

De Evenaar

Centrum voor Transculturele Psychiatrie
Noord-Nederland



Naar cultuursensitieve behandeling van traumatische rouw

Dr. Geert E. Smid

15 maart 2018



Universiteit Utrecht

Stichting **Centrum'45**



Programma

13.15 tot 13.40 uur:

Uitleg BEP-TG protocol deel 1 en video exposure

13:40 tot 14:00 uur:

Oefenen schrijfpdracht

14.00 tot 14.25 uur:

Uitleg van het BEP-TG protocol deel 2 en video
schrijfpdracht en memorabilia

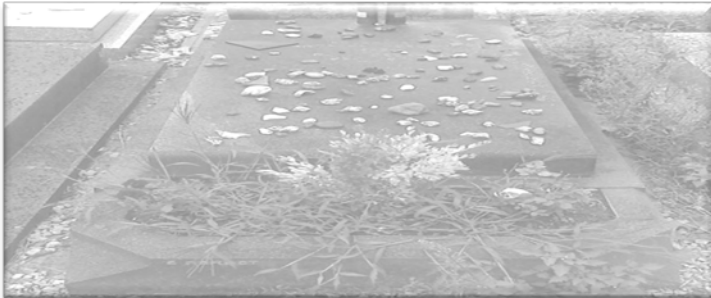
14.25 tot 14.30 uur:

Evaluatie en afsluiting

Traumatische Rouw

Separatie stress

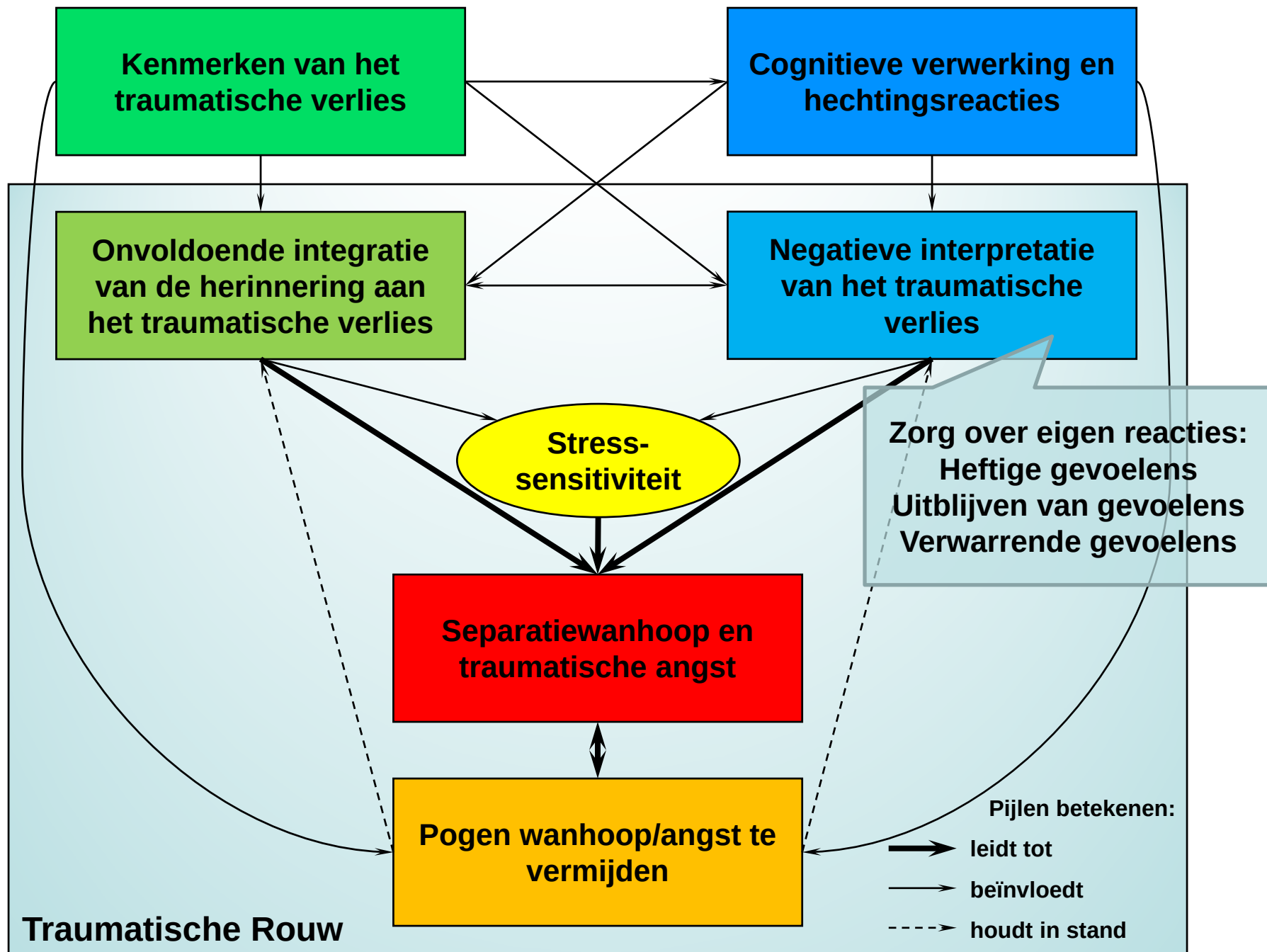
- Intense separatiepijn
- Moeite de **onomkeerbaarheid** van de separatie te begrijpen en te accepteren
- Blijvende behoefte aan hereniging



