

# 22 mei publieksdag cluster C

Binnen cluster C vallen de vermijdende, afhankelijke en dwangmatige persoonlijkheidsstoornissen

## Publieksdag

Heb jij het vermoeden dat je een persoonlijkheidsstoornis hebt? Ben je gediagnosticeerd maar weet je (nog) niet zo goed wat je ermee aan moet? Ben je partner, familielid of vriend(in) van iemand met een cluster C persoonlijkheidsstoornis? Of wil je meer informatie over behandelmethoden en lotgenoten ontmoeten? Volg dan op [22 mei onze publieksdag online](#).

## Triade - Cluster C

De Triade - Cluster C is een samenwerking tussen cliënten, naastbetrokkenen en professionals met als doel de bekendheid over cluster C persoonlijkheidsstoornissen te vergroten. Daarnaast streven we ernaar dat meer mensen met een cluster C persoonlijkheidsstoornis een goede behandeling krijgen. Tijdens deze editie zullen we extra aandacht besteden aan naastbetrokkenen van iemand met een cluster C persoonlijkheidsstoornis. In het eerste, gezamenlijke deel van de dag, zijn er presentaties van een expert en naaste. Later in de ochtend bieden we speciaal voor familieleden en andere naastbetrokkenen een workshop aan. Hier proberen we de inzichten t.a.v. de problematiek te vergroten en handvatten te bieden in de omgang met mensen met een persoonlijkheidsstoornis cluster C.

## Workshops

Er zijn in totaal acht workshops waarin behandelaars iets vertellen over de behandeling en cliënten hun ervaringen met deze behandeling delen. De publieksdag is gratis maar het is wel noodzakelijk om je aan te melden. Stuur vóór 10 mei een mail naar [info@kenniscentrumps.nl](mailto:info@kenniscentrumps.nl). Je kunt per ronde twee voorkeuren opgeven. Als je vorige keer ook de publieksdag hebt bijgewoond, kan je aangeven welke workshops je toen hebt gevolgd zodat we je niet bij dezelfde workshop indelen. We houden zoveel mogelijk rekening met de aangegeven voorkeuren.

Op de website [kenniscentrumps.nl/cluster-c-ps](https://kenniscentrumps.nl/cluster-c-ps) is meer informatie te vinden over cluster C en behandelmogelijkheden, er is een zelftest en je kunt ervaringsverslagen lezen.

## locatie

De publieksdag is dit keer online. Een paar dagen voor de publieksdag krijg je de link om deel te nemen doorgestuurd.

## datum

22 mei 2021

## aanmelden

Stuur een email naar [info@kenniscentrumps.nl](mailto:info@kenniscentrumps.nl) waarin je ook je voorkeur voor de workshops doorgeeft.

Gegevens worden alleen gebruikt om je te informeren over deze publieksdag.

## tijdsschema

10.00-10.05 welkom

10.05-10.45 plenair

11.00-11.45 ronde 1

12.00-12.45 ronde 2

13.00-13.15 afsluiting

## website

[kenniscentrumps.nl/cluster-c-ps](https://kenniscentrumps.nl/cluster-c-ps) voor informatie over Triade - Cluster C

## WORKSHOPS

### Affectfobietherapie (AFT): 'Met angst en beven durf ik te leven'.

Affectfobie therapie is in klinische en in deeltijdsetting te volgen. AFT gaat ervan uit dat klachten samenhangen met angst voor gezonde, activerende gevoelens en behoeften. In de loop van iemands leven is deze gezonde kant gekoppeld geraakt aan remmende gevoelens van angst, schuld en schaamte. Dit leidt tot klachten zoals zich terugtrekken en vermijden. De patiënt wordt aangemoedigd deze vermijding te doorbreken. Binnen groepstherapie kan men met anderen hiermee oefenen en werken aan zowel verbinding als autonomie.

### Intensieve Kortdurende Dynamische Psychotherapie - de rol van het lichaam in therapie

In deze workshop wordt kort uitleg gegeven over Kortdurende Dynamische Psychotherapie. Er wordt veel aandacht besteed aan hoe lichamelijke signalen van angst, of boosheid bijvoorbeeld kunnen worden herkend en gebruikt om je problemen en patronen diepgaand te begrijpen en veranderen. Een deel van deze workshop is ervaringsgericht zonder dat het té spannend wordt!

### Dynamische Interpersoonlijke Therapie (DIT)

DIT is een psychodynamische psychotherapie, gebaseerd op de werkzame ingrediënten van bestaande therapieën. De focus van de behandeling ligt op het reflecteren op het zelfbeeld, de automatische belevingen over de ander, de interactie tussen zelf en ander en over de gevoelens en klachten die daarbij horen.

### Schematherapie

Schematherapie helpt je om de oorsprong van je gedragspatronen te doorgronden en te veranderen. De invloed van ervaringen uit je jeugd op de patronen in je dagelijks leven wordt onderzocht. Je leert nieuwe manieren van omgaan met emoties, gedachten en gevoelens waardoor je beter voor jezelf kunt zorgen en opkomen. Schematherapie wordt zowel individueel aangeboden als in groepsverband. In deze workshop zal groeps- schematherapie centraal staan.

### Transactionele Analyse (TA)

KKP-TA is een klinisch programma dat drie maanden duurt waarbij patiënten hun denk-, gevoels- en gedragspatronen leren kennen en doorgronden. Men kan onderscheid gaan maken tussen wat een restant is van vroeger en wat effectief is in het hier en nu. Verwerking van gevoelens alsmede oefenen met nieuwe patronen vormen de therapie-arbeid waarvoor patiënten in het klinische deel de basis leggen.

### Klinische Psychotherapie

In deze workshop wordt er verteld over de behandeling van cluster C in een klinische setting. Waar zijn deze klinieken en waarom zou je jezelf moeten laten opnemen? Er zal ook een cliënt aanwezig zijn die vertelt over haar herstel na de klinische psychotherapie.

### Naastbetrokkenen

Bij cluster C komt vermijding wat betreft gedrag en emoties veelvuldig voor. Mensen met cluster C problematiek hebben nauwelijks contact met hun behoeften en zijn zodoende niet zo goed in het vragen om hulp. Naastbetrokkenen maken zich veelal zorgen, maar krijgen vaak met weerstand te maken. In de workshop wordt stilgestaan bij hoe dit gedrag te begrijpen is en wat we weten over onderliggende mechanismen. Vanuit deze kennis en ervaring willen we dit bruikbaar maken voor naastbetrokkenen.

### Lotgenotencontact

Ja! Dat herken ik! Het is soms zo fijn als iemand je snapt, of dat je jezelf in iemand herkent. Daarom bieden we deze publieksdag de mogelijkheid om met elkaar in contact te komen. Er is een gespreksleider maar geen therapeut. Je hoeft ook niet persé iets te zeggen, soms is alleen luisteren naar anderen ook genoeg om te weten dat je niet alleen bent.