



GGD
Amsterdam

Groepen Seksueel Geweld

2016 - 2017

Steunpunt Seksueel Geweld

voor kinderen

voor meiden

voor licht verstandelijk gehandicapten

voor vrouwen

voor slachtoffers van mensenhandel en vluchtelingen

voor moeders

voor familieleden en naasten van plegers

voor (jeugdige) plegers

Deze gids Groepen Seksueel Geweld 2016-2017 wordt u aangeboden door het Steunpunt Seksueel Geweld van de GGD Amsterdam. Gratis extra exemplaren (maximaal 5) kunt u aanvragen via onderstaand adres.

Voor informatie over andere hulpverleningsmogelijkheden rond seksueel geweld vestigen wij uw aandacht op de Verwijsgids Seksueel Geweld die wij uitgeven. Ook publiceren wij twee maal per jaar de nieuwsbrief InZicht waar u zich gratis voor kunt aanmelden.

Daarnaast kunt u bij ons terecht voor informatie en advies met betrekking tot beleidsontwikkeling en hulpverlening na seksueel geweld.

Voor richtlijnen met betrekking tot signalering en handelen bij (een vermoeden van) kindermishandeling verwijzen wij u naar de Meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling: meldcode.nl.

Marianne van Staa,
Teamleider Steunpunt Seksueel Geweld

augustus 2016

Steunpunt Seksueel Geweld

GGD Amsterdam

Postbus 2200

1000 CE Amsterdam

T: 020 555 5227 (maandag t/m donderdag)

E: ssga@ggd.amsterdam.nl

ggd.amsterdam.nl

inhoud

type groep	naam instelling	start groep	leeftijd	soort groep	pagina
voor kinderen	Kinder- en Jeugdtraumacentrum	september 2016 januari 2017	4-17	therapiegroep	6
voor meiden	BRight GGZ Jeugd en Gezin De Bascule BRight GGZ Jeugd en Gezin	oktober 2016 bij voldoende deelname bij voldoende deelname	15-20 14-18 13-18	therapiegroep praatgroep therapiegroep	7 8 9
voor licht verstandelijk gehandicapten	MEE Amstel en Zaan MEE Amstel en Zaan MEE Amstel en Zaan	najaar 2016 bij voldoende deelname bij voldoende deelname	18+ 18+ 12-18	weerbaarheidsgroep weerbaarheidsgroep weerbaarheidsgroep	11 12 13
voor vrouwen	Psychotherapy & Movement Stichting VPSG BRight GGZ Jeugd en Gezin Blijf Groep Dynamo / Blijf Groep GGZ inGeest Kinder- en Jeugdtraumacentrum en Jeugdriagg Noord Holland Zuid	september 2016 september 2016 najaar 2016 doorlopend doorlopend doorlopend doorlopend	18-85 25-65 18-30 18+ 18+ 18-60 18-25	therapiegroep bezienningsgroep therapie/lotgenotengroep weerbaarheidsgroep praatgroep traumastabilisatiecursus therapiegroep	15 16 17 18 19 20 21
voor slachtoffers van mensenhandel en vluchtelingen (v)	Equator Foundation Equator Foundation / Centrum '45 Equator Foundation / Centrum '45 Equator Foundation / Centrum '45	doorlopend bij voldoende deelname bij voldoende deelname doorlopend	18+ 18+ 18+ 18+	therapiegroep lichaamsgerichte therapiegroep schematherapiegroep stabilisatiecursus	24 25 26 27
voor moeders	GGZ inGeest	najaar 2016		lotgenotengroep	29
voor familieleden en naasten van plegers	Stop it Now!	bij voldoende deelname	nvt	lotgenotengroep	30
voor (jeugdige) plegers	Kinder- en Jeugdtraumacentrum De Waag	doorlopend doorlopend	4-11 18+	therapiegroep therapiegroep	31 32

Kinder- en Jeugdtraumacentrum

onderdeel van Kenter Jeugdhulp

Twee maal per jaar (januari en september) biedt het Kinder- en Jeugdtraumacentrum gestructureerde, gesloten **therapiegroepen voor kinderen en jongeren van 4 t/m 17 jaar die seksueel misbruik binnen of buiten het gezin hebben meegemaakt en voor hun niet-misbruikende ouders**. De groepen worden aangeboden voor kinderen (jongens en meisjes) van 4 t/m 7 jaar, van 8 t/m 12 jaar en 13 t/m 17 jaar.

Intake criteria

Er is vastgesteld dat er sprake is geweest van misbruik en het misbruik is beëindigd.

Contra indicaties

Emotioneel (nog) niet in staat zijn deel te nemen aan een groep, alcohol of drugsmisbruik, strijd tussen ouders over wel/niet mogelijk seksueel misbruik, (ernstige) psychiatrische problematiek, zwakbegaafdheid.

Doelstelling

Opheffen van emotionele en/of gedragsproblemen (mede) ontstaan door het misbruik en de commotie rondom het bekend worden ervan, emotionele verwerking van het seksueel misbruik binnen een veilige omgeving van leeftijd- en lotgenoten.

aantal bijeenkomsten: 15

duur: 1½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: wisselend

aantal deelnemers: -

aanmelden: informatie en aanmelding dagelijks van 10.00-11.00 uur en 14.00-15.00 uur
KJTC: 023 512 7777

kosten: geen

deelname: niet regiogebonden

Werkwijze

De groepen zijn trauma-gericht, cognitief-gedragstherapeutisch en gesloten. Dat wil zeggen dat vanaf de start het misbruik aan de orde wordt gesteld en er gewerkt wordt aan de hand van thema's die de therapeuten naar voren brengen. De groep verloopt volgens een vaste structuur.

Methodieken

Praten, tekenen, toneelspelen, zingen, bewegen en gebruik van een werkboek.

begeleiding: n.t.b.

bijzonderheden: Parallel aan de kindergroepen zijn er groepen voor verzorgende niet misbruikende ouders om hen te ondersteunen en adviseren zodat zij hun kind kunnen helpen met de verwerking. Deelname aan oudergroepen is verplicht.

BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam

In oktober 2016 start BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam een half gestructureerde, gesloten **therapiegroep 'Niet de Enige!' voor meisjes van ongeveer 15 tot ongeveer 20 jaar met incestervaring** (seksueel misbruik door familieleden en/of goede bekenden van het gezin).

Intake criteria

Seksueel misbruik moet gestopt zijn; deelname aan de groep moet gesteund worden door (tenminste iemand uit) de omgeving van het meisje.

Contra indicaties

Overheersende verslavingsproblematiek of ernstige psychiatrische problematiek.

Doelstelling

Het (gaan) delen van de misbruikervaringen, het verkleinen van het isolement, het leren omgaan met problemen die met het misbruik te maken hebben, het verwerken van de ervaringen.

aantal bijeenkomsten: 15

duur: 1½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: nog nader te bepalen

aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 8

aanmelden: telefonisch of via e-mail bij Lennie Staats

kosten: geen

deelname: niet regiogebonden, Amsterdam en omstreken

Thema's

Het seksueel misbruik, de verhouding tot de ouder(s), de verhouding tot degene die het misbruik gepleegd heeft, omgaan met leeftijdgenoten, seksualiteit, agressie, het eigen lichaam, vertrouwen in zichzelf, vertrouwen in anderen.

Methodieken

Groepsgesprekken, rollenspelen, schrijf- en tekenoefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten.

begeleiding: Lennie Staats en co-therapeute
bijzonderheden: geen

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met Lennie Staats: 020 772 8147,
E: info@brightggz.nl of lenniestaats@brightggz.nl.

De Bascule Traumacentrum

Bij voldoende vraag start de Bascule een gestructureerde, gesloten **praatgroep 'Delen en doorgaan'** voor meiden van 14 tot 18 jaar met seksueel geweldervaring.

Intake criteria

Een eerdere individuele behandeling hebben ontvangen heeft de voorkeur. Het is echter mogelijk dat een cliënt geen eerdere behandeling heeft gehad en een individueel traject ook niet nodig heeft. In dat geval is de cliënt dus geschikt voor deelname aan de groep. Ook tussenvormen op maat zijn mogelijk (voorafgaand aan de groep korte individuele behandeling en daarna groepstherapie). Groepstherapie voor meiden kan ook op maat worden ingezet in een speciaal aanbod aan scholen, bijvoorbeeld wanneer seksuele intimidatie en seksueel misbruik binnen een groep op school heeft plaatsgevonden.

Contra indicaties

Verslavingsproblematiek, psychiatrische problematiek waarvoor nog verandering nodig is, onveilige situatie.

aantal bijeenkomsten: 7 plus 1 terugkomdag
duur: 1½ uur
frequentie: 1 x per week
dagdelen: dinsdagmiddag
aantal deelnemers: minimaal 5, maximaal 8
aanmelden: via Centraal Aanmeld- en Informatiepunt van de Bascule met schriftelijke verwijzing
kosten: geen
deelname: niet regiogebonden

Doelstelling

Het eigen misbruik in breder perspectief kunnen plaatsen waardoor verandering van perceptie en evaluatie van wat is gebeurd plaatsvindt. Evenals het vergroten van vaardigheden voor heden en toekomst.

Thema's

Schuld en schaamte, verder na misbruik, grenzen verkennen en aangeven.

Methodieken

Rollenspelen, lijfwerk, schrijfoefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten.

begeleiding: Harriet Hofstede
bijzonderheden: geen

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met Harriet Hofstede, E: h.hofstede@debascule.nl of telefonisch: 06 24677486.

BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam

BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam biedt een gestructureerde, gesloten **therapiegroep 'Steps'** voor meisjes van 13 tot 18 jaar met een eenmalige seksueel geweldervaring zoals aanranding/verkrachting.

Intake criteria

PTSS klachten als gevolg van een eenmalige aanranding of verkrachting door een niet gezinslid, participatie van de ouder(s).

Contra indicaties

Eerder chronisch (seksueel) trauma, een te laag IQ, verslavingsproblematiek of ernstige psychiatrische problematiek.

Doelstelling

Het verminderen van de PTSS symptomen; het zoveel mogelijk opgeven van vermijdingsgedrag.

aantal bijeenkomsten: 8 + 2 follow-up bijeenkomsten na 6 / 12 maanden
duur: 2 uur
frequentie: 1 x per week
dagdelen: nog niet bekend
aantal deelnemers: maximaal 4
aanmelden: schriftelijk, bij voorkeur na telefonisch overleg
kosten: geen
deelname: niet regiogebonden, Amsterdam en omstreken

Thema's

Uitleg over seksueel geweld/PTSS, schrijven en praten over de gebeurtenis, uitleg van arts en politie, revictimisering, terugvalpreventieplan.

Methodieken

Cognitieve gedragstherapie: psycho-educatie, schrijven, praten, cognitief herstructureren, exposure in vivo.

begeleiding: Caroline Poleij en een co-therapeute
bijzonderheden: Parallel aan de groep worden er 6 bijeenkomsten voor moeders en vaders georganiseerd in een oudergroep met als doelstelling het optimaal steunen van hun dochter tijdens het verwerkingsproces.
 Wanneer er bij aanmelding te weinig deelnemers zijn, kan het programma individueel gevolgd worden. Voor nadere info kunt u contact opnemen met Caroline Poleij: 020 7728147, E: info@brightgggz.nl of carolinepoleij@brightgggz.nl

MEE Amstel en Zaan

MEE Amstel en Zaan start in het najaar 2016 een half gestructureerde, gesloten **mentale en fysieke weerbaarheidstraining voor (zeer) moeilijk lerende mannen vanaf 18 jaar met incest- en/of (seksueel) geweldervaring.**

Intake criteria

Kunnen participeren in een groep; de deelnemer is gemotiveerd om aan deze groep deel te nemen; de deelnemer is mobiel/niet rolstoelgebonden.

Contra indicaties

Gebruik van medicijnen die de motoriek ernstig beïnvloeden; veel absences/dissociatieve storingen hebben; teveel woede; teveel angst; teveel problemen in het hier en nu die om voorrang vragen.

