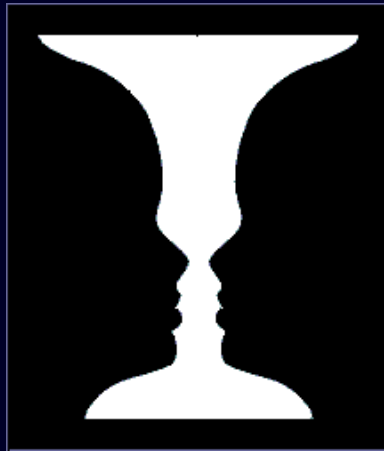


Psykotraumatologi

Introduktion



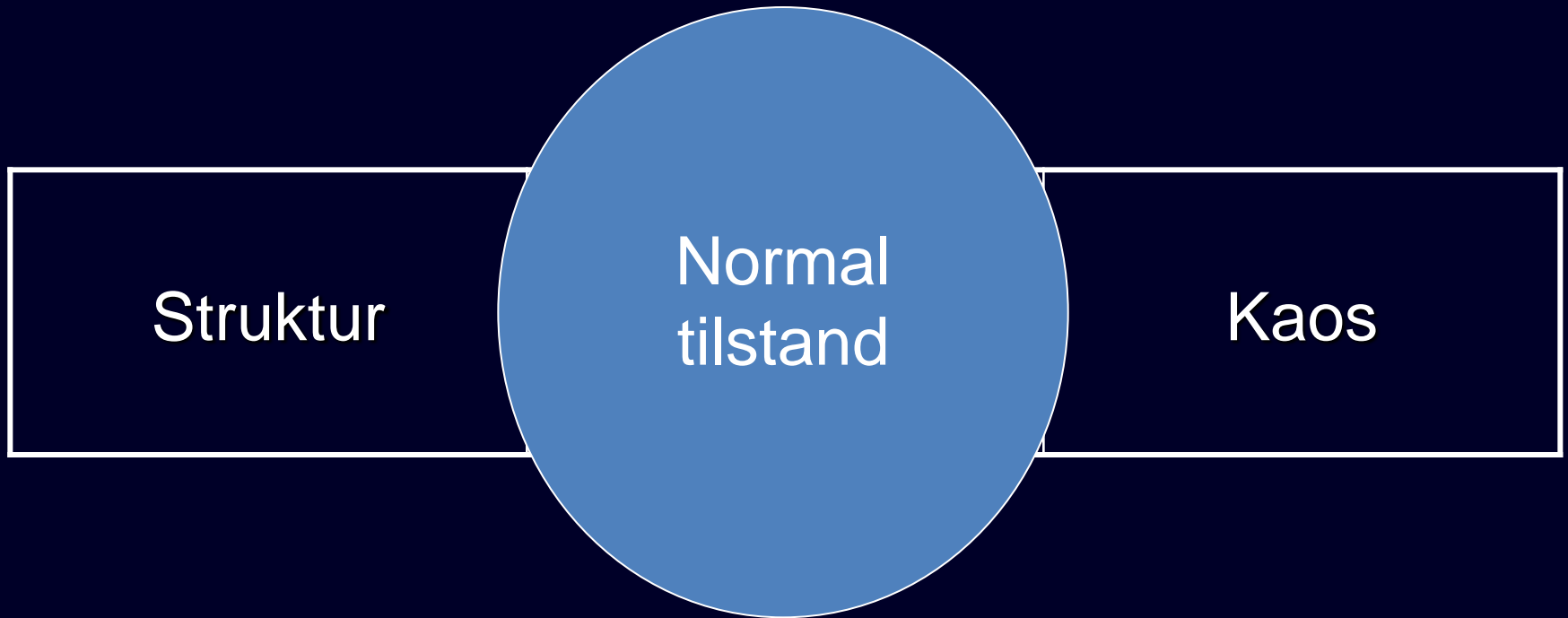
”Kognitiv Terapi – Stress og Traumer”

