



Werken aan herstel

Over de cursus

De herstelgroep bestaat uit 10 bijeenkomsten van 2 uur, die wekelijks plaatsvinden bij het FACT in Bergen op Zoom. In groepsverband wordt met elkaar gewerkt aan ieders eigen herstel. Door middel van de geboden theorie worden de termen 'herstel' en 'empowerment' uitgelegd. Aan het begin van de cursus formuleert elke cursist een persoonlijk einddoel waar gedurende de cursus aan gewerkt wordt. Door middel van opdrachten in de groep en huiswerkopdrachten leren de cursisten vaardigheden aan om zelf invloed uit te oefenen op hun herstel en hoe ze hierin verantwoordelijkheid nemen. Aan het einde van de cursus bespreken we hoe de cursisten verder kunnen gaan met hetgeen ze geleerd hebben in de cursus en hoe ze hierin kunnen samenwerken met de casemanager.

Hoofddoel

Bekend maken met het begrip herstel, bewust maken van de eigen mogelijkheden en motiveren om zelf de regie te nemen.

Doelstellingen

- Cursist heeft kennis van de begrippen herstel en empowerment;
- Cursist formuleert visie op toekomst en koppelt daar lange en korte termijn SMART doelen aan;
- Cursist onderzoekt zijn mogelijkheden met betrekking tot zijn draagkracht/draaglast en kan deze benoemen;
- Cursist kan zijn eigen krachten en talenten benoemen;
- Cursist heeft een persoonlijk doel behaald en heeft hierdoor een succeservaring opgedaan.



Vervolg doelstellingen

- Cursist heeft zicht op hulp- en steunbronnen in zijn/haar omgeving en kan deze benoemen;
- Cursist onderzoekt hoe een terugval er uit ziet en hoe hiermee om te gaan;
- Cursist neemt initiatief om casemanager te betrekken bij zijn herstelproces om het herstel verder voort te zetten.

Door wie wordt de cursus gegeven?

De cursus wordt gegeven door een SPH-er en een ervaringsdeskundige van het FACT.

Aanmelding en intake

Aanmelding verloopt via casemanager. Na aanmelding vindt een intake plaats waarin wederzijdse verwachtingen besproken worden.

Structuur van de bijeenkomsten

- Start met koffie/thee
- Rondje persoonlijke doelen bespreken
- Thema
- Pauze
- Oefening/opdracht
- Evaluatie bijeenkomst

Thema's van de bijeenkomsten

1. Kennismaken en uitleg
2. Herstel en empowerment
3. Draagkracht/draaglast
4. Kwaliteiten deel 1
5. Kwaliteiten deel 2
6. Hulp- en steun bronnen
7. Vallen & opstaan
8. Visie & doelen
9. De Praktijk
10. Evalueren en afsluiten

