

Leefstijltraining Problematisch gokken

Tijdens de intake kan met u worden overeengekomen dat het volgen van de leefstijltraining u kan helpen bij het onder controle krijgen van uw problematisch gokgedrag. Wanneer u daarmee akkoord gaat kan de training starten bij JellinekMentrum.

Wat is het doel van de behandeling?

Het doel van de leefstijltraining is om u vaardigheden aan te leren om u te helpen bij het stoppen met gokken.

Wat is de inhoud van de behandeling?

De leefstijltraining problematisch gokken is gebaseerd op motiverende gespreksvoering en cognitieve gedragstherapie.

De leefstijltraining kan zowel individueel als in groepsverband gevolgd worden. Het individuele behandelplan bestaat uit 10 sessies van 45 minuten verspreid over maximaal een half jaar. In groepsverband bestaat de behandeling uit 12 wekelijkse bijeenkomsten van 120 minuten verdeeld over 3 maanden.

De inhoud van een individuele behandeling verschilt niet met de inhoud van een groepstraining, maar wanneer u deelneemt aan een groep profiteert u wel van de ervaringen van uw groepsgenoten.

Wat wordt er van mij verwacht?

Om de kans op succes zo groot mogelijk te maken wordt ook van u gevraagd dat u actief met de training bezig bent tussen de verschillende sessies in. Dat betekent dat u een aantal opdrachten thuis uitvoert aan de hand van het werkboek dat bij de training hoort. Deze opdrachten worden tijdens de sessies weer met u besproken.

Hoe wordt leefstijltraining afgesloten?

De behandeling wordt afgesloten met een evaluatie. De behaalde resultaten worden besproken: de successen, maar ook de tegenvallers. Ook wordt besproken of aan uw verwachtingen is voldaan. Uw huisarts wordt dan door ons schriftelijk op de hoogte gesteld van het beëindigen van de groep, met een ontslagbrief. Ook wanneer er vervolgzorg met u is afgesproken wordt de huisarts daarvan op de hoogte gesteld.

Informatie

Voor meer informatie kunt u per e-mail of telefonisch contact opnemen met JellinekMentrum, info@jellinekmentrum.nl of tel. 035 - 622 2911 of zie onze website: www.jellinekmentrum.nl.

Adres JellinekMentrum

Noordse Bosje 43, 1211 BE Hilversum
tel. 035 – 622 2911