

Informatie voor patiënten

Iedereen heeft een persoonlijkheid. Je persoonlijkheid bepaalt hoe je naar jezelf kijkt, hoe je met emoties omgaat en hoe het contact met anderen verloopt. Sommige mensen ervaren hierin problemen. Je bent bijvoorbeeld erg perfectionistisch, voelt je gauw afgewezen, je denkt niet al te positief over jezelf, hebt moeite om met je emoties om te gaan of je te beheersen, stelt je afhankelijk op ten opzichte van anderen of bent heel gevoelig voor kritiek.

Als deze problemen voor lange tijd en hardnekkig aanwezig zijn en je hierdoor problemen krijgt op verschillende levensgebieden (denk o.a. aan relaties en werk), dan spreken we van een persoonlijkheidsstoornis. Dit komt bij ongeveer 8% van de mensen voor. Vaak hebben mensen met een persoonlijkheidsstoornis ook andere psychische klachten, zoals angstklachten, depressieve klachten en klachten als gevolg van een ingrijpende gebeurtenis.

Hoe ontstaat een persoonlijkheidsstoornis?

Een persoonlijkheidsstoornis ontstaat niet van de één op de andere dag. We weten dat er zelden één oorzaak is, maar dat er vaak meerdere factoren een rol spelen die kunnen leiden tot een persoonlijkheidsstoornis. Denk hierbij aan erfelijke factoren, (emotionele) onveiligheid in je kindertijd en negatieve levenservaringen.

Wat is eraan te doen?

De eerste keus voor behandeling bij een persoonlijkheidsstoornis is psychotherapie. Psychotherapie is een gesprekstherapie waarin je werkt aan het verminderen van of beter om kunnen gaan met je klachten of patronen. Ook het krijgen van grip op je leven kan een doel zijn. Psychotherapie is een proces dat met ups en downs kan gaan. Het kost tijd. Er zijn geen medicijnen om een persoonlijkheidsstoornis te behandelen. Wel kunnen medicijnen tijdelijk helpen tegen bijkomende klachten, zoals angst- en depressieve klachten of slaapproblemen.

Hoe ziet de behandeling bij GGz Centraal eruit?

Op onze afdeling wordt de behandeling in groepsvorm gegeven, tenzij jij en je behandelaar denken dat individuele behandeling beter past om je doelen te bereiken. Groepsbehandeling blijkt voor veel cliënten namelijk de beste behandelresultaten op te leveren. In de groep zitten mensen met soortgelijke problemen. Op basis van de hardnekkigheid van de problemen en de belemmeringen die de klachten vormen voor je dagelijks leven, besluiten we samen met jou hoe intensief de behandeling zal zijn. Dit kan verschillen van één keer per 2 weken tot 3 dagen per week.

Hiervoor opgeleide en geregistreerde behandelaren geven de behandeling. Dit zijn o.a. psychologen, psychiaters, gespecialiseerde verpleegkundigen, vaktherapeuten, en collega's in opleiding hiertoe. Wij bieden o.a. Schematherapie (SFT), Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT) en Dialectische Gedragstherapie (DGT). Daarnaast is er emotieregulatie vaardigheidstraining (VERS) en helpen we je om traumatische ervaringen te verwerken.

Wij zetten vaktherapie (beeldende therapie, psychodramatherapie, muziektherapie, psychomotore therapie) in als we denken dat het helpend voor je is om te leren door te doen en te ervaren. We hebben ook een aanvullend online behandel aanbod.

Binnen het behandelprogramma persoonlijkheidsstoornissen kunnen we meerdere behandelingen combineren. Je besluit samen met je behandelaar welke behandeling het beste bij jou past.

Voor wie zijn wij er?

Wij bieden specialistische behandeling voor mensen met aanhoudende en/of ernstige persoonlijkheidsproblemen, waarvoor je bijvoorbeeld al eerdere behandeling(en) hebt gevolgd. We zijn er voor mensen van 18 tot 65 jaar. Voor het slagen van de behandeling is het belangrijk dat je gemotiveerd bent om aan jezelf te werken. Je wilt je bijvoorbeeld anders kunnen opstellen of op een andere manier over bepaalde zaken leren denken en voelen. Als je een persoonlijkheidsstoornis hebt, is dat ook van invloed op het leven van je naasten. Daarom betrekken we hen ook graag bij de behandeling. Dit doen we alleen in overleg met jou.

