

Vaardigheidstraining (VERS)

Emotie regulatie training

De VERS training is een vaardigheidstraining geschikt voor patiënten met een persoonlijkheidsstoornis (vaak borderline) die moeite hebben om met hun heftige en wisselende emoties om te gaan. In de VERS training krijgt de patiënt voorlichting over de klachten die hij ervaart, inzicht in hoe, waarom en wanneer emoties oplopen en via cognitief gedragstherapeutische technieken leert hij emoties, impulsen en gedachten beter te reguleren.

Wat kan uw patiënt verwachten?

De VERS training duurt in totaal ongeveer vijf maanden en vindt plaats in groepsverband (8-12 personen). Naast groepsbijeenkomsten voert de patiënt individuele gesprekken met een begeleider, ongeveer eens per 2 of 3 weken. De begeleiding is gericht op het goed kunnen doorlopen van de training. De groepstraining omvat 18 tot 20 wekelijkse bijeenkomsten van 2,5 uur. Daarnaast zijn er twee aparte bijeenkomsten met de steungroep (de partner of andere naasten van de patiënt) aansluitend aan de trainingssessie. Tot slot is er een terugkombijeenkomst. Huiswerkopdrachten zullen dagelijks ongeveer een half uur in beslag nemen. Indien nodig is een vervolgtraject VERS II mogelijk, een verdiepingscursus voor de vaardigheden die tijdens de VERS I training zijn geleerd.

Bewezen effectief

De effectiviteit van de VERS training is bewezen door wetenschappelijk onderzoek:

- The STEPPS Group Treatment Program for Outpatients with BPD. Donald W. Black, M.D., Nancee Blum, M.S.W. e.a. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, Vol. 35, No.3, Fall 2004.
[Link naar het artikel.](#)
- Van Wel B, Kockmann I, Blum N, Pfohl B, Black DW, Heesterman W. STEPPS group treatment for borderline personality disorder in The Netherlands. *Ann Clin Psychiatry* 2006; 18: 63-67.
[Link naar het artikel.](#)

Contact

Patiënten kunnen met een ondertekende verwijsbrief worden aangemeld voor een intake bij het NPI. Wilt u met één van onze behandelaren overleggen over een aanmelding, dan kunt u bellen tijdens het dagelijkse telefonisch spreekuur van 13.00-14.00 uur via 020 590 4700. Kijk voor meer informatie op www.npispecialist.nl.