

Guideline-Informed Treatment for Personality Disorders (GIT-PD)

Wat is GIT-PD en voor wie?

GIT-PD is een gestructureerd behandelkader, gebaseerd op de bewezen effectieve factoren die binnen alle beschikbare psychotherapieën voor persoonlijkheidsstoornissen worden gehanteerd. GIT-PD richt zich op klachten en problemen, voortkomend uit de persoonlijkheidsproblematiek. Deze klachten uiten zich vaak in het ervaren van heftige emoties, stemmingswisselingen, een laag en negatief zelfbeeld, impulsproblemen (bijvoorbeeld geld verkwisten, seks, eetbuien, misbruik van middelen, roekeloos autorijden). Er zijn vaak problemen in relaties en/of men voelt zich erg geïsoleerd. Deze klachten leiden tot het ervaren van veel instabiliteit en diverse (psychosociale) problemen in het dagelijkse leven.

Doelstelling GIT-PD

De uiteindelijke doelstelling van de behandeling is het verminderen van klachten en problemen gerelateerd aan de persoonlijkheidsproblematiek. Om dit te bereiken is er in de behandeling aandacht voor het verbeteren van gedragsvaardigheden. Er wordt hierom stil gestaan bij uw eigen en andermans gevoelens, gedachten en gedrag. Het aanleren van adequatere vaardigheden bij het hanteren van moeilijke emoties en het ontwikkelen van een genuanceerder beeld over uzelf en de ander helpt bij het vinden van meer stabiliteit in het dagelijkse leven.

Behandeling

Het GIT-PD is een gefaseerde behandeling. De eerste fase bestaat uit individuele, wekelijkse, gesprekken van 45 minuten. De tweede fase bestaat uit een groepsaanbod waarbij u laagfrequent contact behoudt met uw individuele behandelaar. De derde fase is de afrondende fase, hierin wordt de contactfrequentie afgebouwd. Het GIT-PD bestaat uit een multidisciplinair team. Naast de vaste behandelaar kan er contact plaatsvinden met een andere discipline. De totale behandelduur bedraagt maximaal 18 maanden.

In de praktijk kan het voorkomen, dat in de eerste fase in overleg met u wordt besloten niet door te gaan met fase twee. Zo nodig wordt er in dat geval meegedacht over alternatieve hulpverlening buiten het NPI.

GIT-PD kent drie fasen, De inhoud van deze fasering wordt hieronder beschreven:

Fase 1 Start en kennismaking (1 - 3 maanden): In deze fase staat centraal het vaststellen van de klachten en problemen waar u de komende periode aan wilt werken. Er wordt stil gestaan bij de relatie tussen deze klachten en de persoonlijkheidsproblematiek. Samen met u wordt een signaleringsplan opgesteld dat u helpt hoe adequater om te gaan met gevoelens, gedachten en gedrag die kunnen leiden tot crisis en de behandelcontinuïteit kunnen verstoren. In samenspraak met u wordt het behandeldoel voor de tweede fase vastgesteld. In overleg met u wordt iemand uit uw directe omgeving uitgenodigd om het behandelplan te bespreken.

Fase 2 De op indicatie in te zetten interventies (3 - 8 maanden): Deze fase bestaat in principe uit een groepsaanbod. Het aanbod zal gericht zijn op het behandelen van de in fase 1 vastgestelde klachten, voortkomend vanuit de persoonlijkheidsproblematiek. Hierbij kan gedacht worden aan 1) regulatie van emoties, 2) impulscontrole, 3) interpersoonlijke gevoeligheid.

Fase 3 Afronding van de behandeling: In deze fase wordt gewerkt aan het bestendigen van de behaalde behandelresultaten. Ook is er aandacht voor terugvalpreventie en voor re-integratie. In samenspraak met u wordt overlegd of de behandeling wordt afgesloten of dat er een verwijzing volgt binnen of buiten het NPI.

De volgende groepsmodules kunnen in de tweede fase van GIT-PD worden ingezet:

- GIT-PD groep: 1 keer per week 90 minuten groepstherapie waar wordt gewerkt aan het verkrijgen van inzicht en het doorbreken van oude niet-helpende patronen. Doelengroep van 1 uur per week waar wekelijks wordt gevraagd om een praktisch doel te formuleren waarmee u die week aan de slag gaat. Vaktherapie 1 uur per week, via non-verbale therapie krijgt u de mogelijkheid om vanuit een ander perspectief en/of via andere kanalen te werken aan therapeutische doelen of thema's.
- Acceptance and Commitment, groepstraining: het accent ligt op het onderkennen van beperkingen en mogelijkheden. Er is veel aandacht voor belangrijke persoonlijke waarden en wat er voor nodig is meer vanuit uw waarden te handelen. Wekelijkse training van 2 uur, maximaal 3 x 7 bijeenkomsten.
- Vaardigheidstraining Emotie Regulatie Stoornis (VERS): groepstraining gericht op psycho-educatie over oorzaken en klachten van een emotieregulatiestoornis. Het aanleren van positieve emotieregulatievaardigheden middels oefeningen en huiswerk, 18 wekelijkse bijeenkomsten van 2½ uur.

Onderstaande interventies kunnen op indicatie worden ingezet:

- COMET groepstraining: gericht op het verbeteren van het zelfbeeld, 8 bijeenkomsten
- Creatieve therapie: individueel of in een groep.
- Medicatieconsult
- Systeemgesprekken
- EMDR, max 8 sessies.

Bewezen effectief

GIT-PD is gebaseerd op de veronderstelling, dat toepassing van een duidelijk gestructureerd behandelkader effectief is. Dit is gebaseerd op de terugkerende vaststelling dat goed gestructureerde psychotherapeutische of psychiatrische zorg effectief is in de behandeling van persoonlijkheidsproblematiek. Het NPI is gespecialiseerd in het hanteren van complexe therapeutische relaties en kan hiermee het GIT-PD bieden.

Publicaties Hutsebaut, J., Kaasenbrood, A., & Bunningen, N. (2014). Geïntegreerde Richtlijn Behandeling Kenniscentrum Persoonlijkheidsstoornissen.

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 alleen via uw huisarts aanmelden voor een intake bij het NPI. Hiervoor moet uw huisarts een ondertekende verwijsbrief sturen naar het NPI. Meer informatie daarover is te vinden op onze website www.npispecialist.nl.

Heeft u verdere vragen, dan kunt u terecht bij ons wekelijkse spreekuur, iedere woensdag van 12.00 tot 13.00 uur. Het spreekuur voor verwijzers vindt dagelijks plaats van 13.00 tot 14.00. Beide spreekuren zijn bereikbaar via het algemene nummer van het NPI: 020-5904700.