

Carrousel

Uw behandelaar of intaker heeft met u gesproken over de Tweewekelijkse Kortdurende Intensieve PTSS behandeling (Carrousel). Met deze informatiefolder willen we u meer informatie geven over deze behandeling.

Wat is de Carrousel?

De Carrousel is een tweewekelijkse intensieve ambulante PTSS behandeling gericht op het verwerken van traumatische ervaringen waarover u trauma-gerelateerde klachten ervaart en die u beperken in uw functioneren. Het betreft een relatief kortdurende behandeling van 6 weken, waarbij u 2 sessies per week traumagerichte psychologische behandeling krijgt (IE, EMDR of IMRS). Deze intensieve vorm van behandeling draagt bij aan een grotere effectiviteit van de behandeling, een lagere drop-out, een snellere klachtafname en een betere doorstroom t.o.v. wekelijkse sessies. Tevens geeft deze afgebakende duur van de behandeling u een duidelijk perspectief en helpt het zowel u als uw behandelaars om zich volledig te focussen op traumaverwerking. U wordt behandeld door twee therapeuten uit team Trauma, waarbij intensief wordt samengewerkt als team. Een maand na afronding van de Carrousel wordt geëvalueerd. In de maand na afronding tot de evaluatie vindt geen andere vorm van behandeling plaats, in elk geval geen andere vorm van traumagerichte behandeling en bij voorkeur ook geen wijziging van medicatie (tenzij anders geïndiceerd).

Wat is het voordeel van de Carrousel?

Een intensive behandeling voor PTSS, zoals de Carrousel, blijkt even goed te werken als ambulante traumabehandeling (bijvoorbeeld elke week 1 sessie). Omdat u meer sessies in kortere tijd krijgt, zullen uw klachten sneller afnemen dan wanneer u elke week 1 sessie krijgt. Ook is uit onderzoek gebleken dat er heel weinig mensen vroegtijdig stoppen in een vergelijkbare intensive PTSS-behandeling. Blijkbaar is het gemakkelijker een intensieve behandeling af te maken.

Wanneer is de Carrousel niet passend?

Voor sommige cliënten is de Carrousel niet geschikt. Bijvoorbeeld als u ernstig depressief bent of veel middelen gebruikt (alcohol of drugs). Ook als u twijfelt of dit wel een goed moment is om een intensieve traumabehandeling te doen, is de Carrousel niet geschikt. De Carrousel is een intensief, inspannend aanbod, dit vraagt van u een sterke motivatie.

Imaginaire exposure (IE)

Bij Imaginaire exposure stimuleert de therapeut u om de nare herinneringen aan de schokkende gebeurtenis(sen) herhaaldelijk en langdurig opnieuw te beleven. Om te zorgen dat u bij het gevoel kunt komen, kunnen geluiden, geuren, foto's of voorwerpen zijn die te maken hebben met de traumatische gebeurtenis worden gebruikt. Door uzelf hieraan bloot te stellen, gaat u ervaren dat uw angstige verwachting niet uitkomt en uw angst voor de herinneringen afneemt.

EMDR

Bij EMDR zal de therapeut u vragen aan de gebeurtenis terug te denken, inclusief de bijbehorende beelden, gedachten en gevoelens. Daarna wordt het verwerkingsproces opgestart, waarbij u de gebeurtenis voor de geest haalt in combinatie met een afleidende taak. Tussendoor zal de therapeut u regelmatig vragen wat er naar boven komt. De EMDR-procedure brengt doorgaans een stroom van gedachten en beelden op gang, maar soms ook gevoelens en lichamelijke sensaties. Deze gevoelens kunnen door EMDR veranderen.

Imaginaire Rescripting (IMRS)

Bij imagery rescripting gaat u inbeelden dat de traumatische gebeurtenis op het punt staat opnieuw te gebeuren. Op het moment dat er iets naars staat te gebeuren, zal of de therapeut, of uzelf, ingrijpen om te zorgen dat het stopt. Nadat de nare dingen in de verbeelding zijn gestopt, wordt u bijgestaan en worden basisbehoeften vervuld. Dit alles zorgt ervoor dat u op een andere manier kijkt naar wat er gebeurd is, het anders beleeft en de betekenis van wat er gebeurd is verandert.

Hoe kan ik mij aanmelden?

Als uw intaker of behandelaar denkt dat de Carrousel een goede behandeling voor u is, wordt u aangemeld bij het Carrousel team.

Meer informatie?

Als u na het lezen van deze informatiefolder nog meer vragen heeft, neem dan contact op met uw behandelaar/ intaker.

www.ggzoostbrabant.nl
Postbus 3, 5427 ZG Boekel
088 - 846 04 60