



Informatie voor jongeren en ouders

Altrecht Kinder- en jeugdpsychiatrie

Behandel mogelijkheden ADHD

Kinderen en jongeren van 4 tot 18 jaar met ADHD, gedragsstoornissen en tics kunnen bij ons terecht voor verschillende vormen van behandeling. Vaak is er ook sprake van andere bijkomende psychiatrische stoornissen. Je kunt de behandeling zowel individueel volgen als in een groep en/of met het gezin/opvoeders. Hieronder lees je meer over de belangrijkste behandelingen.

Voorlichting

Voorlichting vergroot de kennis over ADHD, gedragsstoornissen en tics. Wat is precies ADHD en wat betekent dit voor uw kind en voor u als ouder/opvoeder? Hoe gaan jij en je ouders ermee om? Meestal geven we voorlichting aan zowel de ouders als aan de jongere.

Ouderbehandeling

Ouderbehandeling bestaat uit gesprekken die u als ouder/opvoeder voert met een ouderbehandelaar. Hij of zij weet hoe je ouders van kinderen en jongeren met psychiatrische problemen het beste kunt begeleiden en ondersteunen. Samen met de ouderbehandelaar leert u omgaan met de problemen die spelen bij uw kind. En u leert welke invloed die problemen kunnen hebben op u en uw gezin. U kunt ook bij de ouderbehandelaar terecht met vragen over ouderschap, opvoeden en de psychiatrische problematiek van uw zoon of dochter.

Individuele behandeling

Individuele behandeling kan bestaan uit cognitieve gedragstherapie en psychotherapie. Beiden worden ingezet in de behandeling van bijvoorbeeld, tics, angst en depressie. Vaak wordt individuele behandeling gecombineerd met ouderbehandeling.

Psychomotorische therapie (PMT)

PMT is een individuele therapie waarbij je samen met je therapeut allerlei lichamelijke oefeningen en opdrachten doet. Zo werk je aan de psychiatrische problemen die je hebt. Ook het hele gezin kan PMT volgen. Je kunt tijdens de therapie op een andere manier met elkaar om leren gaan. Dat doe je door samen opdrachten te doen.

Gezins Psychomotore therapie (PMT)

In sommige gezinnen is het voor de gezinsleden moeilijk om met elkaar te praten. Gezins PMT kan dan een goede aanvulling zijn op gesprekstherapie. De gezinsleden leren door middel van het doen en uitvoeren van opdrachten op een andere manier met elkaar om te gaan.

Gezinstherapie/Systeemtherapie

Gezinstherapie wordt ook wel systeemtherapie genoemd. Systeem staat dan voor jouw omgeving, dus de mensen met wie jij omgaat, zoals jouw (pleeg/adoptie) ouders, broers en zussen. Jouw gedrag, gedachten of gevoelens hebben invloed op jouw familie. En hoe jouw familie met jou omgaat, heeft effect op jou. Je hebt gewoontes samen en manieren hoe je met elkaar omgaat. Als het niet goed gaat met jou of iemand uit jouw gezin, dan helpt het om samen therapie te volgen en te leren hoe jullie samen de situatie kunnen verbeteren.

Intensieve Psychiatrische Gezinsbehandeling (IPG)

IPG is een behandelvorm waarbij de hulpverlening bij u thuis plaatsvindt.

Videobehandeling:

Een behandelaar komt bij u thuis om video opnames te maken. Die kijkt u samen terug. U

kijkt met de behandelaar vooral naar wat er goed gaat in de communicatie tussen ouders en kind. En hoe het positieve contact verder kan worden ontwikkeld.

Behandeling met medicijnen

Medicijnen worden gegeven ter vermindering van klachten die passen bij bijvoorbeeld ADHD, gedragsstoornissen of tics. We bespreken regelmatig met jou en je ouders of de medicijnen helpen.

Verschillende groepsbehandelingen voor kinderen en jongeren van 3 tot 18 jaar:

3 - 8 jaar

Incredible Years (naar het Nederlands vertaald als "Pittige Jaren") is een wetenschappelijk bewezen effectieve cursus voor ouders van jonge kinderen (van 3 tot en met 8 jaar) die dwars, opstandig of agressief gedrag vertonen (ADHD, ODD, gedragsstoornis nao).

8 - 12 jaar

Scoren met ADHD is een groepsbehandeling voor kinderen met AD(H)D die sociaal wat onhandig zijn. Zij leren zichzelf beter af te remmen (minder impulsief te zijn) en eerst te denken en dan pas te doen, zodat dingen beter lukken. Ook het contact met leeftijdgenoten is belangrijk. Je ziet dan dat je niet de enige bent met AD(H)D. Er zijn meerdere ouderbijeenkomsten en een bijeenkomst voor de leerkrachten.

Minder Boos en Opstandig is een intensieve groepstraining voor kinderen met gedragsproblemen (ODD, CD, gedragsstoornis NAO, ADHD) en hun ouders.

12 - 18 jaar

Voor de leeftijdsgroep 12 - 18 jaar biedt het *GRIP team* (GedragsRegulatie in de Intensieve Psychiatrie) op onze polikliniek een intensief programma voor jongeren met ODD, CD, gedragsstoornissen, ADHD en agressie regulatieproblematiek. Het programma wordt in overleg met de jongere en hun ouders/opvoeders samengesteld.

Keep Control is een training voor jongeren van 12 en 16 jaar die hen leert om te gaan met hun agressie. De groep is bedoeld voor jongeren die steeds weer in de problemen komen op school, thuis en/of in hun omgeving, doordat ze moeite hebben hun agressie onder controle te houden. Deze groep biedt een combinatie van praten (cognitieve gedragstherapie) en bewegen (psycho motorische therapie).

Keep Control plus een ervaringsgerichte groep voor jongeren van 12 tot 16 jaar met gedrags- en agressieproblemen. Deze groepstherapie is bedoeld voor jongeren die eerdere behandeling gehad hebben binnen het GRIP team. De jongeren hebben de groepen MOVE en/of FOCUS en/of Keep Control al eerder gevolgd. Zij hebben een vervolgstherapie nodig om de vaardigheden te oefenen en verder in te slijten.

De ADHD gezinsgroep is een groepsbehandeling voor jongeren met AD(H)D tussen de 12 en 16 jaar met hun ouders. Je krijgt voorlichting over ADHD en de pubertijd. Verder leer je hoe je beter om kunt gaan met de klachten die bij ADHD horen. En je leert hoe je samen met je ouders de onderlinge communicatie verbetert en hoe je anders met elkaar kunt omgaan.

MOVE voor jongeren van 12 - 18 jaar. Hoe groot is je motivatie om behandeld te worden? Hoe kun je je motivatie vergroten? In MOVE probeer je daar antwoorden op te vinden. Daarna bepalen we samen met jou welke behandelvorm het beste bij je past. Dit kan een individuele behandeling zijn of behandeling in een kleine groep.

FOCUS is een groep voor jongeren van 12 - 18 jaar met AD(H)D. Je krijgt voorlichting en je leert te plannen en te organiseren. Je traint die vaardigheden ook in de groep. De training wordt zowel individueel als in kleine groepen geboden. Er zijn ook twee ouderbijeenkomsten.

Valkuilentherapie is een gestructureerde inzichtgevende groepstherapie voor jongeren met gedragsproblemen vanaf 15 jaar, waarbij er ook sprake van een bedreigde persoonlijkheidsontwikkeling.