




GGZ Friesland

Traumaverwerkingskliniek

Voor mensen met een
posttraumatische stressstoornis



**In de
traumaverwerkingskliniek
bieden wij behandeling
speciaal voor mensen die vaak
of lange tijd traumatische
gebeurtenissen hebben
meegemaakt en daardoor
PTSS hebben.**

Een opname in de traumaverwerkingskliniek kan helpen om vastzittende gedragspatronen te doorbreken.

Wij zijn er voor mensen die last hebben van een posttraumatische stressstoornis (PTSS)

En die veel moeite hebben om met hun emoties om te gaan. Een posttraumatische stressstoornis kan ontstaan door het meemaken van nare gebeurtenissen in het verleden. Voorbeelden hiervan zijn lichamelijk of geestelijk geweld, seksueel misbruik of een ernstig ongeluk. Je kunt hier nog iedere dag last van hebben, ook al is het lang geleden.


In de traumaverwerkingskliniek bieden wij behandeling speciaal voor mensen die vaak of lange tijd traumatische gebeurtenissen hebben meegemaakt en daardoor PTSS hebben. Zij lopen hierdoor op meerdere levensgebieden vast. De traumaverwerkingskliniek is er voor mensen die al andere behandelingen

hebben geprobeerd, maar nog steeds klachten hebben. Een opname in de traumaverwerkingskliniek kan helpen om vastzittende gedragspatronen te doorbreken.

Wat is PTSS?

Een klacht die hoort bij PTSS is dat je (delen van de) gebeurtenis steeds opnieuw beleeft. Overdag, maar ook 's nachts tijdens nachtmerries. Je vermijdt situaties of gevoelens die je aan de nare gebeurtenissen doen denken. Veel mensen met PTSS hebben last van slaapproblemen en angsten in het contact met andere mensen. Ze denken negatief over zichzelf en zijn erg gespannen en schrikachtig.

PTSS-klachten hebben veel invloed op het dagelijks leven. Het is daarom belangrijk dat deze klachten behandeld worden.



**PTSS-klachten
hebben veel invloed
op het dagelijks
leven. Het is daarom
belangrijk dat deze
klachten behandeld
worden.**

Ons doel is dat jij van je PTSS-klachten afkomt

Door je traumatische gebeurtenis(sen) zo goed mogelijk te verwerken. Zo kun jij je weer op de toekomst richten. Dit doen we stap voor stap.

We beginnen met een gesprek. De intake

In dit gesprek maken we kennis met elkaar. We bespreken welke nare ervaringen je hebt meegemaakt. Hierdoor kunnen wij inschatten of je door deze gebeurtenis(sen) last hebt van PTSS-klachten. Daarna doen we een specialistisch onderzoek naar je traumaklachten. We praten ook over je motivatie om de behandeling in de traumaverwerkingskliniek te volgen.

Als we samen besluiten dat de behandeling in de traumaverwerkingskliniek bij je past, start je met een korte voorbehandeling. Dit noemen we de pre-treatment. De pre-treatment is poliklinisch. Dat betekent dat je voor deze behandeling een paar keer naar onze polikliniek komt. De pre-treatment bestaat uit 3 groepsbijeenkomsten en 2 individuele afspraken. Je krijgt uitleg over het ontstaan van PTSS-klachten en de behandeling in

de traumaverwerkingskliniek. Ook krijg je alvast oefeningen mee om te leren anders met je emoties om te gaan.

De pre-treatment helpt ons te beslissen of behandeling in de traumaverwerkingskliniek geschikt is voor jou. Rond je de pre-treatment af, dan ben je klaar om te starten met de behandeling in de traumaverwerkingskliniek.

Behandeling in de traumaverwerkingskliniek duurt 8 weken

Je bent van maandag tot vrijdagmiddag bij ons. Ook s 'nachts. Zo heb je door de week 24 uur per dag ondersteuning bij je traumaverwerking. In het weekend ben je thuis.

Het behandelprogramma start om 7:30 en duurt tot 19:30 uur. Je hebt wekelijks meerdere gesprekken met een vaste psycholoog. Daarnaast doe je mee aan groepstherapieën. We bieden lichaamsgerichte en creatieve therapieën en vaardigheidstrainingen. Alles met als doel om je trauma's te verwerken, te leren je emoties beter te begrijpen en om van je PTSS-klachten af te komen.

De behandeling bestaat uit 3 verschillende fases.

Fase 1 (week 1 en 2): We kijken aan welke trauma's je gaat werken. We onderzoeken wat jouw klachten veroorzaakt en in stand houdt. Ook leer je hoe je anders met emoties kunt omgaan. Aan het einde van deze 2 weken moet je je trauma kunnen verwoorden. Als dit lukt, ga je door naar fase 2.

Fase 2 (week 3 t/m 7): In de tweede fase ligt de nadruk op het verwerken van het trauma. Je krijgt 4 sessies traumaverwerking per week. De technieken die we gebruiken zijn EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) en IE (Imaginaire Exposure).

Fase 3 (week 8): We staan samen stil bij de effecten van de behandeling. En we bereiden je voor op de periode na de kliniek. In de laatste weken hebben we samen een gesprek met je verwijzer. Tijdens dit gesprek kijken we met elkaar welke zorg je verder nog nodig hebt.

Er werken verschillende mensen in ons behandelteam

In het team zitten GZ-psychologen, klinisch psychologen, een psychiater, een systeemtherapeut, sociotherapeuten, een psychomotorische therapeut en een beeldend therapeut. Met het hele team ondersteunen we jou in je behandeling om je trauma's te verwerken. En in het aanleren van nieuwe vaardigheden.

Wij vinden het belangrijk dat vrienden en familie onderdeel zijn van jouw behandeling

Zij kunnen jou steunen en ons meer informatie geven. Daarom is er, voordat je behandeling bij ons start, altijd een gesprek met mensen die voor jou belangrijk zijn. We plannen dit gesprek tijdens de pre-treatment. In dit gesprek ontmoeten jullie de systeemtherapeut. Ook bespreken jullie of er nog een afspraak met jouw naasten nodig is tijdens de behandeling.

Als je denkt dat deze behandeling jou kan helpen, bespreek dit dan met jouw behandelaar

Je kunt jezelf niet aanmelden bij GGZ Friesland. Je hebt hiervoor een verwijzing nodig van de instelling of praktijk waar je nu behandeling krijgt voor jouw klachten. Dit kan bij GGZ Friesland zijn, maar ook een andere hulpverlener.

Meer informatie

GGZ Friesland
Polikliniek Traumatoornissen &
Traumaverwerkingskliniek
Locatie Jelgerhuis

Borniastraat 34b
8934 AD Leeuwarden
088-3365601
www.ggzfriesland.nl

februari 2025



facebook.com/ggzfriesland



instagram.com/ggzfriesland



GGZ Friesland