Meerdaagse behandeling

Informatie voor cliënten van Transit

De meerdaagse behandeling die het Top Referent Trauma Centrum (TRTC) Transit biedt, is voor mensen met klachten passend bij complexe PTSS en/of een dissociatieve stoornis, die een intensieve oefen- en therapiesituatie nodig hebben in een omgeving die voldoende vertrouwen en veiligheid biedt. Als ambulante of deeltijdbehandeling onvoldoende hebben geholpen, kunnen wij deze meerdaagse behandeling bieden. In deze folder informeren we u de meerdaagsebehandeling.

Voortraject

Voordat u de meerdaagse behandeling bij ons kunt volgen, moet uw behandelaar (vanuit de SGGZ) u naar Transit verwijzen. U doorloopt het intaketraject. Als wij denken dat de meerdaagse behandeling een goed aanbod voor u kan zijn, dan start u eerst met de Observerende Vaardigheidstraining (OVT). In deze training observeren wij of u kunt profiteren van groepsbehandeling, kunt u kennismaken met onze werkwijze en maakt u ter voorbereiding op de behandeling een emotie regulatieplan (ERP).
Als wij na de OVT denken dat de meerdaags behandeling helpend kan zijn, adviseren wij in welke groep (structuurgroep, dissociatiegroep of structuurdissociatiegroep) u het beste kan starten. Wees er wel op voorbereid, dat het ook kan zijn dat wij na de OVT, toch een andere behandelvorm adviseren. Het advies na OVT is leidend.

Visie

Binnen de meerdaagse behandeling werken wij vanuit de visie van de fasegerichte behandeling voor complex trauma. De fasegerichte behandeling bestaat uit drie fases:

1. Stabilisatie: werken aan veiligheid
2. Verwerking van traumatische ervaringen
3. Herstel of verbetering van het sociaal-maatschappelijk functioneren

Deze fases doorlopen we niet altijd stap voor stap, maar kunnen door elkaar heen lopen. De meeste cliënten werken tijdens de meerdaagse behandeling vooral aan doelen passend bij fase 1 of doelen passend bij fase 1 en fase 3. Fase 2 wordt soms ingezet, maar vaak wordt deze fase weer opgepakt (bijvoorbeeld bij je verwijzer) na de behandeling bij Transit. Soms lukt het al wel om ook stukken van deze fase op te pakken tijdens de behandeling bij Transit.

Werkwijze

Binnen het meerdaagse milieu werken we op de afdeling taak gericht samen met elkaar om de verschillende taken, behorend bij het dagelijks functioneren, te volbrengen.
Voorbeelden zijn de verschillende corveetaken, het samen netjes houden van het milieu, contact met elkaar, het oefenen van verschillende vaardigheden om binnen de Window of Tolerance te komen of blijven.
De diverse programma onderdelen zijn ondersteunend aan de doelen die gesteld zijn voor de behandeling. De sociotherapeuten zijn aanwezig op de afdeling om te ondersteunen bij en oefenen met regulatie en coaching in het oppakken van diverse vaardigheden. Ze zijn ook aanwezig om de structuur van de afdeling, dag en groep te behouden en hierin ook waar nodig te kaderen.

© GGz Centraal Expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie (ExtraPsy), Transit, April 2026

We spreken van 3-graden;

- Eerste graad: het therapeutisch milieu
- Tweede graad: alle groepstherapieën (sociotherapie, training en vaktherapie)
- Derde graad: de individuele gesprekken bij je behandelaar of individuele vaktherapie indien dit geïndiceerd is.

Binnen de meerdaagse behandeling op Transit zijn er 3 verschillende therapie groepen

1. **Structuurgroep**
2. **Structuurdissociatiegroep**
3. **Dissociatiegroep**

Per behandelplan wordt geëvalueerd hoe het gaat, of het lukt om aan de doelen te werken en of de meerdaagse behandeling nog aansluit bij jouw hulpvraag. Elke groep heeft binnen de groepstherapieën een eigen focus.

Binnen al onze therapiegroepen werken we aan stabilisatie, waarbij we ons richten op de drie hieronder genoemde thema's. Vanuit deze thema's wordt de behandeling vormgegeven.
Wanneer er sprake is van DIS of AGDS, ligt er daarnaast een aanvullende focus, die hieronder ook wordt beschreven.

1. **VERGROTEN VAN REGULATIE VAARDIGHEDEN**
• Controle over (levensbedreigend) zelfdestructief gedrag. • Vergroten van het ervaren gevoel van veiligheid thuis en/of binnen de therapie. • Verminderen van angst voor voelen (affectfobie) • Begrip, erkenning en acceptatie van CPTSS en dissociatieve klachten • Vermindering van CPTSS en dissociatieve klachten

2. **VERBETEREN ADL**
• Het versterken van motivatie en perspectief/hoop op verandering • Herstel van een gezond en regelmatig slaap-, bewegings-, en voedingspatroon en dagritme.