Doelstelling

De deelnemer heeft geoefend met het aanleren van gevechts- en verdedigingstechnieken, de deelnemer is zich bewust van zijn kracht, houding en stemgebruik.

De deelnemer heeft geoefend met het herkennen en aangeven van zijn grenzen.

Thema's

Mentale weerbaarheid (grenzen aangeven, nee-zeggen, groepsdruk), fysieke weerbaarheid (vecht- en verdedigingstechnieken).

Methodieken

Rollenspelen, lijfwerk, ontspanningsoefeningen.

aantal bijeenkomsten: 8

duur: 1½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: nog niet bekend

aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 12

aanmelden: schriftelijk, digitaal via meeaz.nl

kosten: geen

begeleiding: n.t.b.

bijzonderheden: Deze groep wordt ook in de andere regio's van MEE Amstel en Zaan aangeboden. Ook mensen uit regio's Haarlemmermeer, Amstelland en Zaanstreek & Waterland kunnen aan deze groep deelnemen.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met MEE Amstel en Zaan, E: cursus@meeaz.nl

MEE Amstel en Zaan

MEE Amstel en Zaan biedt een half gestructureerde, gesloten mentale en fysieke weerbaarheidstraining voor (zeer) moeilijk lerende vrouwen vanaf 18 jaar met incest- en/of (seksueel) geweldervaring.

Intake criteria

Kunnen participeren in een groep; de deelnemer is gemotiveerd om aan deze groep deel te nemen; de deelnemer is mobiel/niet rolstoelgebonden.

Contra indicaties

Gebruik van medicijnen die de motoriek ernstig beïnvloeden; veel absences/dissociatieve storingen hebben; teveel woede; teveel angst; teveel problemen in het hier en nu die om voorrang vragen.

Doelstelling

De deelnemer heeft geoefend met het aanleren van gevechts- en verdedigingstechnieken, de deelnemer is zich bewust van haar kracht, houding en stemgebruik.

De deelnemer heeft geoefend met het herkennen en aangeven van haar grenzen.

Thema's

Mentale weerbaarheid (grenzen aangeven, nee-zeggen, groepsdruk, loverboys), fysieke weerbaarheid (vecht- en verdedigingstechnieken).

Methodieken

Rollenspelen, lijfwerk, ontspanningsoefeningen.

aantal bijeenkomsten: 8

duur: 1½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: nog niet bekend

aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 12

aanmelden: schriftelijk, digitaal via meeaz.nl

kosten: geen

begeleiding: n.t.b.

bijzonderheden: Deze groep wordt ook in andere regio's van MEE Amstel en Zaan aangeboden. Ook mensen uit regio's Haarlemmermeer, Amstelland en Zaanstreek & Waterland kunnen aan deze groep deelnemen.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met MEE Amstel en Zaan, E: cursus@meeaz.nl

MEE Amstel en Zaan

MEE Amstel en Zaan biedt een half gestructureerde, gesloten mentale en fysieke weerbaarheidstraining voor (zeer) moeilijk lerende meisjes van 12 tot 18 jaar met incest- en/of (seksueel) geweldervaring.

Intake criteria

Kunnen participeren in een groep; de deelnemer is gemotiveerd om aan deze groep deel te nemen; de deelnemer is mobiel/niet rolstoelgebonden.

Contra indicaties

Gebruik van medicijnen die de motoriek ernstig beïnvloeden; veel absences/dissociatieve storingen hebben; teveel woede; teveel angst; teveel problemen in het hier en nu die om voorrang vragen.

Doelstelling

De deelnemer heeft geoefend met het aanleren van gevechts- en verdedigingstechnieken, de deelnemer is zich bewust van haar kracht, houding en stemgebruik.

De deelnemer heeft geoefend met het herkennen en aangeven van haar grenzen.

Thema's

Mentale weerbaarheid (grenzen aangeven, nee-zeggen, groepsdruk, loverboys), fysieke weerbaarheid (vecht- en verdedigingstechnieken).

Methodieken

Rollenspelen, lijfwerk, ontspanningsoefeningen.

aantal bijeenkomsten: 8

duur: 1½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: nog niet bekend

aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 12

aanmelden: schriftelijk, digitaal via meeaz.nl

kosten: geen

begeleiding: n.t.b.

bijzonderheden: Deze groep wordt ook in andere regio's van MEE Amstel en Zaan aangeboden. Ook mensen uit regio's Haarlemmermeer, Amstelland en Zaanstreek & Waterland kunnen aan deze groep deelnemen.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met MEE Amstel en Zaan, E: cursus@meeaz.nl



Psychotherapy & Movement

Psychotherapy & Movement biedt een gesloten, half gestructureerde **therapiegroep voor volwassenen met incest- en/of seksueel geweldervaring van 18 tot 85 jaar.**

Intake criteria

In bezit zijn van een verwijfsbrief van de huisarts.

Contra indicaties

Actieve suïcidaliteit, (forse) automutilatie.

Doelstelling

Leren beter te functioneren in het "hier en nu" op gebied van diverse levensgebieden. Traumagerelateerde klachten verminderen en copingsvaardigheden vergroten.

Thema's

Seksueel geweld, incest, fysiek geweld, omgaan met traumatische jeugdervaringen en daaruit voortkomende klachten.

Methodieken

Rollenspelen, schrijf oefeningen, co-counselen, ontspanningsoefeningen en huiswerkopdrachten.

aantal bijeenkomsten: 16

duur: 1,5 uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: dinsdagochtend of avond

aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 12

aanmelden: per email naar

info@psychotherapymovement.nl

kosten: bij een geldige verwijfsbrief wordt groepspsychotherapie in principe vergoed door zorgverzekeraar

deelname: niet regiogebonden

begeleiding: drs. Paula de Jong, klinisch psycholoog, drs. Mellony van Hemert en drs. Luciano Zoon, psychotherapeuten in opleiding

bijzonderheden: geen

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met Psychotherapy & Movement per e-mail: info@psychotherapymovement.nl

Stichting VPSG

Stichting VPSG start in september 2016 een open, gestructureerde **praat- en doe/bezinningsgroep voor vrouwen van 25 tot 65 jaar met incest-en/of seksueel geweldervaring in de kerk of daarbuiten.**

Intake criteria

Je bent al verder in het verwerkingsproces en staat open om zelf verder te komen in groepsverband.

