

Doepressie

Informatie voor patiënten



Wat is Doepressie?

Doepressie is een cognitief gedragstherapeutische groepstraining die als doel heeft:

- depressieve klachten actief aan te pakken
- kennis over depressie te vergroten
- te trainen op vaardigheden zoals positief denken, problemen oplossen, sociale vaardigheden en relaxatie

Voor wie?

De groepstraining richt zich op jongeren tussen 12 en 18 jaar, die kampen met depressieve klachten: zich down voelen, geen zin hebben om dingen te doen, negatief denken, slaapproblemen, eetproblemen.

Voorwaarden

- normaalbegaafde jongeren
- willen stilstaan in groep bij eigen depressieve symptomen en hieraan iets willen veranderen
- geen acuut middelenmisbruik of ernstige psychotische stoornissen

Wat is de werkwijze van de groepstraining?

Er wordt gewerkt met individuele en groepsopdrachten vanuit de gedragstherapie. Bovendien worden er huiswerkoefeningen gegeven.

Hoe lang duurt de therapie?

Deze groepstherapie omvat vijftien sessies van twee uur en één terugkomssessie na zes maanden. Er is bovendien één oudersessie.

Waar gaat de therapie door?

Alle sessies gaan door in ZNA Universitaire Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen:
 ZNA UKJA Site Middelheim
 Lindendreef 1
 2020 Antwerpen

Deelnemersprijs?

Ambulante jongeren (jongeren die niet zijn opgenomen, noch in dagbehandeling komen) betalen een vast bedrag per sessie en een eenmalig bedrag voor het werkboek. Voor het exacte bedrag kan je terecht bij Chantal Van Den Bossche via ukja.groepstherapie@zna.be of bij de therapeut/ arts op het kennismakingsgesprek.

Begeleiding

De begeleiding wordt verzorgd door psychologen - psychotherapeuten en/of artsen van de Zorgeenheid voor Internaliserende Problematieken onder supervisie van een kinder- en jeugdpsychiater van de Zorgeenheid.

Hoe inschrijven?

Deelname kan pas na een intakegesprek, waarbij gekeken wordt of de groepstherapie aansluit bij de verwachtingen.
 Om je aan te melden, dient je verwijzer contact op te nemen met Chantal Van Den Bossche via ukja.groepstherapie@zna.be.
 De verwijzer blijft het aanspreekpunt voor het totaalpakket van je behandeling.



Bij ons kan je rekenen op veilige & kwaliteitsvolle zorg

De ZNA-ziekenhuizen dragen met trots het **JCI-kwaliteitslabel**. Dat kregen we van de **Joint Commission International (JCI)**. Het label bevestigt dat ZNA veilige en kwaliteitsvolle zorg aanbiedt. Je bent bij ons dus in goede handen.



ZNA UKJA Site Middelheim

Lindendreef 1
2020 Antwerpen
03 280 49 00