

Traumatherapie binnen Praktijk Prisma; wat is dit?

Met een trauma wordt bedoeld: iedere gebeurtenis of serie gebeurtenissen die in jouw leven, te onverwacht, te snel of te groot was om er op dat moment adequaat op te kunnen reageren. Het zenuwstelsel raakt overweldigd.

Ieder mens maakt in zijn leven nare, soms zelfs zeer pijnlijke en schokkende gebeurtenissen mee. We zijn geneigd pijn te verdringen, deze kan zich dan uiten in spanningen met als gevolg, geestelijke of lichamelijke klachten. Soms word men prikkelbaar, onzeker, angstig, boos, moe of zijn er concentratieproblemen. Er kunnen ook steeds beelden terug komen in het hoofd of nachtmerries.

Er kan ook sprake zijn van een posttraumatische stress stoornis (PTSS).

Wanneer traumatherapie?

Traumatherapie helpt bij ingrijpende gebeurtenissen zoals:

- problematische jeugdervaringen
- langdurige ruzies en conflicten of pesten
- burn-out
- overlijden van een dierbare
- slachtoffer zijn van pesterijen
- slachtoffer of getuige zijn van mishandeling /een ernstig geweldsmisdrijf.
- getuige of slachtoffer zijn van huiselijk geweld of (gewapende) roofoverval
- slachtoffer of getuige zijn van misbruik: aanranding, verkrachting
- ernstige/langdurige ziekte/ziekenhuisopname/operatie
- verkeersongevallen
- oorlogservaringen
- trein-, scheeps- of vliegtuigongelukken/-rampen

Traumatherapie door Praktijk Prisma

Praktijk Prisma werkt met DRT (Distraction Reprocessing Therapie). Het is een bijzondere methode om cliënten te begeleiden met een chronisch trauma en een gerichte of diffuse angst (denk aan een liefdeloze opvoeding ervaren, een verhuizing/emigratie in de jeugd, angst voor afwijzing, verlatingsangst, bindingsangst, et cetera).

DRT is niet hetzelfde als EMDR; het is een afgeleide van EMDR.

Praktijk Prisma werkt tevens met Implosieve Desensitisatie (methode van Edelstien) bij een acuut trauma (denk aan een overval, een treinongeval, brand in huis, et cetera)

De volgende categorieën trauma's kunnen met traumatherapie door Praktijk Prisma behandeld worden:

- ontwikkelingstrauma of emotioneel trauma: verwaarlozing in vroege jeugd, verlies of plotseling afscheid van een dierbaar persoon/dier, een liefdeloze opvoeding ervaren, een verhuizing/emigratie in de jeugd;
- evenwichtstrauma's: val, hoofdverwonding, auto-ongeluk;
- fysieke verwondingen: operaties, verdoving, verbranding, vergiftiging;
- voortdurend overladen zenuwstelsel, bijvoorbeeld door operaties op heel jonge leeftijd, hoge koorts, verdrinking, verstikking, geboortetrauma;
- natuurtrauma; angst voor bliksem/onweer et cetera.
- trauma ten gevolge van onverwachte en voor de client indrukwekkende gebeurtenissen (vast zitten in een lift, getuige zijn van indrukwekkende gebeurtenissen, angsten en fobieën, brand in huis, ruzies tussen ouders, et cetera)
- trauma ten gevolge van indrukwekkende gebeurtenissen (angst voor afwijzing, verlatingsangst, bindingsangst, et cetera)

Een trauma kan ogenschijnlijk heel klein lijken; het kan ook heel groot zijn. Het gaat echter om **de impact die het heeft/heeft gehad op jou** ten tijde dat je het hebt ervaren/zag dat het gebeurde.

Praktijk Prisma bied géén therapie voor cliënten met zeer zware trauma's (denk aan o.a. PTSS, zwaar seksueel misbruik of incest) en cliënten met forse psychiatrische problematiek (wanen, hallucinaties, verwardheid, heftige stemmingswisselingen, fors agressief gedrag, verlies van impulscontrole, dwanghandelingen met gevaar voor eigen gezondheid, borderline, MPS, Bipolaire stoornis). Hierin zal Praktijk Prisma jou dan ook verwijzen naar andere collega's die gespecialiseerd zijn in de behandeling van deze specifieke trauma's.

Mocht je graag willen weten of Praktijk Prisma door middel van traumatherapie iets kan betekenen voor jou, neem dan gerust contact met mij op via onderstaande contactgegevens:



**PRAKTIJK
PRISMA**

Hypnotherapie & Psychosociale therapie

Sylvia Fleurkens
Registertherapeut BCZ®

Horreweg 2
5871 CG Broekhuizenvorst
06 11 47 43 65

info@praktijkprisma.nl
www.praktijkprisma.nl
<https://nl.linkedin.com/in/sylviafleurkens>