Aangemeld, en dan?

Als je bent aangemeld, belt onze zorgadministratie jou om een eerste gesprek (intakegesprek) te plannen. De wachttijd tot intake wisselt. Afhankelijk van het aantal aanmeldingen kan deze korter of soms langer dan gemiddeld zijn. De intake bestaat uit één of meer gesprekken waarin wij met jou bespreken wie je bent, welke klachten je hebt en hoe deze zijn ontstaan. Ook de dingen die goed gaan en bijdragen aan jouw herstel komen aan bod. De ervaring wijst uit dat het belangrijk is dat iemand uit je omgeving die jou goed kent bij de intake aanwezig is. Dan kunnen we samen bespreken wat jouw omgeving van je klachten merkt, hoe ze je daarin kunnen ondersteunen en wat zij belangrijk vinden in de behandeling.

Online behandelprogramma

Bij de uitnodiging voor de intake krijg je ook een uitnodiging om gebruik te maken van ons online behandelprogramma (Karify). Met behulp van dit programma kun je je alvast voorbereiden op het intakegesprek. Ook kun je in een beveiligde omgeving contact houden met je behandelaar en zijn er online aanvullende opdrachten beschikbaar.

Adviesgesprek

Na de intake bespreekt de behandelaar die met jou de intake heeft gedaan dit in het behandelteam. Daarna nodigen wij je uit voor een adviesgesprek. In dit adviesgesprek bespreken wij samen met jou de conclusie van de intake en de mogelijkheden voor behandeling en stellen wij samen met jou een behandelplan op. Als we het met elkaar eens zijn over de conclusie en het behandelplan, brengen wij met jouw toestemming de verwijzer op de hoogte.

Wachttijd en duur van de behandeling

Na de intake is er in veel gevallen een wachttijd tot je kunt starten met de therapie. De duur van de wachttijd hangt af van welke therapie het beste bij je past. Over het algemeen is de wachttijd voor individuele therapie langer dan voor groepstherapie. Vaak is dit minimaal enkele maanden. Tijdens de behandeling zul je regelmatig samen met je behandelaar de voortgang en het effect van de behandeling bespreken. We gaan in principe uit van een behandelduur van één jaar, tenzij er meer tijd nodig is om je behandeldoelen te bereiken. We behandelen zo kort als mogelijk en zo lang als nodig is.

Praktische informatie

Je zorgverzekering vergoedt in principe behandeling binnen GGZ Centraal. Wij hebben contracten met alle zorgverzekeraars. Houd er wel rekening mee dat er altijd sprake is van een verplicht eigen risico die voor alle zorg in Nederland geldt.

Mocht je nog meer vragen over hebben de financiering van de GGZ zorg? Dan vind je meer informatie op onze website. Zie www.ggzcentraal.nl/kosten.

Afspraken maken of verzetten?

Voor het maken of verzetten van afspraken kun je tussen 8.30 uur en 17.00 uur bellen naar de zorgadministratie: 033-4609583. Als je niet naar je afspraak kunt komen, dan vinden we het fijn als je ons dat minimaal 24 uur van tevoren kunt laten weten.

Ontevreden?

Als je niet tevreden bent over de behandeling dan is het belangrijk om dit zo snel mogelijk met je behandelaar te bespreken. Kom je er samen niet uit? Kijk dan voor meer informatie over de mogelijkheden op onze website www.ggzcentraal.nl/clienten/vraag-of-klacht/.

Meer informatie?

Heb je vragen over de behandeling? Stel ze aan je behandelaar.

Wil je meer informatie over hoe wij werken of over GGz Centraal? Kijk dan op onze website, www.ggzcentraal.nl.

Op onze website kun je ook de actuele wachttijden vinden onder www.ggzcentraal.nl/wachttijden.

In het geval van crisis werken we samen met de crisisdienst van GGz Centraal. Voor spoed buiten kantoortijden, die niet kan wachten tot de eerstvolgende werkdag, is de crisisdienst bereikbaar via de dichtstbijzijnde huisartsenpost.

Ons adres

GGz Centraal, locatie Smallepad

Smallepad 30B

3811 MG Amersfoort

Telefoonnummer zorgadministratie: 033 – 4609583