3. **IK –VERSTERKING**

• Vergroten van coping, draagkracht en meer realiteitstoetsing
• Verbeteren van
  • Sociaal functioneren
  • Communicatie
  • Emotieregulatie
  • Zelfvertrouwen en positievere zelfspraak

Voor cliënten met DIS of AGDS met dissociatieve delen van de persoonlijkheid is er een aanvullende focus.
• Zicht krijgen op interne systeem van dissociatieve delen van de persoonlijkheid om symptomen te kunnen begrijpen en verminderen • Interne communicatie op gang brengen.

© GGz Centraal Expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie (ExtraPsy), Transit, April 2026

Groepen en programma

1. Structuurgroep (CPTSS/AGDS)
   De focus van de structuurgroep ligt op het krijgen van inzicht in uw problemen, andere ervaringen op doen en nieuwe vaardigheden ontwikkelen. We werken vanuit een werkboek wat gebaseerd is op verschillende behandelmethoden die beschikbaar zijn gericht op vergroten van de regulatie vaardigheden. We leggen de focus op het dagelijks functioneren en we besteden in deze groep aandacht aan patronen die zijn ontstaan door de traumatische voorgeschiedenis. We stimuleren de cliënt om emoties te gaan voelen en te benoemen. In deze groep zitten mensen met CPTSS en/of AGDS.

2. Structuurdissociatiegroep (DIS)
   Binnen de structuurdissociatiegroep werken we aan het inzichtelijk krijgen en leren omgaan met dissociatieve symptomen. We werken in de structuurdissociatiegroep vanuit een werkboek wat is gebaseerd op het boek 'omgaan met traumagerelateerde dissociatie'.
   In deze fase van de behandeling zal het veel gaan over onderzoeken van gevoelens, gedachten en belevingen. Dit met het doel om meer zicht te krijgen op de verschillende delen van de persoonlijkheid. We richten ons op de oriëntatie in het hier&nu en welke vaardigheden hierin aansluiten bij verschillende situaties.
   Op het moment dat er voldoende zicht of een bepaalde mate van inzicht is op de dissociatieve symptomen is, kan een overgang naar een dissociatiegroep passend zijn om de focus te leggen op het verminderen van de dissociatieve symptomen in combinatie met het samenwerken met de binnenwereld.

3. Dissociatiegroep B&E (DIS)
   In de dissociatiegroepen focussen we ons op stabiliseren en het verminderen van dissociatieve symptomen. Binnen de dissociatiegroep werken we uit het boek 'omgaan met trauma gerelateerde dissociatie'. We behandelen hoofdstuk 1 tot en met 18, 22 & 24. De overige hoofdstukken zijn op termijn te volgen binnen een groep die op indicatie kan worden toegevoegd aan de behandeling. Na elk blok is er een sessie die gericht is op 'dagelijks leven delen', met daarbij behorende reflectievragen.
   We werken aan het verbeteren van het functioneren in het hier en nu. In de groep geven we uitleg over DIS, verdeeldheid en interne samenwerking. Ook bieden we oefeningen en vaktherapieën waarin de cliënt kan oefenen en ervaringen op kan doen met samenwerken met de verschillende delen van de persoonlijkheid. We besteden uitgebreid aandacht aan het thema vertrouwen, omdat dit belangrijk is om een werkrelatie aan te gaan met het behandelteam en met de groeps- en milieugenoten. Deze groep is specifiek voor mensen waarbij er sprake is van dissociatieve delen van de persoonlijkheid.

Het therapie programma van deze groepen vindt plaats tussen 8.30 en 17.00 uur. Elke groep ontbijt, lunch en dineert met elkaar. Tussen de therapieën door is er ruimte voor een koffie-/ theepauze.
Er zijn in totaal vier therapiegroepen, waarvan er twee aanwezig zijn van zondag tot en met dinsdag of woensdag. De andere twee groepen zijn aanwezig van woensdag tot en met vrijdag.
De structuurdissociatiegroep overnacht drie nachten op Transit (zo, ma, di), alle andere groepen twee (zo + ma of woe + do). Op indicatie kan een extra nacht op dinsdagavond worden toegevoegd aan het behandelprogramma. Je bent in totaal dus een halve week aanwezig op Transit.
Op de dagen dat je thuis bent is er een beeldbel sociotherapie waar je verwacht wordt. Dit met het doel om thuis en Transit met elkaar te blijven verbinden.

Voor alle meerdaagse groepen geld dat je bij ons slaapt op de behandeldagen, dus of van zondag tot en met dinsdag of woensdag, of van woensdag tot vrijdag.

© GGz Centraal Expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie (ExtraPsy), Transit, April 2026

Voorbeeld van een weekprogramma

Wanneer u start met de meerdaagse behandeling krijgt u een informatiemap waarin de verschillende therapieonderdelen worden toegelicht.

