

SOMO

Samen Omgaan Met Onbegrepen Gedrag

Naastsondersteuning in regio Utrecht Informatie voor professionals

Er is veel aandacht voor de opvang van en hulp aan mensen met onbegrepen gedrag. In de regio Utrecht is daarvoor de kenniswerkplaats 'Samen Omgaan Met Onbegrepen gedrag' (SOMO) opgericht. Onderdeel is een ondersteuningsaanbod voor naasten van mensen met onbegrepen gedrag, zoals partners, familieleden, vrienden en kennissen.



Naasten kunnen zich machteloos of overbelast voelen. Er is dan vaak behoefte aan herkenning, erkenning en praktische handvatten. Dit kan de eigen draagkracht vergroten. De naaste kan dan beter omgaan met de situatie en ook hun dierbare beter ondersteunen in lastige tijden.

SOMO biedt ondersteuning op maat voor naasten: één-op-één en in groepsvorm

- **Eén-op-één:** Een familie-ervaringsdeskundige is beschikbaar voor naasten in de hele regio Utrecht. Naasten krijgen persoonlijke coaching, waarbij – als nodig – ook een naastencoach en/of familievertrouwenspersoon kan worden betrokken. Bijvoorbeeld om te helpen bij de communicatie met de GGZ-hulpverlener.
- **Groep:** Het Steunpunt Zelfregie & Herstel organiseert in Utrecht naastengroepen, met 8-12 deelnemers per groep. In deze groepen kunnen naasten ervaringen delen, steun vinden en praktische handvatten ontvangen om hun eigen draagkracht te versterken.

Beide vormen richten zich op het versterken van de veerkracht van naasten.

Ken je iemand?

Ken je naasten die mogelijk ondersteuning kunnen gebruiken bij het omgaan met hun dierbare en het versterken van hun draagkracht? Of die gewoon een luisterend oor nodig hebben? Je kunt hen de naastenfolder geven of hen aanmelden voor één-op-één begeleiding of naastengroepen.

Contactgegevens

Marga Smit – (Eén-op-één)

somomeldingnaastenondersteuning@kpnmail.nl

tel: 06-51017876

Mine Durmaz – (Groep)

Steunpunt Zelfregie & Herstel

steunpunt@zelfregie-herstel.nl

tel: 06-10423435

Meer informatie over ondersteuning van naasten?

www.boven-jan.nl / www.ypsilon.org / www.familievertrouwenspersonen.nl
[Help! Mijn dierbare is verslaafd](#) / [Steun voor familie en naasten](#)