

Hoe helpt de conventie eerstelijnspsychologische zorg jongeren met psychische noden?



4 december 2024

De Krook, Gent



Netwerk Geestelijke Gezondheid
Kinderen en Jongeren Oost-Vlaanderen



Wie zijn wij?



- Start 2021
- Federale overheid
- Uitrol door netwerken GGZ (het Pakt, Radar, ADS)
- Conventionering (zelfstandige) psychologen/orthopedagogen = terugbetaling mogelijk
- Psychologen en orthopedagogen stappen mee in visie rond
 - Eerstelijnszorg
 - Public Mental Health



We zijn niet alleen in de eerste lijn

- RTJ de tafels
- Tejo
- Overkop
- JAC
- CLB



Vroegdetectie en vroeginterventie

- De mediane aanvangsleeftijd van psychische stoornissen is 19 jaar.
- Dat betekent dat er meer stoornissen zijn die zich eerder vroeg dan later in de levensloop ontwikkelen.
- De inspanningen voor de preventie van psychische problemen moet zich dus in eerste instantie richten op kinderen en jongeren.
- Preventieve acties hebben de meeste impact bij jonge kinderen → bij voorkeur al tussen 6 en 12 jaar.

Colofon

Redactie: Prof. dr. Ronny Bruffaerts
Eindredactie: Filip Decruynaere, Lieve Dhaene, Gorik Kaesemans

D/2021/12067/1
ISBN: 9789491323386

©2021 Zorgnet-Icuro
Niets uit deze uitgave mag door elektronische of andere middelen
gereproduceerd en/of openbaar gemaakt worden zonder
voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Citeren als:
Bruffaerts, Ronny, 2021, *De mythes voorbij. Het Public Health
perspectief in de geestelijke gezondheidszorg*, Zorgnet-Icuro.

Zorgnet-Icuro vzw
Guilmardstraat 1
1040 Brussel
post@zorgneticuro.be
www.zorgneticuro.be

De mythes voorbij

Het public health perspectief
als leidraad bij hervormingen
in de geestelijke gezondheidszorg





