



POEK
praktijk ouder en kind

POEK is een kleinschalig specialistisch centrum voor Infant Mental Health. We bieden psychologische zorg voor ouders en jonge kinderen van -9 maanden tot 6 jaar.

'Wat wil mijn kindje zeggen met dit huilen? Wat heeft het van mij nodig? Hoe zorg ik goed voor mijn kind en mijzelf? En hoe kan ik het gedrag begrijpen?' Het zijn vragen die iedere ouder kent, maar soms heb je als ouders de antwoorden even niet. Voor die ouders en hun kind bieden wij steun en behandeling.

Bij POEK werken we vanuit de Infant Mental Health-visie. We kijken hierbij niet alleen naar het kind, maar ook naar omgevingsfactoren. Onze focus van behandeling is de relatie tussen ouder en kind.

POEK biedt behandeling voor kinderen tot 6 jaar en hun ouders. U kunt bij ons terecht wanneer sprake is van:

- Slaapproblemen
- Overmatig huilen
- Voedings- en/of eetproblemen
- Problemen rondom zindelijkheid
- Problemen in het omgaan met emoties (driftbuien, huilen)
- Druk gedrag, niet luisteren of juist teruggetrokken gedrag
- Trauma (bijv. ziekenhuis-opnamen, operaties, huiselijk geweld)
- Vragen over het ouderschap:
 - bij vroeggeboorte of medische problematiek
 - eigen psychische problematiek
 - op jonge leeftijd ouders worden
 - ouder worden na verlies-ervaringen (miskraam, overlijden)
- Aankomend ouderschap (angst voor bevalling, vragen ten aanzien van het ouder zijn)

Waar staat IMH voor?

Infant

-9 maanden tot 6 jaar

Mental

sociale, emotionele en cognitieve ontwikkeling

Health

welzijn van het kind in relatie tot zijn ouders

Behandelvormen

Bij POEK bieden we verschillende behandelingen aan. Een behandeling kan bestaan uit een ouder-kindbehandeling, traumabehandeling, oudergesprekken en ambulante gezinsbehandeling.

Wie zijn wij?

Wij zijn Paula Wesselink, Eva Leyen, Ewa Dekker en Lisanne Mertens. Naast (GZ-)psycholoog of ambulante behandelaar zijn we allemaal IMH-geschoold als specialist of consulent.

POEK werkt samen met collega's in de regio. Zoals de ergo- en fysiotherapeut, logopedist, de GGD, verloskundige, het ziekenhuis, jeugdhulpverlening, de jeugdconsulenten van de gemeente. Ook vormen we een netwerk met andere IMH-specialisten in de regio.

Naast behandeling biedt POEK tevens training en supervisie aan professionals.

Aanmelden bij POEK is mogelijk als u woont in één van de volgende gemeenten: Alkmaar, Bergen, Castricum, Uitgeest, Heiloo of Dijk & Waard.

Aanmelden kan via:

aanmeldingen@poekalkmaar.nl

Contact

Neem gerust contact op bij vragen of voor overleg.

info@poekalkmaar.nl

Bergeonstraat 36

1851 KB Heiloo

www.poekalkmaar.nl

📞 Paula: 06 216 919 25

📞 Ewa: 06 253 034 39