

KROPSTERAPI

I KKUC's traumebehandling

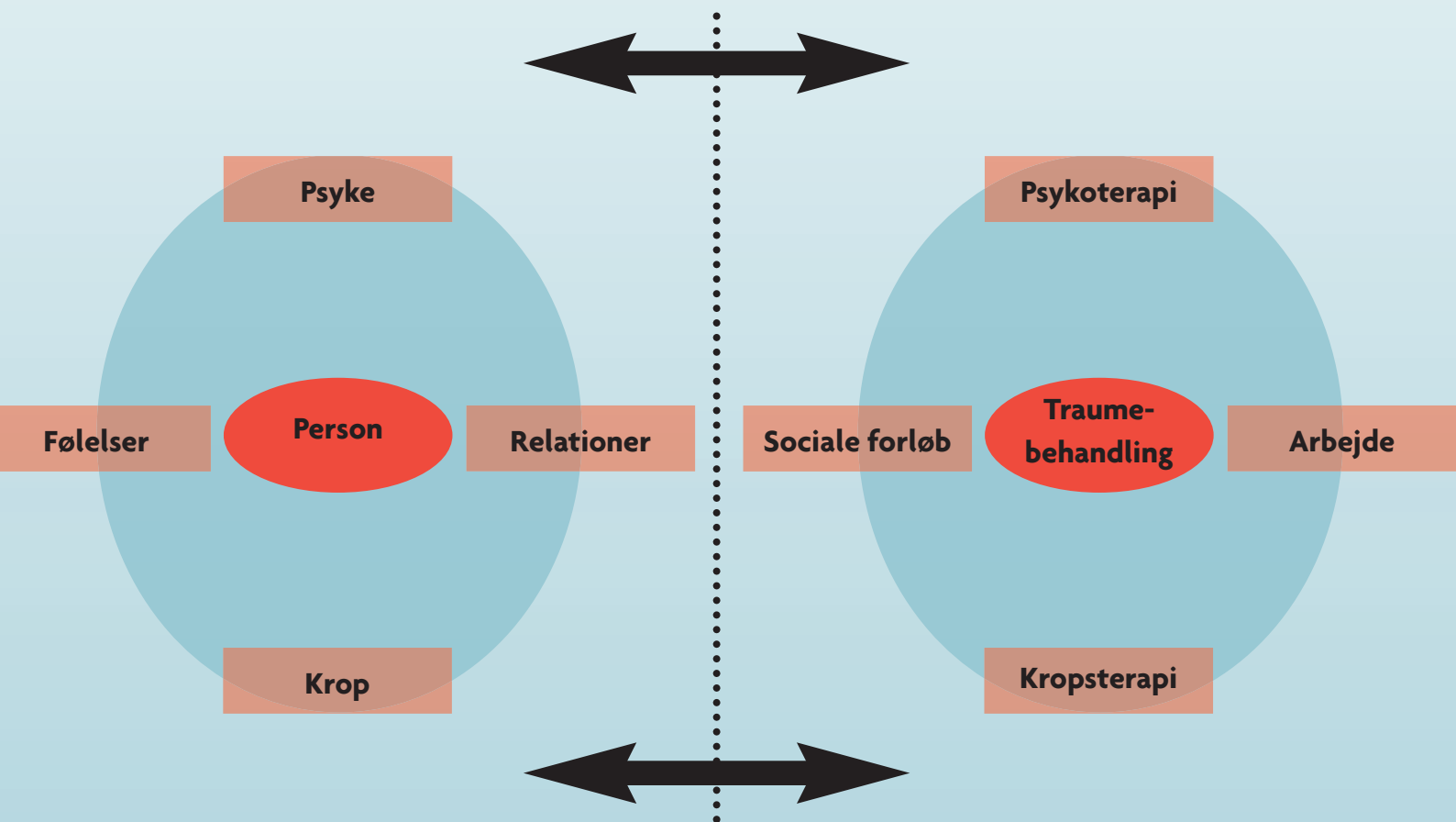


KKUC

Helhed og forskellighed

KKUC´s traumebehandling tager udgangspunkt i det hele menneske. At mennesket er sammensat af forskellige elementer, krop, lemmer, hjerne, hjerte, følelser... Og udgangspunktet er også, at mennesker er forskellige, faktisk er der ikke to mennesker, der er ens. Vi fødes som unikke væsener, og ved byggesten på byggesten bliver vi til det, der udgør "os selv".

Derfor er der heller ikke to traumebehandlinger, der er ens. Behandlingen tilpasses klienten og de byggesten, der udgør ham eller hende. Vi har en ramme for behandlingen, som kan udfyldes på forskellige måder. Et af elementerne i rammen er kropsterapi, som denne brochure handler om.



