

Psychotherapeutische deeltijdbehandeling voor ouderen Informatie voor patiënten

Heeft u regelmatig problemen in uw dagelijks leven of in relaties met anderen? Vindt u het moeilijk om met uw emoties en gevoelens om te gaan, en merkt u dat u steeds tegen dezelfde patronen aanloopt? Dan is onze tweedaagse psychotherapeutische deeltijdbehandeling voor mensen van 60 jaar en ouder misschien iets voor u.

Steeds terugkerende patronen zeggen vaak iets over hoe u naar uzelf kijkt en hoe u omgaat met uzelf en anderen. Denk bijvoorbeeld aan:

- Niet goed weten wie u bent en uzelf steeds vergelijken met anderen
- Moeite hebben om door te zetten bij wat u wilt bereiken
- Niet goed begrijpen wat er in u omgaat, wat u denkt of voelt
- Moeite hebben met het begrijpen of accepteren van advies of opmerkingen van anderen
- Het moeilijk vinden om anderen emotioneel dichtbij te laten komen, u steeds weer afhankelijk moeten opstellen, anderen het ene moment toelaten en ze het andere moment weer afstoten

In het algemeen zeggen wij dan dat mensen die hier last van hebben, te maken hebben met persoonlijkheidsproblemen.

Hoe gaan we te werk?

Tijdens het intakegesprek onderzoekt u samen met uw behandelaar of deze behandeling bij u past. Tijdens de deeltijdbehandeling krijgt u meer inzicht in waarom u vastloopt in uw leven. We onderzoeken waar u moeite mee heeft en wat u lastig vindt in het contact met anderen.

Daarna kijken we samen naar hoe ervaringen uit uw jeugd u hebben gevormd tot wie u nu bent. Welke gebeurtenissen uit het verleden beïnvloeden u nog steeds? Wat heeft u als kind gemist of te weinig gehad, of misschien juist teveel?

Tijdens de behandeling oefent u met nieuw gedrag en leert u anders met uzelf en anderen om te gaan. We onderzoeken samen wat er in u omgaat en hoe dit voor u voelt.

Groep

De behandeling vindt plaats in een groep van maximaal acht deelnemers. Het is een 'open' groep, wat betekent dat er regelmatig nieuwe mensen bijkomen als er plek is. De groep is een belangrijk hulpmiddel om patronen te gaan herkennen en veranderen, omdat u veel van elkaar kunt leren. De verhalen van anderen kunnen herkenning en steun geven. Hoewel de groep soms uitdagend kan zijn, is het ook een veilige omgeving om nieuw gedrag te oefenen.



Het team

Ons behandelteam bestaat uit professionals met verschillende specialisaties.

In het team zitten onder andere uit een sociotherapeut, GGZ-agoog, psychiater, psychotherapeut, verpleegkundigen, muziektherapeut en een psychomotore therapeut.

Elke drie maanden is er een evaluatie waarin we samen met u kijken naar de voortgang van uw behandeling. We vinden het belangrijk dat hierbij ook een naaste aanwezig is.

Duur van de behandeling

De behandeling duurt maximaal één jaar en vindt twee keer per week plaats, op dinsdag en donderdag.

Aanmelden

Voor deelname aan de deeltijdbehandeling kunt u bij uw behandelaar een doorverwijzing vragen.

Kosten

Voor elke verzekerde in Nederland geldt een verplicht eigen risico, ook voor geestelijke gezondheidszorg. De hoogte van dit eigen risico wordt jaarlijks vastgesteld en is terug te vinden in uw zorgverzekeringpolis. Meer informatie over kosten kunt u vinden op www.ggzcentraal.nl/kosten.



Vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, of wilt u meer informatie over de psychotherapeutische deeltijdbehandeling? Neem dan gerust contact op met het ambulante team ouderenpsychiatrie:

Westsingel 41

3811 BB Amersfoort

Telefoon: 033-4609500

Overige informatie?

Kijk voor meer informatie over GGz Centraal op www.ggzcentraal.nl. Bijvoorbeeld over rechten en plichten, de patiëntenvertrouwenspersoon, familiecoaching, etc.