

# Folder GIT-PD

Guideline-Informed Treatment for Personality Disorders



GIT-PD staat voor Guideline-Informed Treatment for Personality Disorders (vanaf nu: GIT-PD). De GIT-PD is een landelijk behandelprogramma voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek.

Verschillende professionals, afkomstig van 12 GGZ-instellingen uit Nederland, cliënten en familieleden hebben aan de GIT-PD meegewerkt. Naast wetenschappelijke kennis is de GIT-PD dus ook ontstaan uit praktijkkennis. In het opstellen van de GIT-PD is gebruik gemaakt van gemeenschappelijke kenmerken uit reeds bestaande specialistische behandelingen die vervolgens beschreven zijn in een handleiding, met als doel een breder en toegankelijker aanbod te creëren voor mensen met persoonlijkheidsproblematiek.

## Doel van de GIT-PD

In de intakefase is er vastgesteld dat er bij jou sprake is van persoonlijkheidsproblematiek. Je persoonlijkheid is een mix van aangeboren karaktertrekken en aangeleerde eigenschappen. Hoe we naar de wereld kijken, onze houding, gedachten, gevoelens, dit alles maakt deel uit van onze persoonlijkheid. Mensen met een gezonde persoonlijkheid hebben natuurlijk ook wel eens problemen. Maar over het algemeen zijn ze in staat om met spannende en moeilijke situaties om te gaan. Ook lukt het ze meestal om gezonde relaties te onderhouden met familie, vrienden en collega's.

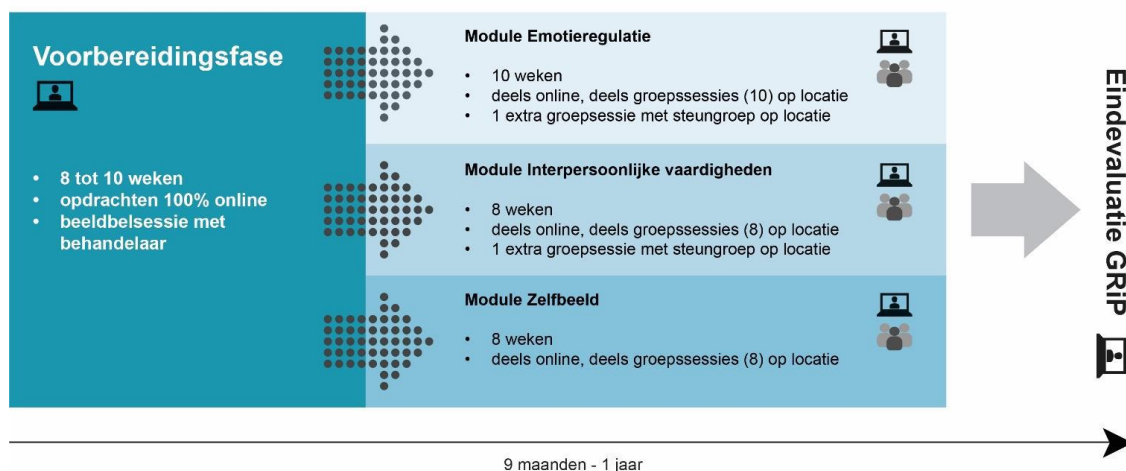
Bij een persoonlijkheidsstoornis zijn bepaalde persoonlijkheidstrekken zo sterk aanwezig, dat het niet meer lukt om je aan te passen.

Als gevolg van verschillende factoren, zoals bijvoorbeeld onveiligheid in de kindertijd, bepaalde opvoedingsstijlen, nare of ingrijpende ervaringen kunnen er patronen in je denken, gevoelsleven, en je gedrag ontstaan die tot problemen of conflicten leiden, vooral in het contact met anderen. Je bent bijvoorbeeld te wantrouwend geworden, trekt je sterk terug of wordt snel kwaad in contact met anderen. Niet alleen binnen de meest intieme relaties zoals binnen het gezin en met vrienden, maar ook daarbuiten kunnen problemen ontstaan. Denk aan werk, school of hobby's.

