



GIT-PD (Geïntegreerde Richtlijnbehandeling Persoonlijkheidsstoornissen)

Algemeen

GIT-PD staat voor Guideline-Informed Treatment for Personality Disorders, ofwel Geïntegreerde Richtlijnbehandeling.

Deze methode combineert de meest effectieve onderdelen van verschillende therapievormen en helpt om beter om te gaan met gevoelens, denkpatronen en relaties.

Doel

Het doel is werken aan identiteit, zelfsturing, empathie en intimiteit. De behandeling helpt u grip te krijgen op emoties, een positiever zelfbeeld te ontwikkelen, beter voor uzelf op te komen en relaties te verbeteren.

Voor wie?

GIT-PD is bedoeld voor mensen die last hebben van persoonlijkheidsproblematiek en die bereid zijn intensief en langdurig in een combinatie van individuele gesprekken en groepstherapie te werken aan verandering.

Wat kunt u verwachten?

De behandeling bestaat uit drie fasen:

- **Fase 1 (3 maanden):** in kaart brengen van klachten, doelen, psycho-educatie en crisissituaties, met betrekken van naasten.
- **Fase 2 (2x 22 weken):** groepstherapie en PMT, plus individuele gesprekken.
- **Fase 3 (3 maanden):** vasthouden en toepassen in het dagelijks leven.

Tijdens de behandeling wordt regelmatig geëvalueerd.

Onderzoek toont aan dat GIT-PD net zo effectief is als andere bekende therapieën.