

Zoek het niet te ver!



Psychische problemen kunnen
ieder van ons overkomen

WWW.FLIPPEN.BE

Interessante sites

- <http://www.flippen.be/> : meer uitleg dan in deze folder.
- <http://www.hetmisverstand.be/> : voor een betere beeldvorming over psychiatrische problemen (psychose, manie, en depressie, e.a.).
- <http://www.kjt.org/> : kinder en jongerentelefoon.
- <http://www.jacvilvoorde.be/> : jongeren advies centrum waar je ook kan aankloppen als je je zorgen maakt over iemand.
- <http://www.harno.be/> : voor een huisarts in de regio Vilvoorde

Familie

- Als je ouders of andere leden van je gezin psychische problemen hebben, dan kan dat ook zwaar op jou wegen.
- <http://www.kopp-vlaanderen.be/> : antwoorden en steun voor kinderen van ouders met psychische problemen.
 - <http://www.similes.be/> : informatie en onderlinge ondersteuning voor familieleden van mensen met psychische last.
 - <http://www.vroegdetectie.be/> : informatie voor hulpverleners bij het goed herkennen van vroege psychose en 'hoge risico klachten' op psychose.



Help een vriend
om niet te flippen !

Zoek het niet te ver!



Psychische problemen kunnen
ieder van ons overkomen

WWW.FLIPPEN.BE

Interessante sites

- <http://www.flippen.be/> : meer uitleg dan in deze folder.
- <http://www.hetmisverstand.be/> : voor een betere beeldvorming over psychiatrische problemen (psychose, manie, en depressie, e.a.).
- <http://www.kjt.org/> : kinder en jongerentelefoon.
- <http://www.jacvilvoorde.be/> : jongeren advies centrum waar je ook kan aankloppen als je je zorgen maakt over iemand.
- <http://www.harno.be/> : voor een huisarts in de regio Vilvoorde

Familie

- Als je ouders of andere leden van je gezin psychische problemen hebben, dan kan dat ook zwaar op jou wegen.
- <http://www.kopp-vlaanderen.be/> : antwoorden en steun voor kinderen van ouders met psychische problemen.
 - <http://www.similes.be/> : informatie en onderlinge ondersteuning voor familieleden van mensen met psychische last.
 - <http://www.vroegdetectie.be/> : informatie voor hulpverleners bij het goed herkennen van vroege psychose en 'hoge risico klachten' op psychose.



Help een vriend
om niet te flippen !

Wanneer is het 'Flippen'? ...

Psychische problemen komen meer voor dan je denkt. Iedereen - je vriend, je familie of jezelf - kan er last van hebben, ook van psychotische reacties.

Lichte tekens van psychose zijn soms moeilijk te herkennen:

Soms word je

- nerveus
- wantrouwig
- angstig en depri
- gespannen en boos

Soms ervaar je

- dat je moe bent of slapeloos
- dat je geen zin hebt om iets te doen
- dat je snel vergeet
- een wisselend humeur
- te veel of te weinig eetlust

Soms voel je dat

- dingen rond je schijnen te veranderen
- de dingen vreemd worden
- je gedachten sneller of trager gaan

Vaak merken je familie en vrienden als eerste wanneer je

- minder actief wordt
- meer teruggetrokken wordt
- minder goed studeert of werkt
- je anders gedraagt
- minder interesse hebt in contacten met anderen

Duidelijkere tekens van psychose kunnen zijn :

- dat je ervaart **bijzondere gaven** te hebben, • dat de **anderen je niet meer kunnen begrijpen** of • dat je de indruk hebt dat je **gedachten door anderen worden gecontroleerd**. Het kan ook • dat je dingen **hoort, ziet, ruikt, voelt of proeft die er voor anderen niet zijn**.

Wanneer is het 'Flippen'? ...

Psychische problemen komen meer voor dan je denkt. Iedereen - je vriend, je familie of jezelf - kan er last van hebben, ook van psychotische reacties.

Lichte tekens van psychose zijn soms moeilijk te herkennen:

Soms word je

- nerveus
- wantrouwig
- angstig en depri
- gespannen en boos

Soms ervaar je

- dat je moe bent of slapeloos
- dat je geen zin hebt om iets te doen
- dat je snel vergeet
- een wisselend humeur
- te veel of te weinig eetlust

Soms voel je dat

- dingen rond je schijnen te veranderen
- de dingen vreemd worden
- je gedachten sneller of trager gaan

Vaak merken je familie en vrienden als eerste wanneer je

- minder actief wordt
- meer teruggetrokken wordt
- minder goed studeert of werkt
- je anders gedraagt
- minder interesse hebt in contacten met anderen

Duidelijkere tekens van psychose kunnen zijn :

- dat je ervaart **bijzondere gaven** te hebben, • dat de **anderen je niet meer kunnen begrijpen** of • dat je de indruk hebt dat je **gedachten door anderen worden gecontroleerd**. Het kan ook • dat je dingen **hoort, ziet, ruikt, voelt of proeft die er voor anderen niet zijn**.



Hoe hulp vragen?

Wanneer je je zorgen maakt over jezelf, een vriend of familielid spreek dan **EERST** met je **huisarts**, een **vertrouwensleerkracht**, het **CLB**, een **studentenbegeleider**, het **JAC** of de **sociale dienst** van je werk.

Neem deze folder mee en vraag hen of het nuttig is een 1^o contact te maken met iemand van het **VDIP-team**. (zie www.vroegdetectie.be)

Contact met VDIP

Wij gaan in een 1^o contact luisteren en samen zoeken wat er aan de hand is. We bekijken aan welke doelen en wensen je eventueel wil werken. Alle gesprekken zijn **gratis** en gaan door op een **plek die je zelf verkiest**.

Je omgeving

We vinden het belangrijk familie of vrienden beter te helpen begrijpen wat er met jou gebeurt, maar betrekken hen enkel met je goedkeuring. Zie ook : www.flippen.be

Deze folder is een initiatief van VDIP (vroeg detectie en interventie van psychose)

Hoe hulp vragen?

Wanneer je je zorgen maakt over jezelf, een vriend of familielid spreek dan **EERST** met je **huisarts**, een **vertrouwensleerkracht**, het **CLB**, een **studentenbegeleider**, het **JAC** of de **sociale dienst** van je werk.

Neem deze folder mee en vraag hen of het nuttig is een 1^o contact te maken met iemand van het **VDIP-team**. (zie www.vroegdetectie.be)

Contact met VDIP

Wij gaan in een 1^o contact luisteren en samen zoeken wat er aan de hand is. We bekijken aan welke doelen en wensen je eventueel wil werken. Alle gesprekken zijn **gratis** en gaan door op een **plek die je zelf verkiest**.

Je omgeving

We vinden het belangrijk familie of vrienden beter te helpen begrijpen wat er met jou gebeurt, maar betrekken hen enkel met je goedkeuring. Zie ook : www.flippen.be

Deze folder is een initiatief van VDIP (vroeg detectie en interventie van psychose)