

De therapeuten

Therapeuten die de TF-CBT geven hebben daarvoor een speciale opleiding gevolgd zodat u verzekerd bent van een behandeling die volgens protocol wordt uitgevoerd.

Werkt het?

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat TF-CBT werkt om de problemen te verminderen van kinderen die nare gebeurtenissen hebben meegemaakt. In de praktijk hebben we al veel kinderen met deze behandeling kunnen helpen.

Wat wordt er van u verwacht

Voor het bereiken van goede resultaten is het van belang dat de sessies regelmatig plaatsvinden en dat u uw kind ondersteunt bij de thuiswerkopdrachten. De therapeut zal u uitleggen wat er gebeurt tijdens de sessies en welke oefeningen thuis gedaan kunnen worden.

Uw kind krijgt een werkboek en daarin kan het van alles lezen en opschrijven over wat er tijdens de therapie besproken wordt. Het is belangrijk dat dit werkboek elke keer meegenomen wordt.

U krijgt zelf een eigen werkboek zodat u het proces van uw kind goed kunt volgen. Hierin vindt u informatie en instructie voor opdrachten voor uzelf. Uw actieve deelname aan de behandeling levert een belangrijke bijdragen aan het herstel van uw kind.

Aanmelden

Huisartsen, jeugdartsen, medisch specialisten en medewerkers van een Ouder- en Kindteam, Samen DOEN team, wijk- of jeugdteam, kunnen een kind, jongere of gezin naar de Bascule verwijzen.

Hiervoor kunt u gebruikmaken van het digitale aanmeldformulier op onze website www.debascule.com.

Voor meer informatie over de aanmeldprocedure kunt u contact opnemen met het Centraal Aanmeld- en Informatiepunt:

Telefoon: (020) 890 19 01
E-mail: cai@debascule.com

Nog vragen?

Als u nog vragen heeft over traumabehandeling kunt u contact opnemen met het Centraal Aanmeld- en Informatiepunt:

Telefoon: (020) 890 19 01
E-mail: cai@debascule.com

Waar kunt u ons vinden?

De Bascule Centrum voor Trauma en Gezin

Bezoekadres Meibergdreef 5
1105 AZ Amsterdam ZO
Postadres Postbus 303
1115 ZG Duivendrecht

Telefoon (020) 890 10 00
E-mail info@debascule.com
Internet www.debascule.com



Samen, beter. Daar staan we voor. We werken samen met ouders en andere deskundigen die betrokken zijn bij het kind. Ieder draagt met zijn ervaring en kennis bij aan betere hulp. Samen zetten we ons in om het kind en zijn omgeving de hulp te bieden die nodig is. Zo werken we samen aan het herstel van het kind. Samen, beter.

*Aan de folder kunnen geen rechten worden ontleend.
Juni 2018*

Traumabehandeling voor kinderen en jongeren

Informatie voor ouders



Academisch centrum
voor kinder- en jeugdpsychiatrie

De Bascule

De Bascule is een academisch centrum voor kinder- en jeugdpsychiatrie en jeugdzorg. Wij bieden hulp aan kinderen, jongeren en gezinnen met psychiatrische problemen. Traumagerichte Cognitieve Gedragstherapie is een behandeling die bij het Centrum voor Trauma en Gezin gegeven wordt.

Traumagerichte Cognitieve Gedragstherapie (TF-CBT)

Wat is TF-CBT?

TF-CBT is een behandeling die uit Amerika komt. De volledige naam is Trauma Focused Cognitive Behavioral Therapy, maar wij gebruiken de afkorting TF-CBT.

De behandeling bestaat uit een combinatie van verschillende onderdelen. Uw kind schrijft en tekent, met ondersteuning van de therapeut, een verhaal over wat het heeft meegemaakt en zowel uw kind als u leren om met elkaar te praten over wat er gebeurd is. Al deze onderdelen zijn van belang om uw kind te leren beter om te gaan met herinneringen aan diens negatieve ervaringen. Ze zorgen ervoor dat de problemen van uw kind als gevolg van die herinneringen kunnen verdwijnen.

