderen doen mee aan SOVA (sociale vaardigheidstraining), waarin ze oefenen met contact maken en samenwerken, op een speelse manier.
- **14:00 | Gezamenlijke afsluiting**
  We sluiten de dag samen af.

Goed om te weten

- Je gezin doet minstens 5 keer mee aan de Gezinsfocusgroep.
- Na elke 5 bijeenkomsten kijken we samen of jullie doorgaan of afsluiten.
- Hoe lang jullie meedoen, stemmen we samen af met jullie en jullie eigen hulpverlener(s).
- Tijdens de groepsbehandeling blijft jullie eigen hulpverlener betrokken.
- Bij de start van de behandeling krijgen jullie een uitnodiging om mee te doen aan onderzoek. Dit is vrijwillig – jullie mogen zelf kiezen of jullie hieraan mee willen doen.

Praktische informatie

De bijeenkomsten zijn om de week:

1x per 2 weken (even weken)
Woensdag 9.30 – 14:00 uur

Levvel, afdeling Gezin & Systeem
Biesbosch 67 Duivendrecht

Heb je nog vragen of wil je meer weten?

Bespreek het gerust met je hulpverlener. Samen kijken we wat past bij jullie gezin.

Of neem direct contact met ons team op via:

@email

LEVVEL
Specialisten voor jeugd en gezin



LEVVEL
Specialisten voor jeugd en gezin