Eéndaagse DIS-groep

De ééndaagse DIS-groep van Transit is bestemd voor cliënten bij wie de diagnose dissociatieve identiteitsstoornis is gesteld en die hun dagelijks functioneren verder willen verbeteren.

Doelstelling
Tijdens de ééndaagse DIS-groep 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.

Het is de bedoeling dat u de deeltijdbehandeling volgt naast een bestaand individueel behandelcontact.

Werkwijze
In de ééndaagse DIS-groep werkt u 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 vaktherapie en huiswerk oefent u met en werkt u aan verschillende doelen in het dagelijkse leven met DIS.

Als na intake blijkt dat de ééndaagse DIS-groep geïndiceerd is vindt er voor de start een kennismakingsgesprek plaats met de betrokken behandelaren, in dit gesprek stellen wij doelen voor de ééndaagse DIS-groep met u op.

De deeltijdbehandeling hebben wij opgedeeld in twee blokken.
In blok 1 nemen wij de eerste 18 hoofdstukken van het boek door. In deze hoofdstukken is aandacht voor het vaardiger worden in het omgaan met dissociatieve delen van de persoonlijkheid.
In blok 2 bespreken wij hoofdstuk 19 tot en met 33. Deze hoofdstukken gaan over omgaan met kernovertuigingen, emoties en relaties met anderen.

In een evaluatiegesprek na blok 1 bespreken wij met u of het voor u goed is om ook blok 2 te volgen. In overleg met u kunnen we ook afspreken dat u blokken herhaalt. Beide blokken ronden wij af met een evaluatie en een afscheid.

Programma
Het programma, van zowel blok 1 als blok 2, bestaat uit de volgende onderdelen:

- Psycho-educatie; bespreken van huiswerk en theorie.
- Vaktherapie; psychomothere therapie (PMT) en/of Beeldende therapie (BTH)

Voorwaarden
Om te kunnen deelnemen aan de ééndaagse DIS-groep, zijn er een aantal voorwaarden waar u aan moet voldoen:

- De diagnose DIS is gesteld.
- Deze deeltijdbehandeling kan alleen plaatsvinden als u ook een **(regie)behandelaar** 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 groep.
- 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 uw eigen veiligheid kunt garanderen, door zich aan afspraken te houden rondom suïcidaliteit en automutilatie.
- U kunt niet deelnemen aan de groep als u last heeft van psychotische episodes, overheersende middelenproblematiek, u niet geschikt bent voor een groep of als u de Nederlandse taal niet beheerst.

Praktische informatie
Uw behandelaar kan u aanmelden voor de ééndaagse DIS-groep. Na aanmelding krijgt u een uitnodiging voor een intakegesprek. In dit gesprek kijken wij samen of de deeltijdbehandeling geschikt voor u is. Als het antwoord positief is, maken wij afspraken voor een kennismaking met de groepstherapeuten en stellen wij doelen met u op.
Duur: de deeltijdbehandeling bestaat uit 19-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 deeltijdbehandeling is een gesloten groep van max. 9 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 (ExtraPsy), Transit, februari 2026