

Intensief Trauma Traject (ITT) Jeugd en Jongvolwassenen

Bij traumaverwerking, of anders gezegd 'verwerking van beschadigende gebeurtenissen' kan er veel emotie en spanning de kop opsteken. Dat kan behoorlijk confronterend en inspannend zijn. GGZ WNB ontwikkelde hiervoor een intensief behandeltraject om te voorkomen dat iemand te lang in pijnlijke gevoelens van een verwerkingsproces blijft hangen. In dit traject doorloopt de persoon in kwestie het verwerkingsproces sneller. Er zijn diverse trauma-behandelmethoden. Tijdens ITT werken we met de EMDR-methode (zie www.emdr.nl) en PMT (psychomotore therapie).

Verwijzing

Jouw eigen behandelaar verwijst je door voor een intensief traumatraject. Het is een kortdurende (4 weken) intensieve behandeling. Na het intensief traumatraject ga je weer terug naar je eigen behandelaar.

Soms is de kortdurende behandeling genoeg en soms is er meer nodig, maar dat bepaal je samen met jouw verwijzer (eigen behandelaar).

Ik heb een verwijzing, en dan?

Zodra je een verwijzing hebt plaatsen we je op een wachtlijst. Je wordt dan eerst uitgenodigd voor een indicatiegesprek om te zien of ITT passend voor jou is. Zodra je aan de beurt bent krijg je ruim op tijd jouw afspraken toegestuurd. Het is dan uiteraard aan jezelf om maatregelen te nemen zodat je aanwezig kan zijn bij de behandelingen: vrij nemen, zaken regelen op school of werk, vervoer naar de verschillende locaties en nadenken wie van jouw naasten een rol mag en kan vervullen tijdens het traject (dit doe je eventueel samen met je behandelaar). Zodra de data van jouw afspraken bekend zijn, krijg je de namen van de betrokken EMDR-therapeuten en van de psychomotore therapeut.

Natuurlijk informeren we je dan ook hoe je het team het beste kan bereiken.

Intensief Trauma Traject (ITT) Jeugd en Jongvolwassenen

Hoe ziet een traject eruit?

Week 1

- Je krijgt een gesprek (thuisfrontsessie) samen met een steunfiguur of iemand uit je netwerk (ouders, partners e.a.). Tijdens dit gesprek krijg je uitleg over de behandeling, maken we afspraken over jouw vervoer (wie haalt en brengt jou naar de locatie), en spreken we af bij wie je terecht kan voor emotionele opvang.
- Daarnaast krijg je een gesprek met jou alleen om heel duidelijk en concreet te kijken naar de samenhang tussen jouw klachten en de gebeurtenissen die deze vermoedelijk veroorzaken of verergerd hebben. Tijdens dit gesprek spreek je samen met de therapeut af waar jullie aan gaan werken de komende 2 weken.

Week 2 en 3

- 3 keer per week een EMDR-sessie met roulerende therapeuten (3 verschillende EMDR-therapeuten)
- 2 keer per week psychomotore therapie met een psychomotore therapeut waarbij je lichamelijk de spanning (die bij de verwerking van traumatische gebeurtenissen opkomt) doorwerkt of benut voor de verdere verwerking.

Week 4

- Een evaluatiegesprek met jou, eventueel jouw naaste(n) en je behandelaar. Hierna is het traject afgelopen en pakt jouw eigen behandelaar de behandeling zo nodig weer op.

Wil je meer informatie over ITT?

Neem dan telefonisch contact op met Secretariaat Jeugd of Jongvolwassenen:

- tel. 0164-289722

Een mail sturen kan ook:

Secretariaat.Jeugd@ggzwnb.nl