

Kortdurende psychologische therapie

Volwassenen

Deze behandeling bestaat uit acht stappen, die veelal in acht sessies kunnen worden uitgevoerd. Aan de hand van het KOP-model (Klacht = Omgeving x Persoonlijke stijl) wordt gewerkt aan het versterken van de kwaliteit waarop met de klachten kan worden omgegaan, het probleemoplossend vermogen en de zelfredzaamheid van de cliënt. De cliënt krijgt een werkboek welke de leidraad vormt voor de behandelingen.

Er vindt een voor-, tussen- en nameting plaats zodat de ontwikkeling goed kan worden begeleid.

In het werkboek vindt de cliënt per sessie informatie over de behandeling, met bijbehorende oefeningen en schema's.

Het stappenplan wordt flexibel gehanteerd. Het sluit bij wetenschappelijke inzichten over goed en efficiënt behandelen. Hierdoor wordt de zelfredzaamheid vergroot en wordt de patiënt gestimuleerd tot actieve deelname aan de behandeling. De behandeling laat echter ook voldoende ruimte over om deze aan te passen aan specifieke omstandigheden en behoefte van de cliënt.

Met deze kortdurende therapie kunnen milde tot matige psychische klachten in een beperkt aantal sessies worden behandeld.

Link naar de informatievideo

<https://www.youtube.com/watch?v=J2YwpKA0ez8>

