

# Stysteembehandeling

## Informatie voor partners, familie en vrienden van cliënten

Een verzamelnaam voor alle naast betrokkenen van de cliënt noemen we het systeem. Het zijn de mensen waar we mee omgaan en waar wij een band mee hebben.

In deze informatie kunt u lezen waarom het Centrum voor Psychotherapie het belangrijk vindt om u als onderdeel van het systeem te betrekken bij de behandeling van uw naaste.

### **Wat is systeembehandeling?**

Voor de meeste mensen is het gezin van herkomst het eerste belangrijke sociale systeem. Met onze ouders, broers en zussen hebben wij een belangrijke band. Soms ook met grootouders of andere familie. Later staat het eigen gezin meer op de voorgrond: de eigen partner en eventuele kinderen spelen een grote rol in ons leven. Het werk en de vriendenkring zijn andere belangrijke plaatsen waar we mensen ontmoeten en relaties onderhouden.

Binnen een sociaal systeem beïnvloeden mensen elkaar. Gedachten, gedragingen, gevoelens en verwachtingen ontstaan in wisselwerking met anderenstaf. Dit is een gecompliceerd proces waarbij problemen kunnen optreden.

Een systeemtherapeut zal de problemen altijd bezien tegen de achtergrond van de wisselwerking met anderen. Ook wordt bekeken wie kan bijdragen aan het oplossen van de problemen.

### **Wat verwachten wij van u?**

Wij hopen dat u op uw eigen wijze kunt en wilt investeren in de behandeling van uw partner, ouder, zoon of dochter, vriendin of andere naaste. Er zijn verschillende manieren waarop dat mogelijk is. Deze staan hierna beschreven.

### **Systeemgesprek tijdens de intake**

Uw partner, zoon, dochter of ouder heeft zich aangemeld bij het Centrum voor Psychotherapie en tijdens de intake kan hij/zij u uitnodigen voor een systeemgesprek. Dit allereerste systeemgesprek is geen therapeutisch gesprek, maar is bedoeld om samen te onderzoeken of en hoe er kan worden samengewerkt. Op die manier ontstaat er een breder draagvlak voor het doorvoeren van veranderingen.

Wij willen ook uw visie op de problemen horen. Wat zijn de gevolgen voor de omgeving en hoe u denkt dat de problemen zijn ontstaan en wat zou er volgens u moeten veranderen? Om de situatie beter te begrijpen vragen wij ook naar de familiegeschiedenis. Ten slotte willen wij weten welke oplossingen al zijn gezocht om op eigen kracht uit de problemen te komen.

Wanneer: tijdens de intakeprocedure  
Duur: gesprek van 1 tot 1½ uur

### **Open middag**

Tijdens de open middag kunnen familie, vrienden en kennissen zelf enigszins komen ervaren hoe het is om in therapie te zijn. Iedere cliënt kan maximaal drie personen uitnodigen. U krijgt uitleg over de behandeling en er is tijd om vragen te stellen. U maakt kennis met het behandelteam en medegroepsleden van de cliënt en u kunt deelnemen aan diverse vormen van therapieessies. U wordt uitgenodigd door uw naaste.

Wanneer: een aantal keren per jaar

Duur: een middag

### **Partner-relatie-gesprekken**

Wanneer uw partner is opgenomen voor behandeling bij het Centrum voor Psychotherapie bieden wij u de mogelijkheid om deel te nemen aan een "Houd-me-Vast" training. Dit is een variant van de Emotionally Focused Therapy-methodiek. Aan zo'n trainingsgroep nemen vier of vijf paren deel die van elkaar kunnen leren en elkaar kunnen steunen. Door deel te nemen aan deze groep is de kans op herstel groter, vaak gaat het ook sneller.

Het doel van de therapie is om vastzittende patronen te doorbreken en de veilige hechting binnen de relatie te herstellen of bevorderen.

Meer informatie over deze vorm van therapie is te vinden op:  
[www.houdmevast.nl](http://www.houdmevast.nl)

Wanneer: een keer per twee weken, in totaal 8 keer

Duur: een sessie duurt 2 uur

### **Systeemgesprekken tijdens de behandeling**

Tijdens de systeemgesprekken willen we een verbinding leggen tussen de behandeling bij het Centrum voor Psychotherapie en de thuissituatie. Dat kan zijn met het gezin van oorsprong (het ouderlijk gezin), maar het kan ook het eigen gezin zijn, waar de cliënt vader of moeder is. Deze gesprekken starten tijdens de behandeling. Het aantal keren is afhankelijk van de problematiek.

Het doel van de therapie is om vastzittende patronen te doorbreken, de communicatie te verbeteren en positieve veranderingen door te voeren.

Duur: een sessie duurt 1 á 1½ uur