

TRAUMABEHANDELING

GGZ Noord-Holland-Noord Team Heerhugowaard-Centrum

VOORBEREIDING



U komt in aanmerking voor een traumabehandeling

- ✓ Voorwaarden- en motivatiegesprek met (regie-)behandelaren
- ✓ Bespreken keuze behandelen binnen of buiten GGZ NHN
- ✓ Betrekken belangrijke naaste

fase 1

START BEHANDELING



In deze fase gaat u zelf aan de slag samen met uw behandelaar

- ✓ Signaleringsplan
- ✓ Zelfhulpmodules
- ✓ Ontspanningsoefeningen
- ✓ Leefstijladviezen
- ✓ Formulier rode draad invullen
- ✓ Cursussen en lotgenotencontact Herstelwerkplaats
- ✓ Evaluatie fase 1
- ✓ Betrekken belangrijke naaste

fase 2

PSYCHOLOGISCHE BEHANDELFASE



De psychologische behandelafase begint

- ✓ Vier weken lang 2 x per week een behandelsessie
- ✓ Wekelijkse monitoring klachten met behulp van vragenlijst
- ✓ Regelmatig contact met behandelaar uit fase 1
- ✓ Oefenen met exposure
- ✓ Evaluatie, therapiestop en nazorg bespreken
- ✓ Betrekken belangrijke naaste

fase 3

NAZORG



Nazorg zoals besproken in evaluatie fase 2

- ✓ Oefenen met exposure
- ✓ Betrekken belangrijke naaste