KIT - Korte Intensieve Traumabehandeling jongeren

Informatie voor kinderen en jongeren

Heb je last van post traumatische stressklachten? Werkt de therapie die je nu krijgt onvoldoende of niet snel genoeg? Dan kan de KIT-week iets voor jou zijn. De KIT is een intensieve behandeling van 5 dagen achterelkaar. Zo kunnen jouw klachten sneller verminderen.

Tijdens de week krijg jij elke dag 3 soorten behandeling: EMDR, TF-CBT en PMT. Ook jouw ouder(s)/verzorger(s) krijgen dagelijks begeleiding. Dit is de weekindeling.

Wat is EMDR?

Eye Movement Desensitization and Reprocessing, afgekort tot EMDR, is een therapie voor mensen die last blijven houden van de gevolgen van een schokkende ervaring, zoals een ongeval, seksueel geweld of een geweldsincident. EMDR helpt de gebeurtenissen te verwerken door jouw aandacht af te leiden terwijl je moet terugdenken aan de nare herinnering, zodat je minder spanning voelt bij die herinnering. Meer informatie: www.emdr.nl/emdr-in-beeld/

Wat is TF-CBT?

Traumagerichte cognitieve gedragstherapie (TF-CBT) is een behandeling voor jongeren die meerdere nare gebeurtenissen hebben meegemaakt. Tijdens de TF-CBT sessies in de KIT-week ga je schrijven over jouw trauma. Op de laatste dag van de week deel je dit verhaal met jouw ouder(s)/verzorger(s). Meer informatie over TF-CBT: www.tfcbt.nl

Wat is PMT?

De psychomotorische therapie (PMT) is een doe-therapie waarin je via beweging aan de slag gaat met jouw traumaklachten. Je leert over lichaamssignalen herkennen en oefenen met ontspanning.

Samenwerking met behandelaren en ouders

Behandelaren

Zowel vóór, tijdens als na de KIT-week werken wij intensief samen met jouw reguliere behandelaren. Dit doen we zodat we:

1. Ons goed kunnen voorbereiden op jouw KIT.
2. We jou gedurende de KIT zo goed mogelijk kunnen ondersteunen.
3. Om te zorgen dat je na de KIT je normale behandeling weer goed kunt oppakken.

Ouder(s)/steunfiguren

In de KIT-week werken we systemisch. Dat betekent dat we ook je ouder(s)/verzorger(s) betrekken. Zij krijgen dagelijks ouderbegeleiding, zodat ze jou zo goed mogelijk kunnen ondersteunen. Ook kijken we samen wat hen kan helpen in het dagelijkse leven. Op de laatste dag ga jij je traumaverhaal delen met je ouder(s)/verzorger(s). Daar bereiden we hen tijdens de week op voor.

Voor en na de KIT-week

We starten met een intakegesprek met jou, jouw ouder(s)/steunfiguren en jouw vaste behandelaar om jullie beter te leren kennen en te bepalen of de KIT inderdaad passend voor jou en jouw klachten is, zodat jij optimaal geholpen wordt.

Na het intakegesprek hebben we een aantal weken voor de KIT met jou een afspraak om meer te leren over jouw traumaklachten. Dit doen we door middel van een interview.

Binnen twee weken na de KIT hebben we een gesprek met jou, jouw ouder(s)/steunfiguren en jouw vaste behandelaar hoe je de KIT vond en wat we adviseren voor vervolgbehandeling. Jij en jouw behandelaar krijgen een eindbrief, waarin een samenvatting staat van het verloop van de week, wat helpend was in de behandeling en welke punten aandacht verdienen

LEVVEL
Specialisten voor jeugd en gezin

in het vervolgtraject.

Na ongeveer 4-6 maanden meten we nog een keer jouw klachten om te kijken hoe de KIT effect heeft gehad. Dit koppelen we ook aan jou terug, en daarna aan jouw vaste behandelaar.

Aanmelden

De volgende KIT-week is van 2 t/m 6 november 2026.

Jouw arts of behandelaar kan je aanmelden voor de KIT-week. Je kan hen verwijzen naar deze websitepagina. Hier staat ook het aanmeldformulier.

LEVVEL
Specialisten voor jeugd en gezin