

vrijwillig en kan heel nuttig zijn. Wanneer uw kind ernstige problemen heeft op school, kan de begeleiding verplicht worden.

### Gezinsbehandeling

Een kind met autisme kan heel belastend zijn voor het gezin. In deze behandeling proberen we de relaties in het gezin te verbeteren. Zodat u een zo normaal mogelijk gezinsleven kunt hebben. Ook wanneer uw kind een lastige periode meemaakt, kunnen we u ondersteunen.

### Oudercursus

Heeft uw kind een autistische stoornis en verloopt de pubertijd moeizaam? In de cursus kunt u met andere ouders ervaringen uitwisselen en krijgt u handvatten om uw kind te begeleiden.

### Cursus voor broers en zussen

Het is soms best ingewikkeld om een broer of zus met autisme te hebben.. In deze cursus hoor je meer over wat autisme inhoudt en wissel je ervaringen uit. We proberen je altijd in een groep te plaatsen met leeftijdsgenoten, zodat je zoveel mogelijk van elkaar kunt leren.

### Hoe start ik met een behandeling?

Heb je psychologische of psychiatrische behandeling nodig? En zit je al op het Altra College Bleichrodt of begin je daar binnenkort? Dan kan de Bascule je helpen. Je wordt in dat geval ingeschreven bij de Bascule en kunt snel hulp krijgen als dat nodig is. Jij bent degene die beslist of je een behandeling wilt. Van tevoren hoor je precies wanneer jouw behandeling start en eindigt. Als je op een later tijdstip opnieuw geholpen wilt worden, dan kan dat.

Zit je niet op het Altra College Bleichrodt en wil je hulp van de Bascule? Dan heb je een verwijzing nodig. Deze kun je krijgen bij jouw (huis)arts, een medewerker van een Ouder- en Kindteam, Samen DOEN team, wijk- of jeugdteam. Zij kunnen het digitale aanmeldformulier op [www.debascule.com](http://www.debascule.com) gebruiken.

### Nog vragen?

In deze folder zie je een overzicht van alle behandelingen die binnen het Altra College Bleichrodt mogelijk zijn voor jou, je ouders en de rest van het gezin. Hebben jij of je ouders vragen hierover? Mail dan naar Sylvia van Lieshout, via: [s.vanlieshout@debascule.com](mailto:s.vanlieshout@debascule.com). Sylvia is hoofdbehandelaar van het Altra College Bleichrodt. Op het inlegvel vind je adresgegevens van de andere behandelaren. Ook hen kun je mailen met jouw vragen.

### Altra College Bleichrodt

Adres Tafelbergweg 23  
1105 BC Amsterdam ZO  
Telefoon (020) 563 28 00  
maandag t/m donderdag, tot 15.30 u  
Internet [www.debascule.com](http://www.debascule.com)



Samen, beter. Daar staan we voor. We werken samen met je ouders en andere deskundigen die bij jou betrokken zijn. Ieder draagt met zijn ervaring en kennis bij aan betere hulp. Samen zetten we ons in om jou en je omgeving de hulp te bieden die nodig is. Zo werken we samen aan jouw herstel. Samen, beter.

*Aan de folder kun je geen rechten ontleen.  
Maart 2016*

## Altra College Bleichrodt

### Behandeling voor leerling en gezin



**Op het Altra College Bleichrodt volg je samen met andere jongeren van 12 tot 20 jaar speciaal onderwijs. Je werkt daar aan het behalen van je havo of vwo-diploma. Als dat nodig is, kunnen jij of je ouders extra ondersteuning krijgen. Bijvoorbeeld als je niet goed kunt meekomen op school, door een autistische stoornis of ernstige gedragsproblemen.**

De specialisten die op het Altra College Bleichrodt behandelingen geven, zijn afkomstig van de Bascule. De Bascule is een academisch centrum gespecialiseerd in kinder- en jeugdpsychiatrie en jeugdhulp. Jij en je ouders kunnen bij ons terecht als jouw problemen moeilijk te behandelen zijn of als er meerdere problemen zijn. Er zijn veel verschillende mogelijkheden op het Altra College Bleichrodt, van cursussen tot een-op-een gesprekken. Samen met jou kijken we wat het best bij jou past. Hieronder vind je een overzicht.

