



Deeltijdbehandeling

Barneveld

Inhoudsopgave

Wat is deeltijdbehandeling?	2
Voor wie is de behandeling bedoeld?	2
De behandeling	3
Doel	3
Behandelplan	3
Inhoud	3
Programma	4
Individuele onderdelen	5
Duur van de behandeling	5
Behandelteam	5
Praktische zaken	6
Aanmelding	6
Tijden	6
Kosten	6
Gids voor cliënten en hun naasten	6
Meer informatie?	7
Adresgegevens	7
Routebeschrijving	7

Deeltijdbehandeling

U hebt het advies gekregen om in deeltijdbehandeling bij GGz Centraal te gaan. Dat kan veel vragen oproepen. Wat houdt de behandeling in, hoe vaak moet ik er heen, wat wordt er van mij verwacht, wat zijn de kosten...?

In deze brochure willen wij u informeren over de behandeling in deeltijd. Mocht u na het lezen ervan nog vragen hebben, stelt u ze dan gerust aan het behandelteam.

Wat is deeltijdbehandeling?

Deeltijdbehandeling is een vorm van behandeling in groepsverband. Een groep bestaat uit maximaal acht cliënten die drie maal een halve dag in de week bij elkaar komen onder begeleiding van een of twee hulpverleners. Het voordeel van een groep is dat cliënten met elkaar kunnen oefenen en van elkaar kunnen leren. Naast het leren omgaan met of het verminderen van uw psychische klachten kunt u ook vaardigheden (opnieuw) leren. Bijvoorbeeld sociale vaardigheden (het leggen van contacten) of praktische vaardigheden als het aanbrengen van structuur in het dagelijks leven. Bij deeltijdbehandeling wordt een actieve inbreng van de deelnemers verwacht.

Voor wie is deze behandeling bedoeld?

Deze behandeling in deeltijd is bedoeld voor volwassenen van 18 tot 60 jaar met langdurige psychische problemen zoals:

- steeds terugkerende periodes van somberheid, gespannenheid en/of angsten
- moeite om gevoelens te controleren of juist te uiten
- gevoelens van onzekerheid of minderwaardigheid

Als deze klachten leiden tot problemen op het gebied van relaties, werk en vrije tijd, is behandeling zinvol.

Deeltijdbehandeling is een vorm van intensieve behandeling die tussen een minder intensieve vorm (poliklinische behandeling) en een meer intensieve vorm (opname in een kliniek) staat.

De behandeling

Doel

Het doel van de behandeling is

- 1 het verminderen van de klachten en het herstellen van sociaal en maatschappelijk functioneren en
- 2 het op zorgvuldige wijze tot stand komen van een diagnose.

Het behandelplan

In de behandeling staat uw behandelplan centraal. In dit plan zijn de behandeldoelen vastgelegd en de manier waarop daaraan zal worden gewerkt. Nadat u uw behandeldoelen in de groep hebt verwoord, worden deze ook in het team besproken.

De uitkomsten van de groeps- en teambespreking bespreken wij met u. Het resultaat van deze bespreking vormt de behandelovereenkomst tussen u en het behandelteam.

Algemene behandeldoelen van deeltijdbehandeling kunnen zijn:

- klachten- en symptoomvermindering
- verwerven van voldoende kennis van de eigen problematiek en ziekte
- acceptatie en verwerking van de eigen beperkingen
- het toepassen van aangeleerde vaardigheden in het dagelijks leven: op het gebied van relaties, werk en dagbesteding
- het vergroten van zelfredzaamheid en het versterken van zelfbeeld

Inhoud

De behandeling begint met een kennismakingsperiode van 3 weken. Daarin kunt u wennen aan het programma, aan de andere deelnemers en aan de hulpverleners. Een van de groepsleden maakt u wegwijs.

Iedere drie maanden evalueert u, zowel in de groep als in het behandelteam, de behandeling.