Traumatische stress

- Perceptie van **voortdurende dreiging**
- Herbeleving van de traumatische gebeurtenis
- Vermijding van situaties die aan het trauma doen denken





Nodig is een rouwgerichte behandeling
die toepasbaar is bij...

- Meervoudig verlies
- Ambigu verlies (vermissing)
- Bijkomende klachten
(posttraumatische stressstoornis,
depressie)
- Culturele aspecten

BEP-TG combineert evidence based interventies voor PTSS, PCRS/PGD en depressie

Evidence Based
Treatments for
Trauma-Related
Psychological Disorders

vi	Contents
10	Cognitive Processing Therapy 189 Tara E. Galovski, Jennifer Schuster Wachen, Kathleen M. Chard, Candice M. Monson, and Patricia A. Resick
11	EMDR Therapy for Trauma-Related Disorders 205 Francine Shapiro and Deany Lalot
12	Narrative Exposure Therapy (NET): Reorganizing Memories of Traumatic Stress, Fear, and Violence 229 Thomas Elbert, Maggie Schauer, and Frank Neuner



EUROPEAN JOURNAL OF
PSYCHOTRAUMATOLOGY

CLINICAL PRACTICE ARTICLE

Brief Eclectic Psychotherapy for Traumatic Grief (BEP-TG): toward integrated treatment of symptoms related to traumatic loss

Geert E. Smid^{1*}, Rolf J. Kleber^{2,3}, Simone M. de la Rie¹, Jannetta B. A. Bos¹,
Berthold P. R. Gersons^{3,4} and Paul A. Boelen²

