

# Trauma en PTSS

Schrijer  
jeugdpsychologen

Anne durft niet meer op de fiets naar school. Ze denkt nog de hele tijd aan het ongeluk van een half jaar geleden en is bang dat het zo weer kan gebeuren. Ouders brengen haar nu naar school, maar dit kunnen ze natuurlijk niet altijd blijven doen.

**Psycho-logie = logisch denken + de juiste kennis**

In de maanden nadat hij is mishandeld door een groep jongens wordt Ben vaak wakker 's nachts. Hij heeft nachtmerries over het pak slaag, terwijl hij hiervoor altijd goed sliep. Hij kijkt nu op tegen het gaan slapen, want dan komen de beelden weer. Ben heeft er met zijn ouders over gepraat, maar het lijkt er niet beter op te worden.



Schrijer is partner van

centrum voor jeugd en gezin



opvoeden en  
opgroeien in Zoetermeer

hulp wordt vergoed

Schokkende gebeurtenissen met onmiddellijk gevaar kunnen een leven tijdelijk ontregelen. Na enige tijd herstelt de persoon zich weer en blijft er alleen nog een akelige herinnering. Wanneer de gebeurtenis na maanden nog in het hoofd rondspookt, spreken we van PTSS.

Schrik  
is  
normaal

Kort na de schok moet iemand de gelegenheid krijgen die schok zelf te verwerken. Meteen gaan behandelen werkt zelfs averechts. Ook kinderen kunnen zo'n klap in principe zelf verwerken, maar daarbij lopen ze soms vast.

maar niet  
meer na  
3  
maanden

PTSS of posttraumatische stress stoornis is te herkennen aan flashbacks, vermijdingsreacties, prikkelbaarheid en slaapproblemen: klachten, die maanden na de gebeurtenis blijven terugkomen. Het normale verwerkingsproces blokkeert en moet geholpen worden om de gebeurtenis tot het verleden te laten behoren.

### Schrijver behandelt post traumatische stress stoornis PTSS

**EMDR** ► wij helpen kinderen en tieners bij de verwerking van trauma's door middel van *eye movement desensitization and reprocessing*, een bewezen effectieve methode voor het behandelen van kleine en grote trauma's die hebben geleid tot herbelevingen (flashbacks) en angsten. Vaak zijn er maar enkele behandelzittingen nodig voor een beduidend effect

**hypnose** ► wij helpen kinderen en tieners ook met *hypnotherapie* om trauma's te verwerken door gecontroleerde herbeleving en versterking van de persoonlijkheid

**CGT** ► wij helpen tenslotte ook met *cognitieve gedragstherapie*