

GRUPPEPOLIKLINIKKEN

Behandlingstilboda går hovudsakleg føre seg i grupper, og har noko ulikt fokus og intensitet. Gjennom ulike gruppetilbod kan pasienten få hjelp til å forstå seg sjølv betre, få hjelp til å finne alternative måtar å meistre eigne kjensler og meistre forholdet til andre menneske. Behandlingsprogrammet tek sikte på å auke livskvalitet, redusere symptom, betre sjølvkjensle, lære mestringsstrategiar og fremje eigne ressursar.

Dynamisk orienterte samtalegrupper. Prosessen som oppstår i gruppebehandlinga, vil kunne bidra til ein indre vekst og ei personlegdomsutvikling. Terapien vil grunnleggande ha til hensikt å endre sjølvopplevinga, reaksjons- og relasjonsmønstre.

Kognitiv orientert gruppe. Strukturerte grupper der det arbeides systematisk, praktisk og konkret med kvar enkelt deltakar sine problemområder.

Stabiliseringsgruppe for handtering av traumereaksjonar. Gruppebehandling ved posttraumatisk stresslidning (PTSD) som går over 20 gonger. Målet er stabiliserande behandling av traumereaksjonar ved hjelp av undervisning og ferdigheitstrening. Krev oppfølging av individuell behandlar.

Mentaliseringsbasert gruppeterapi (MBT): Strukturert behandling for personar som strevar med ustabile og intense kjensler, vanskelege relasjonar, vanskar med å kontrollere impulsar, som medfører ytterligere problem. Mange strevar med dårleg sjølvkjensle, frykt for avvising, samt eigen identitet. Målet er å auka mentaliseringsevna i nære relasjonar. Varighet frå 6 månader inntil 3 år.

Psykomotorisk fysioterapi. Vektlegg kroppslege ressursar, sjølvoppleving, motivasjon og tru på meistring. Me tilbyr individuell vurdering og oppfølging samt ulike kropps- og bevegelsesgrupper. Fokus er på eigenverdi av bevegelse, aktivitet og trening med meining.

Gruppeterapi-ung. Gruppe for pasientar mellom 18-35 år med unnvikande personlighetsproblematikk. Varighet: 1-2 år.

DAGBEHANDLING

Dagbehandling kan vera eit alternativ til døgnavdeling. Det kan vera aktuelt både etter utskriving frå døgnavdelinga for å letta overgangen til eigen kvardag eller som eit tiltak for å førebyggja innlegging ved forverring av symptom og funksjon. Dagbehandling kan vera eit tilbod når ein treng ekstra støtte og struktur ein periode for å handtera kvardagen.

Dagbehandling måndag og onsdagar mellom 10.00 og 14.00. Det er moglegheit til å kjøpa eit enkelt lunsjmåltid.

Dagbehandling er prega av høg grad av støtte og struktur. Det er ei målretta og kortsiktig gruppebehandling med fokus på stabilisering, struktur, mestring og gjenopptaking av aktivitet. Gruppetilboda er fastlagt gjennom veka og inneheld psykoedukasjon, samtalegrupper, kreativ gruppe, kroppsbevisstheitsgruppe og musikkterapi. Gruppebehandlinga gjev moglegheit for fokus på eigne problemstillingar i møte med andre. Varighet inntil 8 veker.

Teamleiar	Linda-Synnøve Skaar	
Psykiater	Synnøve Klette	
Psykolog	Andrea Varga Weme	
Ergoterapeut med vidareutdanning i kognitiv terapi	Siv Iren Helle	
Spesialsjukepleiar	Jorunn Bidne	
Vernepleiar med vidareutdanning i traume	Anne Gerd Væhle	
Spesialfysioterapeut	Silje Willassen Haugan	
Spesialfysioterapeut	Helga Marit Forthun	
Musikkterapeut	Tor-Øyel Bidne Kvitne	
Klinisk sosionom	Jenny Tøn	

Voss DPS NKS Bjørkeli

GRUPPEPOLIKLINIKK



«Saman gjera ein forskjell... som **gjer** ein forskjell ...»

Gruppepoliklinikken er ein del av Voss distriktpsikiatriske senter (DPS). Me held til på Voss DPS, Bjørkeli i 2. etasje. Du får tilvising frå fastlegen din eller behandlar og vanleg rettighetsvurdering gjeld. Eigenandel er kr. 351,- pr. dag inntil frikort (2369,-)

Bjørkelivegen 27, 5705 VOSS. Tlf: 56514000 E-post: post@bjorkeli.no www.bjorkeli.no