

ouders. Je ouders horen dan hoe het met je gaat op de groep en wij horen hoe het thuis met je gaat.

### **Vakanties**

In de zomervakantie is de dagbehandeling één week dicht. Daarnaast mag je in de zomervakantie nog een week vrij nemen. Je hebt vijf snipperdagen die je in overleg met het behandelteam in de schoolvakanties mag opnemen.

De school is in de schoolvakanties gesloten. Wij bieden dan een aangepast programma.

### **Na de dagbehandeling**

Wanneer de dagbehandeling op zijn einde loopt, bespreken we met jou en je ouders of, en zo ja welke, nazorg er nodig is. Het vervolgonderwijs wordt met de medewerkers van het Altra College besproken.

### **Privacy**

Alle medewerkers gaan zorgvuldig om met de informatie over jou. Wij vinden je privacy net zo belangrijk als jij. Voor de behandeling is het van belang dat je daarop kunt vertrouwen. Bij de intake ontvang je een informatiemap met daarin onder andere een aantal toestemmingsformulieren. Door ondertekening van deze formulieren geef je toestemming om informatie over jou op te vragen of uit te wisselen met bijvoorbeeld de school of je huisarts. Er zal dus geen informatie over jou aan anderen worden verstrekt zonder dat jij of je ouders daar toestemming voor hebben gegeven.

### **Waar kan je ons vinden?**

De Bascule,  
Dagbehandeling voor jongeren met angst- en dwangstoornissen:

### **Bezoekadres:**

Meibergdreef 5, 1105 AZ Amsterdam ZO  
Melden bij de receptie op de 0-laag (1<sup>ste</sup> verdieping)  
T: 020 – 890 10 00 Fax: 020 - 890 10 37

### **Postadres :**

Postbus 303 1115 ZG Duivendrecht  
[www.debascule.com](http://www.debascule.com) info@debascule.com

Wij doen ons best u informatie te bieden die zo compleet, correct, toegankelijk en actueel mogelijk is. Deze folder wordt daarom regelmatig aangepast. Aan de informatie in deze folder kunnen geen rechten worden ontleend.



Maart 2010

## **Dagbehandeling voor jongeren met een angst- of dwangstoornis**

Informatie voor jongeren



## **De Bascule**

De Bascule is een organisatie die hulp biedt aan kinderen en jongeren met psychiatrische problemen en/of ontwikkelingsstoornissen. De hulp is niet alleen voor kinderen en jongeren maar ook voor hun ouders en opvoeders.

## **Je bent aangemeld bij de dagbehandeling, wat kun je nu verwachten?**

Als je voor het eerst op de Bascule komt, krijg je bij de uitnodiging voor het eerste gesprek een aantal informatiefolders en vragenlijsten. De bedoeling is dat jij (en je ouders) die vragenlijsten van tevoren invullen. Die vragenlijsten zijn bedoeld om meer over je problemen te weten te komen. Er wordt gevraagd naar de reden van de verwijzing naar de Bascule, wat je van ons aan hulp verwacht en natuurlijk veel vragen over hoe het met je gaat. Als het invullen (nog) niet lukt, kan het ook op een later moment.

De folders gaan over de cliëntenraad, je rechten en plichten als cliënt, de klachtenregeling. Later krijg je ook de huisregels van de groep waarvoor je bent aangemeld. Als je al bekend bent op de Bascule, bijvoorbeeld omdat je al op de polikliniek geweest bent, krijg je die papieren niet nog eens opgestuurd.

## **Voor wie is de dagbehandeling?**

Deze dagbehandelingsgroep is voor jongeren met angst- en dwangstoornissen. Veel van de jongeren die deze behandeling volgen kunnen niet meer alles doen wat zij willen. Zij vermijden veel en gaan vaak ook niet meer naar school. Ze vinden het bijvoorbeeld lastig om met het openbaar vervoer te reizen, zelfstandig erop uit te gaan, naar school te gaan of sociale contacten aan te gaan. De dwangrituelen kunnen ook zo veel tijd in beslag nemen dat de jongeren niet meer toekomen aan allerlei gewone dagelijkse dingen.