Thomas Iversen, aut. psykolog

Personalepsykolog, ekstern lektor

www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion



5 VIGTIGE PRINCIPPER FOR PSYKISK FØRSTEHJÆLP

-
- SKABE EN OPLEVELSE AF SIKKERHED
 - SKABE BEROLIGELSE
 - SKABE EN OPLEVELSE AF PERSONLIG OG KOLLEKTIV HANDLEKRAFT
 - SKABE FORBUNDETHED
 - SKABE HÅB

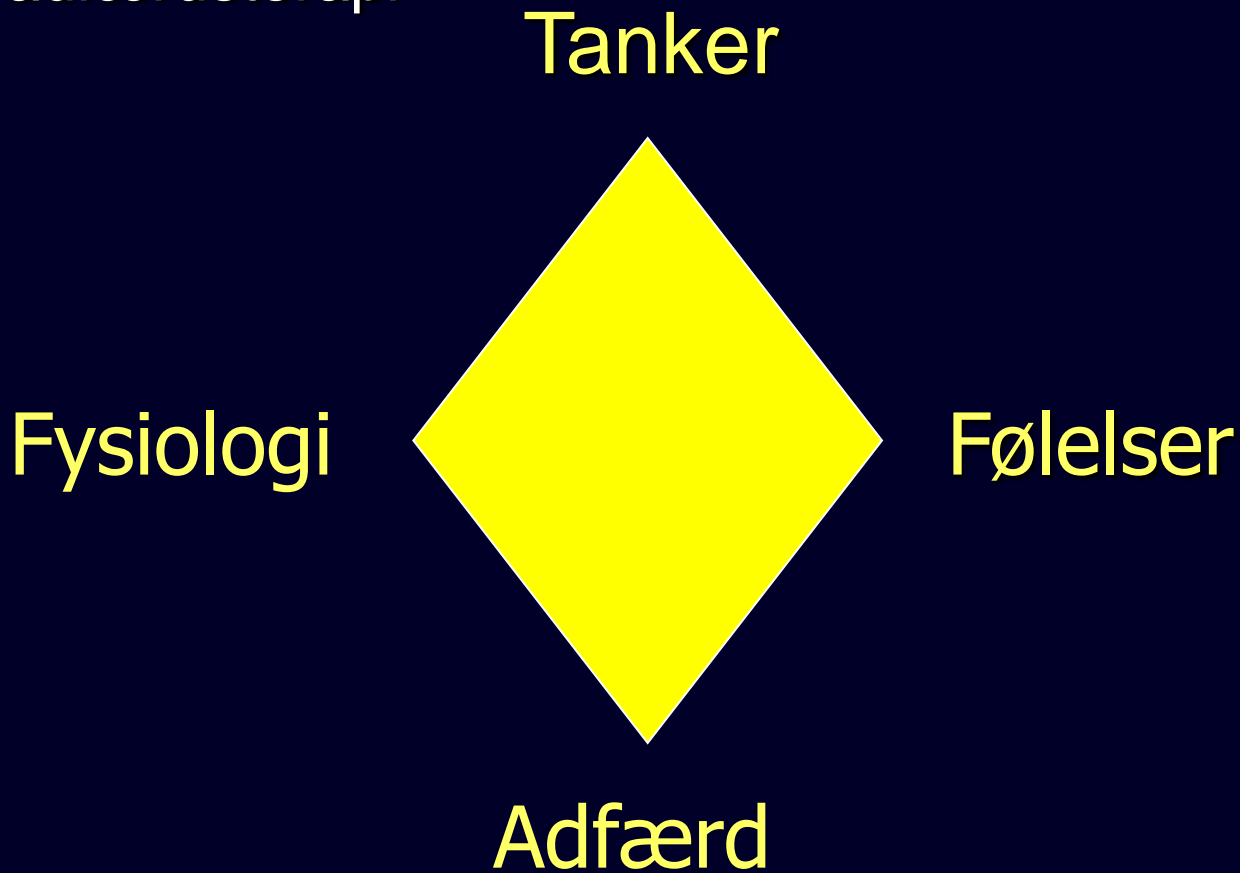
HOBFALL, WATSON, BELL, BRYANT, BRYMER ET AL. (2007)

