

MINDFULNESS IN DE KLINISCHE PRAKTIJK (884)

essentiele vaardigheden om mindfulness te integreren in de behandeling en ter ondersteuning van de therapeut.

docenten: drs Joke Hellemans, klinisch psycholoog/psychotherapeut.

Opleider en supervisor mindfulnesstraining,

Supervisor VGCT en NVPP

Annick Nevejan, MSc in Mindfulness, Contemplatief psycholoog.

Trainer en coach. Opleider en supervisor mindfulnesstrainers.

Inleiding

De belangstelling voor mindfulnessmeditatie is het afgelopen decennium explosief toegenomen onder professionals in de psychische gezondheidszorg. Enerzijds overstijgt mindfulness categorische diagnostiek, omdat het zich richt op de onderliggende oorzaken van pijn en lijden, anderzijds is er sprake van een snelle ontwikkeling in specifieke toepassingen op diverse klinische gebieden en stoornissen, zoals depressie, angst, burn-out, chronische pijn, verslaving, slapeloosheid, suïcidaliteit, ADHD, autisme en obsessief compulsieve stoornissen. Vele wetenschappelijke studies zijn hier inmiddels over gepubliceerd.

Ook kan mindfulness ons klinici zelf helpen. Het kan helpen om diverse basale therapeutische kwaliteiten te ontwikkelen zoals aandacht, acceptatie, empathie, compassie, en gelijkmoedigheid. En het kan helpen een burn-out te voorkomen. Dit geldt voor alle stromingen, zoals psychodynamische, cognitief gedragstherapeutische, systemische of existentiële benaderingen.

Voor wie

Clinici die mindfulness willen integreren in hun behandelingen zowel ter verrijking van de behandeling, als ook ter ondersteuning van de therapeut zelf.

Leerdoel

In deze cursus helpen we de therapeut om mindfulness in te zetten al naar gelang de unieke behoeften van de cliënt en je eigen therapeutische stijl en deskundigheid.

Methode

De cursus heeft een workshopachtig karakter. Presentaties van de docenten worden afgewisseld met oefeningen en literatuurbesprekingen.