## **De behandeling**

Op de dagbehandeling verblijf je in een groep met vier of vijf jongeren met ongeveer dezelfde problemen. Het dagprogramma bestaat uit allerlei activiteiten en therapieën die je met andere

jongeren of soms ook alleen uitvoert. Afhankelijk van wat je aankan en hoe lang je in behandeling bent, vullen we het programma in. Het programma is erop gericht dat je met kleine stapjes weer dingen gaat doen die je moeilijk of lastig vindt. Stapsgewijs overwinnen van je angsten noemen we dat.

## **Onderwijs**

Onderdeel van de behandeling is het volgen van onderwijs. Het onderwijs wordt gegeven door leerkrachten van het Altra College, een school voor speciaal voortgezet onderwijs. Kijk voor meer informatie op: [www.altracollege.nl](http://www.altracollege.nl).

Er zijn lessen op verschillende niveaus: VMBO, HAVO en VWO. Je wordt automatisch bij het Altra College ingeschreven. Voorlichting over de gang van zaken op de school kun je krijgen via de coördinator van de afdeling.

## **Het doel van de behandeling**

Voor je start met de behandeling worden in een gesprek met jou, je ouders en iemand van het behandelteam de doelen voor de behandeling opgesteld. We schrijven op wat je wilt leren of kunnen aan het einde van de behandeling. Het verminderen van je klachten zal een belangrijk doel zijn, zodat de gevolgen van je klachten minder invloed op je leven hebben. Dat je bijvoorbeeld weer onderwijs volgt, je minder angstig en gespannen bent en je minder dingen vermijdt. We streven ernaar dat je tegen het einde van de behandeling weer redelijk kan functioneren op school en in je vrije tijd, met familieleden en met leeftijdsgenoten.

## **Het behandelplan**

Samen met jou en je ouders stelt de psycholoog die verantwoordelijk is voor de behandeling een voorlopig behandelcontract op. Daarin staat beschreven aan welke behandeldoelen je gaat werken. Zo snel mogelijk maken we een uitgebreid behandelplan met achtergrondinformatie over jou, je klachten en problemen en hoe we denken dat deze te behandelen zijn. Dit plan bespreken we met jou. Daarna wordt het ondertekend door jou en/of je ouders en de behandelverantwoordelijke. Het behandelplan is de leidraad in de behandeling.

## **Een dag op de dagbehandeling**

De dagbehandeling is open van 8.40 tot 15.30 uur. Elke jongere heeft een eigen rooster. Wanneer je het nog niet aan kunt om de hele dag mee te draaien, dan maken we een opbouwrooster, zodat je stap voor stap je dagritme weer op kunt bouwen. In de tijd dat je op de dagbehandeling bent heb je afwisselend behandeling en school. Vaste onderdelen op de behandelgroep zijn de dagopening, dagafsluiting en gezamenlijke lunch. Op de groep volg je een aantal groepstherapieën zoals exposure (oefenen met wat je eng vindt), sociale vaardigheidstraining, psycho-educatie en cognitieve therapie. Daarnaast kun je, als dat voor jou nodig is, ook individuele therapieën volgen zoals psychotherapie, creatieve therapie en psychomotorische therapie.

## **Hoe lang duurt het?**

We streven er naar de behandeling zo kort mogelijk te laten duren. In de evaluatie van het behandelplan kijken we tussentijds hoe lang de behandeling nog moet duren.

## **Wie werken er?**

Bij de behandeling zijn veel mensen betrokken. Naast de hoofdbehandelaar (psycholoog) werken er sociotherapeuten op de groep. Zij verzorgen een groot deel van het programma. Het meeste contact zal je met de sociotherapeuten hebben. Iedere jongere heeft een sociotherapeut als mentor. Verder bestaat het behandelteam uit een teamcoördinator, psychotherapeut of gedragstherapeut, psychiater, systeemtherapeut, creatieve- en muziektherapeut en een psychomotorische therapeut. Je zal niet met alle therapeuten te maken hebben. We kijken welke therapieën jij nodig hebt en melden je daarvoor aan.

## **Contact met ouders**

De systeemtherapeut en je mentor hebben regelmatig gesprekken met je ouders. Soms word je zelf ook uitgenodigd om bij deze gesprekken aanwezig te zijn. Eén keer per week hebben de sociotherapeuten of je mentor contact met je