

Bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies (830)

(bij posttraumatische stress stoornis (PTSS))

Docenten:

Mw. drs. H. van der Meijden (Henriëtte)

Henriëtte van der Meijden - van der Kolk werkt sinds 1994 in haar eigen praktijk.

Mw. drs. W.J. Scheffers (Mia)

Mia Scheffers is bewegingswetenschapper, psychomotorisch therapeut/integratief bewegingstherapeut en seksuoloog.

Een posttraumatische stress stoornis (PTSS) heeft altijd gevolgen op het gebied van lichamelijke en beweging. Er is sprake van schending van de lichamelijke integriteit, inperking van de bewegingsruimte en (chronische) stress. Het contact met de eigen lichamelijke bron van informatie voor het functioneren is verstoord doordat gevoelens van angst, onveiligheid, onmacht en agressie zich hebben vastgezet in het lichaam. Hierdoor kunnen beperkingen in beweging, expressie en contact ontstaan. Deze cursus biedt via theorie en praktische oefeningen een kennismaking met een model van traumabehandeling, waarin met behulp van bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies emotie, cognitie en gedrag geïntegreerd aan de orde komen. In de oefeningen zetten deelnemers de eigen lichamelijke bron in: de therapeut is immers altijd zelf lichamenlijk aanwezig en sluit vanuit de eigen bewuste lichamenlijke ervaring aan bij de cliënt. Deelnemers leren beweging en lichamenlijkheid als aangrijpingspunt voor traumabehandeling te hanteren en aspecten van deze benadering te integreren in de eigen hulpverleningspraktijk.

doelgroep

De cursus is bedoeld voor hulpverleners die met getraumatiseerde cliënten werken, zoals eerstelijnspsychologen, GZ-psychologen, psychotherapeuten, klinisch psychologen, psychiaters, orthopedagogen en seksuologen. Van de deelnemers wordt verwacht dat ze affiniteit hebben met bewegings- en lichaamsgeoriënteerde werkvormen.

doelstelling

Na afloop van de cursus hebben de deelnemers meer oog voor de bewegings- en lichaamsgeoriënteerde aspecten van PTSS. Ze zijn in staat enige bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies te integreren in de eigen methode van werken bij mensen met een trauma.

inhoud

De cursus is gericht op het verwerven van kennis en het kunnen inzetten van de juiste attitude en vaardigheden. Onder meer de volgende aspecten komen aan bod:

theoretische achtergrond;

aandacht voor eigen lichamelijkeheid (d.m.v. praktijkoefeningen);

contextmanipulatie bij bewegings- en lichaamsgerichte interventies;

basale spanningsreducerende interventies: lichaamsbewustzijn, sensory awareness, expressie van emoties;

bewegings- en lichaamsgerichte interventies rond kernthema's als grenzen, agressie, aanraken en aangeraakt worden, contact, veiligheid en intimiteit.

werkwijze

In drie dagen maakt de deelnemer zowel cognitief als aan den lijve kennis met de mogelijkheden van bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies. In kleine groepen wordt geoefend met opdrachten, waardoor men specifieke ervaring op kan doen rond de thema's van die dag. Tussen de cursusdagen wordt geoefend met opdrachten voor in de eigen praktijk. De cursus wordt afgesloten met een eindverslag en een videofragment van 5 minuten