

René leerde **omgaan met** zijn **PDD-NOS**

Arend kwam dankzij **'Maatwerk!'** weer tot leren

"Eindelijk een constante factor in ons turbulente gezinsleven"

Altijd wel een passend traject dankzij het diverse team van zorgprofessionals

Zonder hulp had Jesse met **autisme** misschien niet meer thuis gewoond

"Therapie met sport en spel kan kinderen veel leren"

Systeemtherapie loste disbalans in het gezin van Suzan op

"Een diagnose kan helpen bij het uitstippelen van de juiste route"

"Korte lijnen, geen lange wachtlijst"

Moeder Ilse heeft weer grip op het gezinsleven dankzij

Video-Hometraining

"Heftige emoties kun je met Vaktherapie Beeldend omzetten naar iets moois"

"Fijne samenwerking met andere zorgaanbieders"

PMT verbindt voelen, denken en handelen

"Altijd bereikbaar, snel en deskundig"

Meer informatie over Gezinsterapie & systeembegeleiding en wat Zorgpraktijk ULCO nog meer te bieden heeft is te vinden op **zorgpraktijkulco.nl**

zorgpraktijk



*altijd bereikbaar
als het nodig is*

Hoofd- & behandel-locatie Leeuwarden (tevens postadres)

Business Center Crystalic

Francois-Haverschmidtwei 2, 8914 BC Leeuwarden

bellen: 058 - 20 100 32 / 06 - 460 23 207

mailen: info@zorgpraktijkulco.nl

zorgpraktijkulco.nl

**Systeem-
therapie**
voor het hele
gezin 😊

zorgpraktijk



**Gezinsterapie &
systeembegeleiding**

Iedereen weer in z'n eigen kracht

Hulp voor één kind of (ook) voor het hele gezin? Ongemerkt kun je als gezinsleden allerlei patronen in stand houden. Systeemtherapie (ook wel gezinstherapie genoemd) kan helpen om hier inzicht in te krijgen. Soms is pas dan echte verandering mogelijk.

Het kan lang lijken alsof één persoon in een gezin de 'veroorzaker' is van de problemen die er bestaan. Degene 'waar iets mee is' moet dan geholpen worden, is vaak de overtuiging. Soms is (daarnaast) echter een andere benadering nodig: gezins- of systeemtherapie, **waarbij verbanden, patronen, posities en overtuigingen tussen gezinsleden** centraal staan. Alle betrokkenen kijken dan naar hun aandeel in de situatie. Ook patronen en overtuigingen vanuit de gezinnen waarin de ouders zijn opgegroeid zijn hierin relevant.

Je schiet bijvoorbeeld met zijn allen in de conflictvermijding om de woedeuitbarstingen van het ene kind zoveel mogelijk te voorkomen. Iedereen loopt op z'n tenen, zit steeds minder goed in z'n vel en gaat ongewild wrok koesteren tegen de persoon die het gedrag lijkt op te roepen. De disbalans in een gezin blijft bestaan, zelfs al krijgt het kind hulp.

Door te kiezen voor gezinstherapie en systeembegeleiding is de insteek niet meer (alleen) 'ik heb een hulpvraag voor mijn kind', maar 'wij willen inzicht in hoe wij het met zijn allen doen'.

Door patronen inzichtelijk te maken en bewustwording te creëren bij elk individu in het systeem ontstaat er meer ruimte, en dus **meer keuzevrijheid**. Er ontstaat dan heel langzaam een reactie die vanuit jezelf komt en niet vanuit oude pijn of onbewuste gewoonte. Als alle gezinsleden weer in hun eigen kracht komen te staan en hun eigen, unieke positie weer kunnen innemen, wordt het mogelijk om echt dingen te **veranderen** en ook meer begrip voor elkaar te krijgen.



Systeemtherapie kan ook helpen om **meer inzicht** te krijgen in de problematiek van het kind waar de hulpvraag ooit ontstond, omdat dit nooit op zichzelf staat. Iemands omgeving is altijd van invloed, wat er ook speelt. Nog sterker, soms kan een **diagnose of probleem** van een kind worden versterkt als de overige gezinsleden zich blijven gedragen zoals ze altijd deden. De disbalans in het gezin blijft dan bestaan terwijl de focus alleen op dat kind komt te liggen. Het kind voelt zich mogelijk niet begrepen en wordt bevestigd in zijn gevoel van onvermogen. In zulke situaties kan systeemtherapie echt een onmisbaar onderdeel van het geheel zijn.

Inzicht verkrijgen door systeemtherapie kan op verschillende manieren. Er kan bijvoorbeeld gebruik gemaakt worden van:

- 😊 **gezamenlijke gesprekken met de gezinsleden;**
- 😊 **individuele gesprekken;**
- 😊 **een familieopstelling.**

