

Psychodynamische groepspsychotherapie

Psychodynamische groepspsychotherapie kan geschikt voor u zijn wanneer u telkens in uw leven tegen (dezelfde) problemen oploopt en daarin wil veranderen. Het kan bijvoorbeeld zijn dat u problemen ervaart in de interactie met anderen. De groep biedt een unieke mogelijkheid om samen met anderen uit te zoeken waar u in relaties tegenaan loopt, wat dat betekent en hoe u dat kunt veranderen.

U wordt binnen de groepspsychotherapie uitgenodigd om te gaan begrijpen hoe het komt dat u steeds in dezelfde patronen terechtkomt. Als inzichtelijk wordt wat de achtergrond en betekenis is van de actuele klachten, 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.

De therapie helpt om af te komen van onlogische en zelfbeperkende gedachten, gevoelens en gedrag. U krijgt inzicht in de oorsprong van problemen en kunt eventuele nare ervaringen gaan verwerken.

Wat kunt u verwachten?

Psychodynamische groepspsychotherapie bestaat uit wekelijkse groepsessies van anderhalf uur per keer. De behandeling duurt twee jaar. U komt in een bestaande groep waarin sommige mensen al langer zitten en anderen wat korter. Met de hulp van de groep en de psychotherapeuten werkt u aan uw 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 u dwars zit of dingen van vroeger die besproken moeten worden. Het is niet zo dat van tevoren een thema bepaald wordt of dat iemand de beurt krijgt. Ieder groepslid probeert de beschikbare tijd zo goed mogelijk te benutten om iets te vertellen over wat hem/haar bezig houdt.

Bewezen effectief

De effectiviteit van groepspsychotherapie is wetenschappelijk bewezen. 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 verwijfsbrief 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