

Psykotraumatologi
Introduktion



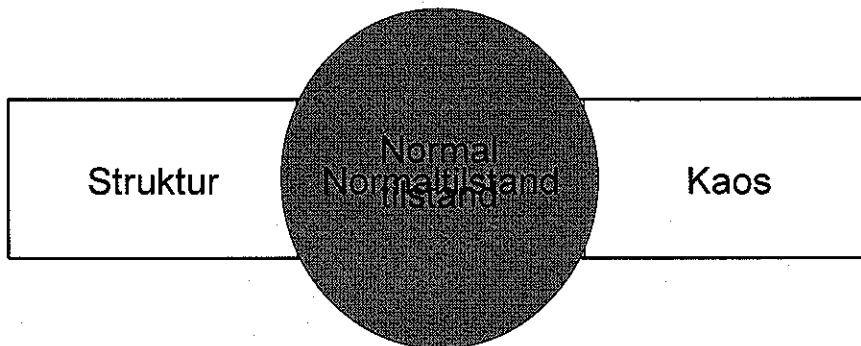
”Kognitiv Terapi – Stress og Traumer”

Thomas Iversen, aut. psykolog

Personalepsykolog, ekstern lektor

www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion

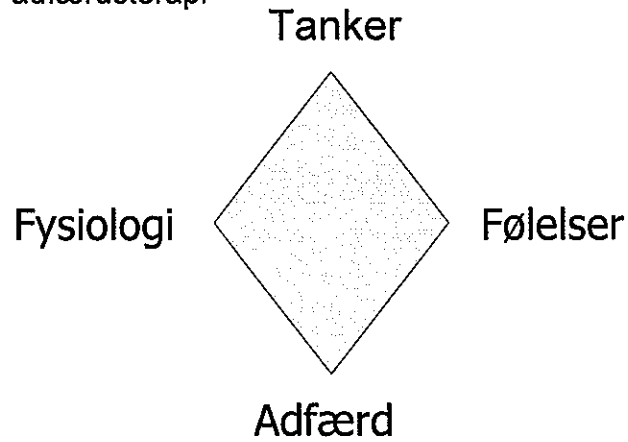


Psykotraumatologi
introduktion

www.thomas-iversen.dk

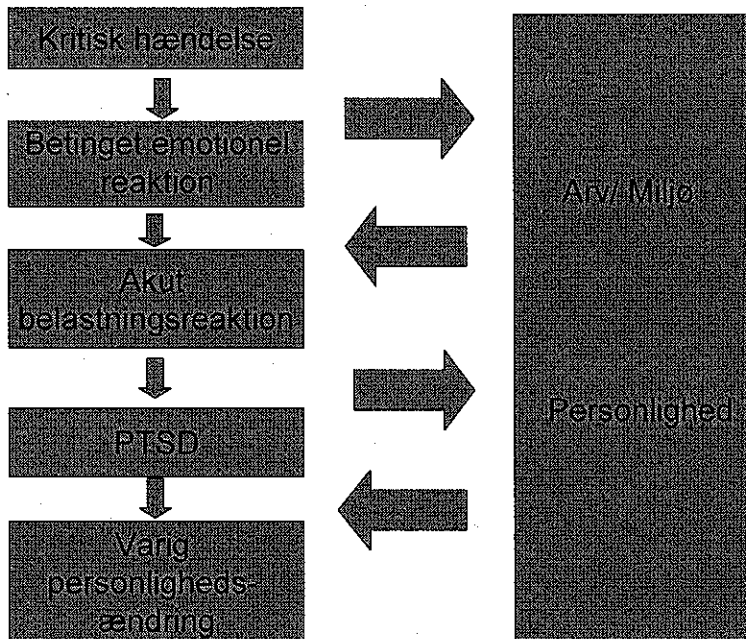
Psykotraumatologi – introduktion

Kognitiv adfærdsterapi



Psykotraumatologi
introduktion

www.thomas-iversen.dk



Psykotraumatologi – introduktion



www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion

Belastningsreaktioner – flere lag

- Angst symptomer
- Depressive symptomer
- Kognitive symptomer
- Somatiske symptomer
- Sociale "symptomer"

www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion
- Behandling af PTSD og andre følger af traumer

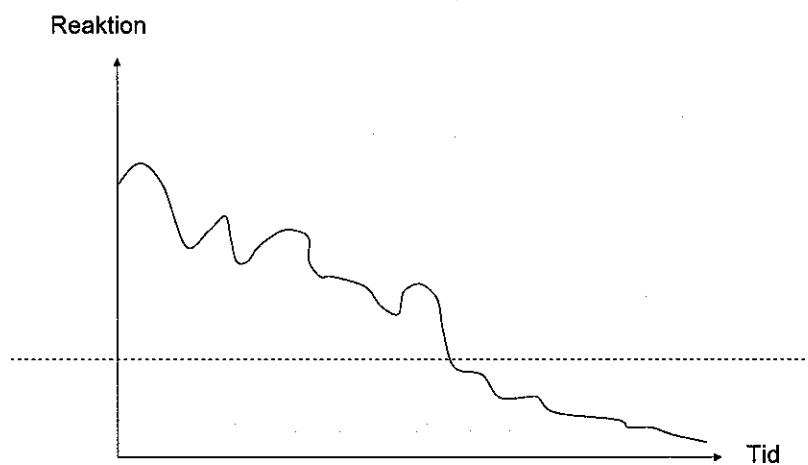
Akut belastningsreaktion og PTSD:
Den centrale følelse er angst

Traumer kan have andre centrale følelser:

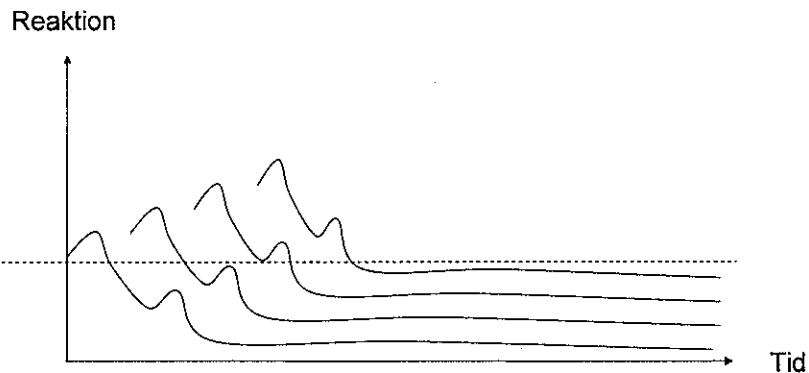
- Vrede
- Skyld
- Overlevelses-skyld
- Skam
- Sorg

(PTSD-diagnosen kalder på en revision).

Reaktionen aftager ujævnt over tid



Traumerester akkumuleres



www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion

Forskellige årsager til traumer

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

www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion

Faktorer af betydning for traumets oplevelse og virkning

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

www.thomas-iversen.dk

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

www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion

Forskellige reaktioner på "samme" stimulus

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

www.thomas-iversen.dk

"The Big Five" Fem-faktormodellen

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

www.thomas-iversen.dk

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?

www.thomas-iversen.dk

Psykotraumatologi – introduktion

UBS → R

BS → R

-

Operant betingning

positiv forstærkning
negativ undgåelsesadfærd