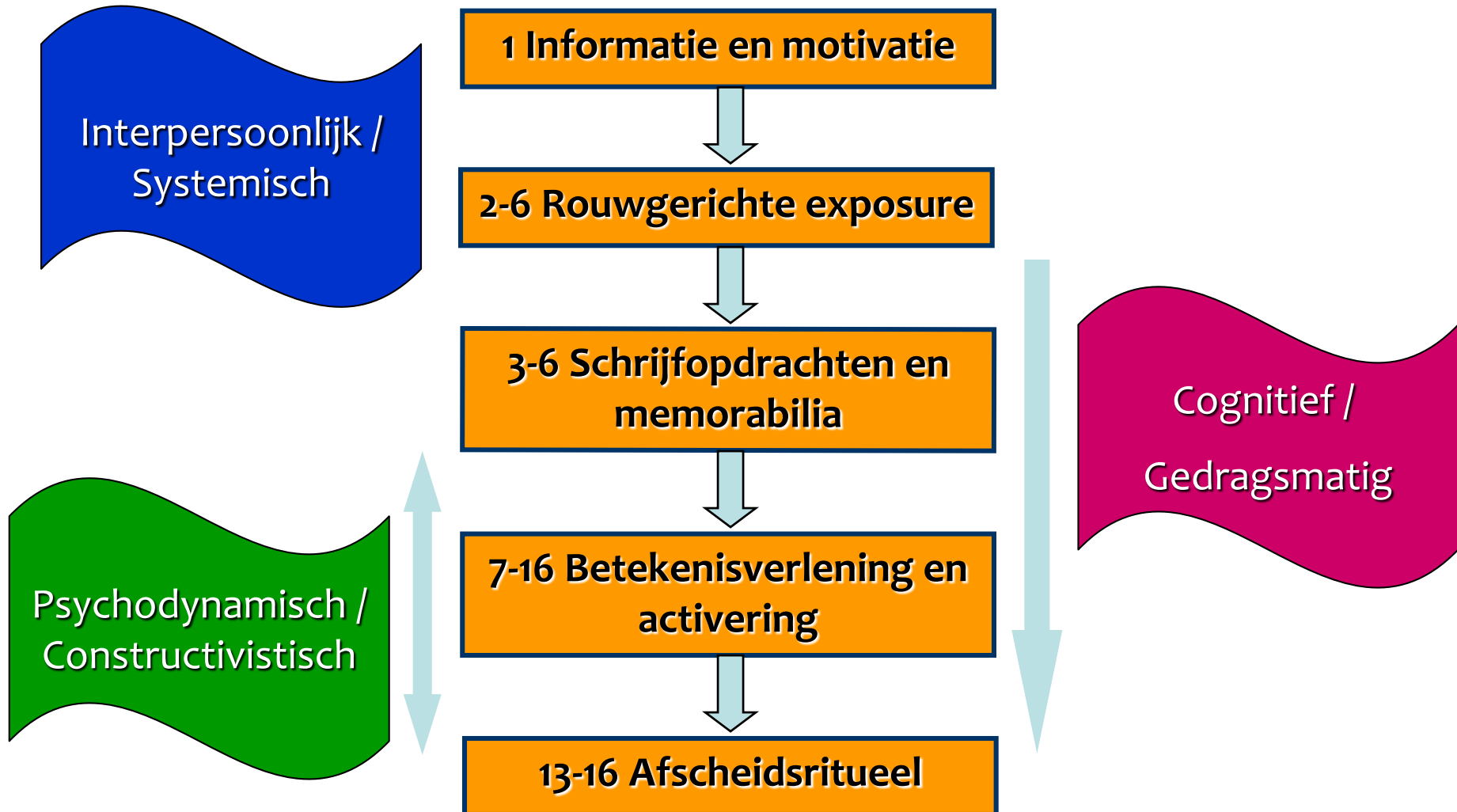
American Psychological Association
E: 10.1037/0022-006X.75.2.277

en
ing

Care Friesland

after the loss of a loved one. This study compared the effectiveness of cognitive-behavioral therapy with a nonspecific treatment with supportive counseling (SC). Using a minimization method, 54 mourners with clinically significant levels of complicated grief were allocated to 1 of 3 treatment conditions: (a) a condition of 6 sessions of cognitive restructuring (CR) and 6 sessions of exposure therapy (ET; CR + ET), (b) a condition in which these interventions were applied in reversed order (ET + CR), and (c) 12 sessions of SC. Outcomes showed that the 2 cognitive-behavioral therapy conditions produced more improvement in complicated grief and general psychopathology than SC in the completers and intention-to-treat groups. Comparison of the cognitive-behavioral conditions showed that "pure" exposure was more effective than "pure" cognitive restructuring, that adding ET to CR led to more additional improvement than adding CR to ET, and that ET + CR was more efficacious than CR + ET. Effect sizes of ET + CR were encouraging and compare favorably with those found in earlier bereavement intervention studies.

