

Deeltijdbehandeling persoonlijkheidsstoornissen (PHS) Informatie voor patiënten



De deeltijdbehandeling van persoonlijkheidsstoornissen (PHS) is er voor mannen en vrouwen vanaf 18 jaar met verschillende soorten persoonlijkheidsstoornissen. Voor hen geldt dat zij een intensievere vorm van behandeling nodig hebben dan wij op de polikliniek kunnen bieden. Uit ervaring blijkt dat er bij de patiënten van de deeltijdbehandeling - naast de persoonlijkheidsstoornis - ook sprake is van een stemmings- of angststoornis of een post-traumatische stressstoornis. Daar gaat echter niet de eerste aandacht in deze behandeling naar uit. Wel blijkt dat ook deze klachten vaak verbeteren bij de behandeling van de persoonlijkheidsstoornis.

Behandellijnen

De deeltijdbehandeling heeft twee behandellijnen:

- Schematherapie
- Mentalization-Based Treatment (MBT, in het Nederlands: Mentaliseren Bevorderende Therapie)

Beide zijn inzichtgevendende groepsbehandelingen met een programma van drie dagen in de week. Het programma bestaat uit een combinatie van psychotherapie, sociotherapie en diverse vaktherapieën, waaronder muziektherapie, beeldende therapie en psychomotorische therapie.

Werkwijze

Wanneer wij denken dat deeltijdbehandeling voor u een goede optie is, dan plannen wij een diagnostiekgesprek bij medewerkers van de deeltijd persoonlijkheidsstoornissen in. Dat gesprek noemen wij de indicatiestelling. Hierin bespreken wij of er een indicatie is voor intensieve behandeling. Ook kijken wij of u voldoet aan de voorwaarden om er een succesvolle behandeling van te maken.

Denk dan bijvoorbeeld aan:

- is er voldoende motivatie
- zijn er mogelijkheden tot reflectie
- is er voldoende mate van stabiliteit in psychosociaal opzicht
- gebruikt u geen middelen of heeft u voldoende motivatie om te stoppen met middelen
- is er overeenstemming over de behandeldoelen

De behandeling begint nadat er een indicatie is afgegeven om te starten met schematherapie of MBT. Het besluit voor één van beide behandelvormen nemen wij zoveel mogelijk in overleg met u. Beide behandellijnen beginnen met een voortraject. Als u dit goed heeft doorlopen, start de hoofdfase. Voor schematherapie geldt een periode van negen maanden en voor MBT twaalf maanden.

Mentalization Based Treatment (MBT)

Wat is MBT?

In MBT gaat we ervan uit dat de klachten waar patiënten met een persoonlijkheidsstoornis last van hebben voortkomen uit een verminderd vermogen om te kunnen 'mentaliseren' in die situaties. 'Mentaliseren' is het kunnen begrijpen van jezelf en anderen op het gebied van gedrag dat wordt aangestuurd door gevoelens, gedachten, verlangens en/wensen. Vaak hebben patiënten met persoonlijkheidsstoornissen in het verleden negatieve ervaringen gehad in het contact met anderen. Daardoor is het vermogen tot 'mentaliseren' ook in het heden vaak onder druk komen te staan. Met

MBT richten wij ons op het vergroten en versterken van het vermogen om te kunnen 'mentaliseren'. Immers: hoe beter u de ander begrijpt, hoe beter u de ander in staat stelt om u te begrijpen en u zich ook begrepen voelt.

Dit doen we door aan de hand van alledaagse situaties te onderzoeken welke gevoelens, gedachten, bedoelingen en verlangens spelen bij uzelf en de ander. Beter begrip van zulke patronen helpt om meer afstand nemen van het intense gevoel van het moment. Uiteindelijk kunt u daardoor beter omgaan met stressvolle situaties en verminderen uw klachten. Daardoor zult u merken dat het een positieve invloed heeft op het algemene functioneren.

Voor wie?

Deze groep is bedoeld voor mensen met onder andere een onzeker zelfbeeld, moeilijkheden in het contact met anderen, wisselende stemmingen en (zelf)beschadigend gedrag, waardoor er vaak problemen in relaties, werk en sociale contacten ontstaan.

