

Psychotherapeuten Team Bussum

overheidsgerestreeerde psychotherapeuten
voor kinderen, jongeren en volwassenen



SAMEN WERKT BETER

Een toelichting op onze praktijk

Psychotherapie met kinderen en jongeren

Kapelstraat 21B
1404 HV Bussum
035 - 691 9389

VIER UITGANGSPUNTEN

Onderstaande uitgangspunten vormen de basis van de manier waarop wij werken met volwassenen, jongeren, en kinderen.

Ontwikkeling

Iedereen heeft mogelijkheden om zichzelf te ontwikkelen door over zichzelf na te denken, zich bewust te worden van zijn gevoelens en gedachten en deze met anderen te delen. De ontwikkelingsmogelijkheden zijn groter naarmate iemand zich veiliger voelt met zichzelf en anderen.

Verbondenheid en jezelf zijn

Twee belangrijke behoeften van mensen zijn:

- zichzelf te kunnen zijn, de eigen mogelijkheden en voorkeuren te benutten
- gewaardeerd te worden door anderen en zich te verbinden met anderen

Er is dus vaak innerlijke spanning rond de mate waarin je rekening houdt met een ander. Verbondenheid kan onvrij maken. Verbondenheid kan ook persoonlijke vrijheid bevorderen.

Gedeelde smart is halve smart

Verlichting van menselijke nood wordt gevoeld in het contact met de ander. Het leven is vaak moeilijk en lang niet alles is oplosbaar. Ziekte, verlies en spanningen treffen ons en onze naasten allemaal. In contact met anderen kunnen deze ervaringen dragelijk blijven of worden.

De jeugd is vormend

Ons gevoelsleven, hoe wij naar onszelf, anderen en de omgeving kijken, hoe wij ons zelf en anderen verstaan, ons denken en ons gedrag zijn voor een belangrijk deel gevormd door de wisselwerking tussen opvoeders, omstandigheden en aanleg. De basis voor een gevoel van veiligheid wordt gelegd in de jeugd en is van groot belang voor een optimale ontwikkeling van de persoon. In de jeugd beleefde onveiligheid kan gelukkig (deels) worden hersteld in de volwassenheid.

CLIËNTGERICHTE PSYCHOTHERAPIE

Cliëntgerichte psychotherapie richt zich op de persoon en niet op het symptoom of de klacht. Cliëntgerichte psychotherapie helpt de cliënt emoties, gedachten en gedrag een plaats te geven en/of te verwerken in een doorleefde samenhang met de eigen situatie en

geschiedenis. Symptomen verdwijnen of verminderen, men leert zichzelf kennen, de eigen mogelijkheden benutten en omgaan met beperkingen. Cliëntgerichte psychotherapie is effectief voor volwassenen, ouderen, kinderen en jongeren.

PSYCHOTHERAPIE MET KINDEREN EN JONGEREN

ALGEMEEN

Er zijn drie factoren waardoor kinder- en jeugdpsychotherapie een specifieke vorm van psychotherapie is.

- Kinderen en jongeren groeien. Zij zijn nog in ieder opzicht in ontwikkeling. Deze ontwikkeling verloopt in fases. Iedere fase kent eigen ontwikkelingstaken die wisselende eisen stellen aan het kind en aan de omgeving.
- Kinderen en jongeren zijn afhankelijk van volwassenen. Volwassenen geven in hun wijze van samenzijn en opvoeding hun mensvisie en hun normen en waarden door aan het kind.
- De ontwikkeling van kinderen en jongeren vindt plaats binnen de context van gezin, school, vriendschappen en vrijetijdsbesteding. De voortdurende wisselwerking tussen kind, aanleg en omgeving bepaalt de ontwikkeling van elk kind.

Goede keus

Tal van factoren kunnen de ontwikkeling remmen of verstoren. Hierdoor kunnen klachten en problemen ontstaan.

