

NPI Herstel

Wat is herstel?

Herstel is het proces waarin de klachten van je persoonlijkheidsproblemen verminderen of overgaan. En, misschien wel belangrijker, dat je jouw kwetsbaarheden en de dingen die voor jou moeilijk zijn accepteert en er zo goed mogelijk mee om kunt gaan. Herstel is ook dat je weet wat jou helpt om op een zo fijn mogelijke manier te kunnen leven, en weet hoe je dat kunt aanpakken. En dat je weet wat jouw sterke kanten zijn en hoe je die kunt gebruiken. Hoe je herstelt, is voor iedereen anders.

Herstel heeft 4 kenmerken:

1. **Persoonlijke betekenis vinden:** de persoon die je bent accepteren en positief over jezelf denken, mét jouw kwetsbaarheden.
2. **Hoop:** je kunt jouw dromen en wensen waarmaken, ook al heb je bepaalde kwetsbaarheden.
3. **Controle over jezelf krijgen of terugkrijgen:** je krijgt en houdt het gevoel dat je controle hebt over jouw eigen leven en jouw kwetsbaarheden.
4. **Activiteiten, hulp of zorg gebruiken om een zinvol leven op te bouwen.** Buurthuizen en andere organisaties (zoals herstelcentra) organiseren bijvoorbeeld activiteiten waar iedereen welkom is. Door daar aan mee te doen, leer je nieuwe mensen kennen. Daardoor doe je vanzelf meer mee in de samenleving. Misschien gebruik je ook het contact met burens of familie om je met sommige dingen te helpen.

De weg naar herstel bestaat uit vier fasen:

1. Overweldigd door je klachten.
2. Worstelen met je klachten.
3. Leven met je klachten.
4. Leven voorbij je klachten.

NPI Herstel gaat vooral over de derde en vierde fase van de weg naar herstel.

Wat is NPI Herstel?

NPI Herstel helpt je om de dingen die je in een eerdere behandeling bij het NPI hebt geleerd vol te houden en in je dagelijkse leven te gebruiken. Je leert om jouw eigen krachten te gebruiken. En om jouw kwetsbaarheden en de dingen die voor jou moeilijk zijn te accepteren en ermee om te gaan. Je leert ook wat jij nodig hebt en kunt doen om zo goed mogelijk te herstellen, en om dat op een goede manier aan anderen duidelijk te maken.

Voor wie is NPI Herstel?

NPI Herstel is er voor je als je bij het NPI een behandeling voor je persoonlijkheidsproblemen hebt gehad. Het gaat veel beter met je, maar je kan nog wel hulp gebruiken om alles wat je in je behandeling hebt geleerd vol te houden en ook in je dagelijks leven toe te passen. Je hebt de wens om op sommige onderdelen van je leven verder te herstellen. Bijvoorbeeld weer beginnen met (ander) werk, herstellen van bepaalde contacten, meer activiteiten doen of meer contacten met anderen.

Je kunt alleen door een behandelaar van het NPI worden aangemeld voor NPI Herstel. Je vaste behandelaar kan je meer over NPI Herstel vertellen.

Wat gebeurt er bij NPI Herstel?

Bij NPI Herstel heb je 1 keer per 6 weken individuele (één op één) gesprekken van 45 minuten met een behandelaar. Eerst maak je samen met je behandelaar een herstelplan en bespreek je waar je hulp bij nodig hebt. Waar de gesprekken over gaan, hangt af van je herstelplan, jouw hulpvraag en wat je op het moment van het gesprek nodig hebt.

Na 6 maanden bespreken we hoe het de afgelopen tijd is gegaan. We kijken ook aan welke doelen je de komende tijd wilt werken en wat je nodig hebt om te kunnen stoppen met de behandeling. De behandeling bij NPI Herstel duurt maximaal 1 jaar.

Met wie krijg je te maken binnen NPI Herstel?

Je maakt met je **vaste behandelaar** je herstelplan. Met deze behandelaar heb je ook de gesprekken over je herstel.

Je **regiebehandelaar** is ook bij deze behandeling betrokken, maar op de achtergrond. Je hebt geen gesprekken met je regiebehandelaar, maar deze denkt wel mee over jouw herstelplan en jouw behandeling.

Je kunt ook gesprekken hebben met onze **ervaringsdeskundige**. Die weet uit eigen ervaring wat het is om in behandeling te zijn en met herstel bezig te zijn. De ervaringsdeskundige kan je daardoor goed steunen en met je meedenken.

Helpt een behandeling bij NPI Herstel?

NPI Herstel bestaat een aantal jaar. We hebben nog geen wetenschappelijk bewijs of en hoe het werkt. Wel zien we dat de meeste mensen na een behandeling bij NPI Herstel verder zijn hersteld. De mensen die deze behandeling hebben gehad, reageren positief. De behandeling helpt ze verder en geeft hoop. Ze zien dat een rustiger en zinvol leven mogelijk is.

Publicatie

Boevink W,. (2017) HEE! Over Herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid in de psychiatrie (proefschrift).

Kosten

Voor iedere volwassene (18 jaar of ouder) wordt de behandeling bij het NPI vergoed via de Zorgverzekeringswet. Je hebt hiervoor een Nederlandse ziektekostenverzekering nodig. De betaling loopt dan via de zorgverzekeraar. Hierbij geldt een algemeen eigen risico. Dit eigen risico betaal je per jaar aan je zorgverzekeraar over alle zorg die dat jaar nodig is. De overheid beslist elk jaar hoe hoog dit eigen risico is.

Privacy

Het NPI beschermt jouw privacy zoals het in de wet is geregeld. Het betekent dat wij informatie over jou en je behandeling veilig bewaren en niet met anderen delen, behalve als je daarvoor toestemming hebt gegeven. Wij houden ons aan het privacyreglement van Arkin. Hierin staat precies beschreven hoe onze medewerkers omgaan met persoonsgegevens en het medische dossier.

Hier kun je het privacyreglement lezen: <https://arkin.nl/privacyverklaring/>. Je kunt het ook telefonisch opvragen bij ons secretariaat via 020 590 47 00.

Contact

Je kunt alleen door een behandelaar van het NPI worden aangemeld voor NPI Herstel. Voor vragen over de aanmelding of voor een afspraak voor de intake bel je naar de Centrale Aanmelding van Arkin (het NPI is onderdeel van Arkin): 088-505 12 02. Of je huisarts of behandelaar meldt je aan bij Arkin voor behandeling bij het NPI.

Ben je verwijzer? Dan kun je elke werkdag van 08:30 tot 17:00 uur terecht bij de Centrale Aanmelding Arkin voor aanmelden, collegiaal overleg en vragen via telefoonnummer 020 – 590 55 55. Als je een Arkin behandelaar bent, kun je terecht bij het Consultatie en Aanmeld Team (CAT). Kijk op <https://www.npspecialist.nl/voor-verwijzers/consultatie-expertise-en-second-opinion/> voor meer informatie.