



Informatie voor patiënten

Altrecht Jongvolwassenenpsychiatrie

Startgroep voor jongvolwassenen

Na de intake moet je meestal een aantal weken tot maanden wachten tot de start van je behandeling. Na het nemen van de stap om hulp te zoeken, wil je het liefst zo snel mogelijk beginnen met de behandeling. De startgroep Jongvolwassenen zorgt ervoor dat je niet hoeft te wachten, maar dat je jezelf goed kunt voorbereiden op de behandeling.

Doel

Een belangrijk doel van de startgroep is de voorbereiding op je individuele of groepsbehandeling. Deze voorbereiding bestaat vooral uit het maken van een behandelplan. Het behandelplan geeft de richting aan van de behandeling. Daarin staan beschreven wat de (onderliggende) problemen zijn, wat je behandeldoelen zijn en wat je nodig hebt om die te bereiken. De behandeling werkt daardoor beter. In de startgroep kunnen andere groepsleden je helpen, ondersteunen en ideeën aandragen bij het ontdekken van wat voor jou straks wel en niet werkt in de behandeling. Verder werk je aan het vergroten van je weerbaarheid, het verminderen van spanningsklachten, het voorkomen dat je klachten verergeren en het vergroten van vaardigheden om met je klachten om te gaan.

Inhoud

- Ruimte voor het bespreken van soorten therapie en het advies voor behandeling
- Bespreken van klachten en problemen
- Behandelplan maken
- Belangrijke thema's ontdekken in je klachten, problemen en persoonlijkheid, die kunnen helpen bij je behandeling
- Introductie en gebruik Karify (e-health)

Vorm

Start: na de intake en het adviesgesprek kun je beginnen.

Einde: deelname aan de groep stopt als je (vervolg-) behandeling start.

Grootte: maximaal 10 deelnemers.

Instroom: iedere 4 weken.

Groepstherapeuten

Irene van Geloven en Peter van Aniel (psychotherapeuten) begeleiden de groep. Je kunt hen bereiken via 030- 280 9211 (secretariaat team Jongvolwassenen) of via p.van.andel@altrecht.nl en i.van.geloven@altrecht.nl.

Wanneer en waar

Iedere vrijdagochtend van 09.00 - 10.30 uur
Nieuwe Houtenseweg 2
3524 SH Utrecht (naast station Lunetten)
030-2809211 en jongvolw-secr@altrecht.nl

Kosten

Er zijn geen extra kosten, omdat de Startgroep onderdeel is van je behandeling.

Aanmelding

Je intaker meldt je aan voor deze groep. In principe neemt elke nieuwe patiënt deel aan de startgroep. Je intaker blijft je aanspreekpunt in geval van crisis.

Afmelden

Wij gaan ervan uit dat je bij alle bijeenkomsten aanwezig bent. Er kunnen dringende redenen zijn om niet te komen. Je meldt je dan minimaal 24 uur van tevoren af bij een van de groepstherapeuten. Het is voor groepsgenoten en therapeuten vervelend als je onverwacht niet komt. Als je niet komt zonder bericht, krijg je daarvoor een rekening van 40 euro.