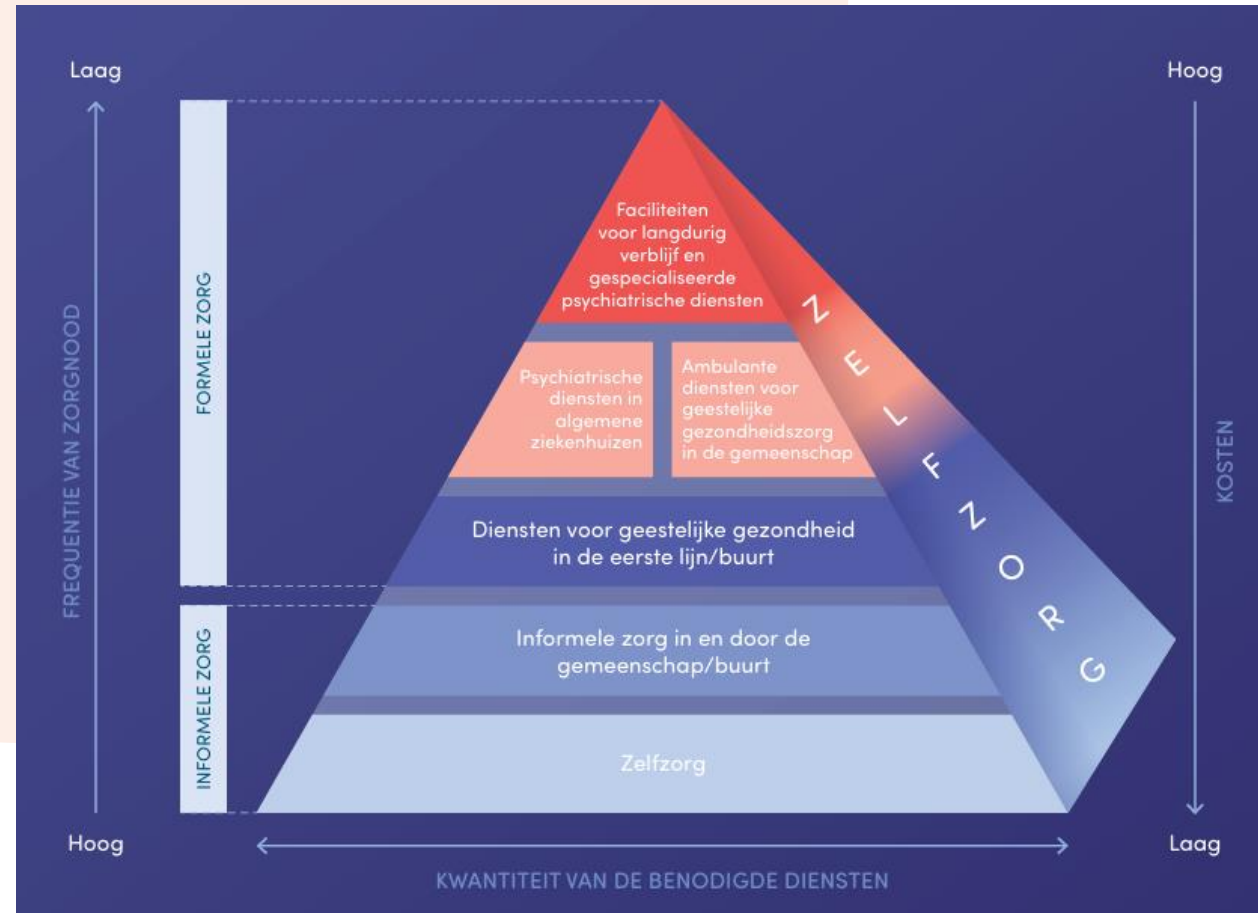
Unmet needs – kinderen en jongeren



- Slechts 31% van de jongeren met een vaak voorkomende en behandelbare stoornis op jaarbasis professioneel wordt behandeld.
- In Vlaanderen gaat het jaarlijks naar schatting om 69.000 jongeren die een psychische stoornis hebben maar niet worden behandeld
- In de GGZ, komt 9/10 wel bij de juiste behandeling terecht komt, maar veel te laat! Gemiddeld uitstel van 10-15 jaar



“unmet needs” in de eerste lijn



Visie conventie

Public Mental Health benadering

- Aanbod afstemmen op de epidemiologie van de bevolking
- Focus op vroeginterventie, kinderen en jongeren
- Verlagen unmet need/onbehandelde stoornissen (57 – 69%)
- Ambitie = daling unmet need + verkorting tijd tussen ontstaan PP en behandeling ervan
- Vindplaatsgericht
- Geïntegreerd in huidige GGZ-landschap

Voor wie?

Voor wie?