Aanleidingen om bij ons te komen kunnen verschillend zijn:

- onvrede
- onzekerheid
- somberheid
- slaapproblemen
- concentratieproblemen
- angst
- zindelijkheidsproblemen
- scheiding van ouders
- moeilijkheden in de omgang met leeftijdgenoten
- moeilijkheden in de omgang met volwassenen
- moeilijkheden in het omgaan met ziekte, verlies of rouw
- eetproblemen
- onverwerkte traumatische gebeurtenissen

- gedragsproblemen thuis of op school
- adoptie- en pleegzorgproblemen

Doelen

Het doel van kinder- en jeugdpsychotherapie is het opheffen of verminderen van blokkades en het stimuleren van herstel van ontwikkelingsmogelijkheden. Om dit doel te bereiken zal de kinder- en jeugdpsychotherapeut ook contact willen onderhouden met ouders en andere volwassenen die verantwoordelijk zijn voor het kind, zoals leerkrachten. De mogelijkheden en grenzen van de doelen worden bepaald door de mogelijkheden en wensen van de jeugdige cliënt, zijn omgeving en de therapeut.

WERKWIJZE

De eerste gesprekken

Afhankelijk van de leeftijd van het kind wordt eerst een afspraak met het kind of met de ouders gemaakt. In drie tot vijf afspraken worden door middel van gesprek en vaak spel de problemen in kaart gebracht. We stellen vragen over onder andere de volgende gebieden:

- hoe is het gezin?
- hoe is de ontwikkeling van het kind tot nu toe geweest?
- hoe is de wisselwerking tussen het kind en zijn omgeving?
- zijn er ingrijpende gebeurtenissen voor het kind en/of het gezin geweest?
- hoe gaat het op school en in de vrije tijd?

Zo onderzoeken we met elkaar de probleemgebieden, de mogelijke oorzaken en mogelijkheden voor herstel.

- zijn er opvoedingsproblemen waardoor de ontwikkeling wordt geremd?
- zijn de problemen een reactie op belastende omstandigheden of gebeurtenissen?
- zijn er problemen in contacten met anderen?
- zijn de problemen een gevolg van innerlijke remmingen, angsten of conflicten?
- zijn de problemen een gevolg van aanlegfactoren?
- of is er sprake van een combinatie van verschillende factoren?

De eerste gesprekken worden afgerond met een therapieplan.

De psychotherapie

Afhankelijk van de aard van de problemen zal de werkwijze in de therapie gericht zijn op het kind (speltherapie of gesprekstherapie) en/of op ondersteuning van de ouders bij de opvoeding (ouderbegeleiding) en/of op het gezin (gezinstherapie). Bij kinderen in de basisschoolleeftijd gaat (spel-)therapie altijd samen met ouderbegeleiding. In de ouderbegeleiding komen de ontwikkeling van het kind, opvoedingsvragen en het ouderschap aan bod. Oudere kinderen en adolescenten hebben een belangrijke stem in het wel of niet betrekken van de ouders bij de therapie.

De basis voor psychotherapie is een vertrouwensrelatie tussen de jeugdige cliënt en therapeut.

Het materiaal in de spelkamer is er om spelenderwijs de ontwikkeling van de belevingswereld van het kind te stimuleren. De cliëntgerichte benadering vormt de basis van het werk. Bij kinderen en jeugd maken we tevens gebruik van beeldcommunicatie (een vorm van speltherapie), cognitieve therapie, EMDR, psychodynamische ontwikkelingstheorieën en theorieën over interactiepatronen tussen mensen.

Informatie aan derden

Wij vragen schriftelijke toestemming om kort huisarts of verwijzer te berichten met welke klachten of problemen u en/of uw kind komt en of er therapie zal volgen en om bij afsluiting een kort bericht te sturen over het bereikte resultaat van de psychotherapie. Bij kinderen op de basisschool vragen wij toestemming aan ouders om contact op te nemen met de leerkracht.

Setting

We geven individuele psychotherapie, ouderbegeleiding en/of gezinstherapie. Bij jonge kinderen is er altijd ouderbegeleiding, meestal door de therapeut van het kind.

Frequentie

Individuele therapie vindt meestal eenmaal per week plaats. Ouderbegeleidingsgesprekken zijn meestal eens in de zes weken. In overleg kan de frequentie gewijzigd worden.

Afsluiting en duur

Er is geen vastgestelde limiet aan het aantal gesprekken of aan de duur van psychotherapie. Ideeën hierover kunnen al doende wijzigen. Een psychotherapie kan sneller gaan dan aanvankelijk verwacht, en ook

aanzienlijk langer duren. Deze verschillen zijn het gevolg van allerlei factoren, zoals de ernst en ontstaansgeschiedenis van de problemen, wind in de rug of tegenwind en de mogelijkheden en beperkingen die er zijn.