Contra indicaties

Psychose en als er onlangs een ingrijpende gebeurtenis heeft plaatsgevonden.

Doelstelling

Verkennen van levensthema's, voor mensen die al wat verder zijn in het verwerkingsproces van seksueel misbruik en er is aandacht voor spiritualiteit en zingeving.

aantal bijeenkomsten: 3 dagen per jaar
duur: 10.00 u – 16.00 u
datum: 24 september 2016 en de data in 2017 volgen
dagdelen: in de ochtend en in de middag op zaterdags
aantal deelnemers: minimaal 5, maximaal 8
intake: ja
aanmelden: telefonisch
kosten: € 10,00
deelname: niet regiogebonden, centrale plek is in Utrecht

Thema's

Zelfcompassie "ik en mijn verhaal" - "de bronnen waaruit ik leef" (en eerder zijn gegeven "de plaats waar ik ben, waar ik sta/vergeving" en "intimiteit, wonen bij jezelf").

Methodieken

Schrijf oefeningen, co-counselen, ontspanningsoefeningen, tekeningenopdracht, begeleidde visualisatie, groepsgesprek en informatief.

begeleiding: Maddy de Bruin en Judith van der Werf
bijzonderheden: het is geen lotgenotengroep. Ieder komt voor haar eigen proces en kan bestemming vinden. Tevens vindt er vanaf september 2016 op de locatie in Haarlem om de week op dinsdagmorgen een yogagroep plaats (voor vrouwen met misbruikervaring).

BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam

In najaar 2016 start BRight GGZ Jeugd en Gezin Amsterdam een half gestructureerde, gesloten **therapiegroep 'Hoe verder?' voor meiden en vrouwen van 18 tot 30 jaar met seksueel geweldervaring.** Naast uitwisseling van ervaringen wordt ingegaan hoe om te gaan met de gevolgen van seksueel geweld.

Intake criteria

Basis-generalistische en specialistische ambulante GGZ-problematiek, met de nadruk op klachten na het meemaken van een ingrijpende seksueel geweld gebeurtenis.

Contra indicaties

Sterk op de voorgrond staande persoonlijkheidsproblematiek, verslaving en sterke dissociatieve klachten.

Doelstelling

Het beter leren omgaan met de gevolgen van dit geweld en deze nare gebeurtenis een plek geven. Uitvinden wat hierbij helpend is en ervaren dat anderen, die hetzelfde hebben meegemaakt, je kunnen steunen.

aantal bijeenkomsten: 10
duur: 1½ uur
frequentie: 1 x per 14 dagen
dagdelen: nog nader te bepalen
aantal deelnemers: minimaal 3, maximaal 6
aanmelden: minimaal 3, maximaal 6 telefonisch spreekuur 020 7728147 van 12.00 tot 13.00 uur of via de site brightggz.nl of E: carolinepoleij@brightggz.nl
intake: ja
kosten: de hulp kan plaatsvinden binnen basis-generalistische of specialistische GGZ

Thema's

Niet schuldig zijn, maar wel schuldig voelen. Ze begrijpen er niks van! Wie vertel je het wel of niet. Het is gebeurd, daar is niks aan te veranderen! Hoe verdraag en beheers ik mijn gevoelens? Geleidelijk aan weer doen wat ik wil. Ik ben niet meer wie ik was, maar wie ben ik dan? Wordt seks weer ooit normaal? Terugval, terug bij af? Keuze thema's.

Methodieken

Cognitief gedragstherapeutische technieken, mindfulness-technieken, praten, voorlichting krijgen over reacties, emotieregulatie-vaardigheden.

deelname: Amsterdam en omstreken
begeleiding: Caroline Poleij
bijzonderheden: geen

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met: Caroline Poleij, Lennie Staats en Lynsey Reich.

Blijf Groep Amsterdam

Blijf Groep biedt een half gestructureerde, gesloten weerbaarheidsgroep 'Sterk' voor vrouwen vanaf 18 jaar met (huiselijk-) geweldservaringen, of incest- en/of seksueel misbruikervaring(en).

Intake criteria

Vrouwen die problemen hebben met het voelen of stellen van grenzen en daardoor op een of meer levensgebieden problemen ondervinden.

Contra indicaties

Twee vrouwen uit één systeem. Onvoldoende Nederlands spreken om het groepsgesprek te kunnen volgen.

Doelstelling

Vergroting weerbaarheid, vermindering transgenerationale overdracht van geweld, toegang hulpverlening vereenvoudigen, uitbreiding persoonlijk netwerk. Informatie geven over geweld en effecten en taboe doorbreken om over mishandeling te praten. Leren omgaan met eigen ervaringen en die een plek geven. Cursus gaat uit van wat vrouwen kunnen.

aantal bijeenkomsten: 12

duur: 2½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: wisselend per stadsdeel

aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 14

aanmelden: de cursus wordt georganiseerd via maatschappelijk werk en in buurthuizen

kosten: éénmalig € 20,- of minder (betalingsregeling is mogelijk)

deelname: regiogebonden, buurtbewoners hebben voorrang

Thema's

Grenzen stellen naar bekenden en onbekenden, omgaan met gevoelens van woede, angst en schaamte, effecten mishandeling/geweld, gezonde en ongezonde relaties, opkomen voor jezelf in het dagelijks leven en ruimte nemen voor jezelf, opkomen voor jezelf in situaties waar anderen je grenzen overschrijden.

Methodieken

In deze psycho-fysieke weerbaarheidstraining wordt zowel gewerkt aan individuele fysieke en psychische weerbaarheid als aan empowerment op groepsniveau. Aan bod komen o.a. lijfwerk, zelfverdediging, rollenspelen, ontspanningsoefeningen en groepsgesprekken.

begeleiding: docente weerbaarheid Blijf Groep samen met een maatschappelijk werkster.

bijzonderheden: de groep wordt aangeboden in samenwerking met verschillende maatschappelijk werk organisaties en/of buurtcentra.

