



SOLK-programma

Ons SOLK-programma is gericht op patiënten met somatisch onvoldoende verklaarde klachten.

Voor wie

Patiënten met aanhoudende somatisch klachten waarbij (ondanks aanvullend onderzoek):

- geen of slechts ten dele een lichamelijke verklaring is gevonden;
- de mate waarin zij hiervan last en beperkingen ondervinden niet passend lijkt;
- en dit een samenhang met andere factoren (biologisch, psychologisch of sociaal) doet vermoeden.

Voorwaarden zijn dat patiënten:

- zich kunnen en willen openstellen voor een ander of aangepast verklaringsmodel;
- naar hun eigen aandeel kunnen kijken;
- en bereid zijn te oefenen met nieuw gedrag.

Met welk doel

Op de lange termijn is het programma gericht op het verbeteren van de kwaliteit van leven, een vermindering van de klachten en de gevolgen daarvan.

Op de korte termijn leren patiënten in standhoudende factoren en vicieuze cirkels herkennen en aanpakken, zoals een neiging tot onder- dan wel overbelasten. Een deel van de patiënten zal vooral leren leven met klachten, waarbij ze de gevolgen daarvan leren minimaliseren door oude doelen los te laten en nieuwe doelen te stellen.

Inhoud programma

Het werken met het gevolgenmodel biedt patiënten en therapeuten zicht op welke biologische, psychologische en somatische factoren een in standhoudende rol spelen. Door een combinatie van psychotherapie en ervaringsgerichte vaktherapieën gaan patiënten steeds meer begrijpen en ervaren hoe hun eigen gedachten, gevoelens en copinggedrag klachten positief dan wel, negatief beïnvloeden. Ieder deelnemer stelt eigen doelen en werkt hier aan in groepsverband. Daarmee profiteert hij van de steun, inzichten en adviezen van groepsgenoten.

Duur en aantal deelnemers

Afhankelijk van de ernst en mogelijkheden van de patiënt wordt gekozen voor:

1. een korte, maar intensieve behandeling;
2. of een wat langere, minder intensieve variant.

De korte intensieve behandeling is een 7-weeks programma waarin groepen van 6 tot 8 patiënten 3 dagen per week samenkomen. Er wordt daarbij een groot scala aan therapieën ingezet waaronder: CGT, PMT, Mindfulness, Dramatherapie en Beeldende therapie. De synergie tussen ervarend leren en het verstandelijk begrijpen is daarbij heel wezenlijk. De patiënt kan dit programma tweemaal doorlopen als dat gewenst is.



De langere, mildere variant is gericht op patiënten die vanwege lichamelijke en/of psychosociale beperkingen/verplichtingen niet in staat zijn om deel te nemen aan een intensief traject. Deze variant bestaat uit een 12-weeks programma waarin groepen van 6 tot 8 patiënten 1 dag per week samenkomen. Er worden daarbij de volgende therapieën aangeboden: CGT, PMT en Mindfulness.

Therapeutisch klimaat

Therapeuten stemmen hun werk op elkaar af, onder andere via het multidisciplinair overleg (MDO). De patiënt wordt bij de doelstelling en besluitvorming betrokken, door regelmatig contact met de casemanager en een eigen inbreng in het MDO. Daarnaast wordt het systeem van de patiënt (naasten/familie e.d.) nadrukkelijk bij de behandeling betrokken. Elke 3 weken wordt de procesvoortgang geëvalueerd tijdens het MDO en in contact met de hoofdbehandelaar.

Netwerkgang

In de loop van het deeltijdprogramma wordt tijdig nagedacht over het nazorgtraject, contact gezocht met reeds betrokken partijen of een verwijzing geregeld.

Meer weten?

Neem dan contact op met de polikliniek Psychiatrie en Medische psychologie, via: 055 - 581 82 35.