

JoVo-groep

Voor jongvolwassenen (± 18 – 25 jaar oud) die het lastig vinden belangrijke keuzes in hun leven te maken



Voor wie is de JoVo-groep bedoeld?

De JoVo-groep is er voor mannen en vrouwen tussen (ongeveer) 18 en 25 jaar. Mensen in deze leeftijdsfase noemen we ook wel jongvolwassenen. Dit korten we af tot JoVo.

Jongvolwassenen zijn vaak bezig met dezelfde dingen:

sociale contacten (vrienden) opbouwen, liefdesrelaties aangaan, je losmaken van je ouders, zelfstandig worden en belangrijke keuzes maken. Die keuzes gaan bijvoorbeeld over waar je wilt wonen, welke opleiding je gaat doen of wat voor werk je wilt doen.

Bij sommige mensen lukt dit allemaal goed, maar niet bij iedereen. Je kunt dan onzeker worden en niet goed weten hoe je dingen aan moet pakken.

Als je daar last van hebt, kan de JoVo-groep je helpen.

Hoe is de werkwijze bij de JoVo-groep?

De JoVo-groep bestaat uit ongeveer vijf tot acht personen.

Tijdens de bijeenkomsten wordt er gepraat over problemen en dingen waar je last van hebt. Je komt er dan achter dat je niet de enige bent bij wie het allemaal even niet lukt.

Vaak is dat fijn om te horen. In de groep kun je elkaar tips geven en met elkaar meedenken. Hierdoor merk je vaak dat anderen iets voor jou kunnen betekenen, en dat jij ook iets voor de ander kan betekenen.

Uitleg krijgen en werken aan doelen

Tussendoor krijg je ook uitleg over sommige onderwerpen, bijvoorbeeld over hoe je anders over dingen kunt leren denken. Of over het verschil tussen gevoelens en gedachten.

Vervolgens proberen we er samen voor te zorgen dat je de dingen die je leert, gaat gebruiken in jouw dagelijks leven.

Dit doen we door elke week een klein doel te bedenken voor iedereen uit de groep. Met dat doel ga je dan een week aan de slag. De week daarop kijken we samen terug: hoe ging het en is het gelukt om jouw doel te bereiken? Op deze manier proberen we in kleine stapjes dingen te veranderen in je leven.

Door wie wordt de JoVo-groep begeleid?

De JoVo-groep wordt begeleid door twee behandelaren bij VGGNet. Dit kunnen zijn: een psycholoog, orthopedagoog of sociaal psychiatrisch verpleegkundige (SPV).

Wat is het resultaat van de JoVo-groep?

Nadat je de groep hebt gevolgd, sta je vaak sterker in je schoenen.

Je weet beter wat je wilt of wat jij belangrijk vindt.

Ook kom je erachter dat heel veel dingen eigenlijk al best goed gaan in jouw leven!

Dat geeft je zelfvertrouwen.

Waar en hoe vaak komt de JoVo-groep bij elkaar?

De JoVo-groep komt ongeveer 12 keer bij elkaar, samen met de twee begeleiders.

Er is elke week een bijeenkomst en deze duurt twee uur. De groep wordt gegeven in één van de gebouwen van VGGNet.

Zijn er kosten verbonden aan de behandeling?

De kosten van de behandeling worden vergoed door jouw ziektekostenverzekering.

Wel kan het zijn dat er nog kosten voor je eigen risico bij je in rekening worden gebracht door jouw ziektekostenverzekeraar.

Meer informatie nodig?

Bel dan naar VGGNet. De telefoonnummers vind je hieronder. Het secretariaat kan je doorverbinden met één van de begeleiders van de groep.

Aanmelden

Als je wilt meedoen aan de JoVo-groep, overleg je met jouw behandelaar bij VGGNet of deze jou hiervoor wil aanmelden.

Contactgegevens:

Hier vind je de contactgegevens van de drie locaties van VGGNet:

Doetinchem - Amphitron

VGGNet Polikliniek en Deeltijdbehandeling

Bezoekadres: Amphionstraat 3

7001 DP Doetinchem

Telefoon secretariaat: 088-933 3700

Fax secretariaat: 088-933 3844

E-mail: svggnet@vggnet.nl

Vordenseweg 12 (gebouw Laakveld)

7231 PA Warnsveld

Telefoon secretariaat: 088-933 1582

Fax secretariaat: 088-933 3806

E-mail: svggnet@vggnet.nl

Apeldoorn - Stationsstraat

VGGNet Polikliniek

Bezoekadres: Stationsstraat 47a

7311 NN Apeldoorn

Telefoon secretariaat: 088-933 1639

Fax secretariaat: 088-933 3856

E-mail: svggnet@vggnet.nl

Algemeen postadres

VGGNet

Postbus 2003

7230 GC Warnsveld

Warnsveld – Terrein GGNNet, Laakveld

VGGNet Kliniek