



Stabiliserende dagbehandeling

Afdeling Psychiatrie en Medische

Locatie Purmerend/Volendam

Psychologie

Een vierdaagse dagbehandeling voor volwassenen met psychiatrische problemen

Stabiliserende dagbehandeling betekent dat u maximaal 4 dagdelen per week in behandeling bent. U neemt deel aan een groep van (maximaal) 10 personen en volgt met deze groep een therapieprogramma. De duur van de behandeling is ongeveer 6 maanden.

Voor wie?

Voor volwassenen met psychiatrische ziektebeelden zoals een depressieve stoornis, een angststoornis of een psychotische stoornis al dan niet in combinatie met een lichamelijk ziektebeeld.

Bijkomende klachten kunnen zijn:

- een verstoord dag/nachtritme
- geen of zeer beperkte daginvulling
- psychosociale problematiek

Het doel

Het doel van dagbehandeling is om ondersteuning te bieden bij herstel van evenwicht.

Tevens zullen we tijdens de behandeling onderzoeken welke steun er geboden kan worden om terugval te voorkomen. U kunt hierbij denken aan dagbesteding of vrijwilligerswerk. Het is wenselijk om mensen uit uw omgeving bij de behandeling te betrekken, om duidelijk te krijgen welke hulp van hen mogelijk is.

Waarom een groepsbehandeling?

De ervaring is dat het samenzijn met lotgenoten een positief effect kan hebben, naast het herkennen en erkennen van uw problematiek. Men is niet meer de enige met problemen.

In een groep kunnen ook gezamenlijke activiteiten worden aangeboden, waardoor u weer went aan het samenzijn met anderen.

Een groepsbehandeling met een koffiepauze duurt een hele ochtend of middag. Dit geeft een daginvulling en dus structuur. U zult merken dat dit een goed effect heeft op uw klachten.

Het behandel aanbod

Doelen/Psycho-educatie

In deze therapie wordt per week een klein haalbaar doel samen met u geformuleerd. Op deze manier leert u stap voor stap uw leven meer invulling te geven. U kunt denken aan een afspraak maken met vrienden of familie, het huishouden langzaam oppakken, een gezonde maaltijd koken en dergelijke.

Ook wordt er uitleg gegeven over verschillende ziektebeelden en de behandelingsmogelijkheden.

Activiteiten/Hobbyontwikkeling

U krijgt verschillende ideeën en technieken aangereikt om creatief bezig te zijn. Zo kunt u ontdekken welke activiteiten bij u passen. Er wordt extra aandacht besteed aan hobbyontwikkeling. Te denken valt aan tekenen, schilderen, decoreren, textiele werkvormen, keramiek, hout- en metaalbewerking.

De therapeuten zullen met u onderzoeken hoe u een activiteit ook thuis kunt uitvoeren.

Psychomotorische therapie (PMT)

Bij PMT worden er actieve spelvormen aangeboden in een gymzaal. Het belang hiervan is om letterlijk weer in beweging te komen. Als mensen herstellen van een psychiatrisch ziektebeeld, zijn ze vaak gestopt met lichamelijk actief zijn. Bij PMT leert u weer te vertrouwen op uw lichaam en bouwt u conditie op.

Bewegingstherapie

In deze therapie wordt u zich meer bewust van lichaamssignalen. U ontdekt waar u spanning ervaart en krijgt technieken aangereikt om te ontspannen.

Individuele begeleiding

1x per 2 à 3 weken krijgt u een afspraak bij een sociaal psychiatrisch verpleegkundige (SPV) of therapeut die u gedurende de behandeling begeleidt. In deze gesprekken is er tijd om bij onderwerpen stil te staan, die in de groepstherapie niet aan bod kunnen komen.

Ook zullen we in deze gesprekken belangrijke mensen uit uw omgeving betrekken.

Evaluatie

Tijdens de individuele gesprekken zullen we geregeld evalueren hoe het met u gaat en het effect van de behandeling.

Behandelend team

Het team bestaat uit een psychiater, een sociaal psychiatrisch verpleegkundige, een bewegingstherapeut, een psychomotorisch therapeut, en een activiteitenbegeleider en een maatschappelijk werker.

Praktische punten

De groep bestaat uit ongeveer 10 personen.

De groepstherapieën zijn gepland op 4 dagdelen per week. Tijdens uw intake wordt bekeken hoeveel dagdelen en welke onderdelen voor u geschikt zijn. De ervaring leert dat een consequente aanwezigheid het effect van uw behandeling ten goede komt. Het is dan ook niet toegestaan om zonder geldige reden bij therapieën weg te blijven.

Bij ziekte wordt u verzocht zich telefonisch ziek te melden bij het secretariaat, telefoon (0299) 457 380.

Wilt u bij voorkeur geen vakantie opnemen tijdens de behandelperiode.

Pauzes

Tussen de therapieën is een pauze gepland. Daarin kunt u in de huiskamer op de kliniek koffie of thee drinken. Bij mooi weer kunt u in de tuin zitten, waar ook gerookt mag worden.

Voor en na de therapieën is het niet de bedoeling om in de kliniek te zijn. Als u te vroeg bent wordt u verzocht in de wachtkamer plaats te nemen.

Therapieprogramma

Maandag

13.15 - 14.30 uur Activiteiten door D. Hiemstra

14.45 - 16.00 uur Ontspanningstherapie door L. Bluttbacher

Dinsdag

09.30 - 10.45 uur Activiteiten door D. Hiemstra

11.00 - 12.15 uur Doelen/psycho-educatie door G. van Brussel
en M. Wijnen Riems

Woensdag

14.00 - 16.00 uur Hobbyontwikkeling door G. Ballintijn en D. Hiemstra

Donderdag

09.30 - 10.30 uur Psychomotorische Therapie door C. Sarembe

11.00 - 12.15 uur Creatieve Therapie door L. Delen

Behandelaars

G. van Brussel, psychiater

D. Hiemstra, activiteitenbegeleider

G. Ballintijn, activiteitenbegeleider

C. Sarembe, psychomotorisch therapeut

M. Wijnen Riems, sociaal psychiatrisch verpleegkundige en coördinator

L. Delen, beeldend therapeut

L. Bluttbacher, bewegingsagoog

G. van der Steen, maatschappelijk werker

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl

info@dijklander.nl



WLZ-20593-NL 10 december 2020