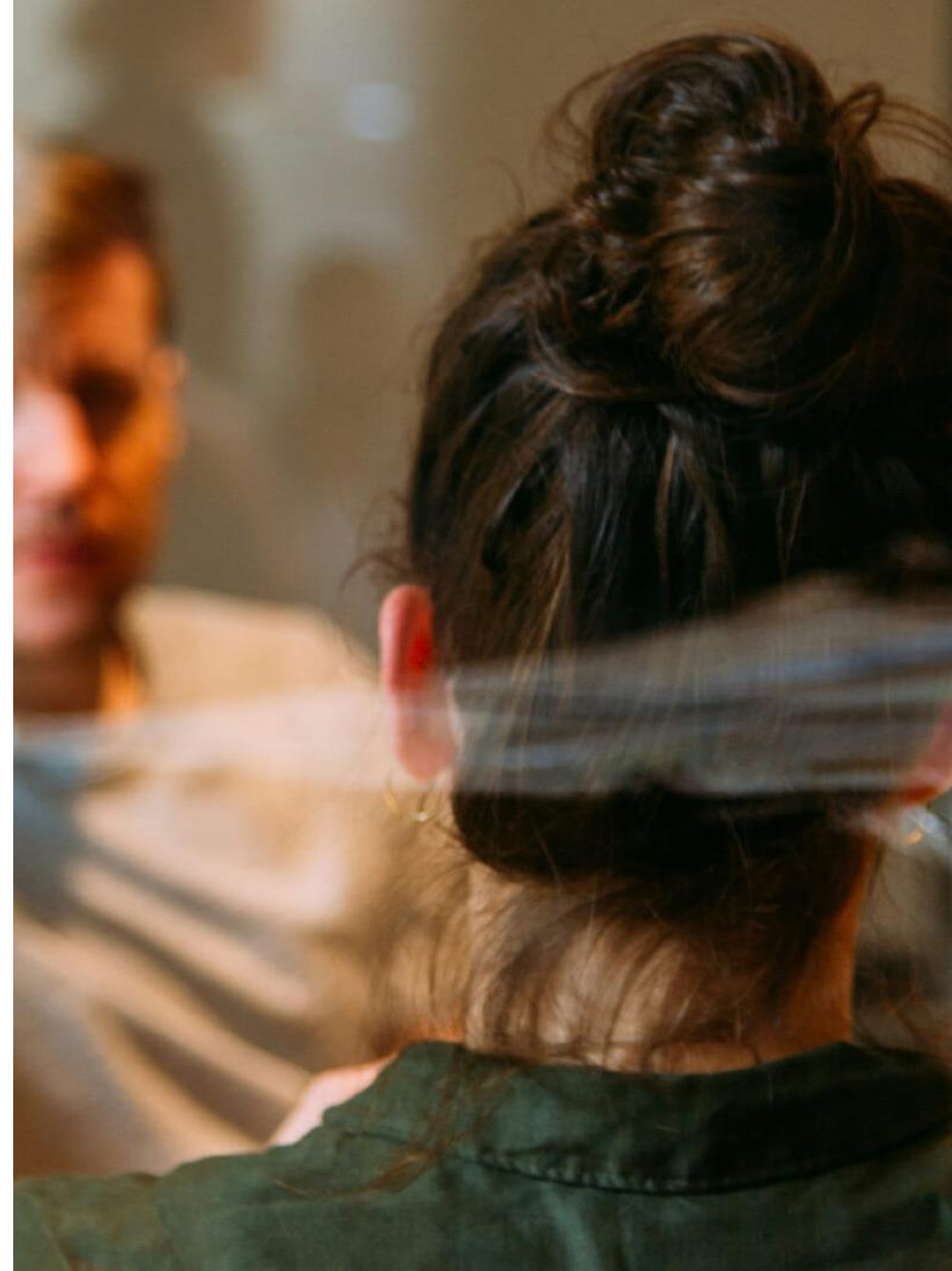
- Voor “alle burgers” met **lichte tot matig ernstige** psychische klachten en **in het bijzonder voor de meest kwetsbare burgers**

Hoe aanmelden?

- Geen verwijfsbrief nodig
- Rechtstreeks of via de huisarts/andere diensten
- Overzicht bestaand aanbod KP/KO Oost-Vlaanderen via www.psy-ovl.be

Terugbetaling

- Voor kinderen en jongeren tot en met 23 jaar: alles gratis vanaf 1 September
- Vanaf 24 jaar:
 - 4 euro (verhoogde tegemoetkoming)
 - 11 euro
 - 2,5 euro (groepssessie)
 - Eerste gesprek is gratis
- Psychotherapie = laagdrempeliger



Aanbod

1. Individuele
eerstelijnsbehandeling
2. Groepssessies
3. Gemeenschapsgerichte
groeps- interventies



Gemeenschapsgerichte groepsinterventies

- In CLB's aan klassen:
 - Boostcamp – emotieregulatie bevorderen

BOOST CAMP is een preventief en klassikaal groepsaanbod gericht op het verbeteren van emotieregulatie-vaardigheden bij kinderen en jonge pubers tussen 10 en 14 jaar.

