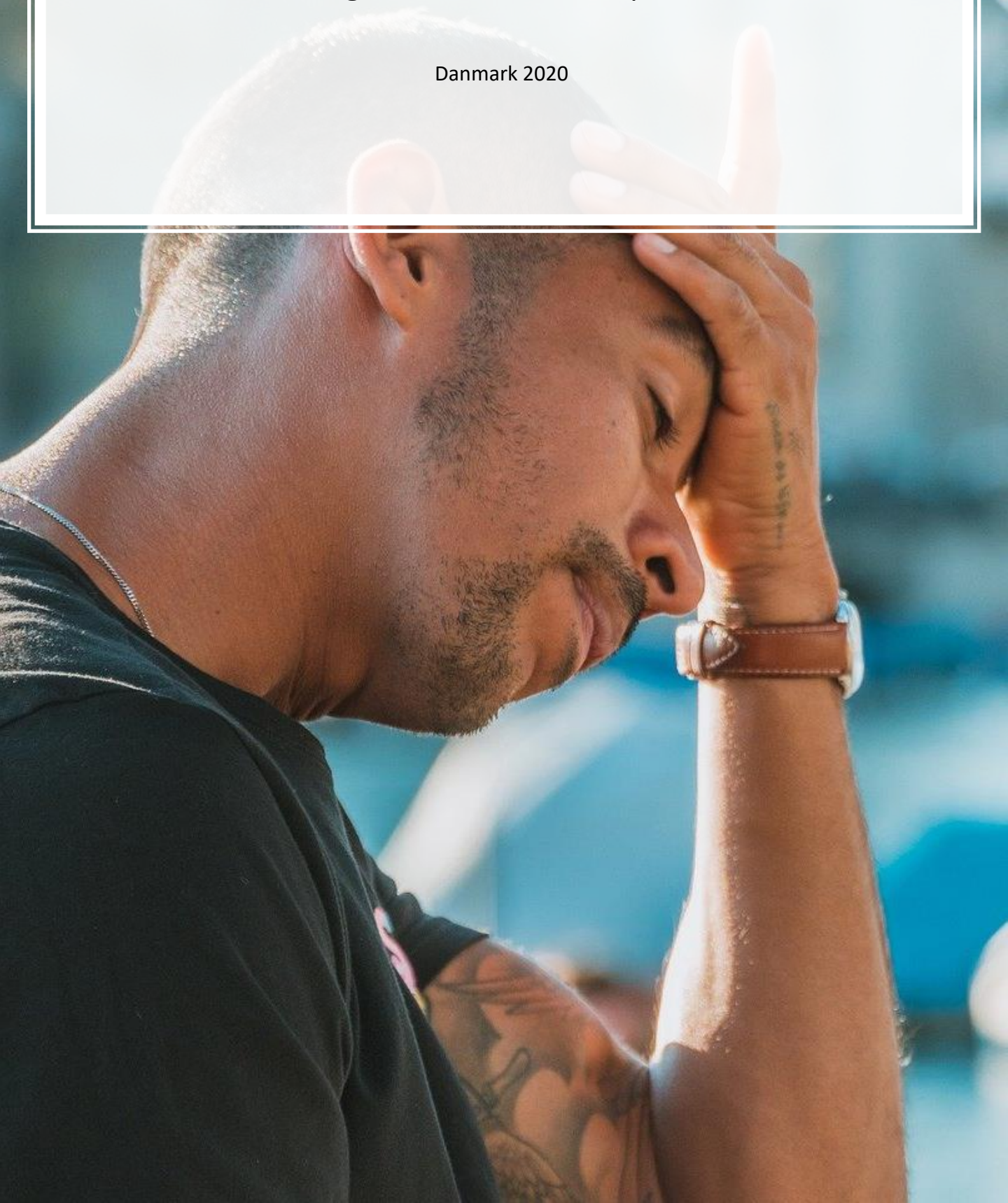


Notat – Forundersøgelse PTSD

Effekten af Emotionel Intelligens og NLP, som værktøj til at forløse stressende og/eller traumatiske oplevelser/PTSD.

