

Behandeling Depressieve stoornissen

Jij hebt de diagnose 'depressie' gekregen. Pro Persona behandelt kinderen en jongeren met depressie. In dit informatievel leggen wij de standaard en optionele behandelonderdelen uit. In het behandelplan leggen we vast welke onderdelen uitgevoerd gaan worden. Tijdens de behandeling hebben we contact met jou en je ouders, samen of apart. En soms ook met de huisarts, andere betrokken hulpverleners of de intern begeleider of leerkracht op school.

Doel behandeling

In de behandeling:

- leggen we uit wat de stoornis betekent, welke behandelmogelijkheden en vooruitzichten er zijn;
- proberen we de stoornis te verminderen of te laten verdwijnen;
- leren we jou en je gezin omgaan met klachten, beperkingen en mogelijkheden;
- leggen we je ouders uit hoe ze jou het beste kunnen begeleiden en ondersteunen we hen daarin;
- proberen we het gebruik van medicijnen tot een minimum te beperken.

Standaard behandelonderdelen

Psycho-educatie

We geven voorlichting over de depressie, over het omgaan met de klachten, de therapieën die er zijn en eventuele medicijnen. Vaak worden je ouders en ook school betrokken. Er zijn maximaal drie gesprekken van drie kwartier, eens per twee weken. De voorlichting wordt gegeven door een orthopedagoog, psycholoog, sociaal psychiatrisch verpleegkundige of maatschappelijk werkende.

Individuele cognitieve gedragstherapie

Deze therapie of coachende begeleiding is gericht op het aanleren van vaardigheden om de stemming positief te beïnvloeden en controle en zelfbeheersing te vergroten. Er zijn vijftien à twintig gesprekken van vijftig minuten, die begeleid worden door een klinisch psycholoog, GGZ-psycholoog of psychotherapeut.

Speltherapie

Speltherapie is er voor de wat jongere kinderen die zich minder gemakkelijk uiten in een gesprek. Ouders krijgen apart ouderbegeleiding. In de therapie kan het kind door spel laten zien wat hem of haar bezig houdt. Er zijn acht tot twaalf bijeenkomsten van drie kwartier, die begeleid worden door een speltherapeut, GZ-psycholoog of psychotherapeut.

Psychiatrisch consult

In een gesprek met een arts of een psychiater komt aan de orde hoe we ervoor kunnen zorgen dat de depressie vermindert en hoe we ervoor kunnen zorgen dat het weer beter met je gaat. Het zou kunnen dat het gebruik van medicijnen hierbij kan helpen. De arts of kinder-/jeugdpsychiater zal deze dan voorschrijven. Soms is het nodig om hiervoor de bloeddruk te meten of wat bloed af te nemen. Het eerste gesprek duurt drie kwartier. Controlegesprekken, om te kijken hoe het gaat, duren een half uur.

Ouder-/gezinsbegeleiding

Je ouders krijgen voorlichting over wat er met je aan de hand is. Ook krijgen ze tips over hoe met je om te gaan en hoe het gezin je problemen mee kan helpen oplossen. Er zijn maximaal vijf bijeenkomsten van drie kwartier. De begeleiding wordt gegeven door een orthopedagoog, ontwikkelingspsycholoog, maatschappelijk werkster of sociaal psychiatrisch verpleegkundige.

Optionele behandelonderdelen

Soms is het nodig de behandeling uit te breiden om ervoor te zorgen dat de behandeling beter aanslaat. Daarvoor zijn losse modules op voordracht van het behandelteam, te volgen. Denk bijvoorbeeld aan systeemonderzoek, psychodiagnostisch onderzoek, runningtherapie, vaktherapie of ondersteuning en activering.

Waar en wanneer?

De groeps- en individuele gesprekken en begeleiding vinden plaats op een locatie van Pro Persona. Data en tijdstippen worden in onderling overleg afgesproken en zijn bekend bij het secretariaat van de afdeling Jeugd of je hulpverlener.

Meer informatie

Neem ingeval van vragen contact op met je hulpverlener.

www.propersonajeugd.nl