

# Eendaagse C-PTSS stabilisatiecursus

Informatie voor cliënten van Transit



De eendaagse C-PTSS stabilisatiecursus is een cursus (of training) voor cliënten, mannen en vrouwen, die lijden aan een complexe PTSS na vroegkinderlijke misbruik- of geweldservaringen. Mensen die lijden aan C-PTSS kunnen de volgende klachten hebben: nachtmerries en andere slaapproblemen, herbelevingen, de neiging herinneringen aan traumatische gebeurtenissen te vermijden, verminderde belangstelling, voor belangrijke activiteiten, vervreemding voelen ten opzichte van anderen en zichzelf, prikkelbaarheid en woede-uitbarstingen, concentratieproblemen, overdreven schrikreacties en overdreven waakzaamheid.

## Doel

De cursus is gericht op psycho-educatie, vergroten van coping, vaardigheden en structuur en afname van de bestaande klachten. De cursus is dus niet gericht op het verwerken van de traumatische ervaringen uit het verleden, maar om te leren omgaan met de gevolgen hiervan in het heden.

## Werkwijze

In de cursus wordt vanuit diverse invalshoeken ingegaan op de bestaande klachten. De psycho-educatie is gericht op het verkrijgen van meer inzicht en het begrijpen van de eigen klachten. Daarnaast zullen de deelnemers kennis maken met verschillende praktische vaardigheden om beter met de bestaande klachten om te kunnen gaan. Er wordt zowel aandacht besteedt aan de rationele, als aan de emotionele kant van de klachten. De cursus bestaat uit verbale en vaktherapie onderdelen. Onder de vaktherapeutische onderdelen vallen psychomotorische therapie (PMT) en beeldende therapie (KTB).

Tijdens de cursus worden de traumatische ervaringen niet expliciet geëxploreerd waardoor ook deelnemers kunnen deelnemen die een hoog angstniveau hebben.

De onderlinge interactie tussen de deelnemers is geen focus van de groep. Wel kan het werken in een groep voor onderlinge erkenning en herkenning zorgen wat als steunend ervaren kan worden. Het is de bedoeling dat de deelnemers de cursus volgen naast een bestaand individueel behandelcontact gericht op stabilisatie. De individueel behandelaar blijft hierbij hoofdbehandelaar. De cursus is een aanvullend en tijdelijk behandel aanbod welke de effecten van de individuele behandeling kan vergroten.

## Programmaonderdelen

- 16 keer psycho-educatie
- 16 keer vaardigheidstraining
- 8 keer psychomotorische therapie (PMT)
- 9 keer beeldende therapie (KTB)
- Wekelijks huiswerkopdrachten

## Praktische informatie

**Duur:** 16 wekelijkse sessies van 09.30 uur tot 14.15 uur

**Plaats:** Afdeling Transit, gebouw Zonneweide, Ermelo

**Opzet:** Gesloten groep, 8-12 mannen en vrouwen

**Cursusleiding:** Multidisciplinaire cursusleiding gespecialiseerd in het werken met mensen die lijden aan C-PTSS klachten

**Literatuur:** Van de deelnemers wordt verwacht dat het boek 'Vroeger en verder, stabilisatiecursus na misbruik of mishandeling' wordt aangeschaft

Uitsluitingscriteria voor deelname aan de groep zijn: psychotische episodes, de dissociatieve identiteitsstoornis (DIS), overheersende middelenproblematiek, antisociale persoonlijkheidsstoornis of het onvoldoende machtig zijn van de Nederlandse taal.

### **Kosten**

Voor algemene informatie over de kosten van behandeling bij GGz Centraal verwijzen wij u graag naar onze website [www.ggzcentraal.nl/kosten](http://www.ggzcentraal.nl/kosten).

© GGz Centraal, december 2018