

Vaktherapie binnen het LZV

Door: SIG LZV Vaktherapie

Doel

Dit document is opgesteld in opdracht van het KMT (Keten Management Team) in verband met het bijdragen van kennis, kunde en werkwijze ten behoeve van vaktherapeutische behandelingen (voetnoot) voor cliënten van het LZV, die te kampen hebben met (C)PTSS en hiervoor binnen de overkoepelende organisaties van het LZV binnen traumagerelateerde centra hun behandeling krijgen.

Eerst wordt aandacht besteed aan wat vaktherapie is, gevolgd door hoe vaktherapie ingezet wordt in bestaande en nieuw ontwikkelde behandelprogramma's met betrekking tot stress en trauma gerelateerde hulpvragen. Als laatste wordt stilgestaan bij de meerwaarde van een SIG-LZV Vaktherapie.

Vaktherapie

Vaktherapie onderscheidt zich van de verbaal/cognitief gerichte therapieën door het methodisch en doelgericht gebruik maken van lichamelijke en creatieve vormen, waarbij de hier-en-nu ervaring een essentieel onderdeel vormt. In het vaktherapeutische aanbod wordt via de driehoek 'denken-voelen-handelen' niet het denken en de cognitie, maar juist het voelen en handelen als insteek genomen (bottom-up) om uiteindelijk ook de cognitieve integratie te bevorderen. De vaktherapeut leidt het handelen van de cliënt doelgericht naar ervaringen die de klachten positief kunnen beïnvloeden

Vaktherapie ondersteunt de cliënt bij het ontdekken en veranderen van dysfunctionele manieren die in het verleden zijn ontstaan en in het heden voor klachten zorgen. De vaktherapeut creëert een context waarin cliënten nieuwe ervaringen opdoen die een trigger kunnen zijn tot verandering. In de verschillende werkvormen van vaktherapie (dans, drama, beeldend werken en muziek, spel, beweging en lichaamsgericht) wordt de cliënt uitgenodigd om door te 'doen en ervaren in dit moment' zijn/haar eigen manieren van waarnemen, denken, voelen en handelen te ontdekken. (bron: generieke module, ggz standaard)

In sommige gevallen ligt de nadruk van de therapie op het oplossen van het probleem, in andere gevallen ligt de nadruk meer op de acceptatie ervan of op het beperken van de gevolgen van een aandoening. (bron: www.vaktherapie.nl)

Vaktherapie als onderdeel van PTSS zorgprogramma's

Vaktherapeutische behandelingen maken in vrijwel alle Topreferente Traumacentra en overige instellingen met een specifieke zorglijn psychotrauma een geïntegreerd deel uit van de multidisciplinaire behandeling. Het belang van de ervaringsgerichte behandelinstek die vaktherapie biedt wordt in de praktijk onderkend en wordt ook steeds meer in systematische reviews en meta-analyses bevestigd. De vaktherapeutische behandelvormen worden zowel door cliënten, klinici en onderzoekers van belang geacht en hoog gewaardeerd.

Vaktherapie wordt ook transdiagnostisch ingezet, zie hiervoor:

www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/vaktherapie/achtergronddocumenten

De cliënt wordt geholpen om toegang te krijgen tot (lichamelijke) sensaties, herinneringsbeelden, gevoelens en emoties die niet of in eerste instantie niet direct verbaliseerbaar zijn. Veelal blijkt dat cliënten overspoeld worden door allerlei emoties en herinneringen, waar men geen grip op heeft. Door inzet van vaktherapie kan een cliënt bijvoorbeeld leren om zijn/haar emoties of spanningen te reguleren. Maar ook gewaarworden wanneer er spanning is, wanneer deze oploopt en wat de trigger hiervan is.

Een vaktherapeutische werkvorm kan ruimte creëren die het mogelijk maakt om ook wanneer een patiënt hoge spanning heeft, angst of schaamte ervaart, toch contact te houden en vorm te geven aan beladen thema's en conflicten. Daarnaast biedt een vaktherapie de mogelijkheid om de beleving en het trauma te delen met de therapeut op een indirectere manier, omdat een deel van het contact met de therapeut veelal via de werkvorm verloopt.

Door vaktherapie toe te voegen aan een behandeling kan een trauma-inhoudelijke behandeling geïntensiveerd worden.

De verschillende vaktherapeutische disciplines werken via verschillende ingangen en op verschillende manieren. De keuze voor de specifieke vorm van vaktherapie moet aansluiten bij de doelstellingen van de behandeling en bij de affiniteit van de patiënt. Alle disciplines van vaktherapie kunnen zowel individueel als in groepsvorm worden aangeboden.

- *Psychomotorische therapie* wordt specifiek ingezet voor het verbeteren van de lichaamsbeleving en mentaliseren van lichaamssignalen. Het gaat daarbij om het leren herkennen van de eigen lichaamssignalen, welke kunnen wijzen op patronen in afweermechanismen, onderzoeken van impulsieve reactiepatronen, maar ook om het werken aan differentiëren van emoties en herkennen van dissociatieve symptomen. Er kan gewerkt worden met tijdens het trauma niet afgemaakte fysieke (verdedigings)reacties. Deze reactie kan opnieuw worden geactiveerd, doorwerkt en zodoende alsnog geïntegreerd in het levensverhaal van de patiënt.
- Bij *beeldende therapie* worden beelden gemaakt en van betekenis voorzien, daar waar er nog geen woorden zijn of herinneringen gefragmenteerd zijn. Doordat de gemaakte beelden concreet en tastbaar zijn kan er expliciet over gementaliseerd worden en vindt erkenning plaats. Vervolgens kan er een keuze gemaakt worden over wat er met het beeld of een deel ervan gebeurt, zoals meenemen, opbergen, symbolisch afstand van nemen, of een vervangend beeld creëren via rescripting. Ook worden in het vormgevingsproces dysfunctionele patronen zichtbaar en kan er geoefend worden met alternatief gedrag.
- Bij *dramatherapie* ligt het accent op het leren onderscheid te maken tussen verschillende gevoelsbelevingen en op het vergroten van het mentaliserend vermogen. Door het inzetten van (beschermende) verbeelding kan de patiënt de bewegingsimpuls afmaken die in het trauma was “bevroren” en kan de situatie gerescript worden.

(bron: generieke module Psychotrauma-en stressorgerelateerde stoornissen en de generieke module voor Dissociatieve Stoornissen)

SIG LZV Vaktherapie

De leden van de special interest groep LZV vaktherapie zijn vaktherapeuten die betrokken zijn bij de behandeling van veteranen en geüniformeerden. Allen zijn werkzaam in een GGZ-instelling. Door twee keer per jaar bij elkaar te komen kan er gewerkt worden aan verbetering en uniformering van de verschillende behandelvormen, aangezien we dezelfde problematieken en hulpvragen tegenkomen. Ook versterkt dit het op de hoogte zijn van de laatste ontwikkelingen op het gebied van traumabehandelingen en insteek vanuit vaktherapieën. Juist in een zich sterk ontwikkelend vakgebied is het belangrijk om deze kennis en kunde te kunnen delen en verspreiden.