



# KOPP/KOV-groep

## voor jongvolwassenen van 18 -25 jaar

### Voor wie is de KOPP/KOV-groep?

De KOPP/KOV-groep is een lotgenoten-groep voor jongvolwassenen die een ouder(s)/verzorger(s) hebben met een psychisch en/of verslavingsprobleem. Zo kan iemand in de war, moe of boos zijn zonder dat je altijd begrijpt waarom. Het komt eigenlijk best vaak voor en toch wordt er vaak niet over gepraat.

Het is niet altijd gemakkelijk om een ouder te hebben met een psychisch en/of verslavingsprobleem. Je groeit op in een gezin waar het er anders aan toegaat dan bij anderen thuis. Soms leuk en soms juist niet. Sommige gaan zich zorgen maken, voelen zich verantwoordelijk of onbegrepen. Hierdoor kun je het zelf moeilijk hebben en problemen ontwikkelen. Met leeftijdsgenoten praten die hetzelfde meemaken helpt.

Mocht je een ander gezinslid hebben waar dergelijke dingen bij spelen, neem dan ook contact met ons op. We kijken dan graag samen wat mogelijk is.

### Wat doe je in de KOPP/KOV-groep?

In de groep kun je in vertrouwen met anderen delen wat je thuis meemaakt/ hebt meegemaakt. Alleen luisteren mag ook, dit helpt vaak ook al, omdat je er al snel achterkomt dat je niet de enige bent waar het thuis af en toe anders gaat. Er is aandacht voor wat lastig is, juist goed gaat en je kunt vragen die je hebt over de problematiek van je ouder stellen. Je kunt denken aan:

- Losmaken van de thuissituatie, op jezelf gaan;
- Eigen toekomstbeeld, denk aan zorgen over: een gezin stichten door ervaringen tijdens het opgroeien, studie volgen in andere stad, erfelijkheid ziektebeeld ouder;
- Zorgen die te maken hebben met het "achterlaten" van de ouder;
- Verantwoordelijk voelen voor jongere broertjes/zusjes;
- Jezelf wegcijferen;
- Hoe te zorgen voor jezelf/ grenzen stellen;
- Inzicht problematiek ouder.



### Handig om te weten:

- De KOPP/KOV-groep is 1x per maand;
- Er zijn geen bijeenkomsten in de schoolvakanties;
- De groepen bestaan uit maximaal 8 deelnemers;
- De KOPP/KOV-groep wordt begeleid door een medewerker jeugdpreventie van GGZ WNB en een preventiemedewerker van Novadic Kentron;
- We vinden het belangrijk dat je alles kunt delen. Daarom maken we met iedereen de afspraak dat wat in de groep gedeeld wordt, in de groep blijft. Alleen als we ons zorgen maken, zullen we dit eerst met jou bespreken, waarna we zullen bekijken wat mogelijk/nodig is;
- Je hebt geen verwijfsbrief nodig van de (huis)arts;
- Voorafgaand aan de training vindt een intakegesprek plaats;
- Voor deelnemers die woonachtig zijn in een gemeente waar de KOPP/KOV-groep wordt aangeboden, is de KOPP/KOV-groep gratis;
- Jouw privacy is voor ons van groot belang. Je wordt niet bij ons ingeschreven. Bij de verwerking van jouw persoonsgegevens houden wij ons aan de eisen die de geldende wetten regelgeving stelt;
- Ben je niet tevreden of heb je een klacht, dan kun je terecht bij de medewerker jeugdpreventie, de klachtenfunctionaris of familievertrouwenspersoon van GGZ WNB. Kijk voor meer informatie op onze website, [www.ggzwnb.nl](http://www.ggzwnb.nl).



### Meer informatie, aanmelden en contact

Neem contact op met het team van Jeugdpreventie via:

Telefoon: 0164-289725 of 06-51207227

E-mail: [jeugdpreventie@ggzwnb.nl](mailto:jeugdpreventie@ggzwnb.nl)