Beknopte Eclectische Psychotherapie voor Traumatische Rouw (BEP-TG)



Casus

- Jack, nu 25 jaar, uit Liberia
 - Leeft ongedocumenteerd in Nederland
 - Op zijn 14e een aanval door de rebellen: zijn geliefde oma is verbrand in huis, terwijl ze verlamd op bed lag
 - Jack was niet thuis: hij was gedwongen om kindsoldaat te zijn
 - Moeder, broers en zussen zijn vermist
 - Jack heeft heel vaak nachtmerries over zijn oma, ze kijkt zwijgend naar hem
 - Jack voelt zich schuldig over haar dood, hij had haar moeten redden en had haar moeten begraven
 - Hij wil haar dood accepteren maar weet niet hoe
 - Jack vermijdt zoveel mogelijk de zeer indringende beelden over hoe zijn grootmoeder stierf

De behandeling

- **1. Informatie en motivatie**
 - Uitleg over de behandeling: stap voor stap imaginaire exposure aan de beelden die Jack zoveel mogelijk vermijdt over de moord op zijn oma
 - Uiting geven aan de emoties

Informatie en motivatie

Met partner of vriend:

- Als mensen een dierbare verliezen onder traumatische omstandigheden zijn ze vaak genoodzaakt te overleven zonder stil te staan bij gevoelens
- Pijnlijke gevoelens over het verlies kunnen zo sterk zijn dat men er bang voor wordt
- Daarom kan men zijn gevoelens gaan controleren of proberen te vermijden
- Dit kost veel energie, leidt tot uitputting en vergeetachtigheid
- Het toelaten van gevoelens van verdriet kan ertoe leiden dat men het verlies uiteindelijk kan aanvaarden

Casus Jack

1. Informatie en motivatie

2. **Rouwgerichte exposure**

- Jack vertelt mooie herinneringen aan zijn oma
- Jack mist haar en mist zijn moeder
- Jack tekent een plattegrond van het huis, waar hij, zijn moeder en grootmoeder samen in woonden
- Hij tekent de plattegrond van oma's kamer
- Jack vertelt over de laatste keer dat hij haar zag. Veel tranen
- Vertelt over het moment waarop hij over haar dood hoorde
- Stap voor stap exposure over de manier waarop hij zich voorstelt dat oma verbrand is: heel gedetailleerd

Rouwgerichte Exposure

Vermijden van implicaties van het verlies en bijbehorende pijn staat centraal bij traumatische rouw

"Als ik denk over het feit dat zij echt dood is en nooit, nooit, nooit meer terugkomt dan word ik gek"

"Als ik mijn emoties niet meer zou beheersen dan zou ik de controle verliezen"

Vermijden van gedachten over de toekomst zonder de overledene

Vermijden van herinneringen aan gebeurtenissen die leiden tot de dood

Vermijden van situaties/voorwerpen die doen denken aan het verlies (plaats van overlijden, foto's, gesprekken)

Dingen doen om de overledene in leven te houden



Rouwgerichte exposure: 4 varianten

Exposure-variant	Bij patiënten die...	Gericht op...
Algemene exposure	Moeite hebben met het aanvaarden van het verlies en/of toelaten van verdriet	Cognitie verandering (bijvoorbeeld "als ik verdriet over verlies toelaat, word ik gek")
Imaginaire exposure	Herinneringen aan concrete gebeurtenissen vermijden	Habituatie (afname van emotionele responsiviteit)
Stimulus-exposure	Concrete situaties of voorwerpen vermijden	Extinctie (doorbreken van relatie CS-UCS)
Rouwgedrag verminderen	Vermijden om disfunctioneel rouwgedrag op te geven	Responspreventie

