

Schematherapie groep



psychiatrie
rivierenland

INLEIDING

Iedereen heeft diepgewortelde ideeën (schema's) over zichzelf, andere mensen en de wereld om zich heen. Deze vaste ideeën bepalen hoe iemand zich gedraagt en hoe iemand met zichzelf en anderen omgaat. Deze 'schema's' zijn vaak ontstaan in de jeugd en kunnen bij sommige mensen zorgen voor problemen in het dagelijks leven. Als u merkt dat uw 'schema's' u in de weg zitten, helpt schematherapie u ze te begrijpen en veranderen.

VOOR WIE IS DE BEHANDELING BEDOELD?

De schematherapie-groep is bedoeld voor patiënten van Psychiatrie Rivierenland die door vaste ideeën en patronen vastlopen en dit bij zichzelf willen leren begrijpen en veranderen.

DE INHOUD VAN DE BEHANDELING

De behandeling start met het op een rijtje zetten van uw eigen schema's en gedrag. We kijken hoe deze zijn ontstaan en hoe u ze kunt herkennen in het dagelijks leven. Daarna leert u manieren om anders om te gaan met deze schema's en patronen.

We besteden aandacht aan emoties en dagen ideeën uit. Ook gaan we oefenen met nieuw gedrag. Zo proberen we de schema's te doorbreken. Omdat er tijdens de behandeling veel plek is om te oefenen is het erg belangrijk dat groepsleden actief meedoen.

INDIVIDUELE BEHANDELING NAAST DE GROEPSBEHANDELING

Behalve het contact dat u met de psychiater of verpleegkundige hebt, wordt er geen verdere individuele behandeling aangeboden.

DEELNEMERS

Een groep bestaat uit 6-8 deelnemers.

PRAKTISCHE INFORMATIE

De behandeling vindt plaats in het Santé Partners-gebouw, waar Psychiatrie Rivierenland Tiel gevestigd is. Het adres is Siependaallaan 1, Tiel. Er vinden 20 bijeenkomsten plaats, waarvan 18 wekelijks en 2 follow-up bijeenkomsten. Elke bijeenkomst duurt 90 minuten en vindt plaats op een vast tijdstip.



MATERIAAL & KOSTEN

Aan de groepsbehandeling zijn geen extra kosten verbonden, behalve van het werkboek waarmee de behandeling wordt gedaan. Het is belangrijk dat u het werkboek 'Kortdurende Schematherapie: Experiëntiële technieken' (ISBN:9789036827584) van J. Broersen & M. van Vreeswijk, vóór het begin van de eerste bijeenkomst in uw bezit heeft.

AANMELDEN

Als u wilt deelnemen wordt er een korte kennismaking ingepland bij de twee groepstherapeuten. In dit kennismakingsgesprek wordt gekeken of deze groepsbehandeling u zou kunnen helpen. Ook wordt verdere informatie besproken. Via uw behandelaar kunt u een kennismakingsgesprek aanvragen.