### **Alleen jij**

Individuele gesprekken zijn gesprekken tussen jou en een van onze behandelaren. Daarin leer je op een andere manier naar problemen kijken. Alledaagse dingen waar je tegenaan loopt op school, thuis of als je met vrienden bent. Samen met de behandelaar train je technieken om deze problemen op te lossen.

### **Ik ben speciaal**

In deze training leer je meer over autisme. We gaan het vooral hebben over de vragen die jou bezighouden. Ook je ouders krijgen informatie, zodat jullie thuis verder kunnen praten. De training duurt net zo lang als jij nodig hebt. We hebben ook trainingen voor andere problemen dan autisme.

### **Anders Boos Worden**

Als je snel agressief wordt, is deze training misschien wat voor jou. Je leert boosheid bij jezelf en anderen herkennen en oefent anders op problemen te reageren.

### **Cognitieve gedragstherapie**

Slecht slapen, depressie, angst of piekeren. Bij dit soort problemen hebben jouw eigen gedachten invloed op hoe je je voelt. Met cognitieve gedragstherapie leer je zowel je gedrag als je gevoelens te veranderen. Je onderzoekt wat jouw sterke en minder sterke kanten zijn, zodat je jezelf beter leert begrijpen. Zo kun je je zelfbeeld verbeteren, jezelf accepteren en beter omgaan met een terugval.

### **EMDR**

Als je een ingrijpende gebeurtenis hebt meegemaakt, kun je daar last van blijven houden. EMDR is een snelle behandeling die je kan helpen bij het verwerken van het trauma.

### **Psychiatrische begeleiding**

Gesprekken met een kinder- en jeugdpsychiater zijn ook mogelijk. Hij of zij begeleidt je als je medicijnen krijgt en kan je helpen als nog niet precies duidelijk is wat er met je aan de hand is (diagnose stellen).

### **In een groep**

Tijdens groepsgesprekken kun je ervaringen delen met andere jongeren en van elkaar leren.

### **Met plezier naar school**

Iedereen die voor het eerst naar de brugklas van het Altra College Bleichrodt gaat, volgt deze cursus. In drie dagen leer je je klasgenoten kennen en alvast wennen aan de nieuwe school.

### **Sociale vaardigheidstraining**

In deze training leer je hoe je het beste kunt omgaan met andere jongeren en met volwassenen. Je kunt veel met elkaar oefenen.

### **Training Agressie Controle (TACt)**

Hier leer je je boosheid op tijd herkennen en onder controle houden. Je ontdekt hoe je doelen bereikt zonder agressief te worden. Dit is een training van 30 bijeenkomsten.

### **Aspergerpraatgroep**

Deze gespreksgroep bestaat uit jongeren met de stoornis van Asperger. Je praat over alles wat jullie bezighoudt.

### **Faalangstraining**

Ben jij erg onzeker over hoe je presteert (op school)? In deze training oefen je om beter met deze angst om te gaan.

### **Slaapcursus**

Hier leer je weer een goed dag- en nachtritme te krijgen. Zo kun je beter in slaap komen en de hele nacht doorslapen.

### **Sekseducatie**

Iedereen krijgt tijdens zijn schooltijd twee keer lessen over seksualiteit. De veranderingen in je lichaam, gevoelens en (vriendschaps)relaties komen aan bod.

### **Voor het gezin**

Als ouder kent u uw kind het beste. Daarom werken we graag met u samen bij de behandeling van uw kind. Soms betrekken we ook eventuele broertjes en zusjes bij de gesprekken. Uw deskundigheid en steun is ontzettend belangrijk voor het slagen van de behandeling.

Onderstaande trainingen en cursussen zijn interessant voor het hele gezin:

### **Ouderbehandeling**

Van de ouderbegeleider leert u uw kind beter begeleiden naar het volwassen worden. Begeleiding voor ouders is

*“Door de brugklastraining maakte ik al nieuwe vrienden vóór de eerste schooldag”*