Casus Jack

1. Informatie en motivatie

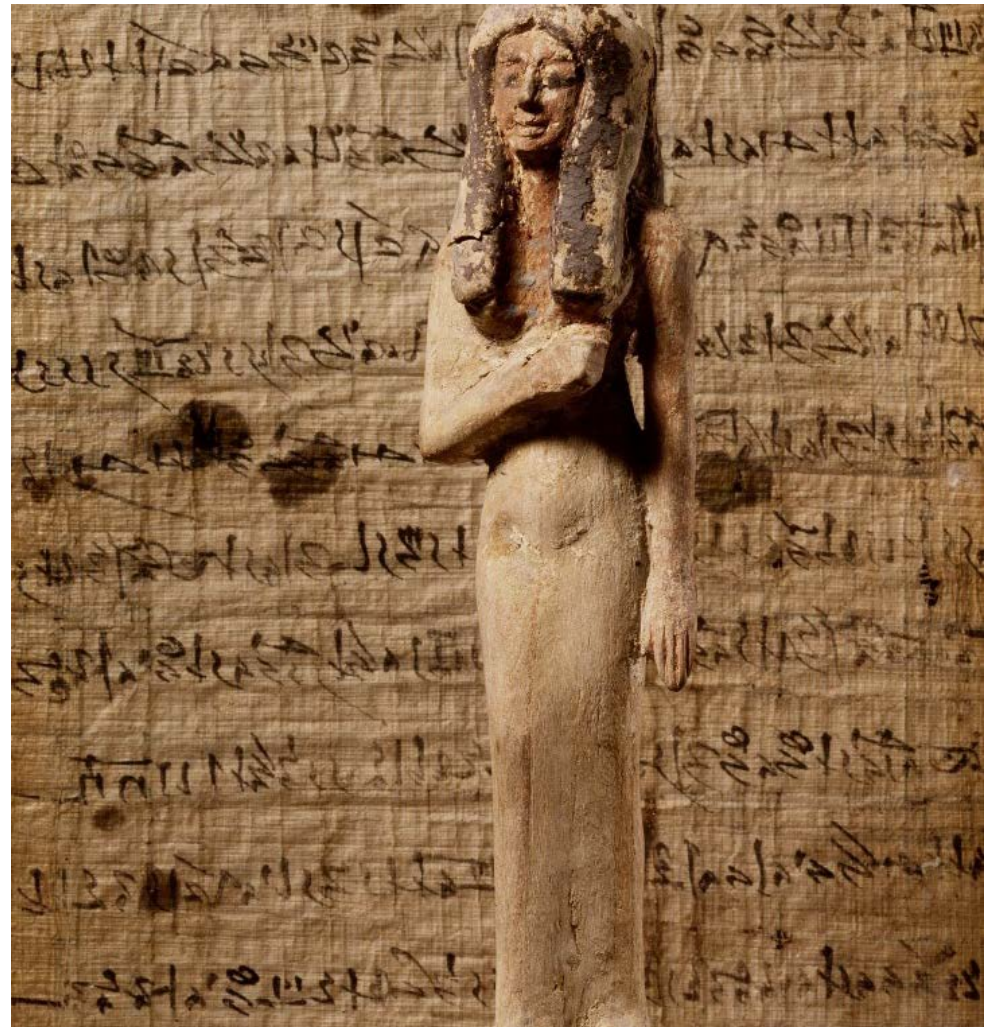
2. Rouwgerichte exposure

3. Memorabilia en schrijfopdrachten

- Jack heeft geen memorabilia
- Begint met schrijven
- Allereerst aan zijn grootmoeder: Hij vraagt haar om hem te vergeven en schrijft hoezeer hij haar mist. Hij huilt veel
- Daarna aan de rebellen: hij uit veel woede

Brief om de pijn van verlies

“Wat heb ik je toch misdaan, dat ik in deze ellendige situatie terecht ben gekomen waarin ik me bevind? Wat heb ik je aangedaan, dat je dit gedaan hebt, namelijk je hand op mij leggen zonder dat ik je iets heb misdaan?”



Dodenbrief voor Anchiry (ca. 1250 v.Chr.), Rijksmuseum van Oudheden, Leiden

Schrijfopdrachten

- Doorlopende afscheidsbrief aan de overledene: wat men nog had willen zeggen, wat men het meeste mist
- Drie-brieven-opdracht, als ambivalentie sterk is
- Brief aan een denkbeeldige lotgenoot
- Boze brief (moordenaar; omstanders; regering)

Casus Jack

1. Informatie en motivatie
2. Rouwgerichte exposure
3. Memorabilia en schrijfopdrachten
- 4. Betekenisverlening en activatie**
 - Geleide imaginatie: Grootmoeder zit in een lege stoel en vergeeft Jack. Ze vertelt hem dat hij door mag gaan met zijn leven
 - Geleide imaginatie: Jack is rechter bij het international gerechtshof, de rebellen worden naar de gevangenis gestuurd

