uitgeverij SWP

Onuitwisbaar

Acceptatie van (micro)trauma in ons leven

Trauma, stress en gedrag zijn nauw met elkaar verbonden. Traumatische gebeurtenissen kunnen langdurige stressreacties veroorzaken die het vermogen van het brein om adequaat te reageren op nieuwe situaties kunnen verstoren. Kennis hiervan is van cruciaal belang voor het begrijpen van de effecten van trauma op mentale en fysieke gezondheid. Met het herkennen en erkennen van (micro)trauma kan veel leed worden voorkomen. Ook biedt het kansen om vanuit traumaperspectief naar diagnostiek te kijken.

Onuitwisbaar biedt nieuwe inzichten (wetenschappelijk onderbouwd), die nog niet allemaal even bekend zijn. Niet onbelangrijk is ook de invloed van trauma bij ouders en ook bij de professionals zelf. We kunnen allemaal belast zijn, schuldgevoel is niet nodig, maar bewustwording wel.

De auteurs gaan uitgebreid in op trauma en zaken als: prikkelgevoeligheid, veiligheid, aandacht, gezichtsuitdrukkingen, lichaamstaal, stemgebruik, psychofysiologie, emoties, gedragspatronen, behoeftes en relaties. Ook leggen ze de link met psychische problematiek als verslaving, zelfbeschadiging, suïcidegedachten. Tot slot worden therapieën om trauma en stressgevoelens te reduceren besproken.

Dit boek is geschreven voor vele hulpverleners als (gz-)psychologen, psychiaters, therapeuten, (ortho)pedagogen, jeugdhulpverleners, artsen, mediators maar ook voor (aanstaande) ouders en natuurlijk iedereen die meer wil weten van trauma en de gevolgen daarvan.

Marjon Kuipers MSc en Ingrid de Jong MSc zijn gedragsanalisten/profilers, trainers en mediators en zijn beiden gespecialiseerd in trauma, stress en gedragspatronen.

Recensies

> *''Door trauma bij jezelf te herkennen kun je mogelijk ook steeds beter trauma bij de ander herkennen en dit boek kan hierbij helpen. De visie van beide schrijfsters zou iedereen moeten horen en toe moeten gaan passen. Het is een nieuwe manier van hulpverlenen en geeft veel steun zonder beschuldigend te zijn. Het geeft hoop.... Dit boek maakt diepe indruk en heeft me flink onderstehoven gehaald maar ook sterker dan ooit!''*
> - Uit een recensie van Hebban, 2023

> *''De inleiding was al alsof ze een brief aan mij persoonlijk hadden geschreven, maar eigenlijk eens te meer een bewijs is dat we met zoveel mensen tegen dezelfde dingen aanlopen.*
> *Inzichten die wetenschappelijk onderbouwd zijn zoals het Cherry Blossom experiment waardoor intergenerationeel trauma wordt bewezen, maar ook lichaamshouding en de kleine verschillen tussen doffe of glanzende tranen worden besproken.*



ISBN:
9789085602866

Auteurs:
Marjon Kuipers-Hemken MSc,
Ingrid de Jong MSc

Prijs:
€ 30,50

Meer info:
swpbook.com/2573

uitgeverij SWP

Het boek is geen moeilijk “hier heb je tien jaar studie voor nodig om het te begrijpen” boek. Het is een menselijk boek. Duidelijke en heldere taal. En daar houden wij van.''
- Uit een recensie van Marije Pietersma, 2023

'''*Onuitwisbaar*' *heeft mij blij verrast. De schrijvers laten een frisse kijk op trauma zien. Ze nemen afscheid van de traditionele benadering, omdat recent wetenschappelijk onderzoek de definitie van trauma heeft verruimd. Deze nieuwe inzichten hebben de auteurs geïnspireerd om een andere aanpak te volgen. Naast de bekende oorzaken en gevolgen van trauma, werken ze het concept van microtrauma verder uit. Dit zijn langdurige, stressvolle ervaringen die op zichzelf misschien niet als ernstig worden beschouwd, maar uiteindelijk leiden tot traumatische gedragspatronen. (...)*

Dankzij de uitgebreide kennis van de schrijvers en de sprekende voorbeelden wordt de theorie op een heldere en begrijpelijke manier uitgelegd. Moeilijke termen worden zoveel mogelijk vermeden, waardoor dit boek een waardevol naslagwerk is voor mensen die worstelen met de gevolgen van trauma of die meer willen leren over dit onderwerp. Maar ook professionals die met deze mensen werken, zullen dit boek zeker waarderen.''
- Uit een recensie van Pascal Van IJzendoorn, auteur.