**Inleiding**

STAIR bestaat uit 8 behandelsessies van 1,5 uur. Tijdens deze sessies worden verschillende fases van het gedragstherapeutisch proces doorlopen in de behandeling van een Complexe Posttraumatische Stressstoornis (PTSS). Er wordt gewerkt aan de hand van een agenda waarbij na iedere sessie huiswerk wordt opgegeven dat de volgende sessie besproken wordt. Om therapeuten te helpen dit goed uit te voeren, is er een draaiboek per sessie, waarbij duidelijk is wat het thema is en wat er voor die sessie op de agenda staat.

**Dag 1: sessie 1 t/m 4**

Sessie 1 staat in het teken van voorlichting over het ziektebeeld PTSS en de behandeling ervan. Daarnaast wordt veel nadruk gelegd op het opbouwen van een therapeutische relatie. De geschiedenis van de patiënt, de actuele klachten en coping worden besproken en in relatie tot elkaar in kaart gebracht (holistische theorie). Het behandelplan en -doelen en de wijze waarop deze doelen bereikt kunnen worden, komen aan de orde. Tijdens de scholing wordt geoefend met het uitleggen van de behandel rationale van STAIR en het geven van psycho-educatie over PTSS.

Het identificeren en reguleren van emoties komt in sessies 2 t/m 4 aan de orde. De therapeut geeft psycho-educatie met betrekking tot emoties (de 4 basis gevoelens) en emotieregulatie. De therapeut helpt de patiënt met het identificeren en benoemen van gevoelens, het ontdekken van hun oorsprong, de geassocieerde gedachten en gedrag. Ineffectief gedrag (bijv. vermijden of middelengebruik) wordt in kaart gebracht middels een functieanalyse en er wordt vanuit daar een start gemaakt met alternatief gedrag. Tijdens de scholing oefenen deelnemers met het uitleggen van de rationale en het met de patiënt zoeken naar alternatief gedrag. Patiënten leren een onderscheid te maken tussen stress als gevolg van traumatische gebeurtenissen en stress dat dat geaccepteerd kan worden om een doel te bereiken. Hiervoor wordt gebruik gemaakt van een kosten-baten analyse; de positieve en negatieve gevolgen van vermijding / het na te streven doel. Dit wordt tijdens de scholing op elkaar geoefend.

**Dag 2: sessie 5 t/m 8**

Het begrijpen en veranderen van interpersoonlijke patronen beslaan de laatste 4 sessies van het protocol. De therapeut geeft psycho-educatie over interpersoonlijke schema’s en legt hierbij de relatie met ervaringen in de jeugd. Middels rollenspellen en modelling worden interpersoonlijke vaardigheden ontwikkeld en geoefend. De patiënt wordt uitgenodigd om in verschillende contexten het nieuwe gedrag te oefenen. Tijdens de scholing oefenen deelnemers middels rollenspelen op elkaar.

Tot slot wordt de patiënt voorbereid op de tweede fase van de behandeling (traumaverwerking) en is er aandacht voor terugvalpreventie.