

CURSUS 'OMGAAN MET TRAUMA'S'

Versie Ex-Gijzelaars

Informatiefolder voor belangstellenden

SPECIALE CURSUS VOOR EX-GIJZELAARS

Op verzoek van stichting De school van Bovensmilde heeft het Traumacentrum van GGZ Drenthe een speciale cursus opgezet voor de slachtoffers van het gijzeldrama in Bovensmilde dat plaatsvond in mei 1977. De cursus bestaat uit 9 bijeenkomsten van anderhalf uur (15:00 – 16:30) en zal plaatsvinden op de dinsdag. De data zijn: 20 januari, 3, 10, 18 en 24 februari, 10, 17 en 31 maart en 7 april 2009.

VOOR WIE?

De traumacursus is bedoeld voor ex-gijzelaars (en naaste betrokkenen) van de school van Bovensmilde met een posttraumatische stress stoornis of andere traumagerelateerde stoornissen. De cursus is geschikt voor volwassenen vanaf 18 jaar. Het aantal deelnemers is minimaal zes en maximaal twaalf. Bij meer belangstelling is het mogelijk dat in april 2009 deze cursus opnieuw wordt aangeboden.

DOEL

Deze cursus vormt een eerste stap in de behandeling. Deelnemers leren hun symptomen beter te begrijpen en leren deze te accepteren. Deelnemers leren woorden te geven aan de beleving en ervaringen rond de traumatiserende gebeurtenis(sen). Door woorden te leren voor gevoelens en lichamelijke ervaringen, wordt er een begin gemaakt met het leren omgaan met de klachten. Men kan meer op een afstand kijken naar de ervaringen waardoor men meer controle kan ervaren over de klachten en men zich sterker kan voelen.

Deze eerste stap in de behandeling is vooral psycho-educatief van aard. De nadruk ligt op 'leren' en niet op 'delen'. Het is geen therapie maar men leert omgaan met de klachten aan de hand van een theorie.

TRAINERS

De cursus wordt gegeven door een psychotherapeut (Renate Geuzinge) en een psychomotore therapeut (Joelca Hilverda). Beide therapeuten zijn gespecialiseerd in traumabehandeling.

AANMELDING

Indien u denkt baat te hebben bij deze traumacursus kunt u contact op nemen met Renate Geuzinge (tel.nr. 0592-334335). U zult vervolgens worden uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek.