

**Beknopte Eclectische Psychotherapie voor PTSS (BEPP)**

**De Beknopte Eclectische Psychotherapie voor PTSS (BEPP) is een aangetoond effectieve behandeling voor PTSS, die aansluit bij het natuurlijke emotionele verwerkingsproces van ingrijpende gebeurtenissen. BEPP helpt pijnlijke gevoelens en gedachten toe te laten, te verwerken en weer grip te krijgen op het leven. Tijdens deze 4-daagse post-BIG cursus met docent Aram Hasan leer je meer over PTSS en trauma, en leer je om met BEPP te werken.**

Traumatische ervaringen laten diepe sporen achter. Wanneer de traumatische herinneringen gepaard gaan met klachten, zoals herbelevingen, nachtmerries, vermijding en slaapproblemen, spreken we van een posttraumatische stress stoornis (PTSS).

BEPP is een effectieve trauma focused psychotherapie bij PTSS. Het ophalen van de emotie (boosheid, verdriet) is een belangrijk onderdeel. Deze behandeling is voor mensen die schokkende traumatische gebeurtenissen hebben meegemaakt, waar zij nog zeer vaak en soms dagelijks last van hebben in de vorm van opdringende herinneringen. Vaak gaan zij ook gedrag vertonen waarbij zij bezigheden, contacten en plekken gaan vermijden om geen herinneringen aan het trauma te hebben BEPP is een intensieve behandeling, die helpt om het trauma te verwerken en om het leven op een nieuwe manier te aanvaarden.

Tijdens de eclectische psychotherapie (16 sessies) wordt PTSS gezien als een voortdurende afwisseling tussen intrusieve herbelevingen en vermijding (Gersons, Meewisse, & Nijdam, 2015). BEPP gaat ervan uit dat mensen door opvoeding en ervaringen in hun leven overtuigingen en coping strategieën aanleren om zich optimaal staande te houden in hun sociale context. Als deze overtuigingen het ontoelaatbaar maken om kwetsbaar te zijn en heftige emoties te ervaren, dan ontstaat een ernstig dilemma na het doormaken van trauma. Door angst, krenking of schaamte worden heftige emoties dan niet geaccepteerd, terwijl intens verdriet, woede en walging inherent zijn aan het doormaken van levensbedreigende gebeurtenissen. Om te voorkomen dat patiënten met PTSS opnieuw heftige emoties ervaren, zijn zij zeer alert op interne en externe waarschuwingssignalen. Dit vergroot het gevoel van onveiligheid. Schrikachtigheid en problemen met inslapen of concentratie voor alledaagse zaken zijn veelal het gevolg van die onveiligheidsgevoelens.

Bij BEPP wordt de nadruk gelegd op het doorbreken van de heftige emoties, omdat hierdoor klachten tot lange tijd na trauma in stand worden gehouden of verergeren, en natuurlijk herstel uitblijft. Partners van patiënten lijden mee met hun dierbare en kunnen, bewust of onbewust, een belangrijke rol spelen bij het onderdrukken van emoties. De patiënt met PTSS wil zijn partner niet belasten met zijn heftige gevoelens of hoort de partner bijvoorbeeld uit machteloosheid zeggen dat hij het incident nu eindelijk eens moet vergeten. Partners worden om die reden nadrukkelijk betrokken bij psycho-educatie over PTSS en de evaluatiemomenten in de behandeling.

Bij deze cursus werken wij samen met [CoTeam](http://aramhasan.com/coteam/), Cultural Oriented Trauma Expertise Centre.

**Doel**

* onderscheid maken tussen trauma en PTSS
* het verband tussen PTSS-klachten en de traumatische gebeurtenis uitleggen
* de kern-traumatische gebeurtenis herkennen
* de functie van de interventies van BEPP begrijpen en toepassen
* het behandelprotocol van BEPP toepassen
* indicatie en contra-indicatie van BEPP beargumenteren

**Doelgroep**
Gz-psycholoog BIG, Psychotherapeut BIG, Klinisch psycholoog BIG, Klinisch neuropsycholoog BIG, Psychiater, Verpleegkundig specialist en Psychotraumatherapeut

Je dient ervaring te hebben met traumabehandeling, waarbij vooral basale kennis van en ervaring met exposuretechnieken en cognitieve gedragstherapie gewenst is.

OG’ers BIG die werken met volwassenen zijn van harte welkom om deel te nemen aan de cursus. De cursus komt niet in aanmerking voor NIP/NVO accreditatie omdat de cursus gericht is op volwassen cliënten.

**Inhoud**
De BEPP-therapie bestaat uit 16 sessies. Tijdens deze cursus komen alle onderdelen van de BEPP-methode aan bod: psycho-educatie en traumatisering, de verwerking van het trauma met imaginaire exposure, memorabilia en schrijfopdrachten, de betekenisgeving van het trauma en het afscheidsritueel.

Eerst is er aandacht voor psycho-educatie en wordt uitleg gegeven over de klachten en de relatie met het trauma.

Middels imaginaire exposure wordt teruggegaan naar de traumatische ervaring om verdriet en boosheid toe te laten. Dit kan ook met behulp van traumagerelateerde memorabilia of het schrijven van bijvoorbeeld een boze brief en/of afscheidsbrief aan overleden mensen. Zo komen belangrijke gevoelens voor de verwerking aan bod. Het doel hiervan is om onderdrukte gevoelens te uiten, de betekenis die een cliënt verleent aan de traumatische gebeurtenissen bloot te leggen en te rouwen over verliezen die hij heeft geleden.

Als de klachten aanzienlijk verminderd zijn, wordt de aandacht gericht op de impact van het trauma op het leven van de cliënt en wat hij of zij ervan kan leren. In deze fase van betekenisverlening wordt gewerkt aan flexibiliteit in manieren van coping, om te komen tot een nieuw evenwicht van waaruit het leven verder wordt ingevuld.

Tijdens een afscheidsritueel met familie of vrienden kunnen cliënten deze periode in hun leven afsluiten. Dat kan door materialen te bundelen en kijken wat de cliënt daarmee wil of door een symbolisch uitstapje (Gersons, Meewisse, Nijdam, & Olff, 2011).

**Docent**
Aram Hasan - Psychiater, trauma-psychotherapeut en oprichter CoTeam GGZ in Rotterdam.

**Certificaat**
Je ontvangt een certificaat indien je minimaal 90% aanwezig bent geweest en de cursus met goed gevolg hebt afgerond.

**Literatuur**
Uiterlijk vijf weken voor de startdatum word je geïnformeerd over eventuele aan te schaffen boeken.

**Meer informatie**
Kijk op www.rinogroep.nl voor meer en actuele informatie of neem contact op met de infodesk via 030 230 84 50 of infodesk@rinogroep.nl.