Voor een folder of nadere informatie over een groep in een van de stadsdelen kunt u contact opnemen met de Blijf Groep:

T: 06 31973341, E: p.singerling@blijfgroep.nl.

In de (digitale) folders staan contactgegevens van de begeleidsters voor meer informatie en aanmelding.

Dynamo / Blijf Groep Amsterdam

Algemeen Maatschappelijk Werk

Dynamo biedt in samenwerking met de Blijf Groep de half gestructureerde, open **praatgroep 'Je bent niet de enige' voor vrouwen vanaf 18 jaar die geestelijke en/of lichamelijke (seksuele) mishandeling hebben meegemaakt binnen een partnerrelatie.**

Intake criteria

Voor vrouwen die een onveilige relatie hebben gehad en waar sprake was van geestelijk en/of lichamenlijk en seksueel geweld.

Contra indicaties

Zware verslaving, zware psychiatrische problematiek waardoor deelname in groepsverband niet mogelijk is.

Doelstelling

Erkenning, herkenning en ondersteuning, doorbreken van isolement, verwerking, beter aangeven van grenzen, inzicht krijgen in oorzaken, voorkomen van herhaling.

aantal bijeenkomsten: 2 x 10 bijeenkomsten per jaar

duur: 2 uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: dinsdagochtend of woensdagochtend

aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 12

aanmelden: bij AMW Dynamo, Puur Zuid of Blijf Groep Amsterdam

kosten: geen

deelname: niet regiogebonden

Thema's

Hoe kan ik voorkomen dat ik in een nieuwe relatie weer bedreigingen en/of agressie meemaak, hoe geef ik mijn grenzen aan, hoe zorg ik dat ik mij niet meer schuldig voel en schaam, opkomen voor jezelf, nee zeggen.

Methodieken

Rollenspelen, lijfwerk, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerk opdrachten.

begeleiding: Wilma van der Camp en Linda Morren, Chantal Holland en Herma Andringa

bijzonderheden: geen

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met de afdeling Algemeen Maatschappelijk Werk van Dynamo: 020 4620300 en E: secretariaatAMW@dynamo-amsterdam.nl of met Linda Morren: 06 46371256, E: l.morren@blijfgroep.nl of met Chantal Holland van de Blijf Groep: 06 11952778, E: c.holland@blijfgroep.nl.

GGZ inGeest

locatie A.J. Ernststraat

GGZ inGeest, locatie A.J. Ernststraat start twee of drie maal per jaar de gestructureerde, gesloten traumastabilisatiecursus 'Vroeger en verder' voor vrouwen van circa 18 tot circa 60 jaar die seksueel misbruik en/of lichamelijke mishandeling in jeugd of volwassen relatie hebben meegemaakt.

Intake criteria

Herhaald seksueel misbruik en/of lichamelijke mishandeling in jeugd of volwassen relatie en klachten van complexe PTSS.

Contra indicaties

Psychotische periodes, overmatig gebruik van drugs of alcohol wat behandeling (nog) in de weg staat.

Doelstelling

Vergroten van kennis over traumagerelateerde klachten (psycho-educatie), meer controle krijgen over de klachten, meer vaardigheden leren. Deze cursus is niet gericht op traumaverwerking, maar kan daarvoor een goede voorbereiding zijn. Naast de cursus is een individueel behandelcontact (vrijgevestigd of via GGZ) een voorwaarde.

aantal bijeenkomsten: 20 + 2 terugkombijeenkomsten

duur: 2 uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: variabel

aantal deelnemers: minimaal 8, maximaal 12

aanmelden: bij Aanmelding en Informatie, GGZ inGeest: 020 7884666 (werkdagen 10.00-16.00 uur)

kosten: geen

deelname: niet regiogebonden

Thema's

Posttraumatische stressstoornis (PTSS), complexe PTSS, slaapproblemen, dissociatie, gevoelens leren verdragen, kromme gedachten aanpakken, schuldgevoel, schaamte, wantrouwen en assertiviteit.

Methodieken

Ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten, cognitieve gedragstherapie, psycho-educatievaardigheden, werkboek Vroeger en verder.

begeleiding: n.t.b.

bijzonderheden: in principe start er 2-3 x per jaar een nieuwe groep.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met: Kathleen Thomaes, E: k.thomaes@ggzingeest.nl en Lida Langenacker, E: l.langenacker@ggzingeest.nl.

Kinder- en Jeugdtraumacentrum + Jeugdriagg Noord Holland Zuid

onderdeel van Kenter Jeugdhulp

Het hele jaar door bieden het Kinder- en Jeugdtraumacentrum en de Jeugdriagg gesloten, gestructureerde therapiegroepen voor meisjes/ jonge vrouwen van 18 tot 25 jaar met incest- en/ of seksueel misbruikervaring(en).

Intake criteria

De seksueel misbruikervaring(en) vond(en) in het verleden plaats. Cliënte heeft er nu nog last van.

Contra indicaties

Psychose; overmatig gebruik van alcohol of drugs; er niet over kunnen of willen praten; andere problemen staan momenteel op de voorgrond.

Doelstelling

Verwerking van het seksueel misbruik, omgaan met de gevolgen ervan, vermindering van de klachten ten gevolge van het seksueel misbruik, versterking van het sociale netwerk.

aantal bijeenkomsten: 10-20

duur: 2 uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: in overleg

aantal deelnemers: minimaal 5, maximaal 8

aanmelden: telefonisch bij Esther Verhees: 023 5127777 of E: everhees@kjtc.nl

kosten: geen

deelname: niet regiogebonden

Thema's

De groep is traumaspecifiek, directief en gesloten. Vanaf de start wordt het seksueel misbruik aan de orde gesteld en er wordt gewerkt aan de hand van de volgende thema's: kennismaking; doelstellingen- en klachteninventarisatie psycho-educatie; praten over de seksueel misbruikervaring(en); schuld en schaamte; boosheid; assertiviteit; stellen van grenzen; familie en vrienden; emotieregulatie; dissociatie; lichaam en seksualiteit; de kracht van je gedachten; evaluatie; toekomst; afscheid.