WWW.THOMAS-IVERSEN.DK

p R I V A T I S E N

Psykotraumatologi – introduktion

Kognitiv adfærdsterapi



Kritisk hændelse



Betinget emotionel reaktion



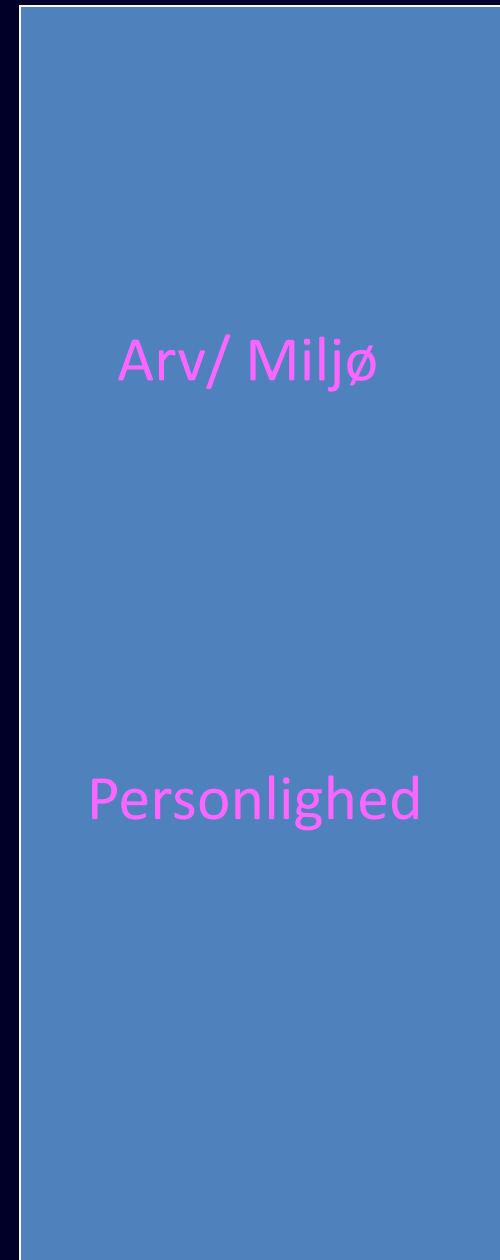
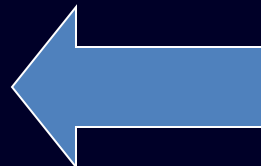
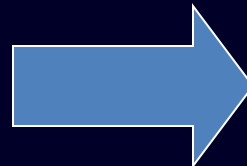
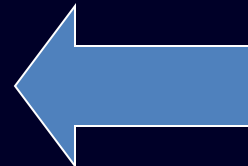
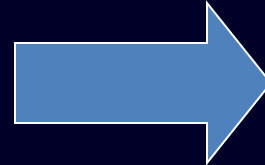
Akut belastningsreaktion



PTSD



Varig personlighedsændring



Arv/ Miljø

Personlighed

Psykotraumatologi – introduktion



Psykotraumatologi – introduktion

Belastningsreaktioner – flere lag

- Angst symptomer
- Depressive symptomer
- Kognitive symptomer
- Somatiske symptomer
- Sociale ”symptomer”

Psykotraumatologi – introduktion

- Behandling af PTSD og andre følger af traumer

Akut belastningsreaktion og PTSD:

