Volwassenen

Focus Kliniek

Expertisecentrum Angst, Dwang en PTSS Overwaal

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

Intensieve behandeling bij angststoornissen

Als je last hebt van een angststoornis, ervaar je angst vaker en heftiger dan anderen. Je probeert controle te krijgen door situaties te vermijden, maar juist het vermijden maakt de angst vaak erger. Je onderneemt minder, hebt minder plezier en het contact met anderen neemt af. Angst kan zo je leven gaan beheersen.

Samen werken aan herstel

In Focus Kliniek leer je in veertien weken om anders met je angst en emoties om te gaan. Je leert ze herkennen, begrijpen en verdragen. Ook ga je oefenen met het oproepen van deze emoties.

Voor wie is de behandeling?

Je kunt deze behandeling volgen als:

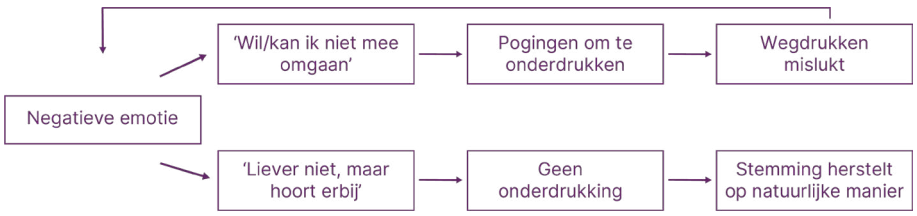
- eerdere behandelingen niet genoeg hebben geholpen;
- je niet kunt deelnemen aan Focus Deeltijd (bijvoorbeeld vanwege reisafstand);
- we verwachten dat een standaardbehandeling niet genoeg effect zal hebben.

In het schema hieronder laten we zien wat er gebeurt als je moeilijk kunt omgaan met een negatieve emotie, bijvoorbeeld angst, spanning, onrust, verdriet en boosheid. Ook zie je hoe (angst)klachten ontstaan en wat we je gaat leren tijdens de behandeling.

Hoe werkt de behandeling?

De behandeling vindt plaats in een groep en duurt veertien weken. Je verblijft doordeweeks in onze kliniek om te kunnen oefenen. In het weekend ben je thuis om het geleerde in je eigen omgeving toe te passen. De eerste weken ben je vijf dagen per week op de kliniek, later in de behandeling bouw je de kliniekdagen af en ben je steeds meer thuis.

De behandeling is gebaseerd op cognitieve gedragstherapie (CGT), met nadruk op gedragsverandering en het aangaan van confrontaties met datgene waar je bang voor bent (exposure). Je oefent systematisch en vaak, zowel onder begeleiding als zelfstandig. De therapiemodules worden volgens een vast schema gegeven.
De werkdag duurt van 08.45 tot 17.15 uur.



Wat houdt het programma in?

Groepstherapie

Je neemt deel aan verschillende therapiemodules in groepsvorm:

- Scherpstelgroep
- Exposuregroep
- Startgroep
- Cognitieve therapiegroep
- Motivatiegroep
- Psychomotore therapie
- Aandachttraining
- Sportmodules

Individuele therapie

Naast de groepsmodules krijg je individuele begeleiding:

- Begeleide en zelfstandige exposure
- Lichamelijk onderzoek
- Medicatiebegeleiding
- Gesprekken met je hoofdbehandelaar
- Systeemgesprekken (met familie of naasten)

Waar vindt de behandeling plaats?

Focus Kliniek vindt plaats in het Expertisecentrum Angst, Dwang en PTSS Overwaal in Lent.

TOPGGz-keurmerk

Het Expertisecentrum Angst, Dwang en PTSS Overwaal heeft het TOPGGz-keurmerk, wat betekent dat we gespecialiseerd zijn in de behandeling van mensen met ernstige en/of complexe angst- of dwangklachten of PTSS. Mensen uit heel Nederland die last hebben van ernstige angst, dwangklachten of PTSS kunnen bij ons terecht. Als je van buiten de regio komt, moet er misschien al een behandelaar in jouw buurt zijn. Zo kunnen we goed samenwerken en de behandelingen beter laten aansluiten.

Wil je meer weten over het keurmerk? Kijk dan op: https://www.topggz.nl.

Expertisecentrum Angst, Dwang en PTSS
Overwaal Kliniek en Deeltijd
Pastoor van Laakstraat 48, 6663 CB Lent
(024) 343 65 10
ambulant.nijmegen@propersona.nl
www.propersona.nl
Pro Persona GGz KvK: 41053219

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

© Pro Persona 00037-251007