DIS-vaardigheidstraining

Informatie voor cliënten van Transit

ggz centraal
expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie

De DIS-vaardigheidstraining van Top Referent Trauma Centrum (TRTC) Transit is bestemd voor cliënten bij wie de diagnose dissociatieve identiteitsstoornis is gesteld en die hun dagelijks functioneren verder willen verbeteren.

Doelstelling

Tijdens de DIS-vaardigheidstraining werkt u aan de volgende doelen:

- Erkenning van de diagnose DIS;
- Verbeteren van de waarneming en realiteitstoetsing;
- Oefenen met het doorbreken van de dissociatie in het heden;
- Leren structureren, plannen en voorbereiden van activiteiten/situaties (onder meer door het bevorderen van samenwerking tussen delen);
- Verbeteren van vaardigheden in het omgaan met dissociatieve symptomen;
- Leren omgaan met beperkingen als gevolg van dissociatieve problematiek;
- Ontwikkelen van zelfstandigheid in het dagelijks leven.

Naast het deeltijdprogramma blijft u ook ambulante behandeling volgen.

Werkwijze

In de vaardigheidstraining werkt u in een groep aan de hand van het boek ‘Omgaan met traumagerelateerde dissociatie’ (Boon, Steele & van der Hart). Wij geven voorlichting en er is ruimte voor uitwisseling van ervaringen in het omgaan met dissociatie. Met behulp van huiswerk oefent u met en werkt u aan verschillende doelen in het dagelijkse leven met DIS.

De vaardigheidstraining richt zich op blok de eerste 18 hoofdstukken van het boek door. In deze hoofdstukken is aandacht voor het vaardiger worden in het omgaan met dissociatie.

De groep bestaat uit maximaal 4 cliënten, dit doen we bewust, zodat deze groep ook ingezet kan worden als groepstherapie nog niet geïndiceerd of haalbaar is. Op deze manier kun je wel profiteren van de herkenning van anderen, maar wordt er geen actief groepsproces verwacht.

Programma

De DIS-vaardigheidstraining bestaat uit een wekelijkste bijeenkomst van 1,5 uur.

Voorwaarden

Om te kunnen deelnemen aan de DIS-vaardigheidstraining, is er een aantal voorwaarden waar u aan moet voldoen:

- De diagnose DIS is gesteld.
- Deze training kan alleen plaatsvinden als u ook een regiebehandelaar heeft bij wie u individuele behandeling volgt (richtlijn wekelijks contact). Wij bieden alleen trainingsgerichte therapie en hebben geen mogelijkheden om individuele gesprekken te voeren naast de deeltijdbehandeling en zorg te bieden bij een eventuele crisis.
- U bent gemotiveerd om aan uw problemen te werken.
- U kunt functioneren in een kleine groep.

- U uw eigen veiligheid kunt garanderen, door zich aan afspraken te houden rondom suïcidaliteit en automutilatie.
- Het is belangrijk dat u zelfstandig het programma kunt volgen. Dat betekent ook dat u zelf verantwoordelijk bent voor de reis van en naar Transit.
- Binnen de deeltijdbehandeling werken wij met Karify, het online cliëntportaal van GGz Centraal. Het is belangrijk dat u een Karify-account heeft en dit ook gebruikt.
- Tijdens de eerste bijeenkomst nemen wij met u een trainingsovereenkomst door. Voor een veilig groepsklimaat is het van groot belang dat u zich houdt aan de afspraken die wij daarin opnemen.
- U kunt niet deelnemen aan de groep als u last heeft van psychotische episodes, overheersende middelenproblematiek, u niet geschikt bent voor een kleine groep of als u de Nederlandse taal niet beheerst.

Praktische informatie
Uw behandelaar kan u aanmelden voor de DIS-vaardigheidstraining. Na aanmelding krijgt u een uitnodiging voor een intakegesprek met één van de betrokken groepstherapeuten. In dit gesprek kijken wij samen of de training geschikt voor u is. Als het antwoord positief is, maken wij afspraken met u over start en deelname.

Duur: De training bestaat uit 18 wekelijkse trainingen, op één dag in de week. Wij bespreken de dag en het tijdstip ruim voor de start met u.
Plaats: Expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie (ExtraPsy), Transit, Ermelo
Opzet: De training is in een gesloten groep van max. 4 deelnemers, mannen en vrouwen. Gesloten wil zeggen dat er na de start geen nieuwe deelnemers instromen.
Literatuur: Boek ‘Omgaan met traumagerelateerde dissociatie’ (Boon, Steele & van der Hart).

Kosten
Voor gezondheidszorg geldt in Nederland een verplicht eigen risico voor elke verzekerde. Dat bedrag wordt jaarlijks vastgesteld. Ook de geestelijke gezondheidszorg valt onder dit eigen risico. Voor informatie over de kosten van uw behandeling of begeleiding bij GGz Centraal verwijzen wij u graag naar onze website www.ggzcentraal.nl/kosten.

© GGz Centraal Expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie, juli 2025