

## **Folder Startgroep voor volwassenen met AD(H)D**

Informatie voor cliënten en verwijzers

*Het krijgen van de diagnose ADHD of ADD kan veel vragen en gevoelens oproepen. De cliënt kan na de diagnose grote behoefte hebben om hier met zowel deskundigen als lotgenoten over te praten. Wij hebben gemerkt dat het, vooral in deze eerste fase, erg prettig kan zijn om ervaringen te delen met mensen die tegen dezelfde problemen aanlopen. De Startgroep biedt deze mogelijkheid.*

### **Onderdelen Startgroep**

De volgende onderdelen komen in de Startgroep aan bod:

- psycho-educatie over ADHD: uitleg over de oorzaak, het voorkomen van ADHD en de behandelmogelijkheden (gesprekstherapie/medicatie)
- bespreken van de voorwaarden voor verandering: wat is er nodig om vaardigheden onder de knie te krijgen die de cliënt helpen om beter met ADHD om te gaan?
- een voorproefje van het coachingstraject door middel van het bespreken van ervaringen met agendagebruik, plannen en organisatie
- ADHD en omgeving: wat roept de diagnose ADHD voor reacties op in uw omgeving? En hoe gaat u hiermee om?
- uitdagingen op het gebied van sociale interactie (relaties/vrienden/ouders/collega's)
- uitleg over het Centrum ADHD Volwassenen

### **Deelnemers**

De Startgroep is bedoeld voor cliënten die net de diagnose ADHD hebben gekregen en graag hiermee aan de slag willen gaan.

Deelname aan de groep is niet geschikt voor cliënten waarbij sprake is van ernstig middelenmisbruik. Aanwezigheid bij alle vijf de bijeenkomsten is verplicht. De Startgroep is in principe niet bedoeld voor mensen die al coaching krijgen. In overleg met de coach en therapeut van de groep, kunnen hierop uitzonderingen worden gemaakt.

### **Therapievorm**

De groep wordt geleid door twee therapeuten. De bijeenkomsten hebben een vaste structuur en iedere bijeenkomst heeft een ander thema. Voorlichting over ADHD, coaching door de therapeuten en het uitwisselen van ervaringen door groepsgenoten wisselen elkaar af.

### **Praktische informatie**

#### **Aantal bijeenkomsten**

De groep start meerdere malen per jaar. Een cyclus bestaat uit vijf bijeenkomsten die wekelijks plaatsvinden. De groepen komen bijeen op verschillende middagen van 16.00 tot 18.00 uur.

#### **Aantal deelnemers**

Maximaal 10

**Waar?**

Altrecht, locatie Lunetten

Adres: Nieuwe Houtenseweg 12

De groep vindt plaats op de vierde verdieping (zolder). U kunt zich melden bij de balie bij de ingang.

Voor een routebeschrijving kunt u terecht bij het onderdeel Contact van onze afdelingspagina.

**Kosten**

Aan het volgen van de groep zijn geen kosten verbonden. De groep wordt vergoed door de verzekering.

N.B: Het is mogelijk dat de kosten worden afgetrokken van uw verplichte eigen bijdrage. Aangezien dit voor ieder individu anders kan zijn, verwijzen we u voor meer informatie over kosten van behandeling naar het onderdeel 'Aanmelden' van onze afdelingspagina.

**Aanmelden**

De hulpverlener die bij u de intake heeft afgenomen, kan u verder informeren over de Startgroep en de wijze waarop u zich kunt aanmelden.

Tevens kunt u voor meer inlichtingen contact opnemen met een van de groepstherapeuten, tel.: 030-2809211.

**Afmelden**

Wij gaan ervan uit dat al onze cliënten altijd bij de bijeenkomsten aanwezig zijn. Mocht er een heel dringende reden zijn om af te bellen, dan kunt u bij de balie een briefje of telefonische boodschap achterlaten voor de groepstherapeuten.

Bij een te late afzegging, dat wil zeggen minder dan 24 uur van tevoren, brengen wij 40 euro in rekening. Als dit twee keer voorkomt, wordt u uitgeschreven. Een afspraak is met uw instemming gemaakt. Wij reserveren tijd voor uw behandeling. Het is onze wens om zoveel mogelijk cliënten van kwalitatief goede zorg te voorzien. Daarnaast is het voor groepsgenoten en therapeuten vervelend als ze iemand moeten missen waar ze op gerekend hebben.

Voor vragen en/of nadere informatie over het wegblijftarief, kunt u via het secretariaat contact opnemen met de afdelingsmanager.