Het is noodzakelijk dat de behandeling helemaal afgemaakt wordt: elk onderdeel doet ertoe. De onderdelen kunnen flexibel worden ingezet. Ze worden afgestemd op de ontwikkelingsfase en de specifieke problemen van uw kind.

U leert beiden hoe u zich kunt ontspannen en hoe u kunt omgaan met gedachten en gevoelens die te maken hebben met herinneringen aan de negatieve ervaringen.

Voor wie

TF-CBT is een behandeling voor kinderen en jongeren tussen 7 en 18 jaar die problemen hebben met hun gedrag en/of gevoelens als gevolg van ingrijpende negatieve ervaringen. Bij TF-CBT worden ouders/verzorgers actief betrokken bij de behandeling omdat zij een belangrijke rol spelen bij het herstel van hun kind. De behandeling kan toegepast worden bij kinderen die leven in uiteenlopende situaties: (pleeg)gezin, (dag)kliniek of tehuis.

Wat voor problemen

Uw kind laat emotionele en/of gedragsproblemen zien. Deze problemen hangen samen met één of meer traumatische ervaringen die uw kind heeft meegemaakt. Voorbeelden van traumatische ervaringen voor kinderen zijn: een ongeluk, geweld, seksueel misbruik, plotseling verlies van een dierbare of iets anders naars. U komt hier omdat u hulp wilt voor de problemen van uw kind.

Kinderen kunnen diverse posttraumatische stressreacties ontwikkelen. Kenmerkend zijn herbelevingen, vermijding en verhoogde prikkelbaarheid. Kinderen met herbelevingen zien herhaald delen of de hele gebeurtenis voor zich, denken regelmatig aan de gebeurtenis en kunnen ook nachtmerries hebben. Daarnaast kunnen ze waakzaam en schrikachtig zijn, slecht slapen of concentratieproblemen vertonen.

Doordat een kind angstig of onrustig wordt van zijn herinneringen wil het liever niet praten over wat er is gebeurd. Het gaat dan situaties vermijden die herinneren aan de gebeurtenis(sen) die tot het trauma hebben geleid. Andere mogelijke reacties zijn: opstandig, opvliegend of overmatig afhankelijk gedrag en lichamelijke klachten zoals hoofdpijn of buikpijn.

Andere klachten

Misschien staat waar uw kind last van heeft hier niet bij. Er zijn echter uiteenlopende reacties mogelijk. Om de reacties van uw kind goed in beeld te brengen heeft daarom voorafgaand aan de start van de behandeling traumadiagnostiek plaatsgevonden.

Duur en frequentie

De behandeling met TF-CBT duurt meestal zo'n 12 tot 16 sessies. U komt met uw kind wekelijks naar de therapeut.

Wat kunt u verwachten

Voor de behandeling:

- Wordt u goed begeleid hoe u uw kind optimaal kunt steunen bij de behandeling en bij het delen van het traumaverhaal dat uw kind gaat schrijven.

Na de behandeling:

- Weet u hoe u rustig kunt worden/blijven als u eraan moet denken.
- Kunt u uw eigen gevoelens en gedachten over de ervaring(en) van uw kind beter hanteren
- Heeft u technieken geleerd ter verbetering van uw opvoedingsvaardigheden.
- Kunt u binnen het gezin communiceren over wat er gebeurd is.
- Kunt u negatieve gedachten herkennen die een sombere stemming en angsten veroorzaken
- Heeft u geleerd hoe u negatieve gedachten kunt vervangen door helpende gedachten.
- Kunt u herinneringen verdragen aan wat er gebeurd is.
- Beseft u dat uw kind niet de enige is die een dergelijke gebeurtenis heeft meegemaakt/overleefd.
- Beseft u dat wat er gebeurd is noch uw schuld is noch die van uw kind.