

## BEKNOPTE ECLECTISCHE PSYCHOTHERAPIE BIJ PTSS (BEPP)

### 4-daagse opleiding bij Arq Academy

#### Een omschrijving van de leerdoelen en inhoud van de bij- en nascholingsactiviteit;

BEPP omvat meer dan traumagerichte cognitieve gedragstherapie. In BEPP zijn de werkzame elementen uit verschillende therapierichtingen op een logische manier samengebracht, zoals psycho-educatie, imaginaire exposure, gebruikmaking van brieven schrijven en memorabilia, psychodynamische inzichten in de betekenisfase en een afscheidsritueel.

Psycho-educatie, imaginaire exposure, schrijfopdrachten en het cognitief herstructureren van de cognities rondom het trauma worden ook in traumagerichte cognitieve gedragstherapie, een van de andere evidence-based behandelingen voor PTSS, toegepast. Deze technieken zijn op eigen wijze in BEPP vormgegeven en in de loop van de tijd verfijnd om recht te doen aan de diverse emoties die naar voren komen in traumatherapie. Een voorbeeld daarvan is het focussen op momenten die bijzonder veel emotionele lading hebben (ook wel 'hotspots' genoemd) tijdens de imaginaire exposure, waardoor niet alleen angst maar ook emoties als machteloosheid, verdriet, schuld en schaamte in de behandeling aan de orde komen. Tevens worden recente inzichten uit neurobiologisch onderzoek in eenvoudige termen uitgelegd om cliënten te informeren wat er tijdens traumatherapie gebeurt in de hersenen.

In BEPP wordt daarnaast gebruik gemaakt van technieken die effectief zijn gebleken in de rouwtherapie, zoals het meenemen van memorabilia naar de zitting en het afscheidsritueel, en psychodynamische inzichten die nuttig zijn gebleken in de betekenisverlening na het meemaken van traumatische gebeurtenissen. Daarom is de naam Beknopte Eclectische Psychotherapie gekozen.

Tot voor kort was deze therapie bekend als KEP, maar om beter bij de Engelse benaming (Brief Eclectic Psychotherapy for PTSD) aan te sluiten is gekozen voor een aanpassing van de Nederlandse naam. Deze combinatie van evidence-based technieken blijkt goed en effectief toepasbaar te zijn bij cliënten met PTSS die meerdere traumatische gebeurtenissen hebben meegemaakt.

Om Basistherapeut BEPP te kunnen worden, is het van belang dat men naast de 4 daagse opleiding ook nog 50 uur werkt met BEPP onder supervisie. Dit betekent concreet dat 3 behandelingen BEPP moeten worden afgerond en dat de therapeut tenminste deel heeft genomen aan vijf individuele supervisies van 45 minuten, groepssupervisies van anderhalf uur (in een groep van max. drie deelnemers) of supervisedagen van 5 uur met maximaal 12 deelnemers. Tijdens de supervisie moet de deelnemer later zien dat hij volgens het beoordelingsformulier voldoet aan de gewenste vaardigheden van de basistherapeut BEPP.

#### Het aantal contactmomenten van de bij- en nascholingsactiviteit in de periode waarvoor accreditatie wordt aangevraagd;

Totaal aantal studiecontacturen	: 24 uur (4 dagen van 6 uur les)
Zelfstudie	: <u>16 uur</u>
Totaal	: 40 uur

**De beoogde deelnemers (doelgroep) van de bij- en nascholingsactiviteit**

BIG-geregistreerde hulpverleners, zoals GZ-psychologen, psychotherapeuten, klinisch psychologen, psychiaters en zij die daartoe in opleiding zijn. Deelnemers dienen actuele casuïstiek in te kunnen brengen.

**Het maximum aantal deelnemers**

16