



Zorgmodule

Psychotherapeutische deeltijdgroep

Op basis van schemagerichte therapie (SFT)

Zorgprogramma persoonlijkheidsstoornissen

Wat is het en voor wie?

Mensen met persoonlijkheidsproblematiek hebben vaak klachten op het gebied van werk, relaties en structuur in het dagelijks leven. Deze klachten bestaan al langere tijd en hebben te maken met een verstoorde of vastgelopen ontwikkeling van de identiteit. Voor mensen met persoonlijkheidsproblemen die inzicht willen krijgen in hun klachten en deze klachten ook willen verminderen, is er de psychotherapeutische deeltijdgroep. Naast het verkrijgen van meer inzicht in uw problematiek leert u ook diverse vaardigheden. In deze groepsbehandeling staan de volgende onderwerpen centraal:

- meer structuur in uw dagelijks leven
- huisvesting
- opleiding en / of (vrijwilligers)werk
- sociale relaties

Waarom?

U wilt meer inzicht in uw klachten; hoe ze zijn ontstaan, en hoe ze kunnen verminderen. Ook wilt u meer inzicht in uw functi-

onen in relaties en dagbesteding. Naast het opdoen van kennis wilt u ook vaardigheden leren. Veel voorkomende vragen van mensen met persoonlijkheidsproblemen zijn:

- Hoe kan ik mijn klachten verminderen?
- Hoe breng ik meer structuur aan in mijn dagelijks leven?
- Hoe kan ik meer inzicht krijgen in het aangaan en onderhouden van relaties?
- Hoe kan ik meer inzicht krijgen in mijn denken, voelen en handelen.

Wat leert u?

In de psychotherapeutische deeltijdgroep gaat u onder begeleiding samen met andere deelnemers aan de slag met uw vragen. U krijgt meer inzicht in uw klachten en de oorzaak van de klachten. U leert vaardigheden die meer structuur in uw leven bieden. De behandelaars hebben oog voor uw mogelijkheden. Een zinvolle dagbesteding in de vorm van werk, opleiding of hobby is dan ook een van de doelen van deze behandeling.

U kunt niet deelnemen als

Bij aanmelding kijkt de behandelaar samen met u of er redenen zijn die uw deelname aan deze therapie kunnen belemmeren. Wanneer u niet of moeilijk in een groep kunt functioneren, kunt u niet deelnemen aan de psychotherapeutische deeltijdgroep.

Andere omstandigheden waardoor iemand niet aan deze behandeling kan deelnemen, zijn:

- geen huisvesting hebben
- verslavingsproblemen die de behandeling kunnen belemmeren
- een ernstige crisissituatie

Hoe wordt er gewerkt?

Voordat u aan de psychotherapeutische deeltijdgroep gaat deelnemen, stelt u samen met uw hoofdbehandelaar uw doelen vast. Om de vier à zes weken bekijkt u deze doelen opnieuw en stelt deze eventueel bij. Dit doet u samen met uw behandelaars en uw groepsgenoten.

>>

Deze behandeling is gebaseerd op de 'schemagerichte therapie'. Een schema is een basisovertuiging die meestal in de kindertijd is ontstaan. Schema's kunnen je helpen om goed of juist niet goed te functioneren. U leert herkennen welke schema's u in uw functioneren belemmeren en hoe u deze schema's kunt verzwakken. Ook leert u andere, gezondere schema's te herkennen en te gebruiken.

De deeltijdgroep bestaat voor een deel uit gesprekken en voorlichting, maar er is ook therapie waarbij u bezig bent met muziek, creativiteit en lichaamsbeweging. De behandeling duurt zes maanden. In principe is uw behandeling bij de Reinier van Arkel groep beëindigd als u deze therapie hebt afgerond.

Praktische informatie

De behandeling is een groepsbehandeling en vindt plaats op maandag, dinsdag en donderdag.