



Psychische problemen in de familie cursus

Een cursus voor familieleden, partners en andere
direct betrokkenen van mensen met psychische
problemen

Psychische problemen in de familie

Het hebben van een psychisch probleem is zwaar voor degene die het overkomt maar ook naastbetrokkenen kan het veel spanning geven.

Vaak ervaren naastbetrokkenen gevoelens van verdriet, machteloosheid, onbegrip, eenzaamheid, schaamte en soms ook conflicten. Het gedrag van iemand met psychische problemen kan veel vragen oproepen. Soms vragen naastbetrokkenen zich af hoe ze het beste om kunnen gaan met moeilijke situaties of ervaren zij zich overbelast door de situatie.

Heeft u in uw familie of directe omgeving iemand die kampt met psychische problemen; bijvoorbeeld een depressie, angststoornis, autisme (ASS), psychose of een ander psychisch probleem?

Herkent u zich in bovenstaande omschrijving dan is de cursus 'Psychische problemen in de familie' mogelijk iets voor u.

Doel en inhoud

In deze cursus leert u meer over de achtergrond van de problemen en spreken we over verschillende manieren van omgaan hiermee. Het doel is dat u zich minder belast voelt door de situatie. In de cursus komen thema's aan de orde, zoals: psychische problemen in gezin en relatie, de balans tussen draagkracht en draaglast, de invloed van denken op ons gedrag, grenzen stellen en zorgen voor uzelf naast de zorg voor de ander.

Praktische informatie

De cursus bestaat uit 6
bijeenkomsten van 2 uur.

Data:

Dinsdag

8 + 15 + 22 + 29 september,

6 + 13 oktober 2026

van 14.00-16.00 uur.

Locatie:

MVT Arnhem

Slochterenweg 40

6835 DX Arnhem

Er zijn geen kosten voor
deelname aan verbonden.

*Deze cursus is voor inwoners
van de gemeente Arnhem.*

Informatie/aanmelden

Informatie/aanmelden

Voor meer informatie of
aanmelding voor de cursus kan

je/kunt u tijdens kantooruren

contact opnemen met het

secretariaat van Preventie

via (026) 312 44 83,

<https://propersona.nl/preventie/p>

[sychische-problemen-in-de-](https://propersona.nl/preventie/p)

[familie/](https://propersona.nl/preventie/p) of scan de QR code.



Pro Persona helpt

Pro Persona Preventie

T (026) 312 44 83

E preventie@propersona.nl

W www.propersona.nl/preventie

KvK 41053219