



## DIT ZEGGEN OUDERS OVER DE FCU



Ik snap nu beter waar gedrag van mijn kind vandaan komt.”



Ik kan nu gerichter grenzen stellen, passend bij de leeftijd van mijn kind.”



Wij gunnen dit elk gezin. Het helpt je altijd verder, kleine aanpassingen bleken ons een grote verandering op te leveren.”



## FAMILY CHECK-UP NEDERLAND

*Family Check-Up  
laat gezinnen groeien vanuit hun eigen  
kracht en motivatie*



## HEEFT U VRAGEN?

Kijk eens op de website [www.familycheckup.nl](http://www.familycheckup.nl) of vraag uw verwijzer of betrokken hulpverlener om meer informatie.

## WAT IS DE FAMILY CHECK-UP?

De Family Check-Up (FCU) is een eenvoudige en toegankelijke manier om gezinnen met kinderen van 2 tot 17 jaar te ondersteunen. Of je nu kleine of grote vragen hebt, in korte tijd krijg je een duidelijk beeld van wat goed gaat en wat beter kan. Zo helpen we jouw gezin verder!

### DE FCU IS:

- ★ concreet
- ★ motiverend
- ★ kortdurend
- ★ positief
- ★ gericht op verandering
- ★ eventuele vervolghulp wordt gericht aangeboden of geadviseerd



# 30+

## JAAR ONDERZOEK

De Family Check-Up, ruim 30 jaar geleden ontwikkeld, heeft zich bewezen in landen als de VS, Canada en Zweden. FCU Nederland maakt deel uit van een internationaal netwerk van klinici en onderzoekers (Universiteit van Amsterdam) dat continu werkt aan innovatie en verbetering.



## HOE VERLOOPT DE FCU?

### SESSIE 1: Het interview

Je kiest één kind om op te focussen. De FCU-therapeut neemt een interview af om jullie beter te leren kennen. Na sessie 1 vragen wij om digitaal twee vragenlijsten in te vullen. Jongeren vanaf 11 jaar vullen ook vragenlijsten in. Op deze manier brengen we veel informatie in kaart.

### SESSIE 2: Video-interactietaken

Jullie voeren met je kind vier opdrachten van vijf minuten uit, thuis of elders, die de FCU-therapeut opneemt. Stap voor stap worden de opdrachten uitgelegd. Tijdens de korte opnames wacht de FCU-therapeut buiten de ruimte. Bij een aantal opdrachten kunnen broertjes en zusjes meedoen.

### SESSIE 3: Feedbackgesprek

De FCU-therapeut bespreekt de gezinsanalyse met jullie (en eventueel de jongere). Tijdens het feedbackgesprek komen informatie uit het interview, de vragenlijsten en wat op videobeelden te zien is, bij elkaar. Je krijgt op motiverende wijze een compleet beeld van je gezin, jezelf, de ontwikkeling van je kind en onderlinge patronen. Je ontdekt waar mogelijke aandachtsgebieden en waar jullie krachten liggen. Met antwoorden en eigen doelen kan je verder.

### SESSIE 4: Optionele vierde sessie

Een vierde sessie kan worden ingezet om, samen met jullie een overdracht te maken naar bijvoorbeeld school, betrokken hulpverleners of voor een verwijzing naar specifieke zorg. Het is ook mogelijk om [Everyday Parenting \(EDP\)](#) te volgen, dit is een concreet vervolg op de FCU.