
Zorgprogramma Angststoornissen

Voor wie

Het Zorgprogramma Angststoornissen is bedoeld voor volwassenen die een angststoornis hebben. Mensen met een angststoornis hebben last van angsten zonder dat daar een directe of reële aanleiding voor is. De angst is overmatig en heeft veel invloed op iemands doen en laten, het dagelijks leven wordt erdoor beheerst en er kunnen zelfs lichamelijke klachten ontstaan. Voorbeelden van angststoornissen zijn de sociale angststoornis, de paniekstoornis, de gegeneraliseerde angststoornis, de posttraumatische stress-stoornis (PTSS) en de obsessieve-compulsieve stoornis (OCS).

Intake

Nadat u bent aangemeld bij Psychotherapie Praktijk Malden, wordt er een afspraak gemaakt voor een eerste gesprek: het intakegesprek. In het intakegesprek bespreekt u de regiebehandelaar met u de klachten waar u last van heeft en waarvoor u behandeld wilt worden, en de behandelmogelijkheden in het algemeen. Soms zijn er meerdere gesprekken en eventueel vervolgonderzoek nodig.

Het behandelplan

Tijdens de intakefase is uw problematiek in kaart gebracht. Vervolgens doen wij u een behandelvoorstel. Dit wordt besproken in een adviesgesprek. Samen met uw regiebehandelaar stelt u een behandelplan op. In dit behandelplan staat in eerste plaats wat uw diagnose is en wat uw klachten zijn. Daarnaast staat in het behandelplan wat u tijdens de behandeling wilt bereiken en wat daarvoor gedaan kan en moet worden. Samen met uw regiebehandelaar tekent u het behandelplan.

Doel van de behandeling

Het doel van de behandeling is het opheffen of in ieder geval (sterk) verminderen van uw psychische en lichamelijke klachten. U kunt beter omgaan met uw (rest)klachten en gaat minder situaties uit de weg. U voelt zich minder belemmerd in uw persoonlijk en sociaal-maatschappelijk leven. Wat haalbaar is, verschilt van persoon tot persoon en is afhankelijk van het soort en de ernst van de klachten. Angstklachten zijn over het algemeen uitstekend behandelbaar.

De behandeling

Voor de behandeling van angststoornissen maakt Psychotherapie Praktijk Malden gebruik van landelijke richtlijnen. De behandeling bestaat grotendeels uit een psychologische behandeling. De psychologische behandeling wordt meestal aangeboden in de vorm van cognitieve gedragstherapie (CGT). CGT leert u om anders te denken óver en om te gaan mét uw angsten. Een belangrijk onderdeel van de CGT is dat u - stapje voor stapje - de confrontatie aangaat met dat wat u spannend vindt.

De behandeling kan individueel plaatsvinden of in groepen. Het behandelplan wordt tijdens de behandeling regelmatig met u besproken en zo nodig aangepast. Uw behandeling is getrapt, dat wil zeggen zo licht en kort als mogelijk en zo zwaar en lang als nodig.

Zorgpaden

Uw behandeling bij Psychotherapie Praktijk Malden bestaat uit verschillende onderdelen, bijvoorbeeld gesprekken, voorlichting en oefeningen. Deze onderdelen zijn niet toevallig bij elkaar gezet: ze vormen samen een vast traject, een zorgpad. Het gaat om een vaste route die door meer cliënten met soortgelijke problemen gevolgd wordt. De keuze voor een zorgpad is afhankelijk van de aard en de ernst van uw stoornis.

Duur van de behandeling

Het kan variëren van een korte reeks gesprekken met uw regiebehandelaar, tot langdurige wekelijkse gesprekken met uw regiebehandelaar inclusief mogelijke aanvullende zorg.

Het behandelteam

Het behandelteam bestaat uit psychologen, psychotherapeuten, klinisch psychologen en vaktherapeuten, zoals een dramatherapeut en/of systeemtherapeut.

Regelmatig is er overleg met een psychiater en indien nodig zal uw casus hierin besproken worden.

Waar vindt behandeling plaats

De behandeling vindt plaats in en bij Psychotherapie Praktijk Malden, Broeksingel 1, 6581HA Malden

Crisis en terugval

Sommige mensen met angstklachten lopen het risico om in crisis te raken. Met deze cliënten maken we een signaleringsplan. Een signaleringsplan bestaat uit twee delen. Het eerste deel beschrijft de voortekenen van een crisis. Het tweede deel beschrijft welke acties ondernomen moeten worden als die voortekenen zichtbaar zijn. Zo wordt voorkomen dat mensen in crisis raken of na hun behandeling weer terugvallen.