Den centrale følelse er angst

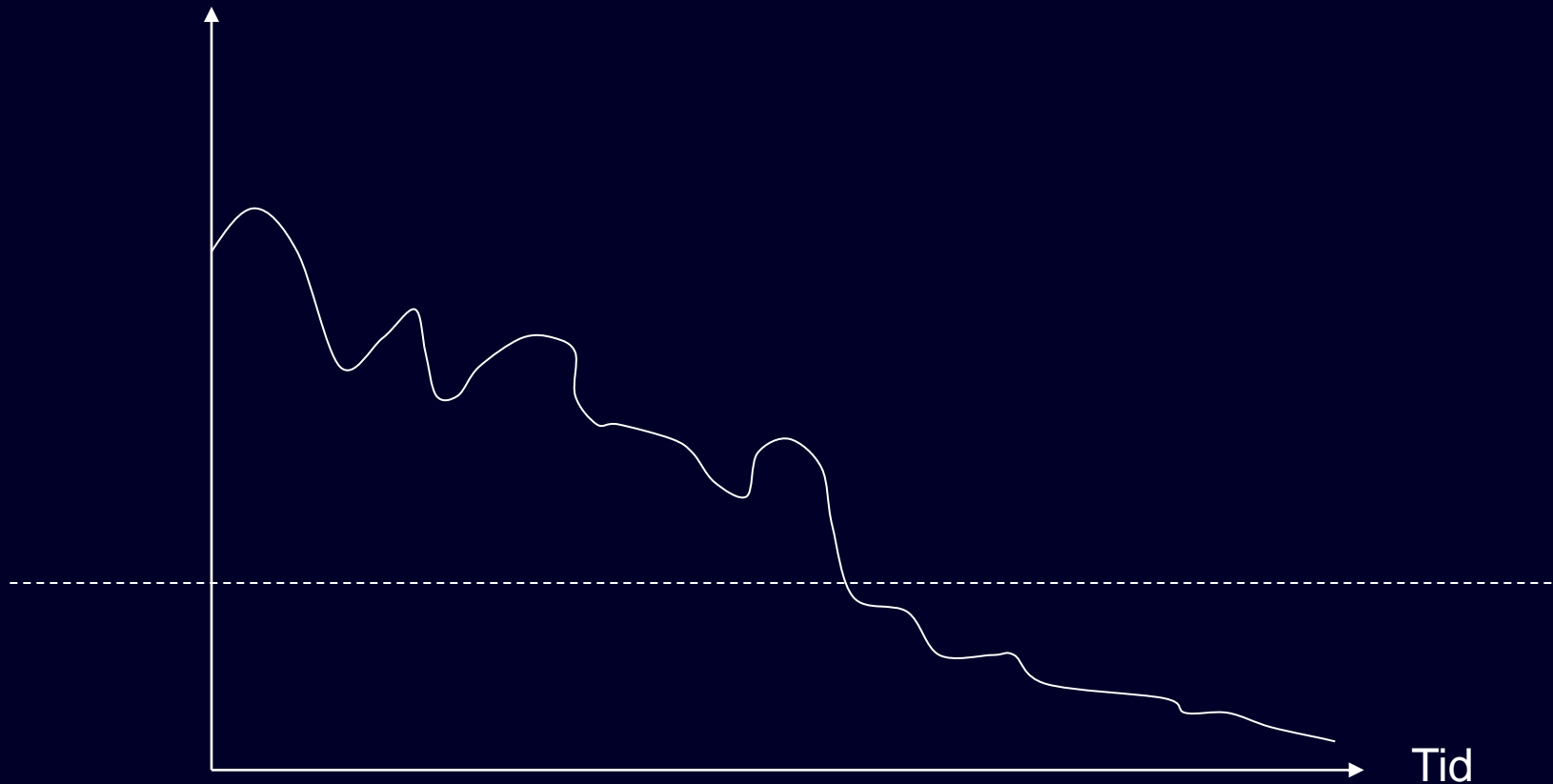
Traumer kan have andre centrale følelser:

- Vrede
- Skyld
- Overlevelses-skyld
- Skam
- Sorg

(PTSD-diagnosen kalder på en revision).

