



## Functional Family Therapy bij ADHD & gedragsstoornissen

Informatie voor ouders en jongeren

### Wat is Functional Family Therapy (FFT)?

FFT is een methode om jongeren met gedragsproblemen te helpen. Om dat te bereiken moet het hele gezin samenwerken.

Bij gedragsproblemen gaat het over bijvoorbeeld agressief gedrag, schelden, spijbelen, blowen en hoog oplopende ruzies tussen gezinsleden. Of de jongeren zijn in aanraking gekomen met de politie. Hierdoor ontstaat in het gezin een negatieve spiraal waardoor het steeds minder lukt om de problemen met elkaar op te lossen. Er ontstaan patronen in het gezin waardoor steeds meer spanning komt. Gezinsleden gaan negatief op elkaar reageren.

Bij FFT leren de gezinsleden anders met elkaar om te gaan. Niet alle problemen worden opgelost, maar het gezin kan weer zelf verder.

Bij FFT moeten in ieder geval de ouders en de jongere deelnemen. Broers en zussen worden waar nodig ook bij de behandeling betrokken.

FFT is voor jongeren van 12 tot 18 jaar en hun gezin. Als de jongere verslaafd is aan verdovende middelen, is FFT geen geschikte methode.

### Hoe ziet de therapie eruit?

FFT is een intensieve therapie. Er zijn in het begin in ieder geval wekelijks gesprekken met het gezin. De therapie bestaat uit drie fasen:

- In de eerste fase helpt de gezinstherapeut de gezinsleden de sterke kanten van het gezin opnieuw te zien. Tegelijkertijd leert het gezin moeilijkheden als gezamenlijk probleem te zien. Ieder gezinslid kan aan de oplossing van de problemen bijdragen.
- Vervolgens leren gezinsleden problemen met elkaar op te lossen door op een andere manier met elkaar om te gaan. Het gezin oefent bijvoorbeeld te onderhandelen, om op een andere manier met elkaar te praten, afspraken te maken en om te gaan met irritatie en boosheid.
- In de derde fase leert het gezin om het geleerde ook toe te passen in andere situaties, bijvoorbeeld op school, op de sportclub. Daarnaast leren gezinsleden wat ze kunnen doen als ze terugvallen in het oude patroon. In sommige gevallen zal nog extra hulp nodig zijn, bijvoorbeeld individuele gesprekken of een training 'omgaan met agressie'.

### Wanneer is FFT een geschikte behandelmethode?

- Het lastige, tegendraadse gedrag van de jongere roept veel conflicten op in het gezin.
- De jongere loopt door zijn gedrag vast op school.
- De jongere komt door zijn gedrag in aanraking met de politie.
- De communicatie in het gezin is verstoord, gezinsleden begrijpen elkaar niet meer en zijn bang elkaar kwijt te raken.

### Praktische informatie

De behandeling duurt 4 tot 6 maanden. Als de problemen heel ernstig zijn kan de therapie langer duren.

Aanmelding gaat via de huisarts of Bureau Jeugdzorg

### Informatie

Mw. drs. E.D. Berkvens

Nieuwe Houtenseweg 2  
3524 SH Utrecht

telefoon: 030-2809311

e-mail: e.berkvens@altrecht.nl