Programma

De leidraad van het programma is schematherapie en bestaat uit de volgende onderdelen:

- sociotherapie: u bespreekt met groepsleden hoe u functioneert in het dagelijks leven en hoe u kunt samenwerken, contacten leggen en problemen oplossen.
- actieboek: wekelijks maakt u een plan en bespreekt u met de groepsleden welke acties u kunt gaan ondernemen om uw behandeldoelen te bereiken.
- weknabespreking: stilstaan met de groep bij wat de therapie-week u heeft opgeleverd.
- behandelplanbespreking: op afgesproken tijden bespreekt u uw behandelplan in de groep.
- creatieve therapie beeldend: u werkt actief aan problemen door met behulp van beeldend materiaal nieuwe mogelijkheden van u zelf vorm te geven en te ervaren.
- psychomotore therapie: door spel- en bewegingsvormen kunt u aan den lijve ervaren hoe gedachten, gedrag en gevoel kunnen veranderen.
- schemagerichte cognitieve gedragstherapie: u richt zich samen met de groep in deze therapievorm op het herkennen van diep gewortelde patronen in denken, voelen en handelen en de mogelijkheden om die patronen te veranderen.
- assertiviteitstraining: u leert oefenen met de groep in het voor uzelf opkomen zonder een ander te kwetsen.
- mindfulness: met behulp van aandachtsoefeningen leren omgaan met de onvermijdelijke stress van het leven.
- bewegen: onder het motto "beweging brengt verandering" gaat u met de groep wandelen in het bos.

Individuele onderdelen

Naast de groepsactiviteiten is er ook individueel contact mogelijk:

- contact met psychiater over medicatie
- verkennende en adviserende gesprekken met partner, familie of vrienden
- contact met maatschappelijk werker
- contact met geestelijk verzorger
- cursus 'stappen naar werk'.

Duur van de behandeling

De behandeling duurt tenminste drie maanden (diagnostische fase). Een verlenging van drie maanden is gangbaar en daarna behoort een verlenging van nog eens drie maanden tot de mogelijkheden. Tegen het einde van de behandeling bepreekt u uw behoefte aan nazorg.

Behandelteam

Het behandelteam bestaat uit een psycholoog/psychotherapeut (tevens hoofdbehandelaar), een psychiatrisch verpleegkundige, een creatief therapeut, een psychomotorisch therapeut en een psychiater.

Praktische zaken

Aanmelding

U kunt door een verwijzer – een (huis)arts of hulpverlener binnen of buiten GGz Centraal – schriftelijk worden aangemeld voor de deeltijdbehandeling. Daarna nodigen wij u uit voor een zogeheten intakegesprek met de hoofdbehandelaar. Als hieruit een advies volgt voor deeltijdbehandeling krijgt u een uitnodiging voor een kennismakingsgesprek met de groepsverpleegkundige. Blijkt deze vorm van behandeling voor u geschikt, dan maken wij nadere afspraken met u.

Tijden

Het programma vindt plaats op drie ochtenden met aansluitend een broodmaaltijd: maandag, woensdag en donderdag. In de middag zijn er mogelijkheden voor aanvullende programma-onderdelen.

Kosten

Aan de behandeling zijn voor u, bovenop de eigen-bijdrageregeling (€ 200,- per jaar) die geldt voor behandeling in de ggz, geen kosten verbonden

Gids voor cliënten en hun naasten

In de GGz Centraal-gids 'Ik ben hier' vindt u uitgebreide informatie over onze organisatie, bejegening, huisregels, rechten, klachten, privacy en andere onderwerpen. En over de cliëntenraad, de familierraad en de onafhankelijke patiëntenvertrouwenspersoon. Deze brochure krijgt u uitgereikt. Op de website van GGz Centraal is deze gids eveneens te vinden.

Meer informatie?

Als u meer wilt weten over een bepaald onderwerp dan kunt u in eerste instantie terecht bij het behandelteam.

Er zijn ook diverse folders en brochures te verkrijgen over allerlei psychische problemen en de behandel mogelijkheden. U kunt deze verkrijgen via uw behandelteam.

Op de www.ggzcentraal.nl vindt u veel informatie over onze organisatie en links naar andere onderwerpen.

GGz Centraal organiseert ook regelmatig informatieavonden en cursussen voor cliënten en hun familieleden. Bijvoorbeeld over omgaan met depressie of over omgaan met stress. Informatie hierover kunt u krijgen bij Indigo, www.indigo.nl of via de website van GGz Centraal (www.ggzcentraal.nl).

Adresgegevens

GGz Centraal

Bouwheerstraat 46

3772 AL Barneveld

tel. 0342 411500 (maandag t/m vrijdag van 8.30 – 17.00 uur).

Routebeschrijving

Bij het secretariaat is een routebeschrijving op te vragen.