Beëindiging van de psychotherapie gebeurt in samenspraak.

Het is belangrijk dat zowel kind als ouders de wens om te stoppen met hun psychotherapeut bespreken.

Meestal heeft het besluit om te stoppen een vanzelfsprekend verloop. Er is weer ontwikkeling, het gaat goed of beter, en men heeft het gevoel voldoende mogelijkheden te hebben om zonder psychotherapie verder te gaan.

VERWACHTINGEN

Kinder- en jeugdpsychotherapie is een vorm van intensieve samenwerking tussen kind, ouders en therapeut. Hoewel het een deel van ons vak is om 'tussen de regels door te lezen' en te begrijpen wat niet, of nog niet gezegd kan worden, weten wij nooit écht meer dan wat ons verteld en getoond wordt.

U / jij kunt van ons verwachten:

- dat wij deskundig zijn, d.w.z. kennis, ervaring en een houding van aandacht, betrokkenheid en acceptatie hebben
- dat wij een betrokken deskundige afstand-nabijheid in het contact bewaken
- dat wij zorgen voor een aangename spreekkamer en sfeer
- dat wij u bijna altijd het gespreksonderwerp laten bepalen
- dat wij met u uw gevoelens en gedachten onderzoeken en u hierbij uitnodigen, aanmoedigen, steunen en confronteren
- dat wij samen met u zoeken naar een evenwicht tussen veiligheid en confrontatie
- dat er een goede afstemming is met mogelijke andere deskundigen rond het kind
- dat wij uw privacy beschermen conform de beroepsethiek
- dat wij betrouwbaar zijn in onze afspraken
- dat wij ons beroepsmatig en persoonlijk blijven ontwikkelen

Van ouders verwachten wij:

- dat u, naarmate er een vertrouwensband met de psychotherapeut ontstaat, bereid bent open te zijn over uw ouderschap, uw gezin, uw wijze van opvoeden en alles dat voor het kind van belang kan zijn
- dat u bereid bent deel te nemen aan ouderbegeleiding als dat aan de orde is en op gemaakte afspraken komt
- dat u uw kind vertelt waar hulp voor wordt gezocht
- dat uw jongere kind op tijd op de gemaakte afspraken komt
- dat u ons betaalt of ons toestemming geeft bij uw verzekering te declareren

Van jongeren verwachten wij:

- dat je voldoende motivatie hebt om op afspraken te komen
- dat je afspraken met de psychotherapeut zelf regelt

PRAKTISCHE INFORMATIE

Aanmelding bij ons gaat telefonisch. Meestal is er sprake van een wachttijd. Als u aan de beurt bent wordt u gebeld door uw psychotherapeut om een eerste afspraak met u te maken.

Met alle zorgverzekeraars hebben we een contract waarmee de kosten van psychotherapie via de basisverzekering vergoed worden.

De kosten van een psychotherapie worden bepaald aan de hand van een zogenaamde DBC, een Diagnose Behandeling Combinatie. Wij registreren alle activiteiten die in het kader van intake en psychotherapie verricht worden. In combinatie met de diagnostische categorie waarin de klachten of problemen vallen ontstaat de DBC.

Als de psychotherapie beëindigd is, of na een jaar, wordt de DBC afgesloten en gedeclareerd bij uw verzekering.

Bij een psychotherapie die langer duurt dan een jaar wordt er, na de afsluiting, een nieuwe DBC geopend. Er is wat betreft vergoeding geen limiet gesteld aan frequentie en duur van psychotherapie. Om gebruik te kunnen maken van deze vergoeding zijn er twee voorwaarden:

- verwijzing voor psychotherapie voor u of voor uw kind van uw huisarts of behandelend specialist

- u stemt ermee in dat de naam van uw DBC waarin wij verplicht zijn aanmeldingsklachten onder te brengen wordt doorgegeven aan uw verzekering.

De namen die hiervoor worden gebruikt zijn:

- Diagnostiek/geen behandeling
- Behandeling Kort
- Aandachtstekort- en gedragsstoornissen
- Pervasieve stoornissen
- Overige stoornissen in de kindertijd
- Depressieve stoornissen
- Angststoornissen
- Aanpassingsstoornissen
- Andere aandoeningen en problemen die een reden voor zorg kunnen zijn
- Restgroep diagnoses
- Persoonlijkheidsstoornissen

U kunt aan uw psychotherapeut vragen welke categorie bij u gebruikt wordt.

