

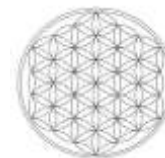


na de klap

PSYCHISCHE GEVOLGEN

VOOR HULPVERLENERS

7 febr. 2018



MΨL

WAT IS VOOR HULPVERLENERS BELANGRIJK OM TE WETEN?

Wat een psychisch trauma is en hoe deze te herkennen



EEN PSYCHISCH TRAUMA IS EEN NORMALE REACTIE OP 'N ABNORMALE
ERVARING

VAAK ZIET DE PERSOON DIT ZELF NIET EN DE OMGEVING OOK NIET ALTIJD:

VROEGTIJDIG ONDERKENNEN & HERKENNEN

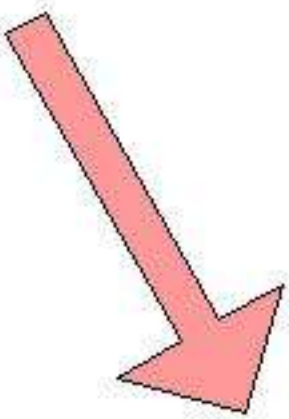
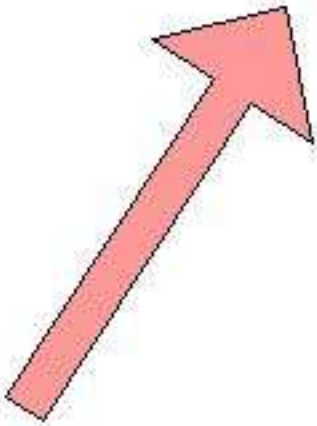




WEERBAAR
(automatische piloot)

**Vanzelfsprekendheden
blijken Illusies:**
onkwetsbaar
veilig
voorspelbaar
rechtvaardig
zinnvol

KWETSBAAR



HERBELEVEN

Schrik
Veel praten
Nachtmerries
Slaapproblemen
Beelden, geluiden, geuren
Concentratieproblemen
Alertheid
Wantrouwen
Onveiligheid
Irritaties
Woede
Schuldgevoelens
Hoofdpijn, Moe
Spierpijn
Vele lichamelijke klachten
Geen zin in sex
Eetproblemen
Eenzaam gevoel
Huilbuien
Verdriet
Angst
Lusteloosheid
Vergeetachtigheid

HERSTEL

VERMIJDEN

AANDACHTIG LUISTEREN,

- . Hou oogcontact
- . Neem scherp waar
- . Stel gerichte vragen
- . Heb geduld, en onderbreek niet
- . Waarborg vertrouwelijkheid



Vragen naar psychische trauma's is belangrijk,

- a. Praten blijkt opluchting, zwijgen belastend
- b. Risico aanwezig dat het trauma onopgemerkt en onbehandeld blijft

OPRECHTHEID, ECHTHEID & EMPATHIE

psychisch trauma bespreekbaar?

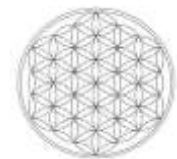
onderzoek bij uzelf hoe u daar in staat:

- . Taboesfeer
- . Vindt u het lastig en bent u bang de klachten te verergeren



WELKE VERWERKINGSFASE

- fase 1. Verbijstering & ongeloof
- fase 2. Ontkennen - herbeleven
- fase 3. Integratie, toekomstperspectief



BEHULPZAME VERWERKINGSVRAGEN

bruikbaar bij het stellen van een diagnose

fase 1 Wat is er gebeurd?

fase 2 Waarom is het gebeurd ?

Waarom deed ik.....?

Waarom deed.....?

fase 3 Hoe gaat het een volgende keer ?



KANTELPUNT IN DE PERSOON, DE RISICOFACTOREN TOT PTSS

IN DE PERSOONLIJKE SFEER DE GEBEURTENISKENMERKEN IN DE BEJEGENING



DISSOCIATIE, AFGESLOTEN ZIJN VAN ASSOCIËREN

Dissociatie is tegelijkertijd een waarneembaar gedrag,
een ervaring, en
een vorm van verdediging tegen pijn, disstress en vernedering.





??VRAGEN???

