

Master Mind

Informatiefolder voor cliënten

Neuropsychologie is het vakgebied dat de werking van de hersenen en ons 'denken, voelen en doen' bestudeert. Hiermee kunnen we cognitieve problemen beter begrijpen én behandelen. Master Mind is binnen het Topklinisch Centrum voor Neuropsychiatrie ontwikkeld en is gebaseerd op bestaande neuropsychologische behandelmodules.

Voor wie is Master Mind?

Master Mind is een groepsbehandeling voor mensen die in behandeling zijn binnen de (hoog)specialistische geestelijke gezondheidszorg en kampen met klachten in de informatieverwerking.

Voorbeelden van klachten met informatieverwerking zijn concentratieproblemen, vergeetachtigheid en moeite met plannen en organiseren. Verder kan het gaan om problemen in het begrijpen van sociale en emotionele situaties. Dit soort klachten noemen we ook cognitieve klachten. Deze klachten kunnen een symptoom zijn van een ziektebeeld, maar ook een gevolg van een aandoening of medicijngebruik.

Wat kan Master Mind voor jou betekenen?

Deze behandeling verbetert je vaardigheden om met cognitieve klachten om te gaan. Door deze aanpak krijg je inzicht in welke vaardigheden goed werken. Dat vergroot je gevoel van controle en geeft houvast. Daarmee leer je je persoonlijke doelen beter te behalen.

Onderzoek of screening vooraf

Voor de training vindt er een cognitieve screening plaats, tenzij je eerder al neuropsychologisch onderzoek hebt gehad. In een dag voer je allerlei neuropsychologische taken uit om sterktes en zwaktes in jouw cognitieve profiel vast te stellen. De resultaten bespreken met je en zijn de basis voor de training.

Hoe werkt Master Mind?

In acht groepsbijeenkomsten leggen we uit wat cognitieve functies zijn en hoe ze invloed kunnen hebben op gedrag en gevoelens. Samen bespreken we strategieën voor het omgaan met klachten met die cognitieve functies. De groepsbijeenkomsten kunnen we, als dat wenselijk is, aanvullen met individuele gesprekken en online (e-health) behandeling. Dat geeft je de mogelijkheid om sommige onderwerpen verder uit te werken en intensiever te oefenen met de strategieën.

In elke bijeenkomst staat een ander onderwerp centraal. Thema's die aan bod komen zijn:

- geheugenstrategieën
- omgaan met tijdsdruk
- beter plannen
- omgaan met beperkte belastbaarheid
- zicht op emoties bij jezelf en anderen
- de kracht van de gedachte
- reminder

De training is elke twee weken. Elke bijeenkomst duurt twee uur en heeft een vaste opzet: uitleg over het onderwerp met na een korte pauze de strategieën bespreken en oefenen.

Voortgang monitoren

Op het eind van elke bijeenkomst doen we de 'Check-out'. Dat is een korte vragenlijst, die we gebruiken om het verloop van Master Mind te monitoren.

Halverwege de training is een tussentijdse evaluatie van de doelen samen met jou en een familielid of naaste. Aan het eind van de training ronden we af met een gesprek, waarbij we bespreken wat nodig is om het geleerde vast te houden.

Therapeuten

Master Mind is ontwikkeld door klinisch neuropsychologen van het Topklinisch Centrum voor Neuropsychiatrie. Zij geven of begeleiden de behandeling ook zelf. Een klinisch neuropsycholoog is een psychologisch specialist, deskundig op het gebied van de relatie tussen hersenen en gedrag. Naast de klinisch neuropsycholoog is er een gezondheidszorgpsycholoog en/of een Master psycholoog bij de training betrokken.

Vragen?

Heb je nog vragen over de training? Bespreek deze met je uw behandelaar.