Erasmus MC
Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Centrumlocatie

Naar aanleiding van de intake op onze polikliniek blijkt dat u in aanmerking komt voor de dagbehandeling voor vrouwen met psychiatrische problemen en hun baby's tot 1 jaar.
In deze folder leggen wij graag aan u uit wat wij u tijdens de dagbehandeling kunnen bieden en wat wij daarin van u verwachten.

Pychiatrische dagbehandeling voor moeder en kind

Belangrijkste doel
Het belangrijkste doel is dat u het moederschap en de band met uw kind met minder psychische klachten en meer vertrouwen zal gaan ervaren.

Wat houdt de dagbehandeling in
In een kleine groep van maximaal 4 vrouwen met hun jonge kind, die net als u psychiatrische problemen hebben, komt u wekelijks bij elkaar.

De dagbehandeling vindt plaats op **maandag van 9.45 tot 15.45 uur.**

Er zijn verschillende therapieonderdelen die elke week volgens een vast schema verlopen. Wij proberen ervoor te zorgen dat de therapieën zoveel mogelijk door vaste therapeuten gegeven worden.
Voor koffie, thee en lunch wordt door de afdeling gezorgd en deze worden gezamenlijk in de groep genuttigd.

Wat wordt er van u verwacht
U zult begrijpen dat een behandeling die zich in groepsverband afspeelt, staat en valt met uw aanwezigheid. We hebben besloten om de groep klein te houden om de onderlinge vertrouwdheid en mogelijkheid om zelf ook aan bod te komen zo groot mogelijk te maken. Dit houdt in dat we verwachten dat u *elke week aanwezig* zult zijn.

Uw deelname is net zo belangrijk voor de anderen, als de deelname van anderen voor u!

Ook als u zich niet goed voelt, misschien vanwege uw psychiatrische problemen, of als u eigenlijk liever een dagje alleen wilt zijn, verwachten wij dat u er toch zult zijn. Ditzelfde geldt voor uw kind. Dus als uw kind wat lastig of hangerig is, verwachten wij ook dat u komt. Juist in dit soort moeilijke situaties willen we u leren om dit in de groep te bespreken en te kijken naar hoe u dingen desondanks zo goed mogelijk kunt aanpakken. Het doel is uiteindelijk dat u zich ook in de toekomst beter leert te wapenen tegen dit soort moeilijke situaties.
Dit betekent dat u goed moet nadenken over praktische dingen zoals hoe u met uw kind naar de dagbehandeling komt en wat u met eventuele andere kinderen doet.

Behalve op feestdagen, zoals Pinksteren en Kerstmis, blijft de dagbehandeling het hele jaar doorgaan. We willen dus graag dat u elke week komt. Als u besluit in dagbehandeling te gaan, betekent dit dus dat u *niet (op maandag) op vakantie kunt*. Dit is een keuze die u natuurlijk vooraf zelf kunt maken, waarbij wij u graag zullen helpen.

Hoe gaat het met de verzorging van mijn baby
Voor de dagbehandeling moet u zelf alles meenemen wat uw baby die dag nodig heeft. Denk daarbij aan schone kleertjes en babyvoeding. Op de dagbehandeling is een magnetron aanwezig voor het opwarmen van de voeding. Er is voldoende tijd en ruimte om uw kind te verschonen en te voeden.
Het is de bedoeling dat de baby's na de lunch rusten in een aparte kamer, terwijl u therapie heeft. Er zijn daarvoor babybedjes beschikbaar en deskundig personeel past op uw kindje.

Tot hoelang gaat de dagbehandeling door
De behandeling duurt drie maanden. Elke maand wordt samen met u de voortgang van de behandeling geëvalueerd. Als het nodig is worden de behandeldoelen bijgesteld. Na drie maanden wordt met u overlegd of het nodig is om in vervolgbehandeling te gaan. Als dit het geval is dan wordt samen met u gekeken waar dit uit moet bestaan en waar dit het beste kan gebeuren.

Programma

09.45 - 10.15 uur	Inloop en babyverzorging
10.15 - 11.00 uur	Themabepreking met een sociaal psychiatrische verpleegkundige
11.00 - 11.20 uur	Babyverzorging
11.20 - 12.30 uur	Moeder-baby therapie door een psychomotorisch therapeut
12.30 - 13.15 uur	Gezamenlijke lunch
13.15 - 14.15 uur	Mentalization Based Treatment door een psycholoog en psychiater
14.15 - 14.45 uur	Babyverzorging
14.45 - 15.30 uur	Sensorische integratie door een activiteitenbegeleider
15.30 - 15.45 uur	Uitloop

Behandeling
De behandeling bestaat uit verschillende therapieën:

Inhoud en doel themabespreking
Tijdens deze bespreking komt een van tevoren afgesproken thema aan de orde. Dit thema wordt in overleg met de groep bepaald, zodat het in ieder geval een onderwerp is wat 'leeft'. Door het uitwisselen van ervaringen met elkaar wordt u gestimuleerd meer inzicht te krijgen in uw functioneren en welke invloed dat heeft op uw kind. Ook leert u op een praktische manier met uw problemen om te gaan. De sociaal psychiatrisch verpleegkundige (SPV) zal samen met de verpleegkundige het groepsproces sturen zodat elke deelneemster en haar kind voldoende aan bod komen.