De GIT-PD is een doelgerichte en gestructureerde ambulante behandeling die je helpt om inzicht te krijgen in deze starre denk-, gevoel- en gedragspatronen én om deze te veranderen. Je leert om problemen zelf steeds beter op te lossen en om beter te functioneren binnen het werk en relaties.

### Opzet van de GIT-PD behandeling

De GIT-PD bestaat uit verschillende onderdelen, zogenaamde modules. Samen met je behandelaar ga je op zoek naar de thema's die een rol spelen in je problematiek, om samen de juiste behandelmodules te doorlopen.



Belangrijke aandachtspunten van de GIT-PD: het is trainingsgericht, je gaat zelf – in je eigen tijd en omgeving - aan de slag met je huiswerk. Hoe meer je zelf investeert, hoe meer het oplevert. De totale duur van de GIT-PD varieert van 9 maanden tot 1 jaar.

### Vorbereidingsfase

De eerste stap is de voorbereidingsfase. In de voorbereidingsfase ga je zelf online met opdrachten aan de slag, om je problematiek in kaart te brengen. Via vaste beeldbel- en mailmomenten heb je contact met je behandelaar, die je helpt en steunt waar nodig. Jij bent degene die alles in kaart brengt. Deze voorbereidingsfase duurt ongeveer 2,5 maand.

### Behandelmodules

Na de voorbereiding volgen afhankelijk van je problematiek en klachten een of meer modules. Die volg je deels in groepen, deels online. Iedere opvolgende module bestaat uit meerdere groepssessies, met daartussen een evaluatiemoment. Eén module duurt in totaal ongeveer 3 maanden.

Er zijn verschillende modules beschikbaar die aansluiten op jouw problematiek:

- Emotieregulatie
- Interpersoonlijke vaardigheden
- Zelfbeeld

### **Aanvullende modules**

Afhankelijk van jouw problematiek, is het mogelijk om aanvullende modules te doorlopen. Denk bijvoorbeeld aan traumabehandeling of medicatiebehandeling. Systeemtherapie is ook een mogelijkheid, dit is het geval wanneer de problemen die je ervaart, ook invloed hebben op je relatie of familie.

### **Wat verwachten we van jou?**

Van jou als cliënt wordt gevraagd: dat je wekelijks je huiswerk maakt en dat je dagelijks je registratie-opdrachten en oefeningen doet. De tijdsinvestering is afhankelijk van hoeveel je er voor jezelf uit wil halen. Soms is het voldoende om een paar minuten per dag bezig te zijn met een oefening of thema. Soms ben je er langer mee bezig. We raden je aan om er dagelijks mee bezig te zijn.

### **Behandelaar en contact**

Het team van behandelaren bestaat uit verschillende disciplines, namelijk: een klinisch psycholoog (of psychotherapeut), SPV (Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundige), (GZ) psycholoog, psychiater, verpleegkundige en systeemtherapeut.

### **Heb je vragen tijdens je behandeling?**

Neem gerust contact op met je behandelaar via de online Karify-omgeving of bel met:

- Poli Weert: 088 - 478 78 00 (Bezoekadres: Schoutlaan 4, 6002 EA Weert)
- Poli Venray: 0478 - 527 633 (Bezoekadres: Overloonseweg 4, 5804 AV Venray)
- Poli Venlo: 077 - 355 02 22 (Bezoekadres: Tegelseweg 210, 5912 BL Venlo)
- secretariaatpoli3@vvgi.nl

*De GIT-PD is afgeleid van een landelijk behandelprogramma. Kijk voor meer informatie op: [www.kenniscentrums.nl/guideline-informed-treatment-personality-disorders](http://www.kenniscentrums.nl/guideline-informed-treatment-personality-disorders)*