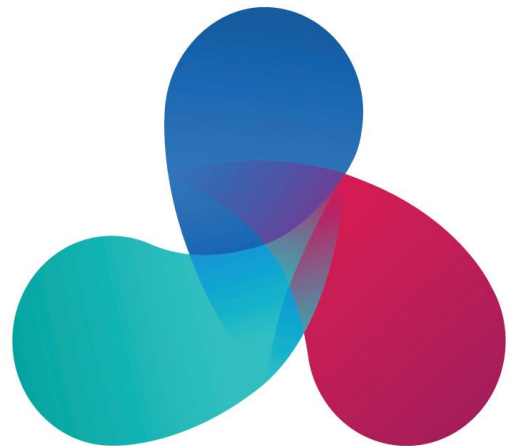


2018

PTSS heb je niet alleen!

Aanbod voor partners en gezinnen van patiënten

Informatie voor verwijzers



Complexe psychotraumaklachten hebben niet alleen gevolgen voor de individuen zelf, maar zeker ook voor diegenen die het dichtst bij staan. Familieleden ondervinden van nabij de gevolgen van de klachten van ouders en/of kinderen. De klinische ervaring en bevindingen uit recent onderzoek leren dat tijdig aandacht voor het gezin achter de individuele patiënt van groot belang is. Ten eerste om het gezin te ondersteunen bij de nodige aanpassingen na missies. Ten tweede om te voorkomen dat de gevolgen van traumatische stress de onderlinge relaties beschadigen en ten derde om herstel bij PTSS te bevorderen door onderlinge relaties te versterken. Om hierin te ondersteunen, biedt Centrum '45 meergezinsgroepen ('multifamily therapy (MFT)'), deeltijdbehandeling voor paren en voorlichtingsdagen voor familieleden.

Multi-family therapy (MFT) of meer-gezinsbehandeling

Multi-family therapy (MFT) is een vorm van systeemtherapie die gebruik maakt van de aanwezigheid van lotgenoten (andere echtparen of gezinnen) om verandering en verbetering te bereiken. Het is een combinatie van systeem- en groepstherapie. In Nederland is er een groeiende belangstelling voor, en de ervaringen - van zowel behandelaren als deelnemers - zijn erg

positief. Zeer gevarieerde activiteiten worden ingezet, zodat de MFT geschikt is zowel voor kinderen van verschillende leeftijden als voor volwassenen. Voorbeelden zijn: ijs-brekende spelletjes, rollenspelen, creatieve of lichaamsgerichte opdrachten. Deelname brengt nieuwe ervaringen, erkenning en herkenning met zich mee.

MFT is met name geschikt voor gezinnen waar traumatische stress - bij één of meer gezinsleden - een rol speelt, vanwege het weer leren mentaliseren (leren zien door de ogen van de ander), en het vergroten van onderlinge steun. Na ernstige crises bestaan soms ongewild forse klachten (niet kunnen inslapen, nachtmerries, snel schrikken, veel huilen, geen zin in activiteiten hebben etc.). In relaties kan ongeduld en frustratie leiden tot onvoldoende aandacht, vertrouwen en soms ook geweld. MFT helpt om deze klachten te verminderen.

Wat wordt bereikt met MFT?

- Afname van traumatische stress-gerelateerde klachten.
- Verbetering van onderlinge relaties: meer steun, vertrouwen en tevredenheid.
- Beter begrip van de aard van de symptomen en de betekenis van wat gebeurd is voor de onderlinge relaties.
- Meer vertrouwen in het eigen vermogen om problemen anders op te lossen.

Stichting **Centrum'45**



Nienoord 5
1112 XE Diemen
020 – 627 49 74

Rijnzichtweg 35
2342 AX Oegstgeest
071 – 519 15 00

mail@centrum45.nl
www.centrum45.nl

Voor wie is MFT geschikt?

Voor alle gezinnen of ouder-kind relaties die kampen met problemen na het meemaken van ernstige gebeurtenissen (zoals geweld binnen of buitenshuis, incidenten in het werk, oorlog en/of migratie), zoals:

- hulpverlenende beroepsgroepen, politie, ambulance, brandweer, maar ook verpleegkundigen (EHBO);
- risicovolle beroepsgroepen, journalisten, (ex-)militairen;
- risicovolle groepen in de bevolking, migranten;
- oorlogsgetroffen (deel)families, zoals (langer in Nederland verblijvende) vluchtelingen, (ex-)militairen.

Wat bieden wij?