Betekenisgeving

- Thema's: veiligheid, vertrouwen, intimiteit, eigenwaarde, controle (McCann et al., 1988)
- Doel voor de patiënt:
 - Een meer realistisch en relatief gevoel van veiligheid ontwikkelen
 - Exploreren hoe anderen weer te vertrouwen
 - Emotionele barrières voor intimiteit met anderen overwinnen
 - Effecten van schuld en schaamte op eigenwaarde beperken
 - Voldoende gevoel van controle herwinnen ondanks kwetsbaarheid en woede
- Taak van therapeut:
 - Normaliseren
 - Disfunctionele cognities herstructureren (identificeren, uitdagen, modificeren)
 - Imaginair gesprek met de overledene waarbij de patiënt spreekt en ook antwoordt (Shear, 2003)
 - Cultuursensitieve exploratie: rituelen die niet konden plaatsvinden

Activering

- Verminderde deelneming aan gewoonlijke of potentieel bevredigende activiteiten is kenmerkend voor traumatische rouw

Ik kan niet deelnemen aan sociale activiteiten zonder de overledene

Uitgaan met vrienden zal me geen plezier of vreugde geven

Als ik met zou richten op mijn werk of toekomst, zou ik de overledene verraden

***Inactiviteit,
passiviteit,
opgeven
van
gewoonlijke
rollen en
activiteiten***

- Activering:
 - Identificeren van persoonlijke waarden
 - Doelen stellen (sociaal, recreatie, opleiding etc.)
 - Stappen richting doel formuleren
 - Persoonlijke hulpbronnen versterken die nodig zijn om het doel te bereiken
 - Plannen van specifieke acties



Casus Jack

1. Informatie en motivatie
2. Rouwgerichte exposure
3. Memorabilia en schrijfp opdrachten
4. Betekenisverlening en activatie

5. Ritueel

- Jack verbrandt de brieven aan de rebellen
- Jack heeft spontane ideeën over een begrafenisritueel in de moskee. Recitaties van teksten uit de Koran door de imam, bidden samen met oude mannen, daarna een gezamenlijke maaltijd

Afscheidsritueel

- Een symbolische manier om afscheid te nemen van de overledene, gevoelens en gedachten over het verlies uit te drukken en een nieuwe start te maken in het leven
- Patiënt ontwerpt en plant het ritueel, eventueel samen met een goede vriend of familielid
- Viering van hereniging met andere naasten
- Therapeut is niet aanwezig als het ritueel wordt uitgevoerd
- Voorbeelden:
 - Bezoeken van een speciale plaats
 - Maken van een herinneringssymbool
 - Uitvoeren van een binnen de cultuur passend ritueel
 - Afstand doen van zaken die betrekking hebben op de traumatische omstandigheden van de dood
 - Verbranden van de boze brief

- Resultaat van de behandeling
 - Jack voelt vrede in zijn hart
 - De nachtmerries zijn verdwenen
 - Hij voelt meer rust over zijn vermiste moeder, broers en zussen
 - Hij voelt zich 70% beter
 - CAPS totaal: 92 → 77
 - CAPS herbeleving: 38 → 20

Sterke punten van BEP-TG

- Gelijktijdige reductie van separatiestress en traumatische stress (PCRS en PTSS)
- Theoretisch gefundeerd
- Empirisch ondersteund
- Toepasbaar in complexe groep
 - Complexe voorgeschiedenis
 - Cumulatief trauma en multipel verlies
 - Beperkte sociale integratie
 - Taalbarrières
- Behandeleffect ondanks voortdurende stressoren, bijvoorbeeld:
 - Geen verblijfsvergunning
 - Arbeidsongeschiktheids-/ letselschadeprocedures
 - Relationale problemen
 - Zorg om vermiste personen
- Cultuursensitief
- Meest uitgesproken effect: afname vermijding

Training en verdere informatie

- Neem deel aan onze 1-daagse training! Zie:
<https://academy.arq.org/ggz-professionals-cursus-2/traumatische-rouw>
- Download het Engelstalige artikel (open access!):
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3402/ejpt.v6.27324>
- Download het korte Nederlandse hoofdstuk:
https://www.researchgate.net/publication/323800732_Beknopte_Eclectische_Psychotherapie_voor_Traumatische_Rouw_BEP-TG_Therapie_bij_psychische_klachten_na_traumatisch_verlies
- Bezoek de website van Arq Kenniscentrum Traumatische Rouw:
www.rouw.arq.org

Stichting **Centrum'45**

partner in



www.centrum45.nl