Methodieken

Rollenspelen, lichaamsgerichte oefeningen, schrijf oefeningen, ontspanningsoefeningen, huiswerkopdrachten, cognitieve gedragstherapie, creatieve therapietechnieken en algemene psychotherapie.

begeleiding: Esther Verhees

bijzonderheden: voor ouders van de betreffende cliënten worden mits de jongere daarmee instemt, voorlichtings/begeleidingsbijeenkomsten georganiseerd.

Voor nadere informatie over de groepen kunt u contact opnemen met: Esther Verhees: 023 5127777 of E: everhees@kjtc.nl.



Equator Foundation

De Equator Foundation biedt een half gestructureerde open **therapiegroep vrouwen die slachtoffer zijn geweest van mensenhandel (vrouwen vanaf 18 jaar) met fysiek en/of seksueel geweldervaring(en).**

Intake criteria

Vrouwelijke slachtoffers van mensenhandel en van andere vormen van (seksueel) geweld, vrouwen die in dagelijks leven veel lijdensdruk ervaren door angst- en depressieve klachten, vrouwen die behoefte hebben om klachten te delen en hierover advies te krijgen van lotgenoten, in staat zijn om 80% van de bijeenkomsten aanwezig te zijn.

Contra indicaties

Ernstige dissociatie, ernstige depressie, psychose, verslaving.

Doelstelling

Algemeen: gericht op emotieregulatie, verbeteren van relaties, vergroten van autonomie en verminderen van

lijdensdruk. Concrete doelen: opbouwen eigen steunsysteem, hulp vragen en ervaren, hulp geven, eigen behoeften ontdekken, grenzen ervaren en leren stellen, beter omgaan met emoties.

Thema's

Emotieregulatie, omgaan met nachtmerries en slaapproblemen, activering dag-structuur, interpersoonlijke relaties.

Methodieken

Lichaamsgericht werken, psycho-educatie, cognitief gedragstherapeutische interventies, lotgenotencontact, oefen- en ervaringsgericht werken.

aantal bijeenkomsten: deelname is gemiddeld één jaar
duur: 1½ uur
frequentie: 1 x per week
dagdelen: woensdagmiddag
aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 12
aanmelden: telefonisch: 020 8407676
kosten: geen
deelname: niet regiogebonden

begeleiding: GZ-psycholoog en psychomotorisch therapeut
bijzonderheden: voorwaarde is Nederlandse of Engelse taalbeheersing.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met de Equator Foundation: T: 020 8407676 of E: info@equatorfoundation.nl

Equator Foundation en Stichting Centrum '45

Equator Foundation en Stichting Centrum '45 bieden een gestructureerde gesloten **lichaamsgerichte therapiegroep aan voor vrouwen met incest- en/of seksueel geweldervaring (vluchtelingen en asielzoekers 18 jaar tot 65 jaar).**

Intake criteria

Vrouwelijke slachtoffers van (vroegkinderlijke) misbruik, verwaarlozing, (seksueel) geweld, die willen werken aan het verkrijgen van een positievere lichaams-, intimiteits- en seksualiteitsbeleving en die al een vorm van traumagerichte behandeling hebben gehad.

Contra indicaties

Onbehandelde psychotische stoornissen, alcohol/drugsverslaving, ernstige suïcidaliteit.

Doelstelling

Het ontwikkelen van een positievere lichaamsbeleving en intimiteitsbeleving door het opdoen van nieuwe ervaringen. Bespreekbaar maken van intimiteit en hieraan

gerelateerde aspecten van lichamelijkeheid. Het inzicht krijgen in het verband tussen seksueel geweld of misbruik en huidige lichaams- en intimiteitsbeleving.

Thema's

Lichaamsbeleving, grenzen, eigen wensen en behoeften, intimiteit en seksualiteit.

Methodieken

Psychomotorische therapie, lijfwerk, psychodrama en ontspanningsoefeningen.

aantal bijeenkomsten: 12
duur: 1½ uur
frequentie: 1 x per week
dagdelen: woensdagochtend
aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 8
aanmelden: Bureau Aanmelding 088 2245245, op werkdagen van 09.00 – 15.00 uur
kosten: geen
deelname: niet regiogebonden

begeleiding: psychomotorisch therapeut en sociotherapeut/ yoga therapeut
bijzonderheden: voorwaarde is Nederlandse of Engelse taalbeheersing

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met s.bieleveldt@centrum45.nl of a.zomer@equatorfoundation.nl of via Bureau Aanmelding, E: info@equatorfoundation.nl of mail@centrum45.nl

Equator Foundation en Stichting Centrum '45

Equator Foundation en Stichting Centrum '45 bieden een half open gestructureerde **schematherapiegroep (dagbehandeling)** aan voor vrouwen met incest- en/of seksueel geweldervaring (vluchtelingen en asielzoekers 18 jaar tot 65 jaar).

Intake criteria

Deze groep is bedoeld voor vrouwelijke patiënten die naast een PTSS last hebben van langdurige emotieregulatie-, impulscontrole en/of interpersoonlijke problemen passend binnen persoonlijkheidsproblematiek cluster B (en C), die ontstaan zijn in de vroege jeugd. Er dient sprake te zijn van reflectief, verbaliserend en mentaliserend vermogen en goede beheersing van Engelse en/of Nederlandse taal.

Contra indicaties

Onbehandelde psychotische stoornissen, alcohol/drugsverslaving, ernstige suïcidaliteit.

Doelstelling

Doel van de behandeling is het doorbreken van hardnekkige denk- en gedragspatronen die in de jeugd ontstaan zijn

en die de bron vormen van heftige stemmingswisselingen, problemen in interpersoonlijke contacten en het gehele functioneren beïnvloeden. Het verwerken van traumatische ervaringen uit de jeugd, het verbeteren van het zelfbeeld en het anders leren omgaan met heftige emotionele reacties op alledaagse situaties, in contact met anderen zijn is hier onderdeel van.

