

NOVA 3

VOLWASSENEN

ANGST, DEPRESSIE & PERSOONLIJKHEIDSPROBLEMATIEK

Gespecialiseerde dagbehandeling voor volwassenen met angst, depressie, verwerkingsmoeilijkheden en/of problemen met hanteren van emoties, zelfbeeld, relaties

INTEGRATIEF GEDRAGSTHERAPEUTISCH BEHANDELPROGRAMMA (IGT)

Doelstelling van deze behandeling is enerzijds het beter leren omgaan met je klachten en anderzijds het verhogen van je draagkracht en persoonlijke groei. Ons einddoel is dat je meer zin en verbondenheid kan ervaren in je leven. We doen hiervoor in de eerste plaats beroep op inzichten en methodieken uit therapeutische stromingen die behoren tot de derde generatie gedragstherapie: Acceptance and Commitment therapy, elementen van dialectische gedragstherapie... Ook psycho-educatie is een belangrijk onderdeel van het programma. "IGT" staat voor "integratief gedragstherapeutisch behandelaanbod".

BEHANDELING

In een eerste stap werken we met jou aan inzicht in je belevingswereld. De focus ligt op gedachten en gevoelens, en hoe die samenhangen met uitlokkende gebeurtenissen en daaropvolgend gedrag. We onderzoeken hoe je jezelf en anderen beleeft, of daar patronen in te herkennen zijn, en hoe je met die belevingen omgaat.

In een volgende stap bieden we je handvaten aan om minder oordelend en veroordelend te reageren op je (innerlijke) ervaringen en het hier en nu te observeren zonder volledig op te gaan in je belevingen. Het programma omvat vaardigheidstrainingen waarin je leert hoe je beter kan omgaan met problemen, klachten en symptomen. Ook de onderlinge relatie tussen jou en andere personen komt aan bod. Het is belangrijk dat je uiteindelijk ook buiten het ziekenhuis in actie komt, geholpen door de inzichten en vaardigheden die je verworven hebt.

In een laatste stap onderzoeken we dan ook je persoonlijke waarden en hoe je je leven vorm kan geven op basis van die waarden. We steunen je om hierin concrete stappen te zetten.

We vertrekken in alle groepen vanuit hetzelfde basisproces, maar leggen andere accenten afhankelijk van de module.

Module 1 (4 halve dagen per week op ma/di/do en vrij van 8:30 tot en met 12:00). Verbeteren van emotieregulatie, zelfsturing en vaardigheden.

Module 2 (4 halve dagen per week op ma/di/do en vrij van 8:30 tot en met 12:00). Behandeling van depressieve klachten en angst.

Module 3 (4 halve dagen per week op ma/do en vrij van 12:30 tot en met 16:00 en op woe van 8:30 tot en met 12:00).

Ondersteuning van het functioneren en het (her)opnemen van rollen in de maatschappij. In deze module zijn ook crisisopnames mogelijk.

OPNAMEVRAAG?

Indien u een aanmelding wilt doen of informatie over het behandelaanbod wenst kan u steeds contact opnemen met Dirk Moors. Dit kan telefonisch op het nummer 011 78 83 40 of via mail aan dirk.moors@asster.be.

CONTACT AFDELING

Verpleegteam

011 78 83 47 en 011 78 83 48
alle werkdagen tussen 08:00 en 16:30

Afdelingshoofd

Benny Tiri, 011 78 83 40,
benny.tiri@asster.be

Psychiater

dr. Jim Remans