

KIT - Korte Intensieve Traumabehandeling

Informatie voor kinderen en jongeren

Heb je last van post traumatische stressklachten? Werkt de therapie die je nu krijgt onvoldoende of niet snel genoeg? Dan kan de KIT-week iets voor jou zijn. In deze week krijg je 5 dagen achterelkaar intensieve behandeling. Zo kunnen jouw klachten sneller verminderen.

Tijdens de week krijg jij elke dag 3 soorten behandeling: EMDR, TF-CBT en PMT. Ook jouw ouder(s)/verzorger(s) krijgen dagelijks begeleiding. Dit is de [weekindeling](#).

Wat is EMDR?

Eye Movement Desensitization and Reprocessing, afgekort tot EMDR, is een therapie voor mensen die last blijven houden van de gevolgen van een schokkende ervaring, zoals een ongeval, seksueel geweld of een geweldsincident. Meer informatie: <https://www.emdr.nl/emdr-in-beeld/>

Wat is TF-CBT?

Traumagerichte cognitieve gedragstherapie (TF-CBT) is een behandeling voor jongeren die meerdere nare gebeurtenissen hebben meegemaakt. Tijdens de TF-CBT sessies in de KIT-week ga je schrijven over jouw trauma. Op de laatste dag van de week deel je dit verhaal met jouw ouder(s)/verzorger(s). Meer informatie over TF-CBT: www.tfcbt.nl

Wat is PMT?

De psychomotorische therapie (PMT) is een doe-therapie waarin je via beweging aan de slag gaat met jouw traumaklachten.

Samenwerking met behandelaren en ouders

Zowel vóór, tijdens als na de KIT-week werken wij intensief samen met jouw reguliere behandelaren. Dit doen we zodat we (1) ons goed kunnen voorbereiden op jouw KIT, (2) we jou gedurende de KIT zo goed mogelijk kunnen ondersteunen en (3) om te zorgen dat je na de KIT je normale behandeling weer goed kunt oppakken.

In de KIT-week werken we systemisch. Dat betekent dat we ook je ouder(s)/verzorger(s) betrekken. Zij krijgen dagelijks ouderbegeleiding, zodat ze jou zo goed mogelijk kunnen ondersteunen. Op de laatste dag ga jij je traumaverhaal delen met je ouder(s)/verzorger(s). Daar bereiden we hen tijdens de week op voor.

Resultaten meten

Om jouw proces en het effect van de behandeling goed te kunnen volgen, meten we jouw posttraumatische stressklachten 5 keer. Dat doen we twee weken vóór de KIT, een week erna en 3, 6 en 9 maanden erna. De metingen worden gedaan door één van onze collega's die op de achtergrond bij jouw KIT-week betrokken is.

Voor en na de KIT-week

Twee weken voor de KIT-week hebben we met jou een afspraak om meer te leren over jouw klachten. Een week na de KIT-week hebben we een gesprek om te vragen hoe de week voor je was en hoe het met je gaat. In deze week maken we ook een afspraak voor het meten van de resultaten.

Na jouw KIT-week geven we advies over de vervolgbehandeling. Dit advies bespreken we met jou, jouw ouder(s)/verzorger(s) en jouw vaste behandelaar.

Aanmelden

Jouw arts of behandelaar kan je aanmelden voor de KIT-week.

