**Bewegings- en lichaam- georiënteerde interventies bij vroeg getraumatiseerde cliënten. Specifiek bij verwaarlozing en hechtingsproblematiek.**

**Introductie**

Traumatische ervaringen hebben grote gevolgen op het gebied van lichamelijkheid en bewegen. Er is sprake van schending van de lichamelijke integriteit, inperking van de bewegingsruimte en (chronische) stress. Het contact met de eigen lichamelijkheid als bron van informatie voor het functioneren is verstoord doordat gevoelens van angst, onveiligheid, onmacht en agressie zich hebben vastgezet in het lichaam. Het is een misverstand dat het lichaam alleen geraakt en beschadigd wordt wanneer er sprake is van lichamelijke grensoverschrijding. Zowel grensoverschrijdende gebeurtenissen als gebrek aan contact of het onberekenbaar zijn van het contact hebben negatieve invloed op het tot stand komen van een coherente en positieve lichamelijkheid. U maakt kennis met nonverbale en lichamelijke interacties die aan de basis staan van niet alleen de lichamelijke, maar ook de psychische ontwikkeling en aan de basis van een gezonde hechting. U leert over het ontstaan van beperkingen in waarnemen van het eigen lijf, beweging, expressie en contact bij vroeg getraumatiseerde cliënten. Deze cursus biedt via theorie en praktische oefeningen ook een goede 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 werkvormen zetten deelnemers de eigen lichamelijkheid in: de therapeut is immers altijd zelf lichamelijk aanwezig en sluit vanuit de eigen bewuste lichamelijke ervaring aan bij de cliënt. Het doel van beweging- en lichaamsgerichte interventies is steeds tweeledig: stil staan bij de met vroegere traumatisering en verwaarlozing verbonden lichamelijke gevoelens én nieuwe corrigerende ervaringen op het gebied van het lichaam in positieve interactie opdoen. Het belang van aandacht voor het lijf, maar ook van spel en bewegen als middel om positieve ervaringen aan te reiken wordt toegelicht.

**Onderwerpen**

* Theoretische achtergrond bewegings- en lichaamsgericht werken (vanuit neurobiologie, bewegingswetenschappen, (positieve) psychologie.
* Aandacht voor eigen lichamelijkheid (d.m.v. praktijkoefeningen).
* Contextmanipulatie bij bewegings- en lichaamsgerichte interventies.
* Basale spanning reducerende 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.

* Het inbrengen van therapiepraktijk-ervaringen en casuïstiek en hierop reflecteren.

**Leerdoelen**

* Kennis over de gevolgen van vroeg trauma voor bewegen en lichamelijkheid.
* Diagnostiek m.b.t. bewegen en lichamelijkheid.
* Beweging en lichamelijkheid als aangrijpingspunt voor traumabehandeling te hanteren.
* In contact leren zijn met eigen lichamelijkheid.
* Kennis over het belang van stabiliserende en arousal regulerende werkvormen en deze kunnen toepassen.
* Kennis over centrale thema’s als spanningsregulatie, impressie en expressie, grenzen, plezier in bewegen) en deze kunnen toepassen.
* Het kunnen inbrengen van therapiepraktijk-ervaringen en casuïstiek en hierop reflecteren.

**Literatuur voor cursisten**

Scheffers M, Nissen I, Verveld S, van Berkel K, Hatzmann J, van Busschbach JT. Beweging in trauma: psychomotorische therapie in de stabilisatiefase van complex trauma. Zwolle:

Hogeschool Windesheim; 2016 (aan te schaffen). 23

Scheffers M, Helleman ML. Trauma, lichaamsbeleving en seksualiteit; een geïntegreerd behandelprogramma met bewegings-, lichaamsgerichte en verbale componenten.

Amsterdam: Boom; 2013 (aan te schaffen).

Tevoren krijgen de deelnemers aanwijzingen welke pagina’s gelezen moeten worden.

**Werkvorm**

De deelnemers maken zowel cognitief als aan den lijve kennis met de mogelijkheden van bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies. In kleine groepen wordt praktisch geoefend met werkvormen, waarna weer teruggekoppeld wordt naar theorie. Op deze wijze wordt een cyclisch, ervaringsgericht leerproces op gang gebracht.

**Toetsing**

Multiple choiche vragen gedurende de cursusdagen om het geleerde te kunnen toetsen. Kort verslag waarin toepassing van enkele bewegings- en lichaamsgerichte werkvormen beschreven wordt, alsmede reflectie op de beleving van eigen lichamelijkheid tijdens het werken hiermee.

**Docent**

**Dr. Mia Scheffers** is onderzoeker en docent verbonden aan het lectoraat Bewegen, gezondheid en welzijn en de Masteropleiding psychomotorische therapie van Hogeschool Windesheim Zwolle. Haar aandachtsgebieden zijn meetinstrumenten op het gebied van psychomotorische diagnostiek, bewegings- en lichaamsgerichte interventies bij traumagerelateerde problematiek. Ze werkte ruim 20 jaar als psychomotorisch therapeut en seksuoloog bij Centrum ’45 te Oegstgeest en in eigen praktijk. Met Ria Helleman schreef ze

‘trauma, lichaamsbeleving en seksualiteit’ (2013) en met collega-onderzoekers en clinici ‘Beweging in trauma; psychomotorische therapie in de stabilisatiefase van complex trauma’ (2016).

**Doelgroep**

Psychiaters, klinisch psychologen, psychotherapeuten, gz-psychologen en zij die in opleiding zijn voor deze registraties. Basis-psychologen, HBO|Academisch opgeleide ggzverpleegkundigen/ specialisten, vaktherapeuten, systeemtherapeuten, ggz-agogen, haptotherapeuten en andere HBO of academisch opgeleide professionals en complementaire behandelaren [de laatste groepen na toelating, neem hiervoor contact op met m.rensen@celevt.nl . ]

**Kosten per deelnemer en inschrijven**

De kosten bedragen 600,00 euro inclusief btw per persoon voor de driedaagse cursus.

Indien de gehele Postacademische of PostMaster|HBO Nascholing over meerdere jaren gevolgd wordt, bedragen de kosten 4000 euro inclusief BTW. Indien de gehele nascholing in 1 jaar in 2019 gevolgd wordt bedragen de kosten 3800 euro. Voor de PostMaster|HBO geldt 200 euro [extra] korting in verband met uitvallen van 1 cursusdag= 3600 euro inclusief btw.

Voorwaarde is inschrijving en betaling vooraf voor het gehele cursusjaar 2019.

*Inclusief accreditatie digitale literatuur, lunch en kleine borrel, ex boek(en)*