Mocht u bezwaar hebben tegen één van de bovenstaande voorwaarden dan kunt u uw psychotherapie zelf betalen met de vermelding 'gesprekstherapie' op uw factuur. Uw verzekering zal deze factuur niet vergoeden.

Ons team

Psychotherapeuten Team Bussum is een maatschap van zeven vrijgevestigde psychotherapeuten. Het werd opgericht in 1982 en heeft zich een belangrijke plaats verworven binnen de tweedelijns GGZ in de regio.

De leden van de maatschap zijn:

Mede oprichter, dus vanaf 1982:

mevrouw C.S. Muller-Bauer, psycholoog, psychotherapeut voor volwassenen en ouderen, gezondheidszorgpsycholoog en klinisch psycholoog.

Vanaf 1983:

de heer C.A. Schöffner, psycholoog, psychotherapeut voor volwassenen en ouderen, gezondheidszorgpsycholoog en klinisch psycholoog

Vanaf 1996:

mevrouw N.H. Everard-Hinse, orthopedagoog, psychotherapeut voor kinderen en jongeren, gezondheidszorgpsycholoog en klinisch psycholoog

Vanaf 2003:

mevrouw J. Goederee, psycholoog, psychotherapeut voor volwassenen, gezondheidszorgpsycholoog en klinisch psycholoog

Vanaf 2006:

mevrouw G.E. Gerlagh, orthopedagoog,
psychotherapeut voor kinderen en jongeren, en
gezondheidszorgpsycholoog

Vanaf 2009:

mevrouw L.C. Klein-Vuijst, orthopedagoog,
psychotherapeut voor kinderen en jongeren,
gezondheidszorgpsycholoog en klinisch psycholoog

Vanaf 2010:

mevrouw L.M. Gijzen, psycholoog, psychotherapeut voor
volwassenen en ouderen, gezondheidszorgpsycholoog en
klinisch psycholoog

Er zijn ook twee consultants aan ons team verbonden:

Vanaf 1982:

de heer dr. H.P. Muller, internist-haematoloog

Vanaf 1995:

de heer P.J. Hanneman, psychiater

Als freelance medewerker aan ons team verbonden:

Vanaf 2011:

mevrouw S.L. Taminiau - van der Horst, psycholoog,
psychotherapeut voor adolescenten en volwassenen

KWALITEIT

De psychotherapeuten van ons team zijn ingeschreven in het register “Beroepen voor Individuele Gezondheidszorg” (BIG register) als psychotherapeut, als klinisch psycholoog en als gezondheidszorgpsycholoog. Registratie en herregistratie in dit register gebeurt op grond van opleiding, ervaring en nascholingsseisen.

We zijn gebonden aan de regels vastgelegd in de WGBO, de Wet op Geneeskundige Behandelovereenkomst.

We zijn lid van de Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (de NVP) en onderschrijven de beroepsethiek en beroepscode van deze vereniging.

We zijn lid van de Nederlandse Vereniging van Vrijgevestigde Psychotherapeuten (NVVP). We zijn hierdoor gehouden aan de kwaliteitscriteria voor beroepsuitoefening van de NVVP. Alle psychotherapeuten van ons team hebben deelgenomen aan het visitatietraject van de NVVP en voldoen aan deze criteria.

Nadere informatie over het bovenstaande kunt u vinden op de volgende websites:

- NVVP, www.nvvp.nl
- NVP, www.psychotherapie.nl
- WGBO, www.minvws.nl
- BIG-register, www.ribiz.nl

Lidmaatschappen van specialistische verenigingen:

- Vereniging voor Cliëntgerichte Psychotherapie, VCgP, www.vcgp.nl
- Vereniging voor Kinder en Jeugdpsychotherapie, VKJP, www.vkjp.nl
- De Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie, NVRG, www.nvrg.nl

SAMEN

We hebben een hechte samenwerking. We doen veel samen en er is regelmatig overleg. Daarnaast zijn er contacten met externe collegae, huisartsen, ziekenhuizen, scholen en andere relevante instellingen. In en buiten de psychotherapie maken we ons sterk voor **samen werkt beter**.