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
07:40	Ontbijt	Ontbijt	Ontbijt	Ontbijt	Ontbijt
8.30	Dagstart	Dagstart	Dagstart	Dagstart	Dagstart
09.00	Sociotherapie	Transdiagnostische module		Sociotherapie	Module Positieve Gezondheid
10.30	Individueel gesprek	Transdiagnostische module	Transdiagnostische module	Individueel gesprek	
12.30	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
13.00	Vaktherapie	Training	Transdiagnostische module	Vaktherapie	Training
15.00		Sociotherapie			Sociotherapie
17:15	Avondstart	Avondstart	Avondstart	Avondstart	
18.00	Avondeten	Avondeten	Avondeten	Avondeten	

Let op dit is een voorbeeld, het daadwerkelijke programma wijkt af van dit voorbeeld.
Blauw: Voorbeeld programma zo-wo.
Groen: Voorbeeld programma wo-vr.

Naast het stoornisspecifieke programma van Transit biedt Extrapsy ook een transdiagnostische behandelmogelijkheid. Deze bestaat uit verschillende modules die per periode verschillen. Je kunt je inschrijven voor diverse modules, die je dan samen met clienten van andere afdelingen volgt.
De stoornisspecifieke onderdelen zijn verplicht, de transdiagnostische groepen worden op indicatie toegevoegd aan je programma en kunnen per behandelperiode verschillen aan inhoud en hoeveelheid.

De meerdaagse behandeling evalueren we elke 4 maanden, de behandeling duurt ongeveer 1,5jaar en kan op indicatie worden verlengd tot maximaal 2,5 jaar.

Weekenden
In het weekend zijn we gesloten. Het weekend start op vrijdagmiddag 17.00 uur en duurt tot zondagmiddag 16.00 uur. In deze tijd zijn we niet bereikbaar.

Voorwaarden

Voor de start van de meerdaagse behandeling moet er aan enkele voorwaarden voldaan worden.
Wij stellen deze voorwaarden omdat dit
1) bijdraagt aan een veilig klimaat in het klinische leefmilieu
2) helpt om u volledige op de behandeling te kunnen richten
3) om tijdens crisis en afronding behandeling duidelijkheid te bieden over bij wie u terecht kunt

- Er mag geen sprake zijn van zwaarwegende problematiek (andere psychische stoornissen, verslavingen en/of verstandelijke beperking) waardoor u niet kan profiteren van het behandelaanbod;
- U BMI dient 18,5 of hoger te zijn en lager dan 40;

© GGz Centraal Expertisecentrum voor transdiagnostische psychotherapie (ExtraPsy), Transit, April 2026

- U heeft een stabiele omgeving, zoals blijkt uit een vaste woon- of verblijfsplaats en een vast inkomen;
- U bent in staat om het intensieve behandelprogramma te volgen en doet dat op vrijwillige basis;
- U vertoont geen agressief gedrag of bent in staat hier adequate afspraken over te maken;
- U bent de Nederlandse taal voldoende machtig;
- U heeft geen lopende juridische procedures;
- U geeft toestemming om informatie over voorgaande behandelingen op te vragen;
- U bent in staat om in een groep te functioneren. De OVT wordt gebruikt om hier uitsluitsel over te geven;
- Er mag geen sprake zijn van doorgaand misbruik in het hier en nu;
- U bent tussen de 18 en 65 jaar.

Voorwaarden rondom samenwerking en verantwoordelijkheden.

- De regiebehandelaar in de eigen regio tekent de *garantieverklaring terugname behandeling*, zodat er na de behandeling een vloeiende overgang is naar de reguliere zorg. Ook wanneer de behandeling onverwachts eerder stopt, is het van belang dat de regiebehandelaar de zorg weer over kan nemen;
- Voor de start aan de behandeling maken wij afspraken met de regiebehandelaar in eigen regio over hoe te handelen bij crisis. Dit gaat bijvoorbeeld over de dagen dat u thuis verblijft, of als u niet bij transit kan zijn.

Praktische informatie

Als wij na de intake inschatten dat u zou kunnen profiteren van meerdaagse behandeling, neemt u altijd eerst deel aan de OVT. In de OVT kijken wij of milieu- en groepstherapie haalbaar is. Als dit zo is, dan adviseren wij in welke van de vier groepen binnen de intensieve behandeling u kan starten.

Het kan zijn dat u na de OVT niet altijd direct kunt instromen in de geïndiceerde groep. Als de groep vol is, komt u op een wachtlijst. Tot die tijd blijft u in behandeling bij uw huidige behandelaar. Wanneer er plek in de groep is, nemen we contact met u en uw huidige behandelaar op om afspraken te maken. Uw huidige behandelaar tekent een terugkeergarantie en we maken afspraken over een crisisregeling. Ook bespreken we met elkaar in hoe vaak u uw huidige behandelaar blijft zien (indien dat gewenst is) en bespreken we de rol de woonbegeleiding of begeleiding van een FACT-team. Waar mogelijk werken we zo veel mogelijk samen met uw hulpverleners in eigen regio.

Graag betrekken wij uw naasten bij de behandeling. We overleggen met u wanneer het wenselijk is om een naaste uit te nodigen. Wij organiseren jaarlijks een naastenmiddag waarin belangrijke naasten een kijkje kunnen nemen in de kliniek.

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 (ExtraPsy), Transit, April 2026