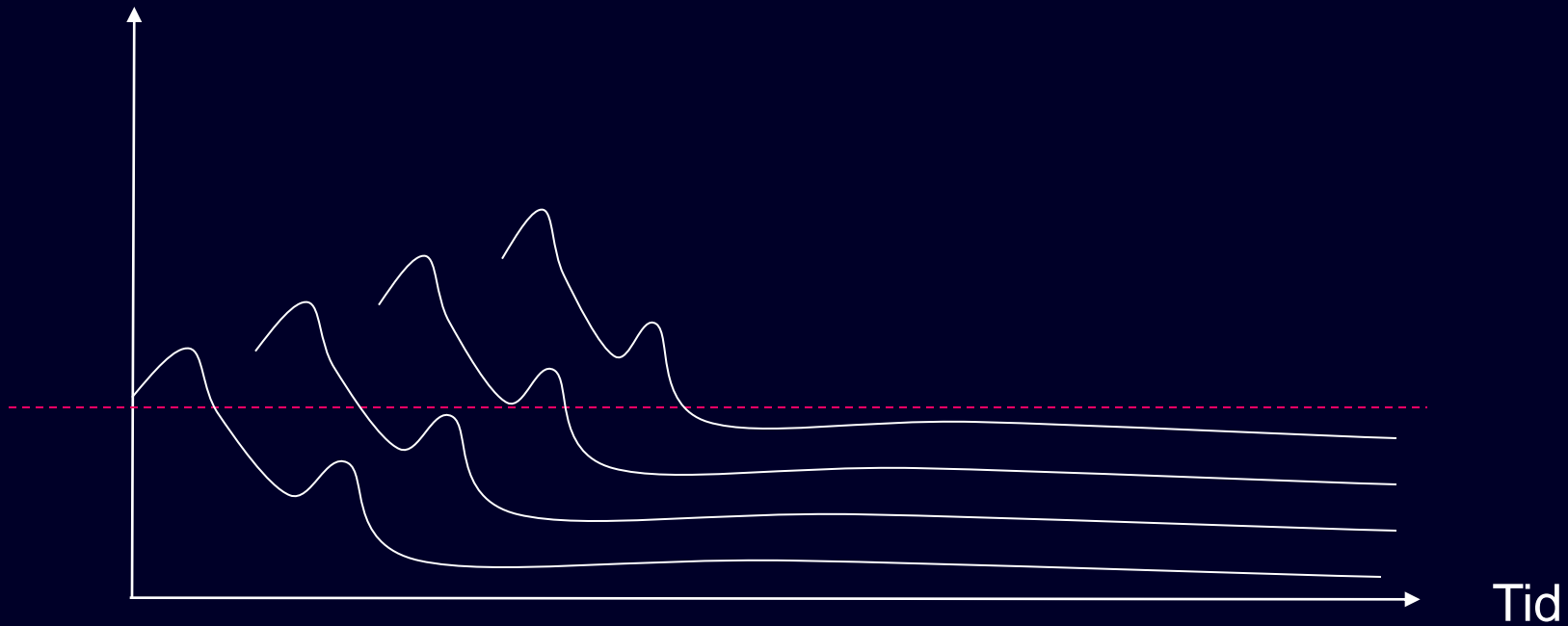
Reaktionen aftager ujævnt over tid

Reaktion



Traumerester akkumuleres

Reaktion



Psykotraumatologi – introduktion

Forskellige årsager til traumer

- Skader på eget og andres liv og førlighed
- Tab af sociale relationer (tab af kærlighed)
- Tab af værdier (ejendele, ejendom og genstande med affektionsværdi)
- Tab af værdighed og godt omdømme
- Andre belastninger

Psykotraumatologi – introduktion

Faktorer af betydning for traumets oplevelse og virkning

- Alder (udviklingstrin)
- Arten af relation mellem offer og krænker
- Oplevelse af intentionalitet

Psykotraumatologi – introduktion

Stress, traumer og andre belastninger kan forstærke hinanden

- Arbejdsbetinget stress
- Livsstilsbetinget stress
- Problemer i personlige relationer
- Ulykker og kritiske hændelser
- Vold og voldtægt
- Økonomiske problemer

Psykotraumatologi – introduktion

Forskellige reaktioner på ”samme” stimulus

- A – Anne
- B – Birgitte
- C – Camilla
- D – Dorte
- E – Else
- F – Frida

“The Big Five” Fem-faktormodellen

1. Openness (åbenhed)
2. Conscientiousness (samvittighedsfuldhed)
3. Extroversion (ekstroversion)
4. Agreeableness (venlighed)
5. Neuroticism (neuroticisme)

Psykotraumatologi – introduktion

Udgangspunkt for CBT

1. Indlæringspsykologi:
 - Hvordan har han lært, og hvordan lærer han noget nyt?
2. Kognitionspsykologi:
 - Hvordan tænker hun, og hvordan kan hun tænke anderledes?
3. Perceptionspsykologi:
 - Hvordan oplever han verden, og hvordan kan han opleve den anderledes?

Psykotraumatologi – introduktion

UBS → R

BS → R

-

Operant betingning

positiv forstærkning

negativ undgåelsesadfærd