Zorgprogramma Persoonlijkheidsstoornissen

Doelgroep

Het Zorgprogramma Persoonlijkheidsstoornissen is bedoeld voor volwassenen met een persoonlijkheidsstoornis. Mensen met een persoonlijkheidsstoornis hebben gedachtes, gevoelens en gedragingen die extreem zijn en afwijken van wat verwacht mag worden. Ze hebben voortdurend problemen met anderen maar ook met zichzelf. Het functioneren op het gebied van werk, vrije tijd en persoonlijke relaties verloopt verre van soepel. Het patroon is hardnekkig en langdurig. Vaak hebben mensen zelf niet in de gaten dat ze als 'anders' worden gezien; wel merken ze dat de omgeving niet goed op hen reageert.

Er zijn diverse persoonlijkheidsstoornissen die onderling heel erg van elkaar verschillen. Voorbeelden zijn persoonlijkheidsstoornissen van het vermijdende type, het borderline type en het antisociale type.

Intake

Nadat u bent aangemeld bij Psychotherapie Praktijk Malden, wordt er een afspraak gemaakt voor een eerste gesprek: het intakegesprek. In het intakegesprek bespreekt een ervaren regiebehandelaar met u de klachten waar u last van heeft en waarvoor u behandeld wilt worden, en de behandelmogelijkheden in het algemeen. Soms zijn er meerdere gesprekken en eventueel vervolgonderzoek nodig.

Het behandelplan

Tijdens de intakefase is uw problematiek in kaart gebracht. Vervolgens doen wij u een behandelvoorstel. Dit wordt besproken in een adviesgesprek. Samen met uw regiebehandelaar stelt u een behandelplan op. In dit behandelplan staat in eerste plaats wat uw diagnose is en wat uw klachten zijn. Daarnaast staat in het behandelplan wat u tijdens de behandeling wilt bereiken en wat daarvoor gedaan kan en moet worden. Samen met uw regiebehandelaar tekent u het behandelplan.

Doel van de behandeling

Het doel van de behandeling is het opheffen of in ieder geval (sterk) verminderen van uw klachten. Het is van belang dat u inzicht krijgt in uw patronen van denken, voelen en gedrag, zodat u deze patronen kunt veranderen. Levert behandeling een onvoldoende positief resultaat op, dan gaat het om het verbeteren van de kwaliteit van leven. Het leren omgaan met de kwetsbaarheid is dan een behandelgoal. Wat haalbaar is, verschilt van persoon tot persoon en is afhankelijk van het soort en de ernst van de klachten.

De behandeling

Voor de behandeling van persoonlijkheidsproblemen maakt Psychotherapie Praktijk Malden gebruik van landelijke richtlijnen.

De behandeling bestaat grotendeels uit psychologische behandeling en vaardigheidstrainingen. Voorlichting en psycho-educatie (uitleg over wat een aandoening inhoudt en wat u er zelf aan kunt doen) spelen ook een grote rol in de behandeling.

De behandeling kan individueel plaatsvinden of in groepen. Het behandelplan wordt tijdens de behandeling regelmatig met u besproken en zo nodig aangepast. Uw behandeling is getrapt, dat wil zeggen zo licht en kort als mogelijk en zo zwaar en lang als nodig.

Zorgpaden

Uw behandeling bij Psychotherapie Praktijk Malden bestaat uit verschillende onderdelen, bijvoorbeeld gesprekken, voorlichting en oefeningen. Deze onderdelen zijn niet toevallig bij elkaar gezet: ze vormen samen een vast traject, een zorgpad. Het gaat om een vaste route die door meer cliënten met soortgelijke problemen gevolgd wordt. De keuze voor een zorgpad is afhankelijk van de aard en de ernst van uw stoornis.

Duur van de behandeling

De duur van de behandeling is afhankelijk van uw klachten. Over het algemeen is de behandeling van persoonlijkheidsproblemen langdurig. De intensiteit kan variëren van een reeks gesprekken met uw regiebehandelaar, tot een dagbehandeling waarbij u gedurende enkele maanden een aantal dagen per week therapie heeft. In uitzonderlijke gevallen is een opname noodzakelijk. Dagbehandelingen en opnames zullen niet bij Psychotherapie Praktijk Malden zijn, hiervoor wordt u doorverwezen.

Het behandelteam

Het behandelteam bestaat uit GZ-psychologen, psychotherapeuten, klinisch psychologen en vaktherapeuten. Regelmatig is er een gepland overleg met de psychiater om dringende casussen te bespreken.

Waar vindt de behandeling plaats

De behandeling vindt plaats in en bij Psychotherapie Praktijk Malden, Broeksingel 1, 6581HA Malden

Crisis en terugval

Sommige mensen met persoonlijkheidsproblemen lopen het risico om in crisis te raken. Met deze cliënten maken we een signaleringsplan. Een signaleringsplan bestaat uit twee delen. Het eerste deel beschrijft de voortekenen van een crisis. Het tweede deel beschrijft welke acties ondernomen moeten worden als die voortekenen zichtbaar zijn. Zo wordt voorkomen dat mensen in crisis raken of na hun behandeling weer terugvallen.

