

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
Samen Nuchter	Volwassen naasten van mensen die overmatig alcohol en/of andere drugs gebruiken	Het online zelfhulpprogramma bestaat uit twee thema's: 'Kwaliteit van eigen leven' en 'Motiveren van naaste' met in totaal 12 onderdelen.	Op de website <a href="http://www.loketgezondleven.nl">www.loketgezondleven.nl</a> bij interventies zoeken of via de Jelinek Kliniek
Help, mijn kind kan niet zonder!	Voor ouders en opvoeders met kinderen (12 tot 23 jaar) die problematisch alcohol drinken of te veel drugs gebruiken, overmatig gamen of gokken.	Een ondersteunende groepscursus die is gericht op het verbeteren van de communicatie binnen het gezin, grenzen stellen en inzicht krijgen in consequenties van gedrag en om regie in het gezin terug te krijgen. De cursus bestaat uit 5-6 wekelijkse groepsbijeenkomsten van 2 uur	Op de website <a href="http://www.loketgezondleven.nl">www.loketgezondleven.nl</a> bij interventies zoeken of bij Brijder Jeugd
Piep zei de muis	Voor gezinnen (met kinderen tussen de 4 en 8 jaar) waar ziekte, psychosociale problemen en verslavingsproblemen spelen.	een laagdrempelige, wijkgerichte interventie die is gericht op het voorkomen van problemen bij kinderen op latere leeftijd. De interventie bestaat uit veertien bijeenkomsten voor kinderen en vier ouderbijeenkomsten.	<a href="http://www.nji.nl/interventies/piep-zei-de-muis">www.nji.nl/interventies/piep-zei-de-muis</a>
KopOpOuders	Voor ouders en partners van ouders met psychische en/of verslavingsproblemen met minimaal één kind in de leeftijd van 1-18 jaar met een vraag op het gebied van opvoedondersteuning.	De online cursus is gericht de vergroting van de opvoedcompetentie van ouders met psychische en/of verslavingsproblematiek. De interventie kent twee varianten: Een groepscursus en een zelfhulp variant. De groepscursus bestaat uit acht gestructureerde wekelijkse online bijeenkomsten van anderhalf uur. De zelfhulpvariant bestaat uit vijf modules	Op de website <a href="http://www.loketgezondleven.nl">www.loketgezondleven.nl</a> bij interventies zoeken of bij Trimbos Instituut

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
KOPPsupport/Kopstoring	Voor adolescenten en jongvolwassenen van 16 t/m 25 jaar van wie één of beide ouders psychische en/of verslavingsproblemen hebben en die zelf geen ernstige gedrags- en/of emotionele problemen hebben.	Een online cursus gericht op het verkleinen van de kans dat KOPP/KOV jongeren zelf ernstige psychische problemen ontwikkelen. De cursus bestaat uit 8 gestructureerde wekelijkse bijeenkomsten van anderhalf uur.	Op de website <a href="http://www.loketgezondleven.nl">www.loketgezondleven.nl</a> bij interventies zoeken of bij Trimbos Instituut
Betere Start	Gedetineerde en ex-gedetineerde moeders	Een interventie gericht op het voorkomen van recidive bij gedetineerde en ex-gedetineerde moeders, en latere gedragsproblemen bij hun kinderen. De interventie is gericht op versterken van de opvoeding, cognitieve en sociale vaardigheden en zelfregulatie. De interventie bestaat uit een combinatie van 14 wekelijkse groepsessies van 2 uur en 15 minuten en vier individuele huisbezoeken van 1,5 uur. De interventie is gebaseerd op de interventie Incredible years.	<a href="http://www.nji.nl/interventies/betere-start">www.nji.nl/interventies/betere-start</a>
Behavioral Parent Training Groningen	Voor ouders van kinderen (4 tot 12 jaar) met ADHD en gedragsproblemen.	Een gedragstherapeutische groepstraining die ouders kennis over de problematiek van hun kind biedt en hen traint in vaardigheden om het gedrag van hun kind te beïnvloeden. De interventie bestaat uit 12 wekelijkse (of twee wekelijkse) groepsbijeenkomsten van uur, voor- en een nagesprek en een terugkombijeenkomst.	<a href="http://www.nji.nl/interventies/behavioral-parent-training-groningen-groep-bptg-g">http://www.nji.nl/interventies/behavioral-parent-training-groningen-groep-bptg-g</a>

