

Info

Gezinsveerkracht

Veerkracht is het vermogen om te herstellen van tegenslagen en veranderingen. Je kind heeft veerkracht en jij als ouder ook.

Jullie als gezin hebben ook veerkracht. Dit heet gezinsveerkracht. Het gaat dan om hoe jullie als gezin door het proces van veranderingen heen komen, met alle gevoelens van onzekerheid en angst. En ook over de manier waarop jullie samen de draad weer oppakken en je aanpassen aan de nieuwe omstandigheden.

Er zijn vele factoren die bijdragen aan gezinsveerkracht. Teveel om hier in dit kleine stukje allemaal te benoemen. Maar eentje die eruit springt is communicatie binnen het gezin. Een gezin die veerkrachtig is:

- Deelt met elkaar wat er gebeurt, aangepast aan het ontwikkelingsniveau van de kinderen.
- Delen en uiten gevoelens met elkaar.
- En er wordt samen nagedacht over oplossingen.

Soms worden verhalen, gevoelens en vragen niet gedeeld uit bescherming naar elkaar toe. Bijvoorbeeld: Als ouder wil jij je kind niet belasten en behoeden voor vervelende dingen. Of: Een kind voelt aan dat er wat speelt, maar wil niet de vragen stellen om mama of papa niet verdrietig te maken. Uit liefde voor elkaar wordt er dan weinig gesproken over de veranderingen die wel voelbaar en tastbaar zijn in het gezinsleven.

Het wel delen met elkaar zorgt ervoor dat er verbinding ontstaat. Er is dan ruimte om zorgen en vragen te bespreken. Ook als er geen antwoord is, kan de vraag wel gesteld worden. Twijfel je hoe je iets bespreekbaar kunt maken in je gezin? Of heb je vragen over gezinsveerkracht in je gezin? Neem dan contact op, ik denk graag mee.

Nieuws

Nieuwe software voor dossiers en facturen

Sinds oktober werk ik met nieuwe software voor het werken in de dossiers en het opmaken van de facturen. Het heet MijnDiad. Deze software past beter bij de wettelijke eisen van privacy en het bewaren van dossiers op lange termijn. Vanaf januari 2023 zullen de facturen ook verstuurd worden vanuit dit systeem.

Nieuwe jongerenpagina op website

Het is vaak in het nieuws momenteel: Veel jongeren hebben mentale klachten en de wachtlijsten voor hulp zijn lang. In de praktijk komen ook jongeren. Zij hadden echter nog geen aparte pagina op de website. De website is vooral ingericht met informatie voor ouders. Daarom is er nu wel een aparte pagina voor jongeren, waarin de hulp die praktijk Mist biedt beschreven staat. <https://www.praktijkmist.nl/jongerencoach-hulp-voor-jongeren>

Agenda

November 2022

Geen bijzonderheden.