

2019

BACK ON TRACK

Behandeling van reisfobie bij migranten



Back on Track is bedoeld voor migranten die problemen hebben met het reizen in trein of bus en deze problemen willen overwinnen.

De praktijk leert dat een migrant met geestelijke gezondheidsklachten op grond van zijn traumatisering in het verleden de neiging heeft nieuwe, potentieel spanningsvolle situaties en drukke omgevingen met veel onbekende mensen te vermijden. Soms gebeurt dat vermijden ook op grond van cultuuroverwegingen of uit verlegenheid, maar in veel gevallen zijn de vermijdingsreacties gebaseerd op psychotraumatologie. Een van die vermijdingsreacties staat hier centraal: de reisfobie. De reisfobie kan ertoe leiden dat de toch al aanzienlijke kans op isolatie van de migrant in het nieuwe land nog groter wordt..

Inhoud

De behandeling bestaat uit een instructieboek, een werkboek en diverse films.

Doel

Het doel van Back on Track is de reisfobie inzichtelijk te maken en de getraumatiseerde migrant handvatten te geven om zijn

reisproblemen te verminderen. De films en het werkboek kunnen als zelfhulp dienen voor de migrant, maar kunnen ook onderdeel zijn van de lopende behandeling.

Werk- en instructieboeken

De werk- en instructieboeken zijn zowel in het Nederlands als in het Engels verschenen en zijn gratis te downloaden:

- <https://www.arq.org/nl/documenten/back-track-instructieboek-het-nederlands>
- <https://www.arq.org/nl/documenten/back-track-instruction-booklet-english>
- <https://www.arq.org/nl/documenten/back-track-werkboek-nederlands>
- <https://www.arq.org/nl/documenten/back-track-workbook-english>

Films

De films zijn beschikbaar in zes talen, verdeeld over drie Angstniveaus. Zie de website voor alle films:

<https://www.arq.org/nl/onderzoek/instrumenten/back-track>

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