Thema's die aan de orde kunnen komen zijn bijvoorbeeld:
- het omgaan met onzekerheden rond het moederschap
- mogelijke veranderingen binnen de relatie met uw partner
- het vragen en accepteren van hulp als u het moeilijk hebt
- verwachtingen van uzelf en van uw omgeving ten aanzien van het moederschap
- een gebalanceerde daginvulling waarin er voor uzelf ook ruimte blijft
- het herkennen en hanteren van uw grenzen

De thema's kunnen op verschillende niveaus besproken worden, variërend van:
- individueel (hoe ga ik met bepaalde situaties om)
- het gezin (veranderingen binnen het gezin na geboorte)
- maatschappelijk (bijvoorbeeld kinderen krijgen in combinatie met een andere dag-invulling zoals werk)

Dans en bewegingstherapie
Een baby maakt middels lichaamstaal zijn of haar behoeften kenbaar. Hij of zij neemt de omgeving waar en reageert hierop met verschillende signalen, zoals verandering van de gezichtsuitdrukking, variatie in de stem, spanning,beweging en het zoeken van (oog)contact. Deze signalen worden bewust of onbewust door ouders gebruikt wanneer ze met hun baby communiceren. Dit wordt non-verbale communicatie genoemd.

De moeder-baby therapie biedt u hulp bij het begrijpen van de non-verbale communicatie van uw baby en leert u hier hierop adequaat te reageren. Dit heeft als doel de band tussen u en uw baby te versterken. In dit uur staat dus het contact tussen u en uw baby centraal en wordt er ingegaan op de behoeften van de baby. Hierbij wordt gebruik gemaakt van babyyoga, babymassage en spelvormen. Dit doen we in een speciale ruimte.

Mentalization Based Treatment (MBT)
Ieder mens reageert anders op dezelfde situatie. Hoe mensen reageren op een bepaalde situatie zal onder andere afhangen van hun gevoelens, gedachten en verlangens. In dezelfde situatie zullen verschillende mensen daarom ook anders reageren. Ditzelfde geldt ook voor u en uw baby. Sommige moeders zullen bijvoorbeeld denken dat de baby hen afwijst als hij of zij huilt, terwijl hun baby in werkelijkheid moe is of een schone luier nodig heeft. Voor u en uw baby kunnen weer heel andere dingen gelden. In de MBT wordt u geleerd uw eigen gevoelens, gedachten en verlangens én die van uw baby waar te nemen en te begrijpen.
Als dit u beter gaat lukken, zult u ook merken dat u, en de omgang met uw baby meer ontspannen wordt en u meer van elkaar kunt genieten.

Sensorische integratie
Uw baby neemt de zintuiglijke informatie niet passief op. In zijn/haar eerste levensjaar leert uw kindje zichzelf en de wereld ontdekken. Als uw baby met speelgoed speelt, zal uw kindje de speeltjes aanraken, weggooien en omschoppen, verstoppen en weer opzoeken, omduwen, eraan trekken en ze schudden. Terwijl uw baby dit doet, luistert uw baby naar de erbij behorende geluiden en kijkt hij/zij wat er precies gebeurt. Door deze gewaarwordingen kan uw baby leren om zijn/haar zintuigen efficiënt en effectief te gebruiken in de omgeving. Ook is dit van essentieel belang voor de ontwikkeling van zijn/haar leervermogen, sociale vaardigheden, concentratievermogen en emotionele stabiliteit.

Tijdens deze therapie krijgt u de gelegenheid om samen met uw baby te spelen, zingen en ontspannen. Dit bieden we in een rustige en veilige omgeving aan. Het doel is om de relatie tussen u en uw baby te ontplooien en versterken. Spelenderwijs worden de zintuigen van uw baby geprikkeld. Tijdens het spelen wordt er naar muziek geluisterd, met name kinderliedjes, om het meezingen en aanleren hiervan te stimuleren. Er wordt ook gebruik gemaakt van aromatherapie. De geur kan een vorm van herkenning zijn en een ontspannende werking hebben op u en uw kind.

Na de dagbehandeling
Na de behandeling willen we natuurlijk weten hoe het met u en uw kindje gaat. Ongeveer 6 weken na de het afronden van de behandeling nodigen we daarom alle vrouwen samen met hun kindje en eventuele partner uit. U kunt dan vertellen hoe het u en uw gezin vergaat. Mocht het zo zijn dat u verdere hulp nodig heeft dan zullen we samen met u en uw partner nagaan wat de mogelijkheden zijn.

Kennismakingsgesprek
Dit gesprek is bedoeld als een wederzijdse kennismaking waarin nogmaals met u wordt afgewogen of een dagbehandeling voor u en uw kindje op dit moment een goede oplossing is. Voor ons is uw motivatie om iets te willen veranderen aan uw problemen en ook in moeilijke tijden te blijven komen één van de grootste afwegingen!

Voor het kennismakingsgesprek heeft u een afspraak op: Bij:

U kunt zich melden bij het secretariaat van de polikliniek psychiatrie.
Ook als u nog vragen en twijfels heeft, kunt u dit tijdens het gesprek kenbaar maken.

Verhindering
Mocht deze afspraak u niet uitkomen, neemt u dan contact op met één van de secretaresses van het secretariaat. Zij zijn te bereiken op telefoonnummer: (010) 704 01 39.

Tot slot
Wij hopen dat na het lezen van deze folder enig inzicht heeft gekregen in wat deze dagbehandeling u te bieden heeft en wat wij van u verwachten. Heeft u nog vragen, dan kunt u contact opnemen met het secretariaat, telefoonnummer: 010 704 01 39.

Vragen en aantekeningen

Aan de inhoud van deze folder kunnen geen rechten worden ontleend

© Erasmus MC - Patiëntencommunicatie - 09/08

Erasmus MC
‘s Gravendijkwal 230
3015 GE Rotterdam
Tel (010) 704 0 704
www.erasmusmc.nl

6183727