Kropsterapien bearbejder følelser, så de bliver en ressource

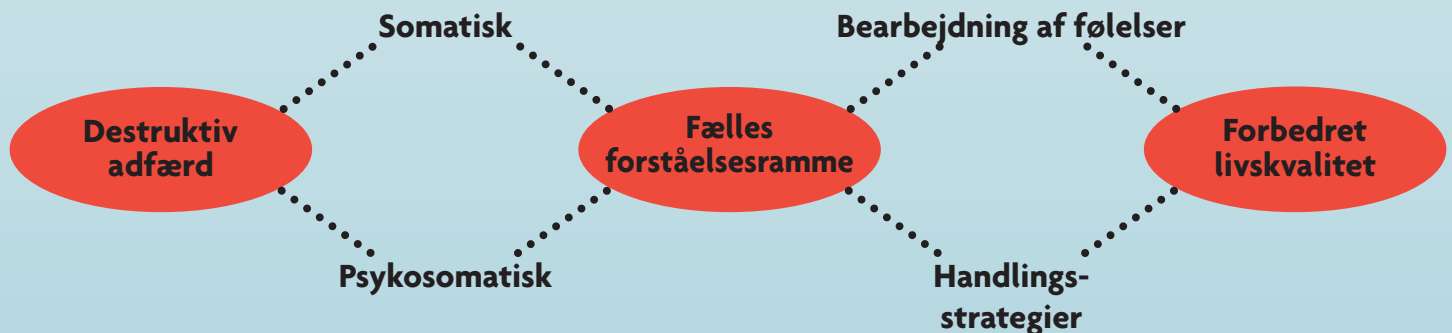
Kropsterapien henvender sig til mennesker med traumer og/eller selvdestruktiv adfærd. Det er mennesker, der kan være handlingslammede, grænseløse, berøringsangste og måske skamfulde. Eller mennesker der oplever at være følelsesmæssige ustabile, apatiske eller udadreagerende.

Kropsterapien henvender sig til mennesker, der har svært ved at håndtere egne følelser, og som ofte har udviklet selvdestruktive handlingsstrategier, der indebærer utilsigtede somatiske og psykosomatiske problemer.

Kropsterapien arbejder med disse problemer ud fra et fysiologisk udgangspunkt og samspillet med psykiske tilstande.

Kropsterapien undersøger sammenhængen mellem destruktiv adfærd og kroppens somatiske og psykosomatiske reaktionsmønstre. De somatiske er blandt andet spændinger, smerter, besværet åndedræt og uro. De psykosomatiske er blandt andet stress, angst, forvirring og depression.

Gennem kropsterapien etableres en fælles forståelsesramme ud fra hvilken, der arbejdes med destruktiv adfærd, tidligere traumer, bearbejdning af følelser og handlingsstrategier. Som en klient udtrykte det: "Jeg vil så gerne kunne være i min egen krop!"



Individuel kropsterapeutisk behandling

Kropsterapien tager altid udgangspunkt i den enkelte klient. Mødet med klienten og erkendelsen af, hvor han eller hun er netop nu i sit liv, afgør behandlingen. Et eller flere af nedenstående fokusområder bliver inddraget:

- Kend din krop (kropsedukation)
- Somatiske symptomer (fx spændinger, smerter)
- Psykosomatiske symptomer (fx stress, angst)
- Kropslig opmærksomhed (awareness)
- Integrering af konstruktive handlingsstrategier (redskaber til anerkendelse)

Den kropsterapeutiske behandling er som udgangspunkt individuel, men den kan også tilbydes i gruppe, hvor deltagerne gennem spejling og gensidig inspiration støtter den enkeltes mulighed for at ændre handlingsstrategier. Klienten og terapeuten vurderer i fællesskab, hvilken af formerne, der er mest optimal, eventuelt en kombination af individuel behandling og gruppebehandling.





Tre behandlingsfaser

Kropsterapien arbejder med følgende tre faser:

Mobiliseringsfasen - hvor der arbejdes med målsætninger, motivation og relationsopbygning. Mobiliseringsfasen opstiller endvidere relevante behandlingstemaer, og kropsedukation er det naturlige fokus i denne fase.

Arbejdsfasen - hvor der arbejdes med de somatiske og psykosomatiske symptomer, opmærksomhed, belastninger og handlingsstrategier. Der arbejdes med traumat og den aktuelle indflydelse, traumat har på klientens hverdag.

Integrationsfasen - hvor mere konstruktive handlingsstrategier integreres, således at klienten bedre kan håndtere (leve med) sin historie (traumer) og de følelser, der er forbundet hermed.

Kropsterapien er en terapeutisk retning, der tager afsæt i det kropslige bevægelses- og spændingsmønster. Den arbejder med at støtte kropsjeget ved bevægelse, berøring og anden sansestimulering. Kropsterapien er undersøgende og afstemmende i den tilgang til klienten.



Visitation og forløb

Borgere til behandling hos KKUC visiteres af borgerens bopælskommune.

Kommunen henvender sig til KKUC med en beskrivelse af borgerens problemstilling (se visitationsprocedure på hjemmesiden). KKUC´s visitationsudvalg vurderer borgerens behandlingsbehov og tilbyder efterfølgende kommunen at starte en relevant behandling.

Behandlingen sammensættes altid ud fra en individuel vurdering, således at behandlingsforløbet er tilpasset den enkelte klient.

Efter indskrivning møder klienten normalt til én ugentlig behandling. Fordelingen på individuel behandling og gruppebehandling planlægges efter en faglig vurdering. Behandlingsforløbet understøttes af journalskrivning og statusrapporter.



KKUC

Kirkens Korshærs Udviklings- og behandlingscenter

Bremerholm 18

1069 København K

Telefon 33 36 65 10

www.kkuc.dk

