

## PD groep

### **Wat is psychodynamische groepspsychotherapie en voor wie?**

PD groep is geschikt voor patiënten met een persoonlijkheidsstoornis, die in hun leven steeds tegen (dezelfde) problemen oplopen, bijvoorbeeld in interactie met anderen en daarin willen veranderen.

PD groep kan met name geschikt zijn voor patiënten met een vermijdende, dwangmatige en afhankelijke persoonlijkheidsstoornis bij wie kenmerken als identiteitsproblematiek, angst, somberheid, afhankelijkheid en vermindering op de voorgrond staan. Ook patiënten met lichte borderline persoonlijkheidsproblematiek en/of narcistische problematiek kunnen in aanmerking komen voor PD groep.

Kenmerkend voor veel patiënten is dat ze problemen ervaren met hun zelfgevoel, hun eigenwaarde en zich niet op hun gemak, onbegrepen of niet verbonden kunnen voelen in relatie tot anderen. PD groep is niet geschikt voor patiënten bij wie psychosociale problemen (o.a. geen vaste woon- of verblijfplaats, grote financiële problemen e.d.) op de voorgrond staan en/of bij wie sprake is van middelenafhankelijkheid of andere op de voorgrond staande verslavingen. Voor het kunnen volgen van een psychodynamische psychotherapie moet er enige nieuwsgierigheid zijn om naar zichzelf te willen kijken. Ernstig zelfdestructief gedrag, zoals bijvoorbeeld automutilatie of ernstige eetproblematiek, zijn een contra-indicatie voor het kunnen volgen van deze behandeling, evenals psychotische klachten en het langdurig ontbreken van dagbesteding.

### *Werkwijze*

Wat in de patiënt leeft aan conflicten en angsten wordt zichtbaar en daarmee behandelbaar in het contact met anderen in de therapiegroep. Patiënten kunnen zich tijdelijk soms schuil houden in de groep als ze zich niet veilig voelen en toch leren van wat anderen bespreken. Ze kunnen zo hun angsten reguleren. Alle deelnemers brengen hun eigen persoonlijkheid, levensgeschiedenis, kwaliteiten en problemen mee. Op grond daarvan reageren zij op een karakteristieke manier op anderen. Groepsleden nemen vaak een bepaalde rol aan in een groep. Tijdens de therapie kan de patiënt erachter komen wat de anderen bij hem of haar oproepen en te weten komen op welke manier hij of zij op anderen reageert; wie hij of zij eigenlijk is. De groep biedt veel identificatiemogelijkheden en is ook een sociaal laboratorium waarin geoefend kan worden met expressie in alle opzichten. Dit biedt aanknopingspunten voor de therapie van ieder groepslid.

De patiënt wordt binnen de groepspsychotherapie uitgenodigd om te gaan begrijpen hoe het komt dat hij steeds in dezelfde patronen terechtkomt. Als inzichtelijk wordt wat de achtergrond en betekenis is van de actuele klachten en corrigerende ervaringen in de groep kunnen worden opgedaan, is de stap naar verandering beter te zetten. We proberen belemmerende patronen in kaart te brengen en achterliggende motieven en wensen zichtbaar te maken, zodat ruimte ontstaat om te veranderen. De therapie helpt de patiënt om te leren gaan met onlogische en zelf beperkende gedachten, gevoelens en gedrag. De patiënt krijgt inzicht in de oorsprong van problemen en kan eventuele nare ervaringen gaan verwerken.

### **Behandeling**

Er zijn psychodynamische groepen specifiek voor jongvolwassenen in de leeftijd van 18–26 jaar, voor volwassenen in de leeftijd van 25–67 jaar en er is een meer steunend structurerende psychodynamische groep voor zowel jongvolwassenen als volwassenen.

PD groep bestaat uit een wekelijkse groepssessie van anderhalf uur per keer. De behandeling duurt twee jaar met de optie tot verlenging tot drie jaar. U komt in een bestaande groep waarin sommige mensen al langer zitten en anderen wat korter. Met de hulp van de groep en de psychotherapeuten werkt u aan uw problemen. Hoe dat in zijn werk gaat, verschilt van persoon tot persoon. In de groep kan van alles aan de orde komen: hoe het de afgelopen periode is gegaan, wat er goed gaat, wat de patiënt dwars zit of dingen van vroeger die besproken moeten worden.

De belangrijkste taak van u is om te proberen zo openhartig mogelijk te praten over wat u denkt en voelt over die dingen die u bezig houden zonder al te selectief te zijn.

### **Bewezen effectief**

De effectiviteit van groepspsychotherapie is wetenschappelijk bewezen.

### **Publicaties**

Piper, W.E. & Rosie, J.S. (1998) Group Treatment of Personality Disorders: The Power of the Group in the Intensive Treatment of Personality Disorders. In Piper, E. & Ogrodniczuk, J.S. Brief Group Therapy, p. 15.

Heather Munroe-Blum and Elsa Marziali (1995). A Controlled Trial of Short-Term Group Treatment for Borderline Personality Disorder. *Journal of Personality Disorders*: Vol. 9, No. 3, pp. 190-198.

Research is pinpointing the factors that make group therapy successful. By Amy Paturel. November 2012, Vol 43, No. 10. Page 48

Fjeldstad, P. Hoglemd, S. Lorentzen (2016). Presence of Personality Disorder Moderates the Long-Term Effects of Short-Term and Long-Term Psychodynamic Group Therapy: A 7-Year Follow-Up of a Randomized Clinical Trial Group Dynamics. *Theory, Research, and Practice*, 20, 4, 294-309

### **Kosten**

Bent u in Nederland verzekerd, dan wordt uw behandeling bij het NPI vergoed via de Zorgverzekeringswet. Het NPI is een specialistische GGZ-instelling, wat inhoudt dat de behandelingen onderdeel zijn van de basisverzekering en vergoed worden door de zorgverzekeraars. Wel geldt bij behandeling in de specialistische GGZ het eigen risico. In uw polisvoorwaarden staat precies beschreven voor welke vergoeding u in aanmerking komt. In sommige gevallen kan uw verzekeraar melden dat er geen contract is met het NPI. Het NPI is echter onderdeel van Arkin en er is een contract met Arkin. De zorg van het NPI wordt via dit contract vergoed.

### **Contact**

U kunt zich met een door de huisarts of medisch specialist ondertekende verwijfsbrief aanmelden voor een intake bij het NPI. Meer informatie daarover is te vinden op onze website [www.npispecialist.nl](http://www.npispecialist.nl).

Indien u al bij een ander merk van Arkin in behandeling bent kan uw behandelaar u aanmelden voor een intake.

Heeft u verdere vragen dan kunt u terecht bij ons wekelijks telefonisch spreekuur op woensdag van 12.00 tot 13.00 uur. Het spreekuur voor verwijfsers vindt dagelijks plaats van 13.00 tot 14.00. Beide spreekuren zijn bereikbaar via het algemene nummer van het NPI 020-5904700.