Het programma is gebaseerd op het Adaptive Coping with Emotions Model (ACE model, Berking 2010). In een reeks van 4 sessies van 3 uur leren kinderen en jongeren hun gevoelens kennen en krijgen ze de nodige vaardigheden aangeleerd om er mee om te gaan. Ze leren verschillende vaardigheden uit de BOOST CAMP cirkel zoals ontspannen, beleven, aanvaarden, supporteren voor jezelf, analyseren en reguleren.

- “Down go up” – polyvagaaltheorie

INFOSESSIES VOOR JONGE OUDERS

De sessies starten telkens om 19u30 en eindigen om 21u. Je kan je inschrijven voor 1 of meerdere sessies.

- **Leren omgaan met stress**

Woensdag 20/03 in Deinze - 19u30
Woensdag 27/03 in Zulte - 19u30

- **Slaap bij het jonge kind (0-3j)**

Donderdag 25/04 in Deinze - 19u30
Donderdag 02/05 in Zulte - 19u30

- **Verbindend ouderschap**

Dinsdag 28/05 in Deinze - 19u30
Donderdag 06/06 in Zulte - 19u30

Meer info over de inhoud van deze sessies kan je terugvinden op de achterkant van deze flyer



Locatie Deinze: Huis Van Het Kind -
Mouterijdreef 22

Locatie Zulte: Zaal Sint-Pieterpark -
Sint-Pieterstraat 9

Deelnemen is gratis



Inschrijven verplicht

Deze infosessies hebben als doel om handvaten te geven om het psychisch welzijn van jou en je kinderen te verbeteren. De lezingen worden gegeven door erkende psychologen en orthopedagogen met expertise in deze thema's.



Blijf er niet alleen mee zitten.



Leren omgaan met stress

Door Siska Wauters (psycholoog), Branko Vermote (psycholoog) en Julie Vandeweghe (psycholoog)

Stress ervaren met jonge kinderen is normaal. Kinderen opvoeden vraagt veel energie en soms wordt het je af en toe allemaal even te veel. Op deze avond leer je aan de hand van tips terug tot rust te komen. Je leert stress beter begrijpen door stresssignalen sneller te herkennen. Samen leren we stress aan te pakken door stil te staan bij verschillende manieren die ons hierin kunnen ondersteunen. Tot slot zoomen we nog even in op het herstellen van stress.

Slaap bij het jonge kind (0-3j)

Door Anoeek D'Hoop (psycholoog en slaapcoach) en Lien Delamillieure (orthopedagoog en slaapcoach)

Slaap is alles. Vaak beseffen mensen dit pas als ze aan levende lijve ondervinden wat het is om een slaapttekort te ervaren. Het ouderschap brengt vaak, al dan niet tijdelijk, een slaapttekort met zich mee. Met deze lezing biedt SHIFT slaapadvies aan voor ouders met jonge kinderen. Want er is altijd iets dat je kan doen. Een aanpassing in je slaapomgeving, je slaaroutine of in je eigen mindset. We kijken breed waardoor onze expertise niet alleen nuttig kan zijn voor slaapproblemen maar ook wanneer je een goede en gezonde slaapbasis wil installeren voor je kind.

Verbindend ouderschap

Door Delphine Van Lierde en Iris Vollon (kinderpsychologen)

In deze avond over verbindend ouderschap hebben we het over de essentiële aspecten van het ouderschap die helpen bij het creëren van sterke banden tussen ouders en kinderen. We bespreken hoe je de ontwikkeling van je kind kan ondersteunen en vergeten daarbij de uitdagingen niet waarmee jonge ouders worden geconfronteerd. Van het omgaan met driftbuien en heftige emoties, tot verlatingsangst en zindelijkheid.

