



Terugvalpreventiegroep

Ondersteuning bij het verminderen of stoppen met gebruiken en/of gokken en het voorkomen van terugval

Heb jij moeite om je middelengebruik of gokgedrag onder controle te houden?

Ben je in behandeling bij GGzE en vind je het lastig om minder of niet te gebruiken (alcohol, drugs, medicijnen) of te gokken?

Dan kan de *Terugvalpreventiegroep* je helpen!

Wat is de Terugvalpreventiegroep?

In deze wekelijkse groep krijg je praktische ondersteuning om je gebruik en gokken beter onder controle te houden. We bespreken samen:

- De functie van je gebruik of gokgedrag.
- Het omgaan met zucht en hoe je risicosituaties herkent en vermijdt.
- Hoe je oefeningen uit eerdere behandelingen kunt toepassen in je dagelijks leven.
- Hoe je je leven kunt inrichten en volhouden zonder middelen of gokken.

Middelengebruik of gokken lijkt soms tijdelijk verlichting te bieden, maar het zorgt vaak voor nieuwe problemen. In deze groep leer je hoe je weerstand kunt bieden aan verleidingen en terugval kunt voorkomen.

Hoe ziet de groep eruit?

- Maximaal 10 deelnemers begeleid door een casemanager en een ervaringswerker.
- Elke week een bijeenkomst van 90 minuten.

Wie kan deelnemen?

De groep is bedoeld voor mensen die:

- Nuchter aan de bijeenkomsten kunnen deelnemen.
- Gemotiveerd zijn en echt goed meedoen in de groep.
- De Nederlandse taal voldoende spreken en verstaan om elkaar te kunnen begrijpen.

Als middelengebruik of gokken nog te veel op de voorgrond staat, bekijkt je behandelaar graag samen met jou welk aanbod beter past.

Wat je verder kan verwachten?

- Je start met een kennismakingsgesprek waarin je doelen en situatie worden besproken.
- De meeste deelnemers gaan 10 sessies deelnemen.
In de evaluatie daarna bespreken we het effect van de groep.
- Jouw inzet speelt een belangrijke rol.

Samenkomst: 1 x per week

Duur bijeenkomst: 1,5 uur

Aantal bijeenkomsten: 10

Interesse en aanmelden?

Bespreek je interesse met je begeleider of behandelaar bij GGzE. Zij kunnen je aanmelden voor de groep. Na je aanmelding plannen we een kennismakingsgesprek om alles door te nemen.

Voor meer informatie kun je contact opnemen met trainingen@ggze.nl.

Terugvalpreventiegroep is een product van GGzE



GGzE

www.ggze.nl