

# Psychodynamische groepspsychotherapie PD-groep

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

PD-groep is geschikt voor patiënten met een persoonlijkheidsstoornis, zoals de vermijdende, dwangmatige, afhankelijke, narcistische en/of (milde) borderline persoonlijkheidsstoornis bij wie kenmerken als identiteitsproblematiek, angst, somberheid, afhankelijkheid en vermijding op de voorgrond staan.

PD-groep kan geschikt voor je zijn als je in je leven steeds tegen (dezelfde) problemen aanloopt, bijvoorbeeld in interactie met anderen en je daarin wilt veranderen. Deze problemen kunnen bestaan in relatie met jezelf èn in de relatie met anderen. Bijvoorbeeld als je problemen ervaart met je zelfgevoel, je eigenwaarde en je niet op je gemak voelt, onbegrepen of niet verbonden voelt in relatie tot anderen.

Voor het kunnen volgen van een psychodynamische psychotherapie moet je enige nieuwsgierigheid hebben om naar jezelf te willen kijken.

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. 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**

In de PD-groep krijg je meer inzicht in oude patronen die zich in de interactie met de groepsleden en de groepstherapeuten herhalen. In het contact met anderen in de PD-groep zal wat er in je leeft aan innerlijke conflicten en angsten zichtbaar worden en daarmee behandelbaar. Je kunt je soms tijdelijk schuil houden in de groep als je je niet veilig voelt en toch leren van wat anderen bespreken. Zo kun je je angsten reguleren. Alle deelnemers brengen hun eigen persoonlijkheid, levensgeschiedenis, kwaliteiten en problemen mee. Op grond daarvan reageren zij op een karakteristieke manier op anderen. Vaak wordt er een bepaalde rol aangenomen in de groep. Tijdens de groepstherapie kun je erachter komen wat de anderen bij je oproepen en zo te weten komen op welke manier je op anderen reageert; wie je eigenlijk bent. De PD-groep biedt veel identificatiemogelijkheden en is ook een sociaal laboratorium waarin je kunt oefenen met expressie in alle opzichten.

Je wordt binnen de PD-groep uitgenodigd om te gaan begrijpen hoe het komt dat je steeds in dezelfde patronen terechtkomt. Als inzichtelijk wordt wat de achtergrond en betekenis is van je klachten en je hebt corrigerende ervaringen in de PD-groep 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. PD-groep helpt je om te leren gaan met onlogische en zelf beperkende gedachten, gevoelens en gedrag. Je krijgt inzicht in de oorsprong van problemen en zodoende kan je 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. Je komt in een

bestaande groep waarin sommige mensen al langer zitten en anderen wat korter. Met de hulp van de groep en de psychotherapeuten werk je aan je 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 je dwars zit of dingen van vroeger die besproken moeten worden. De belangrijkste taak van jou is om te proberen zo openhartig mogelijk te praten over wat je denkt en voelt over die dingen die je bezighouden, 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. & Ogrodiczuk, 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. Hoglend, 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**

Ben je in Nederland verzekerd, dan wordt de 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 je polisvoorwaarden staat precies beschreven voor welke vergoeding je in aanmerking komt. In sommige gevallen kan je 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**

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

Als je al bij een ander merk van Arkin in behandeling bent, kan je behandelaar je aanmelden voor een intake.

Verwijzers kunnen iedere werkdag van 08:30 tot 17:00 uur bij Centrale Aanmelding Arkin (CAA) terecht voor aanmelden, collegiaal overleg en overige vragen via 020-5905555.

Intercollegiaal overleg vooraf kan met ons Consultatie- en Aanmeldteam (CAT). Zie <https://www.npisppecialist.nl/overleg-vooraf/> voor verdere informatie.

## Addendum G-FORCE

### **Audio-opnames groepstherapie in het kader van wetenschappelijk onderzoek**

Je staat op de wachtlijst voor de psychodynamische groepstherapie. Deze groepsbehandeling wordt op dit moment wetenschappelijk onderzocht (G-FORCE onderzoek). In het kader van dit onderzoek kunnen audio-opnames gemaakt worden van de behandelsessies.

### **Wat is G-FORCE en waarom?**

G-FORCE vergelijkt de effectiviteit van drie verschillende vormen van groepstherapie. Het onderzoek richt zich op mensen met een vermijdende, afhankelijke of dwangmatige persoonlijkheidsstoornis. Alhoewel deze persoonlijkheidsstoornissen veel voorkomen en verschillende behandelingen worden aangeboden, is nog weinig onderzoek gedaan naar de effectiviteit van deze therapievormen voor juist dit type problematiek. Ook weten we nog te weinig over waaróm deze behandelingen effectief zijn, en voor wie welke groepsbehandeling het meest geschikt is. Met dit onderzoek dragen we bij aan de verbetering van behandeling voor patiënten met cluster C persoonlijkheidsproblematiek.

### **Wat betekent G-FORCE voor je groepstherapie?**

In de behandelgroep zitten zowel mensen die deelnemen als mensen die niet deelnemen aan het onderzoek. Dit heeft geen invloed op de kwaliteit of uitvoering van de groepstherapie. Wel is het voor het onderzoek heel belangrijk dat er audio-opnames worden gemaakt. Indien je deelneemt aan G-FORCE, zul je door de onderzoeksassistenten nader worden geïnformeerd over de audio-opnames. Indien je niet deelneemt aan G-FORCE, zul je in het kennismakingsgesprek met de groepstherapeuten gevraagd worden een toestemmingsformulier voor audio-opnames te tekenen.

### **Waarom audio-opnames?**

De audio-opnames worden gemaakt om de kwaliteit van de behandeling te kunnen beoordelen. Een aantal behandelsessies zal steekproefsgewijs worden beluisterd door onafhankelijke deskundigen om na te gaan of de therapeut zich aan de voorgeschreven werkwijze van de behandeling houdt. De opnames worden anoniem beoordeeld; je naam en andere persoonsgegevens zullen niet bekend zijn. De opnames worden opgeslagen in een beveiligde digitale omgeving en maximaal vijf jaar bewaard na beëindiging van het onderzoek. De opnames die niet gebruikt worden, zullen direct gewist worden. Daarnaast kunnen de opnames worden ingebracht in de intervisie van de groepstherapeuten ter bevordering van de kwaliteit van de behandeling. De intervisieleden zijn allen werkzaam bij het NPI en hebben geheimhoudingsplicht.

**Vragen? Mail naar [force@npsai.nl](mailto:force@npsai.nl)**