Onze lezing biedt praktische inzichten en tips om ouders te helpen bij het navigeren door de complexiteit van het ouderschap, terwijl ze een ondersteunende en liefdevolle omgeving voor hun kinderen creëren.



Blijf er niet alleen mee zitten.



Aanbod

1. Individuele eerstelijnsbehandeling
2. Groepssessies
3. Gemeenschapsgerichte groepsinterventies
4. Ondersteunen van eerstelijnswerkers



Over naar Julie!



Groepstrainingen bij kinderen, jongeren en ouders

Julie Van De Weghe
Klinisch Psycholoog

De kracht van groepen

- Praktisch/maatschappelijk:
 - Kosteneffectief
 - Meer kinderen/jongeren op kortere tijd kunnen bereiken
 - Wachlijsten verlagen
 - Public Mental Health Visie
 - Kwaliteitsvol aanbod
- Inhoudelijk:
 - Erkenning/herkenning bij elkaar
 - Kracht van normaliseren en psycho-educatie in groep
 - Leren en motiveren van elkaar
 - Taal en beleving van de kinderen/jongeren
 - Bespreken en oefenen in veilige omgeving
 - Kinderen/jongeren zien in groep vs. Individueel (ander beeld/minder sociaal wenselijk)
 - Gebruik maken van groepsdynamiek
 - Klinisch effectief: minstens even goed dan individuele therapie

Obstakels bij groepen

- Minder op maat, minder persoonlijk
- Weerstand of drempel(s) voor cliënten
- Verantwoordelijkheid bij cliënt en context i.v.m. generalisatie
- Drop out van deelnemers
- Voor groepstrainers: praktische organisatie en werken met groepsdynamiek

Groepen: voor wie, en via wie?

- Kinderen
- Jongeren
- Ouders

→ Afhankelijk van de hulpvraag

- Scholen
- CLB
- Brugfiguren
- Huisartsen
- Andere eerstelijnsverleners: overkop, JAC, wijkwerkers, collega's KP/KO,...

Groepen: hoe?

Voor de start:

- Individueel intake- of kennismakingsgesprek
- Belang van match tussen hulpvraag en aanbod
- Checken van motivatie en verwachtingen
- Drempels of obstakels helpen opheffen

Tijdens de groep:

- Belang van veilige sfeer
- Groepsafspraken en groepsgeheim
- Inhoud: afwisseling theorie en oefeningen
- Oefeningen: spelvorm, gedragsoefeningen, kringgesprekken, stellingen,...

Na afloop:

- Individueel evaluatiegesprek

Groepen: waarover en doel?

- Klachtspecifiek bv. stress, (faal)angst, piekeren, sociale problemen...
- Transdiagnostisch bv. zelfbeeld, perfectionisme, emotieregulatie, assertiviteit...
- Psycho-educatie: doel is inzicht bevorderen over een klacht of een thema
- Vaardigheidstrainingen: doel is versterken van copingvaardigheden
- Vanuit verschillende invalshoeken mogelijk

Assertiviteitstraining voor kinderen van 9 tot 12 jaar

Kom maar op,
ik ben top!



Groepstraining voor kinderen die...

- Op een zelfverzekerde manier voor zichzelf willen leren opkomen
- Op een positieve manier willen leren denken en handelen in contact met leeftijdsgenoten
- Weerbaar willen reageren in sociale situaties alsook op sociale media

Werkwijze

- Groep van min. 4 en max. 9 kinderen
- Informatieve bijeenkomst voor ouders bij de start van de training
- Tijdens de sessies wordt theorie afgewisseld met rollenspellen en speelse opdrachten
- Gebruik makend van een onderzocht en onderbouwd programma
- Gegeven door klinisch psychologen met ervaring in het leiden van groepssessies

Praktisch

De training gaat door op volgende dinsdagen van 16u30 tot 18u:

- 20 & 27 februari
- 5, 12, 19 & 26 maart
- 16, 23 & 30 april en 14 mei

De ouderbijeenkomst gaat door op dinsdagavond 20 februari van 19u30 tot 21u.

