

Wij staan op voor jou!

Met behandelingen waarmee
jij jezelf kan ontwikkelen



Jij weet zelf het beste wat je nodig hebt om je happy te voelen. Maar soms kan je wel eens een steuntje in de rug gebruiken. Wij zijn graag dat steuntje voor je. Zo kunnen wij je helpen met begeleiding en ondersteuning. Hiervoor hebben we verschillende behandelingen in huis. Het is maar net wat jij nodig hebt om je verder te ontwikkelen. Liefst zo zelfstandig en prettig mogelijk natuurlijk!

Een greep uit onze steuntjes in de rug

Ervoor zorgen dat jij het beste in jezelf naar boven haalt: daar staan wij voor op. Hiervoor bieden we verschillende vormen van behandeling. Hiermee gaan we samen met jou kijken naar wie je bent en waar je goed in bent. Op deze manier leer je jezelf beter kennen en tevreden te zijn met jezelf. Ook leer je op een andere manier te denken of te doen in lastige situaties.



Psychomotorische therapie

Bij psychomotorische therapie ga jij samen met de psychomotorisch therapeut aan de slag met het uitvoeren van lichamelijke activiteiten, oefeningen en opdrachten. Je leert bijvoorbeeld beter je lichamelijke spanningen en lichaamshouding kennen. Ook zal je ontdekken waar je gevoel vandaan komt in bepaalde situaties. En hoe je daar dan het beste mee om kunt gaan.



Cognitieve gedragstherapie

Cognitieve gedragstherapie is een behandeling waarbij we het gaan hebben over denken en doen. Je leert bijvoorbeeld anders te denken over jezelf of over andere mensen in jouw omgeving. Zo ontdek je bijvoorbeeld dat hoe iemand doet veel zegt over hoe iemand zich voelt. Bij behandeling oefenen we samen hoe jij met lastige situaties om kan gaan.



Psycho-educatie

In deze behandeling brengen we met een werkboek je mooie kanten en je valkuilen in beeld. Je komt erachter waar je goed in bent en wat je lastiger vindt. Je leert jezelf dus beter kennen. Zo ga je nadenken over jezelf maar ook over over jezelf praten. Zeker weten dat je een positieve ontwikkeling gaat meemaken.



Intensieve ambulante gezinsbehandeling

Deze behandeling doen we met je het hele gezin samen. Onze behandelaar komt bij jullie thuis en helpt jullie zoeken naar mogelijkheden om zelf de problemen op te lossen.

We werken in deze behandeling met een werkboek waarin we je mooie kanten en je valkuilen in beeld brengen. Je komt erachter waar je goed in bent en wat je lastiger vindt. Je leert jezelf dus beter kennen.

Kijk voor meer informatie over onze behandelingen en andere ontwikkelingsgerichte zorg op www.zgdestellingwerven.nl

Extra informatie voor verwijzers

Zorggroep De Stellingwerven staat voor **samen sterk** in begeleiding aan jeugd met een licht verstandelijke beperking en/of psychische en/of psychiatrische problematiek.

- We zijn in heel Zuid-Oost Friesland **altijd dichtbij** met maatwerk
- Onze zorgprofessionals bieden kwalitatief hoogwaardige **ontwikkelingsgerichte zorg**
- Wij hebben **geen wachtlijsten**: we kunnen uw cliënt meteen verder helpen

Wilt u een cliënt aanmelden of heeft u een vraag waarmee we u verder kunnen helpen? Neem contact met ons op via 0561 475 535.

