

RONDE 1: 14.00 - 14.45

Affectfobietherapie

Affectfobietherapie: met angst en beven durf ik te leven

In deze workshop wordt uitgelegd hoe Cluster-C-problematiek d.m.v. affectfobietherapie wordt behandeld in klinische en deeltijd setting.

Bij mensen met een emotie- of affectfobie is er sprake van een innerlijk conflict tussen enerzijds gezonde gevoelens en behoeften en anderzijds angst die tegelijkertijd wordt opgeroepen. Door de tijd heen zijn er inperkende patronen ontstaan om met dit conflict om te gaan, die tot klachten zijn gaan leiden zoals het zich terugtrekken en het vermijden van lastige situaties of conflicten. Het doel van affectfobietherapie is om de inperkende patronen los te laten en geleidelijk aan deze gevoelens weer toe te laten en ermee te leren omgaan. Therapie in een groep is een goede manier om via het contact met anderen hiermee te oefenen en ondanks de angst weer te durven handelen en voelen. Zo kan gewerkt worden aan het opbouwen van een positiever beeld van jezelf en anderen.

ISTDP vaktherapie

Workshop over angstregulatie binnen de ISTDP t.b.v. de publieksdag.

Angstregulatie neemt een belangrijke plaats in binnen de ISTDP. Om op een veilige manier naar je gevoel te kunnen gaan is het belangrijk om je angstsignalen te gaan leren herkennen en erkennen. Samen met de therapeut wordt gewerkt aan het opnieuw in kaart en onder de aandacht brengen van lichamelijke reacties die optreden bij angst en hoe deze is gekanaliseerd in je lichaam zodat je op een veilige manier naar je onderliggende gevoelens kan gaan.

Klinische psychotherapie

In deze workshop staat de klinische psychotherapie centraal. Er wordt er vertelt over de behandeling van cluster-c in een klinische setting; waar deze klinieken zijn en waarom je je zelf zou moeten laten opnemen (indicatiestelling). Er zal een cliënt aanwezig zijn die vertelt over zijn herstel na de klinische psychotherapie.

Transactionele Analyse

KKP-TA (Kortdurende Klinische Psychotherapie gebaseerd op Transactionele Analyse) is een driemaands programma waarbij patienten in een opnamesituatie maximale mogelijkheden hebben om hun denk-, gevoels- en gedragspatronen te leren kennen en doorgronden en waarbij zij onderscheid gaan maken tussen wat een restant is uit vroegere perioden en anderzijds wat effectief is in het hier en nu. Verwerking van gevoelens die ten grondslag liggen aan die oude patronen alsmede het oefenen met nieuw ontwikkelde patronen vormen de therapie-arbeid waarvoor patienten in het klinische deel de basis leggen.

RONDE 2: 15.00 – 15.45

DIT

Onze workshop gaat over de DIT.

De DIT (Dynamische Interpersoonlijke Therapie) is een psychodynamische psychotherapie, gebaseerd op de werkzame ingrediënten van bestaande theorieën/therapieën (de gehechtheidstheorie, het object-relacionele model en de theorie over mentaliseren). De focus van de behandeling ligt op het reflecteren (dit is: gevoelens, gedachten en gedrag samen brengen) over het zelfbeeld, over de automatische belevingen die ontwikkeld zijn naar de ander toe, over de interactie tussen jezelf en de ander, en over de gevoelens en klachten die daarbij horen.

ISTDP

Met ISTDP onderzoek je samen met de therapeut hoe de patronen die je hebt ontwikkeld om weg te blijven bij je gevoel zijn ontstaan. Daarbij is veel aandacht voor het leren herkennen en reguleren van je angst, om op die manier veilig naar je gevoel te kunnen. De (grotere of kleinere) traumatische ervaringen in iemands jeugd komen daarbij aan bod. Zo is het mogelijk patronen niet alleen te begrijpen, maar ook doorleefd te veranderen met daardoor langdurend effect op psychische klachten.

Schema therapie

In schematherapie leren mensen om zorg te dragen voor hun emotionele basisbehoeften waarbij we ervan uitgaan dat mensen die terugkerend vastlopen in hun leven op minimaal één gebied van basisbehoeften een gemis hebben ervaren in hun jeugd. Door bewustwording, oefening, verwerken van onderliggende vormende herinneringen en het opdoen van nieuwe ervaringen in de therapie wordt er gewerkt aan het opbouwen van gezonde, helpende patronen. Schematherapie wordt zowel individueel aangeboden als in groepsverband waarbij de frequentie van de sessies per behandelaanbod varieert van 1 sessie per week tot deeltijd of klinisch.

Vraagbaak cluster C

In deze workshop kun je in gesprek gaan met de organisatoren van de publieksdag: twee ex-cliënten en een behandelaar (verbonden aan het Kenniscentrum Persoonlijkheidsstoornissen). Je kunt al je vragen stellen over Cluster C persoonlijkheidsstoornissen, de Triade Cluster C of het Kenniscentrum. We beloven niet dat we alle antwoorden hebben, maar wel dat we ons best doen ze voor je te vinden.