



## Informatieblad DGT-J

Dit informatieblad is bedoeld voor jongeren en ouders. Alle belangrijke en praktische informatie rondom de Dialectische Gedragstherapie – Jeugd (DGT-J) is hierop terug te vinden.

### Betrokken behandelaren

L. Wasterval	Kinder –en jeugdpsychiater
T. Kootstra	Behandelcoördinator/GZ psycholoog ( <i>tevens individueel therapeut</i> )
K. Dijkman	Systeemtherapeut
A. Bekkedam	Orthopedagoog ( <i>tevens individueel therapeut</i> )
H. Koopmans	GZ psycholoog ( <i>tevens individueel therapeut</i> )
N. Schaeffer	Psychomotore therapeut
M. Stein	Sociotherapeut
K. Weghorst	Sociotherapeut

### Pré-treatment

De pré-treatment bestaat uit:

- Individuele gesprekken met de individueel therapeut
- 2 gesprekken met een sociotherapeut om het signaleringsplan op te stellen
- Systeemgesprek met de individueel therapeut, systeemtherapeut en ouders en/of belangrijke anderen
- Kennismakingsgesprekken met de psychomotorische therapeut en vaardigheidstrainers ter voorbereiding op de start van de DGT-J

### Modules

De modules vinden op maandag en donderdag plaats.

#### Maandag

09:00 – 11:00 uur emotieregulatie-training

15:30 – 17:30 uur  
netwerkbijeenkomsten  
(1 x per 3 weken)

#### Donderdag

14:00 – 15:00 uur psychomotorische therapie

In overleg met de jongere en de therapeut plannen we de verplichte individuele therapie in.

De afspraken voor de systeemtherapie plannen we in gezamenlijk overleg in met het gezin en de systeemtherapeut.

### **Telefonische bereikbaarheid (crisis)**

Jongeren die deelnemen aan de DGT-J mogen tussen de sessies door contact opnemen met hun therapeut. Ze maken hierover persoonlijk afspraken met de individueel therapeut. Je kunt in de volgende situaties contact opnemen:

1. Als je in crisis bent en de nieuwe vaardigheden wilt uitproberen en daar zelf niet uitkomt.
2. Je mag ook contact opnemen met je therapeut als je de relatie wilt herstellen, omdat je het gevoel hebt dat deze relatie verstoord is geraakt
3. Of als je goed nieuws hebt.

Je belt op het nummer dat je met de individueel therapeut hebt afgesproken.

Als je belt met het secretariaat op het algemene nummer (088-65 45 444), dan kun je vragen of je eigen therapeut beschikbaar is. Het secretariaat geeft dan aan wanneer de therapeut beschikbaar is voor telefonisch contact én stuurt de therapeut een berichtje dat je zo snel mogelijk teruggebeld moet worden.

Wanneer therapeuten vanwege ziekte of vakantie niet bereikbaar zijn, wordt één van de andere individuele therapeuten gevraagd om contact met je op te nemen. Zij zal dan met je meedenken hoe je je geleerde vaardigheden kan inzetten.

Buiten kantoor tijden en in het weekend kun je bij crisis ook de volgende stappen ondernemen:

1. Bellen met Karakter Almelo (088-65 45 444). Je wordt dan doorverbonden met de crisisafdeling Palet van Karakter Overijssel. Zij bellen dan de dienstdoende arts-assistent. Deze arts-assistent belt jou terug voor overleg over wat er aan de hand is en hoe je het beste geholpen kunt worden.
2. Bellen met je eigen huisarts of de huisartsenpost; wanneer er medische zorg nodig is.

### **Ziekmelding**

Wanneer je ziek bent, bel je de sociotherapeuten vóór 09:00 uur 's ochtends om jezelf ziek te melden (053-48 28 656 of 06-46 19 29 85).

Bij geen gehoor bel je het secretariaat op 088-65 45 444.

### **Vrij vragen en vakanties plannen**

Tijdens schoolvakanties loopt de therapie gewoon door. Het kan zijn dat je een vrije dag wilt of op vakantie wilt gaan. Dit kan je aanvragen bij de sociotherapeuten of je individueel therapeut. De afspraak is maximaal drie weken vakantie achtereen. Dit heeft te maken met het behandelcontract waarin staat dat als je meer dan drie keer een sessie achter elkaar mist, je het behandelprogramma niet meer kunt volgen.

### **Contactgegevens**

**Karakter** Enschede

Roessingsbleekweg 39

7522 AH Enschede

T. 088-6545444

F. 053-4828660

E. [info.enschede@karakter.com](mailto:info.enschede@karakter.com)

Kantoor sociotherapeuten 053-48 28 656 of 06-46 19 29 85

Karakter Almelo bij spoed in het weekend 088-65 45 444