



KBTA – Kortdurend Programma voor Behandeling, Training en Advies

Informatie voor cliënten

Locatie Apeldoorn

KBTA

Om psychische problemen te behandelen zijn verschillende benaderingswijzen mogelijk. Het is van belang om te weten welke benaderingswijze het beste aansluit bij uw problematiek. Om dit te onderzoeken is door Scelta, expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek een twaalf weken durend programma ontwikkeld; het Kortdurend programma voor Behandeling, Training en Advies, ofwel KBTA..

Doel

In dit programma wordt op een gestructureerde manier binnen een groepssetting gewerkt aan het verhelderen van uw problematiek om zo te komen tot een goede diagnose.

Daarnaast kunt u zich een aantal vaardigheden eigen maken om beter te functioneren in uw werk- en thuissituatie. Aan het einde van het programma krijgt u een concreet advies over welk behandeltraject voor u het meest aangewezen is.

Opzet programma

Het programma duurt twaalf weken en bestaat uit twee maal een cyclus van zes weken. Elke zes weken is er een instroom is van nieuwe cliënten. De eerste zes weken zijn met name gericht om een goede diagnose te stellen. De laatste zes weken gaan vooral om het trainen van vaardigheden, naast het aanscherpen van de diagnose.

Het programma vindt plaats op vrijdag van 9.30 – ± 17.00 uur. Er is een gezamenlijke lunch. U volgt een groot deel van het programma in het gebouw de Venne van Scelta. We hebben hier ruimten voor het volgen van therapie, voor de lunch en om te pauzeren. We maken daarnaast gebruik van andere therapieruimten op het terrein van GGNet.

Aanpak

Voorafgaand aan of in het begin van het programma nemen we een psychologische test af om de diagnostiek helder te krijgen. De resultaten van deze test worden later in het programma met u besproken. Binnen het programma zijn evaluatiemomenten ingebouwd om na te gaan of u voortgang boekt op de door u gestelde doelen of dat het wellicht nodig is om deze doelen aan te passen.

Het programma bestaat uit een groeps gedeelte en een individueel traject. Het groepstraject wordt verderop in deze folder nader toegelicht. Het individuele programma wordt afgestemd op uw specifieke behoeften en kan bijvoorbeeld bestaan uit individuele psychotherapie, nadere diagnostische gesprekken, gezinsgesprekken of gesprekken met een sociotherapeut. Tijdens het gehele programma wordt er gewerkt met huiswerkopdrachten om ervaringen uit het KBTA in uw thuissituatie en/of werk te oefenen.

Thema's

De invulling van het programma is steeds gekoppeld aan verschillende thema's. De thema's zijn:

Week 1 en 7 kennismaking en probleemverheldering.

Week 2 en 8 afgrenzing

Week 3 en 9 samenwerken

Week 4 en 10 emotieregulatie
Week 5 en 11 impulsbeheersing
Week 6 en 12 probleemhantering en afscheid

Therapieonderdelen (groepstraject)

- Groepstherapie: Hier staat het verhelderen van de problematiek centraal. We bespreken hoe de groepsleden de eigen problematiek in de voorgaande week zijn tegengekomen. Er wordt aandacht besteed aan manieren om concrete probleemsituaties aan te pakken. In deze therapie wordt niet met thema's gewerkt.
- Cognitieve gedragstherapie: Deze therapie richt zich op het leren hanteren van (heftige) emoties en het leren meer greep te krijgen op impulsiviteit en beschadigend gedrag. Vaak spelen negatieve gedachtepatronen over zichzelf en anderen een bepalende rol. Aan de hand van voorbeelden gaan we na welke signalen vaak aan probleemgedrag vooraf gaan en hoe u die beter kunt herkennen op een moment dat u nog andere keuzes kunt maken.
- Creatieve therapie muziek: We bieden verschillende werk- en spelvormen aan rond het weekthema. Muziek is een ervaringsgerichte therapievorm waarbij het doen, het muziek maken, voorop staat. U kunt zicht krijgen op en oefenen met expressievormen, gedrag en interactiepatronen.
- Voortgangsbespreking: In de voortgangsbespreking ligt het accent op wonen, werken, vrije tijd en sociale contacten. Ieders persoonlijke kwaliteiten en problemen komen hierbij aan de orde, gekoppeld aan individuele doelen en in relatie tot het weekthema. In het therapie-uur met de sociotherapeut krijgt u informatie omtrent het weekthema. We werken hierbij ook met huiswerkopdrachten.
- Sociotherapeutische werkvormen: Hier kunnen onderwerpen die bij de voortgangsbespreking aan de orde zijn geweest verder worden uitgewerkt, besproken en geoefend. U gaat uw vaardigheden trainen bijvoorbeeld door middel van rollenspellen.

Werkboek

Op uw eerste dag bij het KBTA ontvangt u van ons een werkboek. Hier staat het programma van elke dag in met de bijbehorende thema's. Ook de huiswerkopdrachten en de formulieren om deze opdrachten uit te werken zijn hierin opgenomen. Daarnaast kunt u hier uw eigen aantekeningen bij het programma uitwerken. We verwachten van u dat u het werkboek steeds bij u hebt op de dagen dat u deelneemt aan het KBTA.

Evaluaties

Tijdens het KBTA wordt er geëvalueerd over het verloop van het programma en over uw vorderingen. Dit gebeurt zowel door medewerkers als door u zelf.

In de vierde en de tiende week bespreekt het medewerkersteam, bestaande uit verschillende disciplines zoals sociotherapeuten, een muziektherapeut, een psychotherapeut en psychiater, uw deelname in de voorgaande periode en uw mogelijkheden voor het vervolgtraject. Hierover stellen zij een evaluatieverslag op.

Ook u zelf schrijft een evaluatieverslag over uw deelname aan het KBTA-programma. Hiervoor zit in het werkboek een formulier met evaluatievragen. Het is de bedoeling dat u de vragen thuis beantwoordt en het formulier in respectievelijk week vier en tien inlevert bij de sociotherapeut.

De uitkomsten van deze evaluaties worden in de vijfde en elfde week met u besproken. Het is dan bijvoorbeeld mogelijk dat u het advies krijgt om naast het basisprogramma extra te werken aan een aantal persoonlijke doelen.



GGNet

Scelta, expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek

Postbus 928

7301 BD Apeldoorn

Deventerstraat 459

7323 PT Apeldoorn

Telefoon (Scelta secretariaat): (055) 368 6380

Telefoon (KBTA): (055) 368 6383

E-mail: scelta.apeldoorn@ggnet.nl

Internet: www.scelta.net

December 2007

7512