Thema's

Patronen herkennen in de manier van (emotioneel) reageren en oefenen met anders reageren. Psycho-educatie.

Methodieken

Schematherapiegroep volgens model van Farrel and Shaw.

aantal bijeenkomsten: één jaar
duur: dagbehandeling 10.00 -14.00 uur, aansluitend mogelijkheid voor individuele traumagerichte therapie (EMDR/NET)
frequentie: 1 x per week
dagdelen: dinsdagochtend + middag
aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 9
intake: ja
aanmelden: Bureau Aanmelding 088 2245245, op werkdagen van 09.00 – 15.00 uur

kosten: geen, behalve eigen risico verzekeraar op GGZ-behandeling
deelname: niet regiogebonden
begeleiding: klinische psychologen/psychotherapeuten, GZ-psycholoog, arts psychomotorisch therapeut, sociotherapeut
bijzonderheden: voorwaarde is Nederlandse of Engelse taalbeheersing

Voor nadere informatie over de groep kunt u terecht bij info@equatorfoundation.nl of mail@centrum45.nl of via Bureau Aanmelding.

Equator Foundation en Stichting Centrum '45

Equator Foundation en Stichting Centrum '45 bieden een gestructureerde gesloten **stabilisatiecursus voor vrouwen die slachtoffer zijn geweest van mensenhandel (meiden en vrouwen vanaf 18 jaar) met fysiek en/of seksueel geweldervaring(en).**

Intake criteria

Stabilisatiecursus voor vrouwen die slachtoffer zijn geweest van seksueel geweld en die ten gevolge van het geweld een PTSS ontwikkeld hebben.

Contra indicaties

Ernstige depressie, ernstige psychose, ernstige dissociatie, slechte behandelcompliance.

Doelstelling

Stabilisatie en voorbereiding op traumagerichte therapie.

Thema's

Psycho-educatie, stress, regulatie van emoties, veiligheid en grenzen, eigen wensen en behoeften en persoonlijke ruimte.

Methodieken

Psychomotorische therapie en ontspanningsoefeningen.

aantal bijeenkomsten: 12
duur: 1½ uur
dagdelen: woensdagochtend
aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 12
aanmelden: telefonisch: 020 8407676
intake: ja
kosten: geen
deelname: niet regiogebonden

begeleiding: psychomotorisch therapeut en sociotherapeut
bijzonderheden: er wordt gewerkt met tolken, indien mensen onvoldoende Nederlands of Engels spreken

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met de Equator Foundation: T: 020 8407676 of E: info@equatorfoundation.nl

GGZ inGeest

locatie Overschiestraat, Traumapoli Jeugd en Gezin Amsterdam

In het najaar start GGZ inGeest, Traumapoli Jeugd en Gezin Amsterdam, een half gestructureerde, gesloten **lotgenotengroep voor moeders van kinderen met een seksueel misbruikervaring.**

Intake criteria

Het seksueel misbruik moet gestopt zijn; kunnen profiteren van een groep.

Contra indicaties

Verslaving; ernstige psychiatrische problematiek.

Doelstelling

Helpen de gebeurtenis een plaats te geven middels uitwisseling en (h)erkenning; het eigen verhaal zodanig herschrijven dat het gebeurde voor betrokkenen hanteerbaar wordt en de ouder het kind beter kan steunen; eigen krachtbronnen versterken; beter gebruik leren maken van steunbronnen; handvaten voor omgang met het kind.

Thema's

Betekenis en gevolgen van het misbruik voor kind en de rest van het gezin in diverse leeftijdsfasen; eigen ervaringen en gevoelens; hoe om te gaan met (gedrag en signalen van) het kind; seksualiteit; opvoeding.

Methodieken

Uitwisseling in de groep, schrijf oefeningen, huiswerkopdrachten, creatieve technieken, psycho-educatie, cognitief-gedragstherapeutische technieken.

aantal bijeenkomsten: 8 à 10
duur: 1½ uur
frequentie: 1 maal per veertien dagen
dagdelen: dinsdagmiddag 15.30-17.00 uur
aantal deelnemers: bij voldoende aanmeldingen start de groep
aanmelden: telefonisch via secretariaat Jeugd & Jongeren: 020 7885600
kosten: € 10,- (materialen)
deelname: niet regiogebonden

begeleiding: Woike Helder (systeemtherapeut)
bijzonderheden: de groep is bedoeld voor moeders waarvan de kinderen ingeschreven bij GGZ inGeest staan. Indien hier vraag naar is, wordt aan vaders afzonderlijk een aanbod gedaan.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met Woike Helder, E: w.helder@ggzingeest.nl

Stop it Now!

Telefonische hulplijn, in samenwerking met de Waag, Centrum voor Ambulante Forensische Psychiatrie

Stop it Now! begeleidt, in samenwerking met de Waag, **lotgenotengroepen voor partners, familie en naasten van personen die seksueel grensoverschrijdend gedrag vertonen.**

Intake criteria

Familieleden en naasten van (potentiële) plegers van een zedendelict die zitten met vragen en/of zorgen.

Doelstelling

De naasten van plegers van zedendelicten zijn een groep slachtoffers die vaak worden vergeten. Een gebeurtenis als bijvoorbeeld een doorzoeking van de politie, omdat iemand kinderporno heeft gedownload, heeft veel impact op de omgeving en roept veel vragen op. Naasten zitten met zorgen en vragen en kunnen (en/of durven) dit, gezien de beladenheid van het onderwerp, niet met anderen bespreken.

Thema's

Gedurende vijf bijeenkomsten worden er verschillende thema's besproken.