Deelname aan deze groep is echter niet goed mogelijk als gebleken is dat er sprake is van:

- een autismespectrumstoornis
- een te laag BMI
- een verstandelijke beperking
- ernstige verslaving, of onvoldoende inzet om dat gedrag te veranderen
- problemen met het in de hand houden van agressie

Programma

De behandeling vindt in een groep plaats. Doordat er in een groep veel wisselwerking is tussen de groepsleden, biedt groepsbehandeling volop mogelijkheden om uw beweegredenen en die van anderen te onderzoeken en daardoor het 'mentaliseren' te bevorderen.

De deeltijdbehandeling MBT bestaat uit een combinatie van groepspsychotherapie, sociotherapie, cognitieve gedragstherapie, een schrijfgroep, muziek en beeldende therapie. Het programma is verdeeld over drie dagen.

Duur van de behandeling

De MBT-behandeling begint met een voortraject. Daarin geven wij uitleg over 'mentaliseren', werkt u de behandeldoelen uit en stelt u het crisissignaleringsplan op. Deze fase duurt drie maanden. Daarna volgt de hoofdfase als daar plek beschikbaar is en er voldoende overeenstemming is over de behandeldoelen en -voorwaarden. De hoofdfase duurt twaalf maanden. Aan het eind van de groepsbehandeling bekijken wij samen hoe de nabehandeling eruit moet komen te zien. Deze duurt drie maanden.

Schematherapie

Wat is schematherapie?

In het behandelmodel staat het begrip 'schema' centraal. De gedachte achter schematherapie is de mening dat hardnekkige problemen te maken hebben met de manier waarop u geleerd heeft over uzelf, anderen en de wereld te denken. Uw opvattingen hierover gaan vaak samen met bepaalde herinneringen en gevoelens. Deze opvattingen, herinneringen en bijhorende emoties samen noemen wij een 'schema'.

Schematherapie helpt u de oorsprong van gedragspatronen in te zien en te veranderen. In therapie staan we uitgebreid stil bij wat schema's zijn, hoe ze zijn ontstaan, hoe u ze in stand houdt en hoe u ze kunt doorbreken. U leert voelen wat uw behoeften zijn en u leert op een gezondere manier

daarvoor op te komen. Hierdoor verandert niet alleen uw gedrag, maar ook uw gedachten en gevoelens.

Voor wie?

De schemadeeltijdsbehandeling is opgezet voor mannen en vrouwen van 18 jaar en ouder met verschillende soorten persoonlijkheidsstoornissen en persoonlijkheidsproblematiek. Vaak blijkt er daarnaast sprake te zijn van een stemmings- of angststoornis. U bent gemotiveerd en in staat om een intensief behandelprogramma te volgen en om op uzelf en anderen te reageren.

Deeltijdbehandeling komt pas in beeld als ambulante behandeling onvoldoende resultaat heeft gehad. Of als we de inschatting maken dat ambulante behandeling onvoldoende resultaat geeft.

Programma

De groep staat centraal in deze behandeling. Daardoor zijn er volop mogelijkheden om patronen van uzelf en anderen te onderzoeken en te bespreken. De groepsbehandeling biedt tegelijkertijd mogelijkheden om nieuw gedrag te oefenen.

De schematherapie bestaat uit een combinatie van groepspsychotherapie, sociotherapie, muziektherapie, psychomotore therapie en beeldende therapie. Het programma is verdeeld over drie dagen.

Duur van de behandeling

De schematherapie begint met een ééndaags voortraject. Deze duurt drie maanden. Daarna stroomt u door naar het driedaags hoofdtraject. Het hoofdtraject duurt negen maanden. De behandeling eindigt met een ééndaags natraject van drie maanden.

Aanmelden

Voor deelname aan de programma's is een verwijsbrief nodig. De aanmelding gaat via het aanmeldbureau. Dat is op werkdagen telefonisch te bereiken op 033-4609500.

Het e-mailadres van het aanmeldbureau is: aanmeldenamersfoort@ggzcentraal.nl.

Kosten

Voor algemene informatie over de kosten van behandeling bij GGz Centraal verwijzen wij u graag naar onze website www.ggzcentraal.nl/kosten.

Ons adres

GGz Centraal, locatie Smallepad

Smallepad 30B

3811 MG Amersfoort

Telefoonnummer zorgadministratie: 033 – 4609583