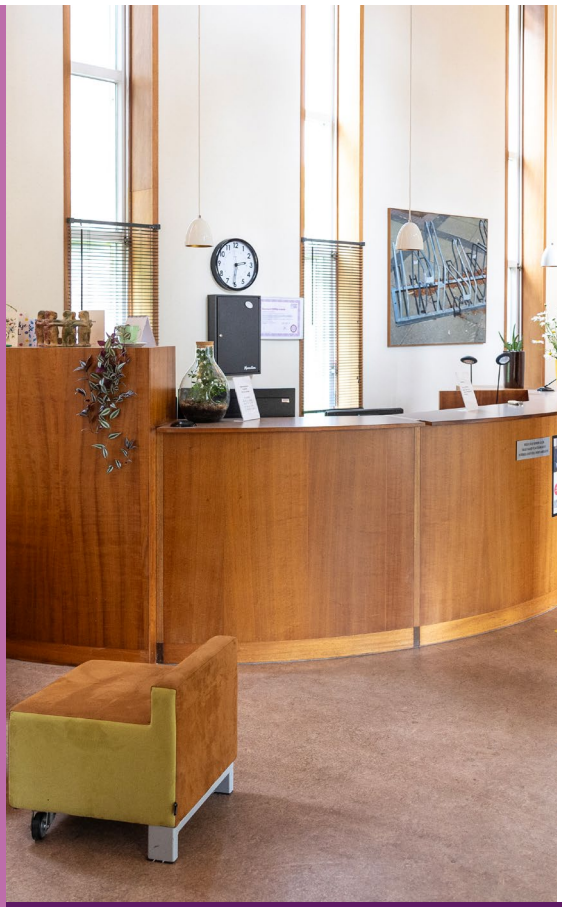
Focus Kliniek specifiek

In de Focus Kliniek specifiek werk je in drie tot zes maanden aan het verminderen van je angst- en dwangklachten.

Naast de behandeling van je angst- en dwangklachten is er ook aandacht voor dingen die verandering moeilijk kunnen maken, zoals:

- ontwikkelingsproblemen zoals autisme of ADHD;
- je thuissituatie;
- moeite met het invullen van je dag;
- andere psychische klachten of medische problemen die je angst in stand houden.

Het programma duurt drie maanden. Als de behandeling goed verloopt en je je ervoor inzet, kan het telkens met één maand worden verlengd.
De maximale duur is zes maanden.



Voor wie?
De Focus Kliniek specifiek is er voor mensen met een angst- en/of dwangstoornis bij wie eerdere behandelingen niet genoeg of geen resultaat hebben gehad. Ook is het bedoeld voor mensen met zulke ernstige klachten dat hun functioneren fors beperkt wordt.

Je bent geschikt voor Focus Kliniek specifiek als:

- eerdere behandelingen niet goed hebben geholpen;
- de Focus Poli of Focus Deeltijd niet genoeg heeft opgeleverd, of als je daar niet aan mee kunt doen (bijvoorbeeld door reisafstand);
- je hele ernstige angst- en/of dwangklachten hebt, samen met andere problemen die het moeilijk maken om te profiteren van de behandeling.

Hoe werkt het?
Het behandelprogramma is gebaseerd op cognitieve gedragstherapie. Daarbij leer je om je angstige verwachtingen te onderzoeken. Dit gebeurt via exposure en responspreventie: je stopt met vermijden en met veiligheidsgedrag en stelt je bloot aan hetgeen je vreest. Zo ontdek je dat je angsten meestal niet uitkomen, of dat je ermee om kunt gaan. Je krijgt een persoonlijk behandelplan dat zich richt op je klachten, met veel aandacht voor

© Pro Persona 00138-250926

intensieve exposureoefeningen.

In het behandelprogramma is er veel tijd om te oefenen. Het oefenen (de exposure en responspreventie) gebeurt zowel met begeleiding als zelfstandig. In individuele therapie en groepstherapie bespreek je wat je leert, hoe je oefeningen kunt verbeteren en hoe je gemotiveerd blijft. Met systeemgesprekken kijk je samen hoe patronen in de omgang met anderen je klachten in stand houden, en hoe je die kunt doorbreken. Als het nodig is, kunnen extra therapieën worden toegevoegd, zoals vaktherapie.

Elke maand bekijken we hoe het gaat, onder andere aan de hand van vragenlijsten (ROM). Tijdens verschillende evaluatiemomenten beoordelen we de voortgang van de behandeling. Als je klachten zijn verminderd en er kans is op verdere verbetering, ga je door met het programma.

TOPGGz-keurmerk

Het Expertisecentrum Angst, Dwang en PTSS Overwaal heeft het TOPGGz-keurmerk. Dit is een landelijk keurmerk voor afdelingen die gespecialiseerd zijn in de behandeling van ernstige, complexe of zeldzame psychische aandoeningen. Zij combineren de behandeling met wetenschappelijk onderzoek en delen hun kennis. Je kunt daarom gevraagd worden om mee te doen aan onderzoek. We bieden vooral behandelingen aan waarvan bewezen is dat ze werken.
Wil je meer weten over het keurmerk? Kijk dan op: https://www.topggz.nl.

Meer informatie

Expertisecentrum Angst, Dwang en PTSS Overwaal organiseert informatiebijeenkomsten waarvoor je je kunt opgeven via het secretariaat.

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