



# Gezins- ontwikkeling

Samen zoeken naar  
oplossingen bij  
opvoedingsvragen

**cosis**

hulp bij een verstandelijke  
of psychische beperking

# Opvoeden is een hele klus

Opvoeden is een hele klus, waarbij jullie als ouders verschillende vragen kunnen hebben. Door deze vragen voelen jullie je misschien onzeker of zelfs machteloos. Medewerkers van Cosis Gezinsontwikkeling kunnen jullie behandeling en begeleiding bieden om samen oplossingen te zoeken. Gezinsontwikkeling gaat uit van de krachten van het gezin en sluit aan bij wat al wél goed gaat.



## Voor wie?

Gezinsontwikkeling van Cosis is voor kinderen en jeugdigen van 0 maanden tot 18 jaar en hun ouders. Ook tijdens de zwangerschap kan Gezinsontwikkeling al begeleiding bieden aan aanstaande ouders. De begeleiding is op maat en richt zich op de opvoeding en ontwikkeling van jullie kind binnen jullie eigen gezin. Als ouders kun je problemen ervaren op een of meerdere gebieden, waarbij de problemen rond de opvoeding centraal staan. Door deze problemen kan jullie draaglast zo zwaar worden, dat je ook op andere levensgebieden problemen krijgt. Zoals bijvoorbeeld de persoonlijke ontwikkeling van een van de gezinsleden, het voeren van een huishouden en de relatie tussen partners. Op deze manier verergeren de problemen van jullie gezin en kunnen gevoelens van spanning, onzekerheid en machteloosheid toenemen.

Als een kind in jullie gezin een ontwikkelingsachterstand heeft of moeilijk gedrag vertoont, dan kan het lastig zijn om als ouders een gezonde basis te creëren voor het opgroeien. Misschien heb je zelf een verstandelijke of psychische beperking en heb je vragen over opvoeden? We kunnen samen bespreken wat belangrijk is in de opvoeding en wat past bij de ontwikkeling van jullie kind of kinderen.

## Hoe werkt Gezinsontwikkeling?

Gezinsontwikkeling biedt hulp en ondersteuning in de gezinssituatie zelf. Samen met ouders en het kind kijken we naar wat wél goed gaat. Door vragen te stellen aan ouders en kind betrekken we iedereen actief bij het begeleiden. We gaan uit van jullie eigen kracht! Zo denk je als ouders en kind zelf mee in het ontdekken en kiezen van oplossingen. Moeilijkheden in het gezinsleven staan nooit op zichzelf. Vaak ontstaan ze doordat wat je moet doen (de draaglast) te veel is voor wat je kunt (de draagkracht). Gezinsontwikkeling werkt samen met het gezin aan het herstel van die balans. Waar mogelijk en met instemming van jullie gezin betrekken we jullie netwerk in de begeleiding. Jullie netwerk is zeker belangrijk als er meerdere problemen spelen, zoals bijvoorbeeld financiën of de woonsituatie.

Patricia, moeder van Demi, Mathijs en Carlijn:

“Via het Centrum Jeugd en Gezin (CJG) heb ik in de coronatijd (weer) hulp gezocht omdat het niet zo goed ging met mijn 5-jarige zoon. Ik was erg blij dat de coach die ik twee jaar geleden had nu ook weer beschikbaar was. Via beeldbellen kreeg ik veel steun van mijn coach. Kon ik mijn verhaal doen en kreeg ik tips. Het is erg fijn dat ze ook mee gaat met gesprekken over mijn jongste zoon in het ziekenhuis. Mijn man en ik kunnen niet alles onthouden wat artsen zeggen. Onze coach kan het dan met ons nabespreken en schrijft het voor ons op. Ik ben erg tevreden over Cosis en onze coach.”



Gezinsontwikkeling werkt oplossingsgericht. Wij gaan er vanuit dat elk probleem mogelijkheden biedt voor het vinden van eigen oplossingen. De gezinscoaches zijn IAG (intensieve Ambulante Gezinsbehandeling) geschoold. Deze methode richt zich op het versterken van de krachten en mogelijkheden van de gezinsleden en hun netwerk.

De coaches en begeleiders hebben een open, niet-veroordelende en positieve grondhouding. Hij of zij besteedt veel aandacht aan het opbouwen van een werkrelatie en het aansluiten bij jullie wensen, jullie ervaringen en belevingen. Naast de methode IAG gebruiken de gezinscoaches andere methodieken zoals Video Home Training, Sherborne ouder en kindspel en omgaan met complexe scheidingen. Waar nodig zetten we ook therapie of behandeling in om de weerbaarheid te versterken of bepaalde gebeurtenissen te verwerken. Een goede samenwerking met jullie gezin vinden we belangrijk om optimaal hulp te kunnen bieden.

In principe bestaat het team uit een begeleider en/of een coach. Het team kan afhankelijk van de vraag en het traject extra expertise van een gedragswetenschapper inroepen.

## Cosis Gezinsontwikkeling Groningen en Drenthe

De medewerkers van Cosis Gezinsontwikkeling zijn werkzaam in Groningen en Drenthe. Ze hebben veel specifieke kennis en ervaring. Kortdurende en effectieve hulp ‘zo dicht mogelijk bij de samenleving’ is ons uitgangspunt. Daarbij weten wij als geen ander hoe het is om binnen netwerken te functioneren en deze te optimaliseren. We werken dan ook, in afstemming met ouders, nauw samen met verschillende ketenpartners.

Onze medewerkers zijn opgeleid in het signaleren van veiligheid en zijn verplicht te werken volgens de meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling wanneer dit van toepassing is. Wij werken open en transparant en laten zoveel mogelijk de regie bij ouders.



Daniëlle, moeder van Travis en Kiaro:

“Ik ben een alleenstaande moeder en woon samen met mijn twee zonen. Het opvoeden is niet altijd makkelijk omdat ik me niet altijd even sterk voel. Gezinsontwikkeling komt nu anderhalf jaar bij ons over de vloer en ik ben zeer blij met de tips die ik krijg. Ik kan alles vragen en er wordt serieus naar me geluisterd. Soms gaat de begeleiding van Gezinsontwikkeling ook mee naar bijvoorbeeld Accare. Ik vind het zelf lastig om mijn vragen goed te verwoorden en ben dan blij met een steun in de rug. Ik heb ook veel gehad aan de videotraining. Je kunt dan heel goed terugzien en bespreken hoe situaties verlopen. Voorlopig blijf ik zeker dankbaar gebruik maken van de hulp van Gezinsontwikkeling.”

Cosis heeft de kennis en kunde om ondersteuning te bieden in de zoektocht naar alternatieven als het ondanks alle inspanningen niet meer lukt om een kind in de thuissituatie te laten opgroeien.

### **Meer weten over Gezinsontwikkeling bij Cosis?**

- Uitgebreide informatie vind je op [www.cosis.nu](http://www.cosis.nu).
- Bellen kan ook: Cliëntservice Cosis 088 839 3298.
- Of stuur een email: [gezinsontwikkeling@cosis.nu](mailto:gezinsontwikkeling@cosis.nu).



**cosis**

hulp bij een verstandelijke  
of psychische beperking