

Samen weer vooruit kunnen



Multi Dimensionele Familie Therapie (MDFT)

INFORMATIE VOOR JONGEREN EN OUDERS/VERZORGERS

Multi Dimensionele Familie Therapie (MDFT) is een intensieve gezinstherapie, waarbij meerdere problemen tegelijkertijd worden aangepakt. Vaak houden die problemen elkaar in stand. Alcohol- en druggebruik kan bijvoorbeeld leiden tot ruzies thuis, schoolverzuim, crimineel gedrag of psychische problemen. Jongeren kunnen deze problemen vaak niet alleen oplossen. Daarom wordt bij MDFT nadrukkelijk gekeken hoe de ouders, het gezin en andere bekenden uit de omgeving hierbij kunnen helpen. Samen lukt het meestal wel om veranderingen in gang te zetten, waardoor de jongere en het gezin weer vooruit kunnen.

Voor wie?

MDFT is bedoeld voor jongeren van 12 tot en met 20 jaar die thuis wonen (of weer thuis gaan wonen) en voor het gezin waarvan zij deel uitmaken.

Oorzaak en gevolg

De problemen van de jongere en het gezin zijn vaak nauw met elkaar verweven. Hierdoor is het moeilijk om oorzaak en gevolg van die problemen uit elkaar te halen. Soms kan een jongere door problemen thuis een uitweg zoeken in alcohol- of drugs. Maar omgekeerd kan het ook zo zijn dat thuis alles op scherp komt te staan door het gedrag of het middelen-gebruik van de jongere. Dat leidt meestal tot voorspelbare negatieve reacties over en weer die elkaar versterken. Met MDFT wordt zo op verschillende manier gewerkt aan:

- ▶ het hanteerbaar maken van conflicten
- ▶ het samen leren oplossen van problemen
- ▶ het samen opstellen en naleven van regels
- ▶ het versterken van opvoedingsvaardigheden
- ▶ het luisteren naar elkaar
- ▶ het op een positieve manier met elkaar praten
- ▶ het voorkomen van een terugval
- ▶ het omgaan met situaties die probleemgedrag uitlokken

Intensieve aanpak

MDFT is een intensieve behandeling van ongeveer zes maanden. Wekelijks is er een gezinsgesprek onder leiding van een vaste MDFT-therapeut. Daarnaast is er elke week een gesprek met de jongere en/of een gesprek met de

ouder(s) aangevuld met telefonisch contact of mail-contact. Zo krijgen de jongere, de ouders en de overige betrokkenen persoonlijke ondersteuning bij het werken aan concrete oplossingen en verbeteringen.

Doelen stellen

In de eerste maand worden samen met de MDFT therapeut, de jongere en de ouders de problemen in kaart gebracht en welke verbeteringen het gezin wil bereiken. Op basis hiervan wordt een behandelplan gemaakt met doelen voor de jongere, de ouders, het gezin en de omgeving. Deze doelen bepalen de koers voor de gezinsgesprekken. Voor de jongere kan het doel bijvoorbeeld zijn geen alcohol of drugs meer te gebruiken, zich aan de regels te houden of weer naar school te gaan. Ondertussen werken de ouders aan andere doelen, zoals meer als team samenwerken in de opvoeding, beter voor zichzelf zorgen of duidelijk grenzen stellen. Vaak komt dit ten goede aan de doelen voor het gezin als geheel, zoals rustig en respectvol met elkaar omgaan.

In gesprek

Tijdens de wekelijkse gezinsgesprekken wordt gericht toegewerkt naar het behalen van de vooraf gestelde doelen. Hierbij wordt vooral gekeken naar zaken die al goed gaan en verder kunnen worden uitgebouwd. Soms is het nodige moeilijke onderwerpen te bespreken. Dit is ook weer een stap om samen verder te komen.

Nadat er enkele maanden is gewerkt aan verandering, volgt een terug- en vooruitblik. Hoe staat het er voor? Wat is

er bereikt en wat (nog) niet? En waar ligt het accent in de afsluitende periode, zodat het gezin de bereikte resultaten kan vasthouden. Aan het einde van de therapie wordt een terugvalplan opgesteld, zodat de jongere en de ouders na de behandeling in staat zijn zelf om te gaan met eventuele problemen.

Bewezen effectief

Uit onderzoek van het Trimbos Instituut blijkt dat gezinstherapie, en dan met name MDFT, beter is in het terugdringen van alcohol- en drugsproblemen bij jongeren dan niet-gezinsgerichte therapie.

Procedure

Bij aanmelding maakt IrisZorg een inschatting of MDFT de meest geschikte therapie is voor de problemen van de jongere en het gezin. Als de jongere niet meteen gemotiveerd is, is dat geen onoverkomelijk bezwaar. In dat geval gaat de MDFT-therapeut met de jongere aan de slag om die motivatie alsnog op te bouwen. De motivatie van ouders is wel van groot belang. Het in gang zetten van veranderingen in het gezin vraagt namelijk veel inzet van hen. Als de jongere of de ouders psychische problemen hebben die tijdens de therapie blijven bestaan, dan helpt IrisZorg bij het vinden van aanvullend onderzoek, een extra training of een passende behandeling, binnen of buiten IrisZorg.

Kijk voor meer informatie op:

www.iriszorg.nl

www.mdft.nl

IrisZorg

IrisZorg zet zich in voor jongeren en volwassenen die grip op hun leven willen krijgen. Problemen op het gebied van verslaving en wonen in combinatie met werk, financiën en relaties kunnen ertoe leiden dat het leven anders loopt dan gewenst. Onze zorgtrajecten richten zich op het versterken van de eigen kracht van mensen. De omgeving van cliënten wordt hier nauw bij betrokken. IrisZorg biedt zorg bij mensen thuis en op 60 locaties in Gelderland, Overijssel en Flevoland.

Kijk voor meer informatie op: www.iriszorg.nl



IRISZORG