De training & ouderbijeenkomst gaan door in VZW de Pastory, Louis Schuermanstraat 1 te Sint-Amendsberg

Kosten

De training is gratis, en wordt vergoed vanuit de eerstelijns psychologische conventie

Informatie en inschrijven

Voor vragen of info kan je contact opnemen met Julie Van De Weghe of Vanessa Beetens. Middels een kennismakingsgesprek bekijken we samen of deze training passend is voor uw kind.

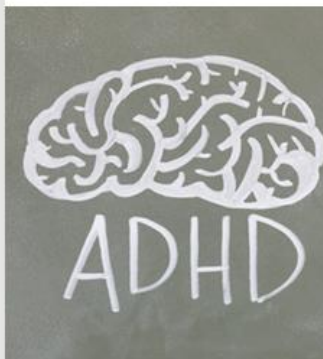
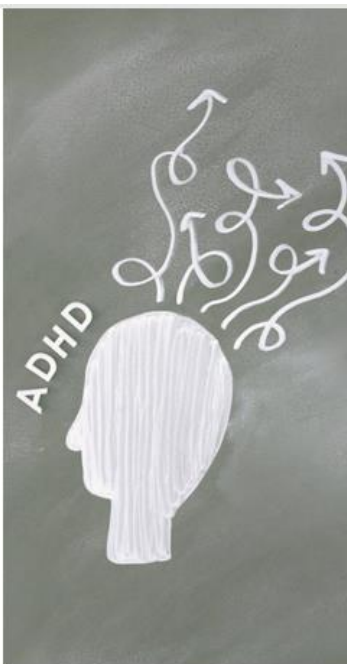
- Julie: psyjulie.gent@gmail.com
0474.56.11.14
- Vanessa: beetensvanessa@gmail.com

OUDERTRAINING: ADHD, HELP JE MEE?

Deze training richt zich naar ouders die een kind hebben met ADHD, in de leeftijdscategorie van 5 tot 12 jaar.

Inhoud

De training bestaat uit 7 bijeenkomsten waarin volgende zaken aan bod komen: informatie over ADHD, bevorderen van een positieve relatie met je kind, tools om je opvoedingsaanpak af te stemmen op het kind met ADHD.



Info

Data: 16/9, 23/9, 7/10, 21/10, 4/11, 18/11, 9/12 telkens van 19u15 tot 21u

Kostprijs: Gratis

Locatie: Campo Santo,

Antwerpsesteenweg 418

9040 Sint-Amendsberg

Interesse? Stuur een mailtje naar psyjulie.gent@gmail.com en psycholoogbabette@gmail.com

Emotieregulatietraining (EuREKA) voor kinderen uit het 5de, 6de leerjaar en 1ste middelbaar

Gevoelens zoals verdriet, angst, boosheid horen bij het leven. Wanneer je deze gevoelens vaak en intens ervaart, kan het zijn dat ze je belemmeren in je dagelijkse leven op school, thuis, tijdens hobby's en/of in de omgang met anderen

De EuREKA training is een groepstraining voor kinderen die

- moeite hebben om met gevoelens zoals boosheid, angst en/of verdriet om te gaan
- zich soms overspoeld voelen door vervelende gevoelens
- willen leren wat gevoelens zijn, waarom ze nodig zijn en hoe je er op een helpende manier mee kan omgaan

Werkwijze:

- 8-delige reeks
- een veilig en vast groepje van min. 5 en max. 8 kinderen uit het 5de, 6de leerjaar of 1ste middelbaar
- tijdens de sessies wordt theorie afgewisseld met speelse oefeningen en opdrachten
- informatieve ouderavond bij de start van de training
- een wetenschappelijk onderbouwd programma

TRAINING
maandagen
9, 16 & 23 sept
7, 14 en 21 okt
4 nov & dinsdag 12 nov
16u30-18u

OUDERBIJENKOMST
maandag 9 september
19u30-21u

Informatie en inschrijven

Voor vragen en info neem je contact op met:

Dominique De Schampelaere:
psydds@camposanto.be
of
Julie Van De Weghe: 0474/56 11 14
psyjulie.gent@gmail.com



Locatie: Centrum voor Gezondheid en Welzijn Campo Santo
Antwerpsesteenweg 418, 9040 Sint-Amendsberg

Kosten: Deze training is gratis, en wordt vergoed vanuit de eerstelijns psychologische conventie



Groepen: wanneer?

- Als eerste (en enige) traject!!!
- Als voortraject voor individuele therapie
- Als natraject na individuele therapie

Drempels bij kinderen, jongeren en/of ouders

Vaak voorkomende drempels of vooroordelen

- "Deelnemen aan een groep zal mijn probleem niet oplossen"
- "Wat kan ik leren van anderen die ook problemen hebben?"
- "Ik wil liever op maat en individueel behandeld worden"
- "Ik wil mijn problemen niet met anderen bespreken"
- "Ik heb geen zin om problemen van anderen aan te horen"
- "Wat als ik iemand ken van mijn school of vanuit een hobby?"
- "Ik ga niemand kennen en ik vind dat eng"
- "Ik heb geen interesse in een groep"
- "Ik vind het eng om iets in een groep te zeggen"
- "Ik wil snel geholpen worden en een groepstraining lijkt me trager en vind ik tijdverspilling"
- "Ik wil dat mijn kind individuele gesprekken en hulp op maat krijgt i.p.v. een groep te volgen"
- "Dat gaat raar en schaamtelijk zijn"

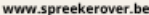
Omgaan met weerstand

- Ga na wat er onder de weerstand zit
- Vaak gevolg van angst, vermijding, onwetendheid, onvoorspelbaarheid,...
- Belang van realistische voorlichting, duidelijke verwachtingen en goede uitleg

Omgaan met weerstand - tips

- Vraag door
- Informeer je over doel, verwachting, inhoud van de training
- Overleg met de groepstrainer
- Achterhaal wat het kind/jongere/ouder nodig heeft om drempels te overwinnen
- Motiveer

Voor wie zich nog wat meer wil verdiepen...



Vormingsaanbod

psychologische zorg in de eerste lijn
vanuit de Federale Overheid

Wens jij ook jouw competenties als klinisch psycholoog of orthopedagoog te versterken?

Webinars en oefendagen rond 17 boeiende thema's

Elk thema is als volgt opgebouwd:

- zelfstudie: achtergrondliteratuur (45 min)
- 2 of 3 webinars (90 min)
- oefeningen en toepassingen (30 min)
- workshop (live of online - 3u15min)

Kracht van ELP	Werken met Kwetsbare Groepen	Extra Uitdagingen
• Basis Casusconceptualisatie • Werken met context • Multidisciplinariteit • Indicatiestelling & Shared decision making • Psycho-educatie • Groepsinterventies • Visie Public Mental Health & ELP Competenties	• Long covid • Perinatale context • Ouderen • Gedetineerden • Mensen met buitenlandse afkomst & vluchtelingen • Mensen in kansarmoede • Jongeren en jongvolwassenen in transitieleeftijd	• Zelfzorg voor de ELP'er • Blended ELP: online consultaties en apps • Werken met ervaringsdeskundigen

Meer informatie of inschrijven voor deze gratis vormen kan via www.elp-academie.be/conventie of scan de QR-code.

info@elp-academie.be