Zorgprogramma Stemmingsstoornissen: Depressie

Doelgroep

Het Zorgprogramma Depressie is bedoeld voor volwassenen die een depressie of een dysthyme stoornis hebben. De belangrijkste klachten zijn een aanhoudende sombere stemming en/of een verlies aan interesse in bijna alle dagelijkse activiteiten. Het dagelijks leven wordt erdoor beheerst en er kan ook sprake zijn van lichamelijke klachten. Een dysthyme stoornis is een mildere maar chronische variant van een depressie.

Intake

Nadat u bent aangemeld bij Psychotherapie Praktijk Malden, wordt er een afspraak gemaakt voor een eerste gesprek: het intakegesprek. In het intakegesprek bespreekt een ervaren regiebehandelaar met u de klachten waar u last van heeft en waarvoor u behandeld wilt worden, en de behandelmogelijkheden in het algemeen. Soms zijn er meerdere gesprekken en eventueel vervolgonderzoek nodig.

Het behandelplan

Tijdens de intakefase is uw problematiek in kaart gebracht. Vervolgens doen wij u een behandelvoorstel. Dit wordt besproken in een adviesgesprek. Samen met uw regiebehandelaar stelt u een behandelplan op. In dit behandelplan staat in eerste plaats wat uw diagnose is en wat uw klachten zijn. Daarnaast staat in het behandelplan wat u tijdens de behandeling wilt bereiken en wat daarvoor gedaan kan en moet worden. Samen met uw regiebehandelaar tekent u het behandelplan.

Doel van de behandeling

Het doel van de behandeling is het opheffen of in ieder geval (sterk) verminderen van uw klachten. Het is belangrijk om (indirecte) gevolgen van de depressie, zoals bijvoorbeeld sociale schade en lichamelijke problemen, zo veel mogelijk te beperken. Daarnaast leert u nieuwe vaardigheden en een aantal gedragsveranderingen aan. Ook is er oog voor het voorkomen van een nieuwe ziekteperiode. In de regel knappen mensen goed op. Levert behandeling een onvoldoende positief resultaat op, dan is het leren omgaan met de kwetsbaarheid een behandeldoel.

De behandeling

Voor de behandeling van depressieve stoornissen maakt Psychotherapie Praktijk Malden gebruik van landelijke richtlijnen. De behandeling bestaat grotendeels uit een psychologische behandeling. De psychologische behandeling wordt meestal aangeboden in de vorm van cognitieve gedragstherapie (CGT). CGT richt zich op het verband tussen wat u denkt, doet en wat u voelt. Het leert u om uw depressieve gedachten bij te stellen, en uw gedrag aan te passen.

De behandeling kan individueel plaatsvinden of in groepen. Het behandelplan wordt tijdens de behandeling nog regelmatig met u besproken en zo nodig aangepast. Uw behandeling is getrapt, dat wil zeggen zo licht en kort als mogelijk en zo zwaar en lang als nodig.

Zorgpaden

Uw behandeling bij Psychotherapie Praktijk Malden bestaat uit verschillende onderdelen, bijvoorbeeld gesprekken, voorlichting en oefeningen. Deze onderdelen zijn niet toevallig bij elkaar gezet: ze vormen samen een vast traject, een zorgpad. Het gaat om een vaste route die door meer cliënten met soortgelijke problemen gevolgd wordt. De keuze voor een zorgpad is afhankelijk van de aard en de ernst van uw stoornis. Er wordt onderscheid gemaakt tussen mensen met een ernstige en een niet-ernstige depressie.

Duur van de behandeling

De duur van de behandeling is afhankelijk van uw klachten. Het kan variëren van een korte reeks gesprekken met uw regiebehandelaar, tot een dagbehandeling waarbij u gedurende enkele maanden een aantal dagen per week therapie heeft. In uitzonderlijke gevallen is een opname noodzakelijk. Dagbehandelingen en opnames zullen niet bij Psychotherapie Praktijk Malden zijn, hiervoor wordt u doorverwezen.



Het behandelteam

Het behandelteam bestaat uit psychologen, psychotherapeuten, klinisch psychologen en vaktherapeuten zoals dramatherapie en/of systeemtherapeut.

Waar vindt behandeling plaats

De behandeling vindt plaats in en bij Psychotherapie Praktijk Malden, Broeksingel 1, 6581HA Malden

Crisis en terugval

Sommige mensen met depressieve stoornissen lopen het risico om in crisis te raken. Met deze cliënten maken we een signaleringsplan. Een signaleringsplan bestaat uit twee delen. Het eerste deel beschrijft de voortekenen van een crisis. Het tweede deel beschrijft welke acties ondernomen moeten worden als die voortekenen zichtbaar zijn. Zo wordt voorkomen dat mensen in crisis raken of na hun behandeling weer terugvallen.