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
Incredible Years	Voor ouders van kinderen van 3 tot en met 8 jaar met een oppositioneel-opstandige of antisociale gedragsstoornis, of met het risico die te ontwikkelen	Een groepstraining die is gericht op het vergroten van opvoedingsvaardigheden en het gewenste gedrag bij kinderen stimuleren via complimenten en beloningen. Ook leren ouders hoe ze ongewenst gedrag kunnen verminderen. De interventie bestaat uit minimaal 18 wekelijkse sessies van 2 uur.	<a href="http://www.nji.nl/interventies/incredible-years">www.nji.nl/interventies/incredible-years</a>
CRAFT	Voor naasten van individuen met een verslavingsprobleem, door middelengebruik (drugs, alcohol), gamen en/of gokken	Tijdens CRAFT leren naasten hoe ze hun dierbare kunnen motiveren in behandeling te gaan en hun eigen kwaliteit van leven te verbeteren. De training bestaat uit een groeps- en individuele variant. De groepsvariant bestaat uit 7-8 wekelijkse bijeenkomsten face-to-face van 1,5 tot 2 uur. De individuele variant bestaat uit 3-12 individuele gesprekken.	<a href="#">Brochure-CRAFT.pdf (te vinden op <a href="http://ww.jellinek.nl">ww.jellinek.nl</a>)</a>
5-stappen methode bij naasten	Voor volwassen naasten van mensen die overmatig alcohol en/of andere drugs gebruiken en/of gok- of gameproblematiek hebben.	Een interventie gericht op het vergroten van de veerkracht van de naasten en hun last verminderd. De training kan in groepsverband of individueel worden gegeven. De groepsvariant bestaat uit vijf wekelijkse bijeenkomsten van 2 uur en de individuele variant bestaat uit vijf wekelijkse bijeenkomsten van 1 uur.	<a href="#">De 5-stappen methode bij naasten - Arkin Onderzoek</a>

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
Training de MAT	Voor familieleden en naasten van mensen met psychische of verslavingsproblemen.	Een groepstraining gericht op het versterken van een veilige en effectieve samenwerking met hun zieke familielid maar ook met de hulpverlening en anderen binnen het gezin. De training bestaat uit 7 wekelijkse bijeenkomsten van 3 uur.	<a href="#">Bureau de Mat BV   Bureau de Mat</a>
Doe-praatgroep	Gericht op kinderen tussen de 8 en 12 jaar die opgroeien in een gezin met tenminste één ouder met psychische en/of verslavingsproblematiek.	Via de interventie wordt de kinderen spelenderwijs geleerd hoe ze hun emoties kunnen uiten, wat er thuis speelt en hoe ze hierover kunnen praten en bij wie ze terecht kunnen voor steun. De doe-praatgroep bestaat uit 8 bijeenkomsten en 2 ouderbijeenkomsten.	<a href="#">Doe-praatgroep   Nederlands Jeugdinstituut (nji.nl)</a>
Naast jou	Voor ouders, partners en andere familieleden van iemand met een verslaving	De online interventie bestaat uit 5 modules waar men individueel aan werkt. De modules zijn: 1) Zorgen voor jezelf 2) Grenzen stellen 3) Plezier, vriendschap en steun 4) Belang van eigen veiligheid 5) Stoppen met beschermen. Naast jou is gebaseerd op CRAFT	<a href="#">Naast jou CRA Online module - Novadic-Kentron</a>

