



## Informatie voor verwijzers

### Altrecht Kinder- en jeugdpsychiatrie

# Keep Control +

## Voor jongeren van 12 - 16 jaar met gedrags- en regulatieproblemen

### Inleiding

Keep Control + is een ervaringsgerichte groepstherapie voor jongeren van 12 tot 16 jaar met gedrags- en regulatieproblemen.

### Waarom kiezen voor de methode Keep Control +?

Niet alle jongeren kunnen theorie omzetten naar de praktijk als het gaat om de geleerde vaardigheden. Om anders met hun emoties om te leren gaan is alleen theoretische kennis soms niet genoeg om het in de praktijk goed te kunnen hanteren. Sommige jongeren leren sneller door te ervaren/voelen hoe iets werkt dan door erover te praten.

Zeker jongeren met ADHD die impulsief zijn, worden vaak meegetrokken in hun emoties en kunnen op het moment dat het nodig is, het geleerde (theoretische) niet uitvoeren met aandacht vanuit zichzelf.

Voor deze jongeren is het helpend om ze te laten ervaren wat emoties met ze doen en direct te bespreken welke alternatieve gedragingen ze kunnen inzetten.

De therapie biedt verdieping en generalisatie van aangereikte vaardigheden in een groepssetting.

### Doelgroep

Jongeren in de leeftijd van 12-16 jaar met gedragsproblemen waarbij sprake is van een verstoorde emotieregulatie (anti-sociaal, oppositioneel). We gaan er vanuit dat deze jongeren gedragsstijlen hebben ontwikkeld die verantwoordelijk zijn voor het in stand houden of zelfs vergroten van hun problemen thuis en op school.

### Doelen die bereikt kunnen worden

- Leren kennen en herkennen van emoties
- Invloed van emoties leren reguleren (en uiten) op een adequate manier
- Vaardigheden voor conflicthantering vergroten (frustratietolerantie verhogen, onderhandelen, herstellen van contact)
- Oplossingsvaardigheden vergroten
- Zelfvertrouwen vergroten

De inhoud van het programma zal worden bepaald door de samenstelling van de groep op dat moment. Er kan ingespeeld worden op verschillende hulpvragen, leeftijden en intelligentieniveaus

### Indicaties

- Jongeren waarbij sprake is van gedragsproblemen waarbij een verstoorde emotieregulatie verantwoordelijk is voor het ontstaan en in stand houden van de gedragsproblemen.
- Eerdere behandeling gehad binnen het GRIP team, waarbij de module(s) MOVE en/of FOCUS en/of Keep Control zijn gevolgd en waarbij er als vervolg nog ervaringsgerichte therapie nodig is om de vaardigheden te oefenen en in te slijten.
- Enige bereidheid om gedurende langere tijd naar zichzelf te kijken als onderdeel/in stand houdende factor van de problemen (conflicten) die ze ervaren in het contact met anderen.
- De jongere heeft enige mate van zelfreflectie.

### Contra-indicaties

- IQ lager dan 80
- Diagnose CD
- Middelengebruik dat zo ernstig is dat deelname aan een groep niet mogelijk is

### Intake

- Intakegesprek met de groepstherapeuten om indicatie voor groepstherapie te stellen. Daarbij is er ook aandacht voor eventuele indicatie voor Keep Control. Dat is een groepsbehandeling die vooral gericht is op leren.
- Mocht de jongere en het gezin al bekend zijn bij het GRIP team, dan is een intakegesprek niet meer nodig. Hooguit zal dan met een startgesprek de groepstherapie ingeleid worden, waarbij de doelen voor de Keep Control + gespecificeerd zullen worden.

### Opzet

- Het is een doorlopende groep van maximaal 6 jongeren.
- Na 5 bijeenkomsten evalueren we of het aanbod verlengd moet worden met nogmaals 5 bijeenkomsten. Na 10 keer evalueren we met ouders en jongere samen.

### Dag & tijdstip:

Er zijn wekelijkse bijeenkomsten van een uur.

### Therapeuten:

De groep wordt begeleid door Marjolein Schrijvers, sociotherapeut i.o. tot systeemtherapeut en Jasper van Duuren, psychomotore therapeut.

### Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Marjolein Schrijvers, [m.schrijvers@altrecht.nl](mailto:m.schrijvers@altrecht.nl) of Jasper van Duuren, [j.van.duuren@altrecht.nl](mailto:j.van.duuren@altrecht.nl).