

Ieder mens heeft een andere persoonlijkheid. Hieronder vallen karaktereigenschappen, gedragsstijlen en hoe we naar de wereld kijken. De ene mens is verlegen en ingetogen, de ander druk en expressief. Bij sommige mensen is hun persoonlijke stijl zo star, dat ze hun gedrag niet meer goed kunnen afstemmen op wat het leven van ze vraagt. Zij kunnen dan bijvoorbeeld niet goed omgaan met spannende en moeilijke situaties, voelen zich angstig of somber en krijgen problemen in relaties met partner, familie, vrienden of collega's. Het kan frustrerend zijn te merken dat anderen moeite hebben met uw gedrag, terwijl u zelf denkt 'zo ben ik nou eenmaal'. Zo heeft een persoonlijkheidsstoornis mogelijk grote impact op uw leven.

Soorten persoonlijkheidsstoornissen

De patiënten met de diagnose persoonlijkheidsstoornis die behandeld worden op de dagkliniek zijn grofweg in te delen in twee groepen:

- Mensen die heftig en onvoorspelbaar emotioneel reageren en hierdoor vaak in conflict komen met hun omgeving. Deze mensen hebben moeite met het beheersen van hun impulsen en emoties en hebben moeite met het onderhouden van relaties.
- Mensen die angstig en onzeker zijn en zich afhankelijk en/of vermijdend gedragen, of proberen op een dwangmatige manier alles in het leven perfect te regelen.

Is er wat aan te doen?

Persoonlijkheidsstoornissen ontstaan wanneer erfelijke aanleg, opvoeding en andere levenservaringen elkaar op een ongunstige manier beïnvloeden.

Bij persoonlijkheidsstoornissen is er sprake van een patroon wat al jaren bestaat, dat maakt het moeilijk om te veranderen. Vaak hebben de mensen, die zich bij ons aanmelden, al meerdere therapieën ondergaan zonder het gewenste resultaat te bereiken. Een intensieve dagbehandeling, met meerdere dagen per week therapie en met meerdere therapie-onderdelen per dag, kan dan nodig zijn. Afhankelijk van het soort problemen waar u tegenaan loopt, adviseren we u een bepaalde behandeling. Verandering is mogelijk, maar het vraagt een goede samenwerking met de behandelaar, doorzettingsvermogen en een bereidheid om open naar uzelf te kijken. Als u door therapie de patronen leert herkennen en begrijpt waarom die patronen zijn ontstaan, dan wordt het makkelijker om de patronen los te laten en te veranderen.

Groepsbehandeling

Om de intensiteit van de behandeling zo groot mogelijk te laten zijn, vindt deze plaats in een groep. Zo kunt u patronen leren herkennen en oefenen met nieuw gedrag. Er zijn binnen de groepsbehandeling verschillende onderdelen: verbale (waarbij vooral gepraat wordt) en non-verbale (waarbij het accent ligt op de ervaring).

Op de website www.zmc.nl/somatiekenpsyche vindt u het behandelaanbod.