Methodieken

Naast het verstrekken van informatie, het meedenken over moeilijke situaties en het bieden van een luisterend oor, is er met name veel ruimte voor erkenning en herkenning onder de lotgenoten. De groepen staan onder begeleiding van professionals met specifieke kennis op dit gebied.

aantal bijeenkomsten: 5

duur: n.t.b.

frequentie: n.t.b.

dagdelen: n.t.b.

aantal deelnemers: wisselend

aanmelden: telefonisch: 0800 2666436

kosten: geen

deelname: niet regiogebonden, bijeenkomst vindt plaats in Amsterdam

begeleiding: n.t.b.

bijzonderheden: Stop it Now! biedt gratis en anoniem telefonische hulp aan mensen die pedofiele gevoelens ervaren, of personen die deze gevoelens vermoeden bij iemand in hun omgeving. Voor volwassenen maar ook voor jongeren onder de 18 jaar.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen: 0800 2666436 of mailen met info@stopitnow.nl

Kinder- en Jeugdtraumacentrum

onderdeel van Kenter Jeugdhulp

Het hele jaar door biedt het Kinder- en Jeugdtraumacentrum bij voldoende aanmelding **gesloten, gestructureerde therapiegroepen voor kinderen van 4 tot 11 jaar die seksueel grensoverschrijdend gedrag vertonen. Deze groepen worden aangeboden voor kinderen van 4 t/m 7 en van 8 t/m 11 jaar.**

Intake criteria

Cliënt(e) vertoont seksueel grensoverschrijdend (agressief) gedrag ten opzichte van andere kinderen dat met behulp van de normale opvoedkundige maatregelen niet te verhelpen is. Ouders van cliënt(e) zijn bereid intensief deel te nemen aan het programma en ook thuis aan de slag te gaan met het programma.

Contra indicaties

Zwakbegaafdheid, (ernstige) psychiatrische problematiek.

Doelstelling

Opheffen van sociaal niet aanvaardbaar seksueel gedrag van jonge kinderen dat belastend is voor kinderen en volwassenen in hun omgeving en (meestal) voor de kinderen zelf.

aantal bijeenkomsten: 15 wekelijkse bijeenkomsten

duur: 1½ uur

frequentie: 1 x per week

dagdelen: wisselend, mede afhankelijk van de deelnemers

aantal deelnemers: maximaal 4

aanmelden: informatie en aanmelding dagelijks van 10.00 tot 11.00 uur en 14.00 tot 15.00 uur
KJTC: 023 5127777

kosten: geen

Thema's

Voorlichting over seksualiteit, mijn lijf en jouw lijf, begrenzing, leren stop zeggen en stop "doen", seksuele gedragsregels, kijken door de ogen van de ander.

Methodieken

Rollenspellen, lijfwerk, ontspanningsoefeningen, cognitieve gedragstherapie.

deelname: niet regiogebonden

bijzonderheden: Indien het seksueel grensoverschrijdend gedrag het gevolg is van seksueel misbruik kan na de groep nog een behandeling voor het seksueel misbruik volgen.

Parallel aan de kindergroepen zijn er groepen voor niet misbruikende ouders om hen te ondersteunen en adviseren. Deelname aan deze oudergroepen is verplicht.

De Waag

Centrum voor Ambulante Forensische Psychiatrie,
in samenwerking met hulplijn Stop it Now!

De Waag biedt binnen het SGG-zorgprogramma (Seksueel Grensoverschrijdend Gedrag) op maat gemaakt aanbod voor de **behandeling van volwassen plegers van seksueel grensoverschrijdend gedrag**.

Intake criteria

Er zijn diverse modules waarmee gewerkt wordt. Bij de introductiemodule wordt gewerkt aan het versterken van het netwerk van de cliënt, maar ook aan motivatie en aan zijn zelfbeeld. Verder worden krachten en problemen in kaart gebracht. Aan het eind van de module wordt een persoonlijk behandelplan opgesteld.

Contra indicaties

Op de voorgrond staande verslavingsproblematiek, ernstige crisisgevoeligheid en floride psychotische ziektebeelden.

Doelstelling

Alle modules uit het SGG-zorgprogramma zijn gericht op het terugdringen van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Er is aandacht voor seksualiteit, versterken van het

netwerk, verbeteren van de impulscontrole en vergroten van inzicht in gebeurtenissen en gedachten die seksueel grensoverschrijdend gedrag veroorzaken.

Thema's

De onderwerpen binnen de kernmodule zijn gericht op het vergroten van de controle op het SGG. Daarom wordt er stil gestaan bij het thema seksualiteit. Verder is er o.a. aandacht voor het verbeteren van de oplossingsvaardigheden en relationele vaardigheden, het anders leren denken om daarmee gedrag te beïnvloeden en het krijgen van meer controle over emoties. Er wordt afgesloten met het opstellen van een toekomstplan.

Methodieken

De behandeling wordt afgestemd op de persoonlijke mogelijkheden en risicofactoren van cliënt.

aantal bijeenkomsten: doorlopend; totaal aantal sessies afhankelijk van aard en ernst van de problematiek

duur: 1 uur

frequentie: 1 x per week of meer indien nodig

dagdelen: verschilt per groep of module

aantal deelnemers: wisselend

aanmelden: via de website of via de dagelijkse aanmeld-sprekuren (11.30 - 12.30 en 15.00 - 16.00) 020 4626333. Cliënten kunnen verwezen worden door de (huis)arts of een vertegenwoordiger van de reclassering, justitie of politie.

kosten: worden vergoed door ziektekostenverzekeraar (waarbij wel een (verplicht) eigen risico kan gelden) of justitie.

deelname: niet regiogebonden

bijzonderheden: niet regiogebonden. U kunt zich aanmelden bij de locaties Amsterdam, Zaandam en Haarlem.

Voor nadere informatie over de groep kunt u contact opnemen met de Waag





colofon

uitgave: **Steunpunt Seksueel Geweld** | GGD Amsterdam

grafisch ontwerp: Yusuf Kho vormgever IA BNO

© Amsterdam 2016

voor kinderen

voor meiden

voor licht verstandelijk gehandicapten

voor vrouwen

voor slachtoffers van mensenhandel en vluchtelingen

voor moeders

voor familieleden en naasten van plegers

voor (jeugdige) plegers

Steunpunt Seksueel Geweld

GGD Amsterdam

Postbus 2200

1000 CE Amsterdam

(maandag t/m donderdag) T: 020 5555227

E: ssga@ggd.amsterdam.nl