Danmark 2020



25 års erfaring i mennesker

Hos HUMI har vi mange års erfaring med at skabe store forandringer i mennesker på kort tid.

Gennem personlige coaching sessioner har vores arbejde med Emotionel Intelligens og NLP vist sig at være yderst effektivt til at skabe en ønsket forandring, hurtigt.

Ovenstående beror på feedback fra mere end 2500 fokuspersoner igennem de sidste 15 år.

Resultaterne er overvældende. Det faktum at en stor livs udfordring kan være løst på en enkelt session er for mange svært at tro på, særligt da det udfordringer som nogle fokuspersoner har kæmpet med i 5, 10, 20 måske 30 år.

I ønsket om at hjælpe endnu flere, har vi valgt at undersøge, hvordan resultatet af personlig coaching hos HUMI kan måles og kvantificeres.

Da vi har god erfaring med at hjælpe mennesker, der har været udsat for én eller flere traumatiske oplevelser og der findes validerede målingsmetoder på området, i forhold til amerikanske krigsveteraner, udvalgte vi dette område til en testundersøgelse.

Som redskab til at kvantificere vores arbejde valgte vi "PTSD checklist for DSM-5 (PCL-5)".

Et spørgeskema /test med 20 spørgsmål.

Hvad er PTSD checklist for DSM-5 (PCL-5)

Denne test er udviklet af Veterans Administration (VA) i USA.

VA bruger testen til at:

- Screene for PTSD blandt krigsveteraner
- Kvantificere og overvåge symptomer over tid.

De 20 spørgsmål omhandler symptomer, der er typiske efter en meget stressende og/eller traumatisk oplevelse.

For hvert spørgsmål kan personen score fra 0 til 4 point:

- 0=slet ikke
- 1= en sjælden gang
- 2=af og til
- 3= ofte
- 4=meget ofte

Maksimum score i testen er således 80.

Omkring screening for PTSD, fortolkes resultatet af testen således hos VA:

- En samlet score på 31-33 eller højere antyder, at veteranen kan have gavn af en PTSD-behandling
- Scorer under 31-33 kan indikere, at veteranen enten har symptomer under tærsklen for PTSD eller ikke opfylder kriterierne for PTSD.

Som værktøj til måling af resultatet af et behandlingsforløb bruger VA testen således:

- 5 point fald:

Minimumstærskel for at bestemme, om en veteran har reageret på behandlingen

- 10 point fald:

Minimumstærskel for at bestemme, om forbedringen er klinisk relevant.



Vores test

Til vores forundersøgelse har vi brugt to test niveauer:

1. Test:

Symptomer relateret til specifikke traumatiske oplevelser. Denne test er en dansk oversættelse af "PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5)" fra VA,

2. Test:

Symptomer relateret til uspecifikke traumatiske oplevelser.

Da nogle personer ikke kan identificere konkrete traumatiske oplevelser, udviklede vi en udgave, og hvor testen i praksis måler nøjagtigt de samme symptomer.

På denne måde kunne vi give personer med mere komplekse traumer adgang til at deltage i undersøgelsen.

Undersøgelsens opbygning

Det er vores mål med forundersøgelsen at eftervise at vi kan skabe en markant forandring, med kun én session.

4 tilfældige personer deltog i denne forundersøgelse og der kan naturligvis ikke opnås statistisk relevans, men derimod betragtes som en indikation der understøtte og underbygger vores erfaring og antagelse, at Emotionel Intelligens og NLP skaber store forandringer med blot én behandling.

Udgangspunktet i vores forundersøgelse

De 4 testpersoner scorede følgende i testen.

