

BEHANDELINGEN VOOR JONGVOLWASSENEN MET EEN PERSOONLIJKHEIDSTOORNIS



Als je opgroeit, ontwikkel je steeds meer je eigen persoonlijkheid. Maar als je omgeving (gezin, vrienden of school) niet goed bij je aansluit, kan dat je ontwikkeling in de weg zitten. Je gaat dan misschien anders denken, voelen of reageren dan anderen. Hierdoor kun je een persoonlijkheidsstoornis ontwikkelen. Dit kan voor problemen zorgen in je relatie of vriendschappen, op school of op je werk.

Het jongvolwassenen-team (JOVO) heeft verschillende behandelingen speciaal voor jongvolwassenen tussen de 15 en 25 jaar met een (vermoeden van een) persoonlijkheidsstoornis. De meeste behandelingen zijn in een groep. Door met anderen te praten, wissel je ervaringen uit, herken je patronen en leer je van elkaar. Een groep bestaat meestal uit hooguit 8 deelnemers. De behandeling verloopt in 3 fases.

FASE I: KENNISMAKEN EN OPSTELLEN MIJN HERSTELPAN

In de eerste fase leren we elkaar kennen. We leren jouw situatie en klachten begrijpen, en kijken samen wat de vervolgstap is. Als we nog niet zeker weten of je een persoonlijkheidsstoornis hebt, onderzoeken we dat.

Na een intakegesprek krijg je een sociaal-psychiatrisch verpleegkundige (SPV) en een andere behandelaar. Zij kijken samen met jou wat er aan de hand is. Gezamenlijk maken we een plan om je te helpen: Mijn Herstelplan. We maken ook een signaleringsplan. Daarin staat beschreven hoe het komt dat de spanning bij jou soms oploopt en wat je hieraan kunt doen.

- ⌚ Duur: ongeveer 8-12 weken, afhankelijk van jouw situatie

FASE II: BEHANDELING IN PERIODES

Er zijn verschillende behandelingen.

🏠 BASISBEHANDELING PERSOONLIJKHEIDSTOORNISSEN

We leggen uit wat persoonlijkheidsstoornissen zijn, delen ervaringen en ontdekken patronen. We gebruiken daarbij de probleemanalyse die we in fase I hebben gemaakt. We voegen daar ook informatie aan toe die we in deze behandeling hebben ontdekt. Na afloop van deze behandeling bespreken we wat jouw verdere stappen zijn.

- ⌚ Duur: 12 bijeenkomsten van 2 uur, 1 x per week

🏠 INTENSIEVE KORTDURENDE BEHANDELING (IKB)

Korte, intensieve behandeling van enkele weken. Jij en je belangrijke naasten krijgen individuele gesprekken. En je krijgt behandelingen zoals traumatherapie en vaktherapie.

- ⌚ Duur: 2 tot 4 weken, 2 dagen per week

DIALECTISCHE GEDRAGSTHERAPIE (DGT)

In de DGT-groep leer je verschillende vaardigheden, bijvoorbeeld het onder controle brengen van je emoties, omgaan met crisissituaties, mindfulness en omgaan met anderen.

- ⌚ Duur: één jaar lang, 1 x per week vaardigheidstraining (2,5 uur) + 1 x per week een individuele afspraak (45 minuten)

SCHEMATHERAPIE (SGT)

In de SGT-groep leer je de patronen herkennen die je jezelf hebt aangeleerd. We kijken of die je helpen, en we oefenen om die patronen te veranderen. We kijken ook naar wat jouw behoeften zijn. En je leert om je meer met anderen te verbinden.

- ⌚ Duur:
 - 26 weken, 4 uur per week, verlenging met nog eens 26 weken mogelijk (ambulant), OF
 - één jaar lang, 2 dagen per week, doorlopende groep van ongeveer 8 deelnemers (deeltijd)

VAARDIGHEIDSTRAININGEN

Je leert diverse vaardigheden, zoals omgaan met crisissituaties, omgaan met anderen en je emoties onder controle brengen. Je hoeft voor de modules geen andere behandeling te volgen. De modules zijn ook leerzaam als je geen persoonlijkheidsstoornis, maar wel klachten hebt.

- ⌚ Duur: elke module duurt een aantal weken



FASE III: EVALUATIE EN AFRONDING

In de laatste fase evalueren we jouw behandeling. We kijken welke ondersteuning je na afronding van je behandeling kunt krijgen (ook buiten GGZ NHN).

In deze fase kun je Acceptance & Commitment Therapy (ACT) volgen. Met deze behandeling leer je om makkelijker om te gaan met de obstakels die je in het leven tegenkomt. Je leert die accepteren. Tegelijk ga je nadenken over wat je echt belangrijk vindt. We gaan oefenen om de aandacht daarop te houden: Commitment.

Als je betrokken bent bij je behandeling, werkt die beter. Het is daarom belangrijk dat je naar de afspraken komt. Als je vaak niet komt, werkt de behandeling minder goed. Wij willen je graag helpen en nemen dit serieus! Daarom bespreken we jouw betrokkenheid regelmatig.

AANMELDING

Vraag je behandelaar om je aan te melden bij het JOVO-team.



www.ggz-nhn.nl/jeugd



088 65 65 010



ggznhn



ggz-nhn



ggznhn



GGZNoordHollandNoord