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
Training WMEE: Werken met eigen ervaring als Naaste	Voor naaste van iemand met een psychische kwetsbaarheid	Via de training wordt geleerd om de eigen ervaring functioneel in te gaan zetten ter ondersteuning van anderen. De training bestaat uit 8 wekelijkse bijeenkomsten van 3 uur.	<a href="https://www.kernkracht.nl/trainingen/training-werken-met-eigen-ervaring-als-naaste/">https://www.kernkracht.nl/trainingen/training-werken-met-eigen-ervaring-als-naaste/</a>
Samen ondersteunen groep	Voor mensen die in hun directe omgeving betrokken zijn bij personen die moeten herstellen van leven ontwrichtende gebeurtenissen zoals ziekte, psychische- of verslaving gerelateerde problemen	Een training om als naastbetrokkene eigen ervaring en ervaringskennis te gebruiken om anderen te ondersteunen. De training bestaat uit 12 wekelijkse bijeenkomsten verdeeld over 13 weken van 3 uur Deze cursus kan als basis dienen wanneer mensen aan de slag wil gaan als familie-ervaringsdeskundige (FED).	<a href="https://centrum-fameus.nl/samen-ondersteunen/">https://centrum-fameus.nl/samen-ondersteunen/</a>
Workshop Verbindende gespreksvaardigheden voor familieleden	Voor familieleden van mensen zonder ziekte-inzicht	In de workshop wordt ingegaan wat 'gebrek aan ziekte-inzicht' inhoudt en worden handreikingen gedaan om de communicatie met hun dierbare te verbeteren. De workshop bestaat uit 6 online bijeenkomsten via Zoom.	<a href="https://www.ypsilon.org/webshop/workshops/workshop-verbindende-gespreksvaardigheden/">https://www.ypsilon.org/webshop/workshops/workshop-verbindende-gespreksvaardigheden/</a>
KOPPKVO: groepen	Voor kinderen van wie één of beide ouders psychische en/of verslavingsproblemen hebben. Er is een pubergroep voor kinderen van 12-16 jaar, een jongeren/adolescentengroep en een volwassengroep.	De cursus bestaat uit 8 gestructureerde wekelijkse bijeenkomsten van anderhalf uur. De interventie is gebaseerd op de interventie KOPPsupport/ Kopstoring.	<a href="#">KOPP/KOV   Mondriaan</a>

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
Psychische problemen in de familie: stresshantering en communicatie	Voor familieleden en naasten van mensen met psychiatrische problemen	Via de cursus krijgen naasten handvatten om om te gaan met de spanning, verantwoordelijkheid en aandoening van hun dierbare. De cursus bestaat uit 8 wekelijkse bijeenkomsten van 2 uur.	<a href="https://www.tandemmantelzorg.nl/agenda/cursus-stresshantering-en-communicatie-voor-naasten-van-iemand-met-een-psychische-kwetsbaarheid-2/">https://www.tandemmantelzorg.nl/agenda/cursus-stresshantering-en-communicatie-voor-naasten-van-iemand-met-een-psychische-kwetsbaarheid-2/</a>
<b>Overig aanbod</b>			
Online Platform BovenJan	Voor alle familie en naasten van mensen met psychische en verslavingsproblemen	BovenJan wil een veilige plek zijn om elkaar online te ontmoeten, ervaringen te delen, advies te krijgen en informatie te vinden. Ze willen gelijkgestemden met elkaar verbinden.	Bovenjan <a href="http://www.boven-jan.nl">www.boven-jan.nl</a>
Hulpkaart PEP	Voor alle familie en naasten van mensen met psychische en verslavingsproblemen	Kompassie heeft een PEP-familiekaart ontwikkeld voor familie en naasten van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen. De hulpkaart is specifiek voor Haagse inwoners.	<a href="https://www.kompassie.nl/wp-content/uploads/2021/11/PEP_familiekaart_online.pdf">https://www.kompassie.nl/wp-content/uploads/2021/11/PEP_familiekaart_online.pdf</a>

Naam training	Doelgroep	Omschrijving	Meer informatie
Naasten in kracht	Voor alle familie en naasten van mensen met psychische en verslavingsproblemen	Via deze website krijgen naasten informatie, tips, inspiratie en steun. Vooral van elkaar. Ook zijn er mogelijkheden om oefeningen te doen en er zijn verschillende animaties beschikbaar over onderwerpen waar naasten veel mee te maken krijgen zoals grenzen stellen.	<a href="http://www.naasteninkracht.nl/nl">www.naasteninkracht.nl/nl</a>
Mijnhelp	voor overbelaste mantelzorgers	Biedt inzicht en overzicht aan beschikbare interventies voor naasten	<a href="http://www.mijnhelp.nl/hulp-voor-overbelaste-mantelzorgers/">www.mijnhelp.nl/hulp-voor-overbelaste-mantelzorgers/</a>
MIND Atlas	Voor alle familie en naasten van mensen met psychische en verslavingsproblemen	informatie over hulp, steun en informatie die je kunt vinden via de cliënten- en naastenorganisaties;	<a href="http://www.wijzijnmind.nl/mind-atlas">www.wijzijnmind.nl/mind-atlas</a>