

Trauma en verwerking

Een trauma is een onverwerkte gebeurtenis in het verleden. Deze gebeurtenis kan zowel recent als een tijd geleden plaats gevonden hebben. Het trauma kan ontstaan door een eenmalige gebeurtenis, maar ook door een reeks gebeurtenissen of een langdurige gebeurtenis. Het kan gaan over het zelf meemaken van iets heftigs of er getuige van zijn, zoals bijvoorbeeld een ongeval, mishandeling, scheiding, het verliezen van een dierbare.. Na zo een gebeurtenis treden er verschillende emoties op de voorgrond: verdriet, angst, hulpeloosheid, schuld, boosheid... Dit zijn normale reacties op een abnormale situatie. Vaak zullen deze emoties vanzelf minder worden. Echter als die last blijft aanhouden en het verder dagelijks functioneren bemoeilijkt wordt, spreken we van een trauma. Dan is een behandeling aangewezen. Typische symptomen van trauma zijn onder andere herbelevingen, nachtmerries, vermijding van traumagerelateerde factoren, hyperalert zijn...

Levensfaseproblematiek

Mensen kunnen klachten ondervinden wanneer ze bij bepaalde levensfasen hindernissen ervaren, vastlopen of niet meer adequaat kunnen functioneren. Elke fase in het leven van een mens wordt gekenmerkt door bepaalde verwachtingen, maar ook door verlies. Wanneer er in een fase moeilijkheden ontstaan, spreken we over aanpassings-, verwerkings- en/of levensfaseproblemen. Denk bijvoorbeeld aan specifieke periodes waarin er veel verandert, zoals de puberteit, gaan studeren, zelfstandig wonen, kinderen krijgen, kinderen die uit huis gaan, met pensioen gaan en ouder worden. Voornamelijk het proces van ouder worden kan gepaard gaan met enige zorgen of twijfels. Deze aanpassingen vergen heel wat veerkracht van een persoon.

AANMELDEN

Aanmelden kan enkel op verwijzing en verloopt niet via de teamcoördinator. Als verwijzer neem je hiervoor contact op tijdens één van onze inbelmomenten op maandag en woensdag tussen 9u30 en 11u en op donderdag van 14u tot 15u30.

056/23 00 23

CONTACT

Roos Crabbe is teamcoördinator van dit team.

Heeft u een vraag over deze dienstverlening? U kan haar bereiken op roos.crabbe@cggml.be.



Vlaanderen
is zorg

 **CENTRUM**
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
MANDEL & LEIE



**Behandelfocusteam Trauma,
verwerking en
levensfaseproblemen**

CGG Mandel & Leie

Wie kan bij ons terecht?

Kinderen, jongeren, volwassenen en ouderen die ingrijpende zaken meema(a)k(t)en waarbij we spreken van een trauma. Of zij die moeilijkheden ervaren bij het doorlopen van een levensfase. Mensen die wonen en/of werken in de regio Midden-West-Vlaanderen (Izegem – Tielt) of Zuid-West-Vlaanderen (Kortrijk-Menen-Waregem) kunnen bij ons aangemeld worden.

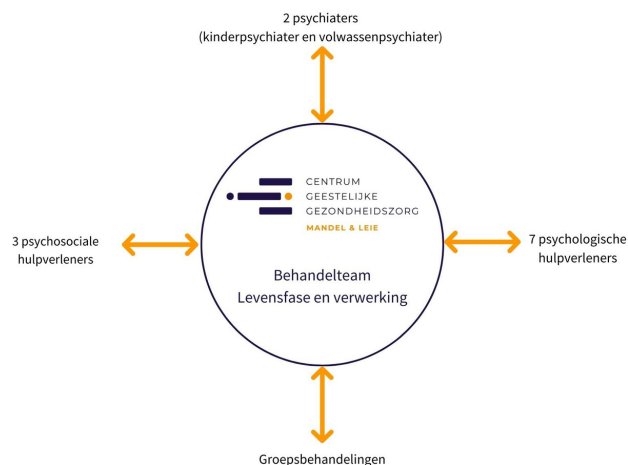
Wanneer kan je niet bij ons terecht?

Om de gezamenlijk opgestelde doelen te kunnen nastreven, is bij elk therapeutisch traject een grote betrokkenheid en engagement van zowel de cliënt als context noodzakelijk. Dit engagement is een eerste voorwaarde om therapeutisch aan de slag te kunnen gaan.

Om een psychotherapeutisch traject te lopen, is een zekere veiligheid en stabiliteit nodig. Indien deze randvoorwaarden ontbreken, kan dit een eerste focus van onze behandeling zijn. Indien de onveiligheid en instabiliteit te groot is, is het aangewezen om hiervoor naar andere organisaties door te verwijzen.

Teamsamenstelling

We maken goede zorg mogelijk door samen te werken binnen een multidisciplinair team van psychosociale hulpverleners, agogische hulpverleners, psychologen en psychiaters. Elk teamlid ondersteunt vanuit de eigen expertise de cliënt om zijn/haar doelen te bereiken. Het voordeel van een gespecialiseerd team is dat we door constante bijscholing over de meest recente wetenschappelijke behandeltechnieken beschikken.



Hoe verloopt de behandeling?

Ons behandel aanbod kan bestaan uit individuele therapie, psychosociale therapie en groepstherapie. Ons team hanteert verschillende wetenschappelijk erkende behandelingen om de klachten aan te pakken. Er wordt onder andere gewerkt volgens experiëntiele therapie, psychoanalytische therapie, oplossingsgerichte therapie, EMDR, ABFT, ACT...

Bij de start van elk traject zal er eerst een kennismakings/verkenningfase zijn, waarbij alles wat belangrijk is voor de behandeling (de klachten, de sterktes, de context...) in kaart wordt gebracht. Als volgende stap wordt er in samenspraak met de hulpverlener een behandelplan opgesteld. Het behandelplan wordt regelmatig geëvalueerd om er zeker van te zijn dat de juiste koers wordt aangehouden. Wanneer de doelen bereikt zijn, kan er als laatste naar afronding toe worden gewerkt. We proberen zo snel als mogelijk en zo lang als nodig te werken.

Het behandelplan kan drie fases bevatten. In een eerste fase wordt er gewerkt rond het creëren van stabiliteit. Dit gebeurt o.a. door het leren herkennen van triggers en het zoeken van handvaten om met emoties om te gaan. Hierbij bekijken we wie er uit het netwerk betrokken kan worden. In een volgende fase wordt aan de slag gegaan met het trauma of levensfaseprobleem. Dit kan door het trauma te verwerken of om te leren gaan met de gevolgen binnen jouw relaties. We vinden het tevens belangrijk om aandacht schenken aan de verschillende rollen die je inneemt in jouw leven en jou hierin te helpen versterken. Hieraan wordt er tijdens de integratiefase gewerkt.