



‘De eerste intensieve behandeldag was echt spannend, maar mijn angst nam vervolgens ontzettend snel af’.

Informatie en aanmelden

Je kunt je via je huisarts, het wijkteam of een andere therapeut aanmelden.

Wil je eerst meer weten over de intensieve behandelingen? Mail naar:

jong.overwaal@propersona.nl.

We geven graag antwoord op je vragen!

Jong Overwaal

Korte en krachtige
behandeling van PTSS
en dwangstoornissen

‘Ik ben zo blij dat ik het ben aangegaan.’

- Ben je in behandeling (PTSS of dwangstoornis) en vinden jij en je behandelaar dat één sessie per week onvoldoende is om je psychische klachten aan te pakken?
- Ben je nog niet in behandeling, maar schat jij of je verwijzer nu al in dat één sessie per week niet genoeg zal zijn, omdat je veel en hardnekkige klachten hebt?
- Ben je al eerder in behandeling geweest en heeft dit onvoldoende geholpen?

**Dan is het behandel aanbod van ‘Jong Overwaal’ wellicht iets voor jou:
intensieve(re) behandeling van PTSS en dwangstoornissen: kort en krachtig!**

Behandeling PTSS

Intensieve Trauma Behandeling voor jongeren (ITB Jeugd) is voor jongeren tussen 12 en 23 jaar die meerdere schokkende gebeurtenissen hebben meegemaakt en een posttraumatische stressstoornis

(PTSS) hebben. Voorbeelden van PTSS-klachten zijn flashbacks of nachtmerries, het uit de weg gaan van situaties die je aan de schokkende gebeurtenis doen denken, alert of schrikachtig zijn.

Behandeling dwangstoornissen

FOCUS Jeugd is voor jongeren tussen de 12 en 23 jaar die een dwangstoornis hebben. Voorbeelden van dwangklachten zijn aanhoudende gedachten (zoals ‘Ik kan besmet worden’) en dwanghandelingen (zoals steeds handen moeten wassen).

Werkwijze

Voor beide behandelingen geldt dat je de confrontatie aangaat met datgene waar je eigenlijk bang voor bent, zoals angstige herinneringen of specifieke situaties. Dit heet exposure. Tijdens de behandeling leer je dat je dit aankunt, ook al is het in het begin spannend en eng! Hierdoor zal je uiteindelijk minder bang worden en minder last krijgen van je klachten.

Praktische informatie

De intensieve behandelingen zijn individueel (je zit dus niet met andere jongeren in een groep). Een behandeling bestaat uit vier (ITB Jeugd) of acht (FOCUS Jeugd) intensieve dagen van 09.00 tot 17.00 uur. Tijdens deze intensieve dagen krijgen je ouders ook sessies om jouw klachten beter te begrijpen en te leren hoe ze hier het beste mee om kunnen gaan. We overleggen altijd eerst met jou hoe je je ouders bij de behandeling wil betrekken.

Hierna krijg je nog vier weken nabehandeling waarin je één keer per week een exposure sessie van 90 minuten krijgt. Je wordt tijdens de behandeling niet opgenomen.