



Resocialiserende dagbehandeling

Afdeling Psychiatrie en Medische

Locatie Purmerend/Volendam

Psychologie

Een driedaagse dagbehandeling voor volwassenen met psychiatrische problemen

Resocialiserende dagbehandeling betekent dat u 3 dagdelen per week in behandeling bent. U neemt deel aan een groep van maximaal 10 personen en volgt met deze groep een vast therapieprogramma. De duur van de behandeling is ongeveer 6 maanden.

Voor wie?

Deze groep is voor volwassenen vanaf 23 jaar met diverse psychiatrische ziektebeelden al dan niet gecombineerd met lichamelijke ziektebeelden.

De deelnemers zijn:

- Bereid en in staat om naar het eigen aandeel in de problematiek te kijken.
- In staat om anders om te leren gaan met de klachten.
- In staat om in een groep te functioneren.
- In staat om zich te verbinden aan een driedaags programma.

Het doel

Het doel van de behandeling is om de klachten te verminderen, het zelfvertrouwen te vergroten en het functioneren op verschillende levensgebieden te verbeteren. Dit wordt bereikt door het vergroten van inzicht in de eigen mogelijkheden maar ook door het meer accepteren van eventuele beperkingen. Het maken van een signaleringsplan kan hiervan onderdeel uitmaken. Het krijgen van handvatten om met persoonlijke kwetsbaarheden om te gaan is een belangrijk aandachtspunt. Terugkeer naar werk of het vinden van dagbesteding kunnen hierbij belangrijke factoren zijn.

Waarom een groepsbehandeling?

De ervaring leert dat het samenzijn met lotgenoten een positief en motiverend effect heeft. Men is niet meer de enige met problemen. Hulp bieden en begrip krijgen vergroten het zelfvertrouwen en herstellen ook het vertrouwen in de omgeving. Het zich veilig kunnen voelen in de groep is hierbij een belangrijk aspect. Het is daarom belangrijk om bij alle therapieën aanwezig te zijn.

Het behandelaanbod

Doelen/Psycho-educatie

In deze therapie wordt per week een klein haalbaar doel gesteld. Op deze manier leert u stap voor stap uw leven meer invulling te geven. U kunt denken aan contact herstellen met vrienden of familie, het huishouden weer oppakken, op zoek gaan naar dagbesteding of vrijwilligerswerk.

Ook is er aandacht voor de verschillende psychiatrische ziektebeelden, omgaan met financiële problemen en andere vragen.

Activiteiten/Hobbyontwikkeling

U krijgt verschillende ideeën en technieken aangereikt om creatief bezig te zijn. Zo kunt u ontdekken welke activiteiten bij u passen en hoe u zich hierin kunt ontwikkelen. Er wordt o.a. geveerd, getekend, gekleurd, geknutseld en met hout gewerkt. De therapeuten zullen met u onderzoeken hoe u een activiteit ook thuis kunt uitvoeren.

Psychomotorische therapie (PMT)

Psychomotorische therapie is een ervaringsgerichte manier van werken die zich richt op het beïnvloeden van denken, handelen en voelen door middel van bewegen. Het accent ligt in deze therapie op het letterlijk en figuurlijk in beweging komen. Wat kan u wel en waar krijgt u energie van. Leren omgaan met stress is hierbij een belangrijk onderdeel.

Creatieve Therapie

Creatieve therapie is een vorm van therapie waar we gebruik maken van beeldende middelen zoals tekenen, schilderen en boetsen. Bij deze therapie krijgt u inzicht in hoe u denkt over uzelf. U wordt zich bewust van eigen gevoelens en u kijkt naar hoe u de dingen doet in het leven. Door beelden te maken wordt er letterlijk zichtbaar wat er bij u leeft, waardoor het makkelijker wordt om dit te bespreken. Het werk dat u maakt speelt zich af in het hier en nu waardoor het beeldend werken een afspiegeling is van de werkelijkheid.

Bewegingstherapie

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

Cognitieve technieken

In deze therapie wordt geoefend met situaties uit het dagelijks leven. Aan de hand van de cognitieve gedragstherapie gaat u onderzoeken wat u denkpatronen zijn. Deze therapie is erop gericht om uw denken positief te beïnvloeden. Negatief denken maakt iemand vatbaar voor somberheid en angst. In deze groep wordt u uitgedaagd om dingen van een andere kant te bekijken, nieuwe mogelijkheden te zien en op die manier tot een meer realistisch beeld te komen.

Individuele begeleiding

Tijdens uw behandeling is er een sociaal psychiatrisch verpleegkundige of een therapeut die u begeleidt.

Soms is het wenselijk om een onderwerp eerst individueel te bespreken. U kunt van deze mogelijkheid gebruik maken. Omdat we weten dat de omgeving vaak nauw bij de problematiek betrokken is, zullen familie, partners of vrienden, in overleg uitgenodigd worden voor een gesprek.

Evaluatie

Tijdens de individuele gesprekken zullen we geregeld met u evalueren hoe het met u gaat. Het effect van de behandeling wordt besproken en doelen voor de behandeling worden bijgesteld.

Behandelend team

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

Praktische punten

De groep bestaat uit ongeveer 10 personen.

De groepstherapieën zijn gepland op 3 vaste dagdelen per week. De ervaring leert dat een consequente aanwezigheid het effect van uw behandeling ten goede komt. Het is dan ook de bedoeling om niet 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

09.30 - 10.45 uur Psychomotorische Therapie door C. Saremba

11.00 - 12.15 uur Stretching door L. Blutbacher

Dinsdag

13.15 - 14.30 uur Doelen/Psycho-educatie door G. van der Steen
en M. Wijnen Riems

15.00 - 16.00 uur Activiteiten door D. Hiemstra

Donderdag

09.15 - 10.45 uur Gespreksgroep/cognitieve technieken door L. Delen
en S. van 't Hof

11.00 - 12.15 uur Creatieve Therapie door L. Delen

Behandelaars

C. Saremba, psychomotorisch therapeut

L. Blutbacher, bewegingsagoog

D. Hiemstra, activiteitenbegeleider

S. van 't Hof, GZ-psycholoog

L. Delen, creatief therapeut beeldend

M. Wijnen Riems, sociaal psychiatrisch verpleegkundige

G. van der Steen, maatschappelijk werker

Notities:

[illegible]

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-20592-NL 10 december 2020