



Spelinstructies Zorg & Psychiatrie

Een overzicht van verschillende ziektebeelden/stoornissen/persoonlijkheidskenmerken helpend voor een trainingsacteur in zorg & psychiatrie om een rol beter neer te zetten. Het gaat om enkele spelinstructies, uiteraard is de werkelijkheid complexer en gelaagder dan dit.

Depressie

Overtuiging/gedachte:

Ik ben niets waard, ik ben leeg, het heeft geen zin, soms suïcidale gedachtes (hoeft niet), de wereld kan net zo goed zonder mij

Wat doe je?

Traag bewegen/praten, mimiek vlak, afwezig, geen inspiratie, zuchten, wegstaren, slecht keuzes kunnen maken, ineens overprikkeld zijn en dan afreageren, veel of juist weinig eten, slecht slapen/slechte concentratie

Manische periode

Overtuiging/gedachte:

Ik moet alles tegelijk, ik ben onoverwinnelijk, ik zie/kan/wil het allemaal

Wat doe je?

Hypergedrag, druk en beweeglijk, energiek, over the top, overschat jezelf, veel vergelijkingen "groter dan" "beter dan" "mooier dan" het gevoel voor proporties lijkt verdwenen.

Angststoornis

Overtuiging/gedachte:

De wereld is gevaarlijk, er dreigt gevaar, ik kan het niet, ik vertrouw mezelf/mijn lijf niet

Wat doe je?

Ademhaling onregelmatig, met ogen heen en weer kijken, afhankelijk waar je bang voor bent dat vermijden, bang voor hyperventilatie of hartkloppingen, schamen



Sociale angststoornis

Overtuiging/gedachte:

De hel dat zijn anderen, laat me maar alleen, ik hoor er niet bij, ik ben anders

Wat doe je?:

Vermijden, isoleren, weinig initiatief, veel excuses en redenen om niet naar buiten te treden, emotioneel weinig betrokken/onbereikbaar

Obsessief compulsieve stoornis (denk aan dwanggedachtes of smetvrees)

Overtuiging/gedachte:

Ik moet het goed doen, ik moet controle houden, het is nooit goed genoeg, er gebeurt een ramp als...

Wat doe je?

Controleren van bijv licht/gas/sloten, extreem vaak handen wassen of schoonmaken bij smetvrees, vermijden, dingen tellen of andere tikjes

PTSS: treedt op na traumatische ervaringen

Overtuiging/gedachte:

het verleden is nog steeds aanwezig in het hier en nu, er kan ieder moment een ramp gebeuren

Wat doe je?

Soms even “weg zijn” (dat noemen ze dissociëren) het gevoel los van je lijf te zijn, prikkelbaar, herbeleving, nachtmerrie, slechte concentratie, somber, schrikachtig



Persoonlijkheidsstoornissen

Vaak ontstaan dit door gebeurtenissen in de kindertijd, heeft veel met hechting te maken!
Gaat om psychische en emotionele basisbehoeftes van kind waar niet aan voldaan is.
kijk het filmpje '*persoonlijkheidstoornissen uitgelegd*' op you tube.

Borderline/emotie regulatie stoornis

Overtuiging/gedachte:

Ik ben het niet waard om van te houden, ik krijg nooit wat ik nodig heb, je verlaat me

Wat doe je?

Sterk wisselend houding ((“Jij bent veel beter dan die andere docent” kan omslaan in “jij bent echt de slechte docent die ik ken”)
onvoorspelbare en heftige gevoelens, slachtoffer en aanklager wisselen elkaar snel af,
grensoverschrijdend gedrag/zoeken naar de kick (gokken, gevaarlijke dingen doen, te hard rijden etc), kan manipuleren en ook splitten/roddelen

Narcistische persoonlijkheidsstoornis

Overtuiging/gedachte

Ik ben anders, ik ben bijzonder, de wereld draait om mij, als je mij pijn doet zet ik het je betaald, ik heb het recht

Wat doe je?

Onaangepast gedrag, vraagt om veel bewondering, de kamer “vullen”, heftige reacties, jaloers (met achtergrond bang voor afwijzing), blaast zich op



Ontwikkelingsstoornis

Autisme

Overtuiging/gedachte:

De dingen moeten zijn/gaan zoals het hoort/zoals ik het in mijn hoofd heb, ik wil duidelijkheid, mijn belevingswereld is hetzelfde als die van de ander

Wat doe je?

Ziet de dingen vaak zwart/wit, wil voorspelbaarheid in tijd, situaties, mensen, soms een grote voorliefde voor heel specifieke onderwerpen zoals reptielen of klassieke auto's, kan overprikkeld raken/boos

ADHD

Overtuiging/gedachte:

Ik zie overal mogelijkheden, ik ben energiek, ik wil contact, ik word niet begrepen, de wereld bestaat uit flinke ups en downs

Wat doe je?

Energiek, snel afgeleid, heftige gevoelens, extravert, grootste plannen, snelle denker, associëren als de beste, kan ook eenzaamheid voelen omdat er geen aansluiting is, verslavingsgevoeli



TRAININGSACTEUR
ACADEMIE

Psychotische kenmerken

Overtuiging/gedachte:

Ik weet iets wat jij niet weet, ik heb het door, er kan een ramp gebeuren, ik moet dit doen

Wat doe je?

Verward, angstig, hoort/ziet/ruikt of ervaart dingen die er niet zijn, argwaan, onrustig of juist heel vlak, ongeconcentreerd/vaak moe door drukte in hoofd.