

Patient med senfølger

Undgåelse af selvskade og brug af tvang handler
om behandling af traumer og forebyggelse

©mettedodo.dk

Mine overskrifter

- **Mine senfølger**
 - **Min sygdom**
 - **Selvskade**
 - **Det der IKKE virker**
- **Det der har virket for mig**
 - **Min mestring**

©mettedodo.dk

Mine senfølger

Flashbacks

Mareridt

Problemer med
grænsesætning

Søvnproblemer



Lavt selvværd

Selvordtanker

Mistillid

Kroppen som fjende

Angst

©mettedodo.dk

Min sygdom

Diagnoser

Indlæggelser

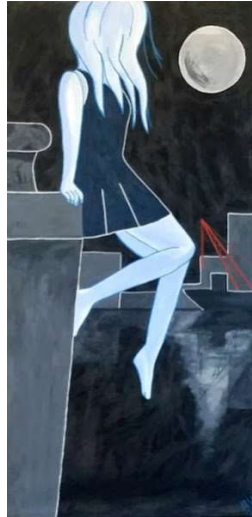


Medicinering

Retraumatisering

©mettedodo.dk

Selvskade



Mestring af kaos

Selvopretholdelse

Farligt

Dissociation

Angst

Uhåndterbare
følelser

©mettedodo.dk

Det der IKKE virker



ECT

Fastholdelse

Isolation

Bæltefiksering

Skam og skældud

Tvang

©mettedodo.dk

Det der har virket for mig

Relationen



Fokus på mennesket



Viden om traumer



Tværfaglighed



Pårørende



Gennemsigtighed
og
overskuelighed



©mettedodo.dk

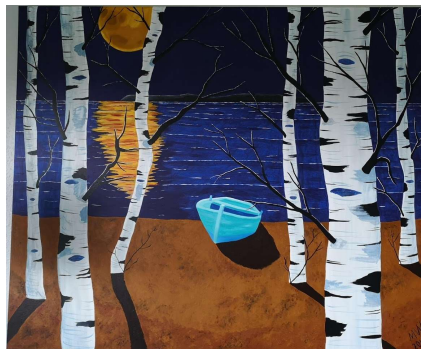
Min mestring

Det kreative

Mestringskort

Pårørende og fællesskab

Træning/motion



Skalaen

Kontrakter og aftaler

Egenomsorgsskema

Meditation og massage