Deze veranderings-gerichte MFT is kortdurend en gericht op gezinnen met kinderen van verschillende leeftijden. Het programma bestaat uit vijf bijeenkomsten die in het weekend (vrijdagmiddag-zaterdag) plaatsvinden. Er kan een overnachting worden geboden. Voorafgaand aan deelname vindt een intake plaats, en wordt contact opgenomen met eventuele behandelaren. Na afloop van het programma wordt een terugkommiddag georganiseerd. Het behandelteam bestaat uit ervaren therapeuten met deskundigheid op het terrein van MFT, behandeling van veteranen, en gezinnen. Er wordt gewerkt aan met het gezin gestelde doelen, die voortdurend worden geëvalueerd. Er wordt naar gestreefd het programma twee maal per jaar aan te bieden.

Deeltijdbehandeling voor paren

De deeltijdbehandeling voor paren is een multidisciplinaire groepsbehandeling gericht op het verbeteren van de relatie, zowel in de functie van partners als van ouders. Er is enerzijds aandacht voor de invloed van de traumatisering en PTSS op de relatie; anderzijds is er aandacht voor de patronen die zijn ontstaan door ervaringen van beiden eerder in het leven of samenhangend met ervaringen en boodschappen uit beider gezin van herkomst. Communicatie verbeteren is een van de sleutelwoorden. Men is vaak niet meer in staat om goed te horen wat de ander zegt, maar vult in en interpreteert. Zich niet gehoord en gezien voelen is het gevolg. Als partners weer naar elkaar leren luisteren, verbetert het contact en daarmee ook de intimiteit en vaak ook de seksualiteit. Partners leren weer meer ruimte voor hen samen en voor zichzelf te maken, gaan op zoek naar een andere balans in afstand en nabijheid. Patronen, die in de loop van de jaren ontstaan zijn - en ooit passend waren, maar dat inmiddels niet meer zijn - veranderen.

Waarom groepsbehandeling?

Behandeling in een groep heeft een belangrijke meerwaarde ten opzichte van individuele partnerrelatietherapie. In groepsbehandeling leert men van en aan elkaar, en de behandeling geeft steun, herkenning en erkenning. Het paar of het gezin is vaak meer of minder alleen komen te staan en veel

kontakten zijn verwaterd of vermeden. Het geeft dan verlichting en steun om te horen dat anderen met soortgelijke problemen zitten en dat er zeker nog mogelijkheden zijn om het weer plezieriger met elkaar te krijgen.

Wat bieden wij?

Deze parenbehandeling is een dagbehandeling van 15 keer een hele dag in een groep met vier paren. Er wordt gebruik gemaakt van verbale (groepspsychotherapie, sociotherapie) en non-verbale (psychomotorische therapie) technieken, waarbij tussen de bijeenkomsten door de paren thuis, met huiswerk, aan de slag gaan.

Groepsgezinsdagen

Voor patiënten die in de kliniek of de dagkliniek bij Centrum '45 in behandeling zijn wegens traumatische stressklachten na uitzending, worden van tijd tot tijd groepsgezinsdagen georganiseerd, met als doel de naastbetrokkenen te informeren over de behandeling. De dag heeft, behalve een informatief karakter, ook het resultaat dat familieleden er erkenning en herkenning vinden. Deze dagen hebben een zeer positieve uitwerking op de motivatie van patiënten. Bovendien vergroot deelname daaraan de kans op afname van klachten en verbetering van het functioneren: individueel en relationeel.

Wat bieden wij?

De groepsgezinsdagen worden meestal twee keer per jaar georganiseerd. De uitwisseling vindt plaats in een gastvrije en informele sfeer. Vertegenwoordigers van het multidisciplinaire team geven uitleg over hun visie en over hun aandeel in de behandeling.

Meer informatie en aanmelden

U kunt voor meer informatie of voor aanmelden terecht bij het Bureau Aanmelding en Informatie.

Bereikbaarheid Bureau Aanmelding en Informatie

De medewerkers zijn bereikbaar via BAI@centrum45.nl of via 088 - 3305511 op de volgende tijdstippen: voor aanmeldingen en informatie voor verwijzers en patiënten van 9-12 uur; en voor verwijzers ook van 15-16.30 uur. Als u hen niet kunt bereiken omdat de medewerkers in gesprek zijn, kunt u een voicemail bericht achterlaten met uw contactgegevens. Zij bellen u dan zo spoedig mogelijk terug.

Over Stichting Centrum '45

Stichting Centrum '45 biedt landelijk specialistische psychotraumabehandeling en ontwikkelt kennis en expertise op het gebied van de psychotraumatologie.