**Cursus voor naastbetrokkenen**

**Psychische problemen in de familie**

Bij voldoende belangstelling organiseert Lentis Preventie in opdracht van de Gemeente Westerkwartier, de cursus ***Psychische problemen in de familie.*** De cursus is bedoeld voor naastbetrokkenen van mensen met psychische problematiek.

# Inhoud cursus

De deelnemers krijgen informatie over ziektebeelden en leren om te gaan met het gedrag van hun familielid of partner. Veel naastbetrokkenen voelen zich machteloos in het contact met degene met psychiatrische problematiek. Iedereen die dit meemaakt kan meepraten over de overbelasting, angst, soms ook conflicten en eenzaamheid die dit met zich meebrengt:

***“wat ik ook doe, ik lijk het nooit goed te doen: meegaan, er tegenin gaan, m’n mond houden, alles lijkt haar boos te maken!”***

***“Het lukt ons niet om onze zoon te motiveren iets te ondernemen, om op tijd op te staan, sinds hij een psychose heeft gehad. Hoe moeten we daar mee omgaan?”***

Mensen die zichzelf hierin herkennen, kunnen baat hebben bij de cursus “Psychiatrie in de familie, cursus voor naastbetrokkenen”. In de cursus komen thema’s aan de orde als: psychiatrische problemen en het effect op de omgeving, overbelasting, communicatie en grenzen stellen, zorgvol, oplopende emoties en noodplan, sociale steun, omgaan met de hulpverlening. Het is géén therapiegroep!

# Praktische gegevens

De cursus bestaat uit 6 bijeenkomsten, deelname is gratis.

**De cursus wordt gehouden op maandagmiddag van 13.00 tot 15.00 uur in de Bibliotheek, Waezenburglaan 53, 9351 HC te Leek. De cursus start op 15 april. Vervolgdata: 22 en 29 april en 6, 13, en 27 mei 2024**

Cursusleiders zijn Monique Wijffels en Katharina Gozdzik (Lentis Preventie).

**Opgave** en informatie over de cursus: m.wijffels@lentis.nl of 06-31994528

