



Traumabehandeling

Individuele behandeling voor volwassenen met een autismespectrumstoornis

Mensen met een autismespectrumstoornis kunnen in hun leven traumatische ervaringen hebben meegemaakt die nog steeds invloed hebben op hun leven. Een veel voorkomende traumatische ervaring is bijvoorbeeld een pestervaring op jonge leeftijd. Als gevolg van die ervaring kan men zich nog steeds angstig voelen in gezelschap van anderen.

Bij GGZ Rivierduinen Autisme kunnen mensen met een autismespectrumstoornis een kortdurende traumabehandeling volgen.

Voor wie is de behandeling bedoeld?

De behandeling is bedoeld voor volwassenen met een autismespectrumstoornis die door gebeurtenissen uit het verleden getraumatiseerd zijn geraakt.

Doel

Het doel van de behandeling is de angst als gevolg van de traumatische ervaringen te verminderen en/of hanteerbaar te maken.

Inhoud van de behandeling

Voordat u met de behandeling begint, vindt er een indicatiegesprek plaats met de behandelaar. U bespreekt daarbij het doel van de behandeling. Op basis van dat gesprek stelt de behandelaar een behandelplan op, waarbij uw instemming wordt gevraagd. In dit behandelplan staat op welke manier er aan de gestelde doelen gewerkt zal worden.

De traumabehandeling bestaat uit drie fasen. Tijdens de eerste fase leert u omgaan met spanning. U leert ook een aantal ontspanningstechnieken. In de tweede fase worden de specifieke angstsituaties en traumatische ervaring(en) in kaart gebracht. De laatste fase bestaat uit het verwerken van de trauma. Hiervoor worden verschillende methodieken gebruikt.

Waar en wanneer

De behandeling bestaat uit afspraken van een uur. Tussen de afspraken door houdt u een dagboek bij. Hiervoor krijgt u huiswekopdrachten mee. De behandelingen vinden plaats bij GGZ Rivierduinen Autisme in Leiden.

De behandelaar is een psychotherapeut of GZ psycholoog, geschoold in het geven van traumabehandelingen.

Indicaties

- De diagnose autismespectrumstoornis is bij u gesteld;
- u heeft een normale begaafdheid;
- u bent 18 jaar of ouder;
- u heeft een trauma opgelopen;
- op het moment van de behandeling bent u niet in een psychotische episode;
- u bent niet verslaafd aan geneesmiddelen.