

- 2 ouder(s)/verzorger(s) die het moeilijk vinden om samen hun impulsieve zontje op te voeden omdat ze verschillende ideeën hebben over wat goed voor hem is;
- een broer en zus die hun autistische broertje helemaal niet begrijpen;
- partners die zich zo door de opvoeding van hun kinderen opgeslokt voelen, dat ze geen energie en tijd meer hebben om hun relatie te onderhouden;
- een gezin waarin vaak ruzies voorkomen waarin gescholden en geslagen wordt;
- een gezin waarvan de moeder de opvoeding van haar kinderen lastig vindt omdat ze van huis uit nauwelijks voorbeelden van goed ouderschap heeft gehad en vroeger als kind vaak aan haar lot werd overgelaten.

Hoe helpt een systeemtherapeut?

Een systeemtherapeut helpt gezinsleden door hen een andere manier van communiceren en reageren aan te leren. Verder kan hij helpend zijn door een andere kijk op de problemen te bieden. Hij steunt gezinnen nadrukkelijk in het zoeken naar eigen oplossingen. Deze oplossingen passen vaak het beste bij een gezin. Ook kan hij aan de gezinsleden uitleg geven over de psychiatrische problematiek die bij het aangemelde kind is geconstateerd. Hij bespreekt met ouder(s)/verzorger(s) welke opvoedingsvaardigheden effectief zijn binnen hun gezinssituatie. Het meegeven van oefeningen en schrijfp opdrachten voor thuis, kan hierbij ondersteunend werken.

Systeemtherapie Overijssel

Informatie voor ouder(s)/
verzorger(s)

Systeemtherapie

Informatie voor ouder(s)/verzorger(s)

Om de kans op positieve verandering te vergroten, kiest Accare er regelmatig voor om (een deel van) het gezin van het aangemelde kind uit te nodigen voor systeemtherapie.

Meestal heeft een systeemtherapeut dan ook een gesprek met meerdere mensen tegelijk. Zo is een gesprek met het hele gezin een mogelijkheid, of een gesprek met beide ouder(s)/verzorger(s), een gesprek met broers en zussen of bijvoorbeeld een gesprek met moeder, zoon en opa.

Systeemtherapeuten worden daarom ook wel eens gezins-therapeuten, relatietherapeuten of familietherapeuten genoemd.

Waarom wordt het systeemtherapie genoemd?

Een groep mensen die met elkaar omgaan, wordt een systeem genoemd.

Als mensen met elkaar omgaan, beïnvloeden ze elkaar. Het gedrag van de één heeft altijd effect op het gedrag van de ander. Als mensen langer met elkaar omgaan, zorgen ze samen voor vaste manieren en gewoonten. Een gezin is het meest bekende voorbeeld van zo'n systeem.

Waar kijkt en luistert een systeemtherapeut naar?

Een systeemtherapeut luistert hoe gezinsleden met elkaar communiceren. Ook kijkt de therapeut hoe ze elkaar beïnvloeden en welke manieren en gewoonten ze met elkaar hebben ontwikkeld.



De therapeut bespreekt met gezinsleden welke manieren van communiceren en welke gewoonten van hen de problemen in het gezin versterken. Hij is ook benieuwd wat de (veer)kracht van een gezin is en welke oplossingen ze zelf hebben bedacht voor problemen.

Bij welke problemen kan systeemtherapie helpen?

Systeemtherapeuten helpen mensen met problemen die plaatsvinden binnen de onderlinge verhoudingen. Enkele praktijkvoorbeelden zijn:

- een moeder en haar puberdochter die samen geen oplossing hebben kunnen vinden voor hun heftige ruzies;