

Kortdurende Psychoanalytische Steungevende Psychotherapie (KPSP)

Kortdurende Psychoanalytische Steungevende Psychotherapie (KPSP) is geschikt wanneer u last heeft van chronische of telkens terugkerende stemmingsklachten. In de behandeling zoekt de therapeut met u naar verbanden tussen uw stemmingsklachten en anderzijds uw levensomstandigheden, uw huidige relaties, de invloed van vroegere ervaringen en hoe u naar uzelf kijkt.

De nadruk ligt op bereiken van verbetering in het heden, maar u gaat ook onderzoeken welke belemmerende ervaringen uit het verleden hierop invloed hebben. Hierdoor krijgt u meer inzicht in uzelf, wat leidt tot het beter herkennen van ondermijnende gedachten, onverwerkte emoties en negatieve verwachtingen die bijdragen aan sombere gevoelens.

Het doel van KPSP is in eerste plaats dat uw stemmingsklachten verdwijnen. Maar doordat KPSP zich niet alleen op de symptomen richt, verandert tijdens de behandeling vaak ook de wijze waarop u naar uzelf en anderen kijkt. Uw zelfvertrouwen verbetert hierdoor en relaties met anderen worden daardoor vaak bevredigender. KPSP maakt u sterker bij tegenslagen of stressvolle situaties, waardoor u stemmingsklachten kunt voorkomen.

Wat kunt u verwachten?

De therapie bestaat uit 25 sessies die in de eerste 2 maanden tweewekelijks plaatsvinden, daarna wekelijks (9 sessies), en de laatste 2 maanden om de week. De behandeling duurt 8 maanden. We verkennen uw stemmingsklachten en symptomen en bekijken of er een verband is met uw levensomstandigheden, relaties met anderen en de relatie met uzelf. We kijken of er veranderingen mogelijk zijn in uw gevoelens, gedachten en gedrag ten opzichte van anderen en uzelf. In de laatste fase besteden we aandacht aan het op tijd herkennen van een terugval en wat u dan kunt doen.

Bewezen effectief

KPSP is in meerdere wetenschappelijke studies een bewezen effectieve behandeling voor depressie met en zonder persoonlijkheidsproblematiek. Het effect van KPSP is beter dan een behandeling met medicatie alleen. Het NPI kan u als specialist in persoonlijkheidsproblematiek optimaal begeleiden in deze therapie. Wij hechten veel waarde aan het contact tussen u en uw therapeut en zijn er juist op die momenten wanneer het moeilijk wordt in het contact.

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 van – in 2014 – minimaal €360,-. 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 via 020 590 4700. Alle behandelingen vinden plaats bij:

NPI

Domselaerstraat 126 & 128
1093 MB Amsterdam