

Informatiebrochure e-GITPD

De Viersprong heeft een nieuw en volledig digitaal behandel aanbod: e-GITPD. We vertellen wat de behandeling precies inhoudt en wat je kan verwachten.

■ Wat is GIT-PD?

GIT-PD is de afkorting van Guideline-Informed Treatment for Personality Disorders. GIT-PD werd door het Kenniscentrum Persoonlijkheidsstoornissen ontwikkeld om de behandeling voor mensen met een persoonlijkheidsstoornis te verbeteren. Door schaarste in het aanbod, een gebrek aan gespecialiseerde behandelaren en daardoor lange wachttijden krijgt maar een beperkt aantal van de mensen met een persoonlijkheidsstoornis een bewezen effectieve behandeling (zoals schematherapie, dialectische gedragstherapie of mentalization-based treatment). Om het aanbod van kwalitatief goede behandelingen voor mensen met een persoonlijkheidsstoornis te vergroten werd GIT-PD ontwikkeld. GIT-PD haalt uit de bewezen effectieve behandelingen de werkzame ingrediënten en biedt op basis daarvan een nieuw programma aan. Hoe dat programma er precies uit ziet, varieert van instelling tot instelling.

■ Wat is e-GITPD?

e-GITPD is een digitale variant van GIT-PD. Dat betekent dat er gebruik wordt gemaakt van alle principes en werkzame elementen van GIT-PD, maar dat het programma zelf digitaal wordt aangeboden. Dat betekent dat de behandelaar en jij elkaar alleen zien via beeldbellen.

■ Hoe ziet het programma er concreet uit?

Als je besluit deel te nemen, formuleert de behandelaar met jou in een aantal gesprekken de focus van de behandeling: wat zijn je klachten, waar hebben die mee te maken en wat wordt de gezamenlijke focus in de behandeling? In die eerste

weken heb je ook een gesprek met een psychiater. Daarna volgen vier behandelperiodes van steeds negen weken. Voor elke periode formuleer je samen met je behandelaar één of enkele doelen en na elke periode evalueren jullie de voortgang. Soms kan het gebeuren dat je behandelaar voorstelt om voor een deel van de behandeling een tweede behandelaar te betrekken, bijvoorbeeld om rond specifieke doelen te werken. Deze aanvullende modules kunnen bijvoorbeeld door een sociotherapeut, vaktherapeut of systeemtherapeut gegeven worden.

■ Voordelen van e-GITPD

- Je behandelaar is even goed opgeleid, even deskundig en even ervaren als behandelaren van andere behandelprogramma's binnen de Viersprong. Behandelaren die dit programma aanbieden, zijn daarnaast ook werkzaam binnen andere hoogspecialistische programma's van de Viersprong.
- Het programma is klantvriendelijk. Je hoeft niet te reizen. Je overlegt met je behandelaar zelf de behandel tijden. Je kan in overleg soms meer sessies per week inplannen, soms minder of korter.

■ Zijn er ook nadelen?

Voor de behandeling van persoonlijkheidsproblemen is er nog niet veel onderzoek gedaan naar de effectiviteit van e-health / digitaal behandelen. We weten dus niet goed of het even goed, minder goed of misschien wel beter werkt. Redenen waarom het misschien minder zou kunnen werken, is dat je niet in dezelfde kamer als de behandelaar bent en er daardoor wellicht een deel van de informatie (zoals bv. lichaamssignalen) niet opgemerkt kunnen worden door de behandelaar. Omgekeerd kan het voor sommige cliënten net wat makkelijker zijn om via een scherm te communiceren. Kortom, wellicht heeft digitaal behandelen een effect op het contact, maar is het nog niet zo duidelijk voor wie dit effect vooral positief is en voor wie eerder negatief. Juist omdat we de werkzaamheid niet goed kennen, worden de resultaten goed opgevolgd.



■ Wat heb ik nodig?

Voor de digitale sessies wordt gebruik gemaakt van Microsoft Teams. Je hebt hiervoor een tablet, smartphone, computer of laptop nodig. Heel belangrijk is ook een rustige en veilige omgeving (thuis) waar je tijdens de sessies kunt verblijven.

■ Wie kan terecht bij GIT-PD?

In principe kan elke cliënt die geïndiceerd is voor behandeling bij de Viersprong ook terecht bij e-GITPD. Dat betekent dus dat dezelfde algemene exclusiecriteria gelden als binnen de Viersprong in het algemeen: IQ<80, autismespectrumstoornissen, chronische psychotische stoornissen en acute aandoeningen waarvoor eerst andere hulp geïndiceerd is (denk aan: middelenverslaving of ernstige eetstoornissen). Naast deze algemene exclusies is er nog een bijkomend exclusie criterium: ernstige crisisgevoeligheid. Als je geïnteresseerd bent, zal een behandelaar met jou de voor- en nadelen doorlopen en een inschatting maken of deze behandeling voldoende aansluit bij jouw hulpvraag.

■ Hoe lang duurt e-GITPD?

De behandeling bestaat uit maximaal 40 sessies (exclusief eventuele aanvullende modules) en kent daarmee een looptijd van ongeveer een jaar (rekening houdend met vakanties en dergelijke). Deze behandelperiode is vergelijkbaar met andere programma's binnen de Viersprong.

■ Op welke locaties wordt e-GITPD aangeboden?

Omdat de behandeling digitaal is, speelt reisafstand geen rol. Je kan deze behandeling vanuit overal in Nederland volgen.

■ Hoe kan ik de aanmelding voor e-GITPD doen?

In eerste instantie wordt het programma als alternatief aangeboden voor cliënten die op de wachtlijst staan.

Heb je vragen, neem dan contact op met het Klantburo van de Viersprong.