



FØLELSER SOM FORANDRER

-en vei mot varig endring

Et medikamentfritt behandlingstilbud

Et regionalt medikamentfritt behandlingstilbud

Det medikamentfrie behandlingstilbudet ved DPS Vegsund er inne i det 4 året av prosjektet. Prosjektet er regionalt og ble etablert etter ønske fra HOD og brukerorganisasjonene. Formålet med dette tilbudet er å gi pasienter flere behandlingsalternativer for sine psykiske helseplager.

Vi tilbyr ikke-medikamentelle behandlingsmetoder som har dokumentert god effekt. Medisinbruk kartlegges og pasientene blir spurt om i hvilken grad medikamentjustering eller nedtrapping skal være ett fokus. Prosjektets målsetting er å ta pasientens ønsker på alvor og ivareta valgfrihet.



ISTDP

Intensiv dynamisk korttidsterapi

I ISTDP arbeider terapeuten med å identifisere koblingen mellom ubevisste følelser, angst, forsvar, og de symptomene/vanskene pasienten kommer til terapi for.

Dette vil kunne gi pasienten et nærmere og mer ekte forhold til seg selv.

«For meg så har dette vært en «game changer» - ser egne mønster og script på en helt ny måte»

Mann 25år

Hvem kan søke og hvordan?

Vi tar imot pasienter fra hele regionen. De kan søkes til oss fra spesialist-helsetjenesten eller privat avtale-spesialist.

Målgruppen er mennesker med ulike angstlidelser, depresjon og/eller personlighetsproblematikk, som har flere behandlingsforsøk bak seg.

De som søker seg til tilbudet blir invitert til en vurderingsdag. Her får de ett innblikk i behandlingsopplegget og en time med prøveterapi. Det legges vekt på egenmotivasjon.

Vi har 6 plasser, hvor tre er døgnplasser og tre er forbeholdt dagpasienter.

Her kan du lese mer:

<https://helse-mr.no/behandlinger/medikamentfri-behandling-psykisk-helsevern>



Behandlingstilbudets innhold

Vi tilbyr 8 ukers intensivert behandling. Behandlingen er emosjonsfokusert hvor ISTDP gir tilbudet ett teoretisk overbygg, både i forhold til patologiforståelse og endringsforståelse.

Behandlingen er både individuell og gruppebasert, hvor en helhetlig tilnærming og behandling av individet vektlegges. Pasientene følger ett program som inneholder ulike tilnæringsmetoder for den enkeltes problematikk.

Vi tilbyr; livsstyrketrening, klatring, kroppsbevissthet, terapi, friluftsliv, yoga, styrketrening og gruppeterapi.

Den enkelte pasient setter mål og ønsker for sin behandling om hva som er viktig å arbeide sammen om for tilfriskning i behandlingsforløpet og tiden etterpå. Samhandling med andre instanser og pårørende er en integrert del av behandlingen.

«Alle tilbudene står i en sammenheng. Dermed har jeg opplevd at ingenting er tilfeldig. Dette er en helt ny start for meg»

Kvinne 55 år



Brukererfaringer

Hilde er tidligere pasient i det medikamentfrie behandlingstilbudet og har dette å si om sine erfaringer:

«Behandlingsopplegget er unikt i sitt slag fordi det i hovedsak skiller seg ut fra ordinære behandlingsformer på to måter:

1: Det har en mye tydeligere tilnærming til meg som pasient og min diagnose. ISTDP behandlingen er rettet helt konkret inn mot min problemstilling og har raskere effekt enn noe annet jeg har erfaring med.

2: Oppfølging underveis i oppholdet er målrettet i alle behandlingstilbud og teamet som leder pasientgruppen er til enhver tid oppdatert på "sin" pasient.

TRYGGHET er nøkkelen til progresjon og tilfriskning!»







*«På lag
med deg
for helsa
di»*

KONTAKTINFORMASJON

Vegsund DPS

Telefon 70106760

Epost: psyksenter.vegsund@helse-mr.no