Før 1 session:

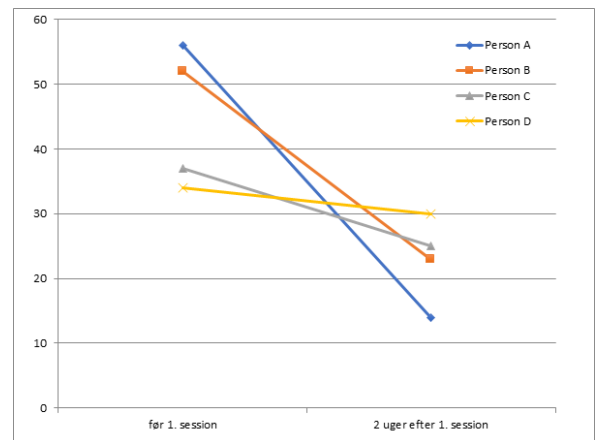
A: 56 ud af 80

B: 52 ud af 80

C: 37 ud af 80

D: 34 ud af 80

Nedenstående tabel viser opnået resultat efter 1 session med Emotionel Intelligens og NLP (ca. 1 times varighed)



Efter behandlingen svarede de 4 testpersoner følgende i testen.

2 uger efter 1 session

A: fra 56 til 14 = et fald på 42 point (fald på 71%)

B: fra 52 til 23 = et fald på 29 point (fald på 57%)

C: fra 37 til 25 = et fald på 12 point (fald på 33%)

D: fra 34 til 30 = et fald på 4 point (fald på 12%)

Z: fra 45 til 23 = et gennemsnitligt fald på 50%



Vores resultater v.s. Veterans Administration (VA) i USA

Hvis resultaterne sammenholdes med VA's fortolkning af testens udfald, er følgende gældende:

- Før sessionen antyder testen FOR ALLE 4, at de **kan have gavn af et PTSD-forløb** (over 31-33)
- Efter én session antyder testen FOR ALLE 4, at de har symptomer under tærsklen for PTSD og/eller **ikke opfylder kriterierne for PTSD** (under 31-33)

Hvis vi sammenligner med VA's måling over et helt behandlingsforløb, opnår vi følgende resultater efter blot én session:

2 personer oplever et fald i symptomer, der LANGT overstiger 10 point fald, som er en minimumstærskel for at bestemme, om forbedringen er klinisk relevant. (42 og 29 point fald)

1 person opfylder kravet om 10 point fald, som er en minimumstærskel for at bestemme, om forbedringen er klinisk relevant. (12 point fald)

1 person opfylder ikke kravet om 5 point fald, der er en minimumstærskel for at bestemme, om personen har reageret på behandlingen. (4 point fald)

Selv om forundersøgelsen kun er gennemgået på 4 testpersoner, underbygger undersøgelsen vores helt klare opfattelse, at Emotionel Intelligens/NLP er værktøjer, der er MEGET effektive til at forløse PTSD.

Noter til forundersøgelsen.

Note 1. De 4 personer der har valgt at deltage, har alle responderet på et opslag om gratis behandling mod traumer. HUMI har på ingen måde selekteret i valget af deltagerne, men alene bedt dem udfylde 2 tests på nettet og deltaget i en fysisk behandling (session af ca. 1 times varighed)

Note 2. Da 2 ud af de 4 deltagere havde uspecifikke oplevelser, har vi differentieret testen så spørgsmålene er formuleret på en måde, der gør dem relevante for deres situation.

Note 3. Efter den første test kunne vi konstatere at alle 4 deltagere, havde symptomer, der ud fra den test der bruges af Veterans Administration (VA) i USA, betragtes som værende relevante til et PTSD behandlingsforløb.

Note 5. De 2 personer med den højeste score inden behandlingen kom med uspecifikke traumer. Det passer godt med de oplevelser vi har om at uspecifikke traumer, ofte er meget sværere for det etablerede system at behandle.

Note 6. I USA vil der normalt være tale om at måle efter et helt behandlingsforløb, af ukendt varighed. Vi har valgt at måle efter én behandling.

Note 7. Alle 4 deltagere scorede efter en behandling under niveauet, hvor det opleves som relevant med PTSD behandling ud fra Veterans Administration (VA) i USA.

