



HERSTELPUNT

☎ 06-51036618

@ Herstelpunt@ReiniervanArkel.nl



Herstelgroep Naasten

Doel van de herstelgroep

- lotgenoten leren kennen;
- een luisterend oor vinden voor jouw verhaal;
- uitwisselen van ervaringen;
- actief bezig zijn met jouw eigen welbevinden. Alleen als jij goed voor jezelf kunt zorgen, kan je er ook voor een ander zijn.





Inhoud van de herstelgroep

De Herstelgroep Naasten is bedoeld om als naaste aan je eigen welbevinden te werken. Aan de hand van herkenbare thema's en oefeningen ga je met elkaar in gesprek over hoe het met jou gaat, en op onderzoek naar wat jij nodig hebt om de impact van de psychische kwetsbaarheid van jouw naaste goed te hanteren.

(H)erkenning en Steun

Heb jij de zorg voor een kind, een partner of een andere naaste met een psychische kwetsbaarheid, en herken je het volgende?

- Je voelt je soms machteloos. Je wilt helpen, maar weet niet hoe;
- Je maakt je zorgen over de toekomst;
- De relatie verandert als gevolg van de psychische kwetsbaarheid van de ander, hoe ga je hier mee om?;
- Je raakt overbelast of overbezorgd door de zorg voor de ander. Hoe kom je zelf (weer) in balans?

De impact van psychische kwetsbaarheid op een naaste is groot, en kan heel belastend zijn. In de behandeling gaat de aandacht voornamelijk uit naar het herstel van de cliënt, maar waar kan je als naaste terecht voor je eigen herstel?

Speciaal voor hen is de Herstelgroep Naasten ontwikkeld.

Voor wie

Alle naasten van mensen die een psychische kwetsbaarheid hebben zijn welkom.

Door wie

De Herstelgroep Naasten wordt gegeven door twee (familie-) ervaringsdeskundigen van het Herstelpunt.

Aantal deelnemers

Minimaal 6 tot maximaal 10 personen.

Kosten

Deze herstelgroep is gratis.

Aantal bijeenkomsten

6 bijeenkomsten van 2 uur

Locatie

Deze cursus wordt gegeven op de Herstelacademies van Reinier van Arkel.

Meer informatie én aanmelden:

Neem contact op met één van de Herstelacademies
of met het Herstelpunt.