

Psychologie en Psychosomatiek in de Somatische Praktijk

*Ongeacht hun opleiding of specialisatie worden **kinesitherapeuten** in toenemende mate geconfronteerd met hulpvragen die het strikt lichamelijke domein overstijgen. Niet enkel mensen met **psychosomatische klachten** maar ook **milde psychopathologie** vinden bij hen een aangewezen aanspreekpunt en vertrouwde behandelaar. De **holistische benadering** die hierbij vereist is vergt echter goed onderbouwde **kennis**, doelgerichte **competenties** en bijkomende specifieke **vaardigheden** met betrekking tot het domein van psychologie en psychosomatiek.*

Deze inleidende basis cursus '**Psychologie en Psychosomatiek in de Somatische Praktijk**' (kortweg PPSP) wil hieraan tegemoetkomen. Hiertoe focussen we op een brede waaier van aanmeldingsklachten die we situeren binnen *het ruime psychosomatische spectrum*. Hierbij kan het gaan om stress- en spanningsgerelateerde klachten of lichamelijk onverklaarbare symptomen maar evenzeer om meer psychopathologische beelden rond angst, paniek en depressie. Ook persoonlijkheidsproblematiek en psychose komen kort aan bod. Telkens wordt er veel aandacht besteed aan *het leren begrijpen* van deze klachten binnen hun ruimere *context* aan onderliggende (neuro-)biologische, psychologische en sociale processen. Hiertoe hanteren we doelbewust een *trans-disciplinaire invalshoek* waarbij diverse kennisdomeinen zoals bijvoorbeeld klinische psychologie, neurowetenschappen en ook filosofie aan bod komen en ons concrete handvatten aanreiken. Vervolgens vertalen we de opgedane inzichten en vaardigheden vertalen naar **de concrete somatische praktijk** om onze psychosomatische patiënt meer geïntegreerd te benaderen. Zo komt de somatisch therapeut na een boeiende ontdekkingstocht door diverse –en vaak onderbelichte- domeinen terug thuis op bekend terrein en staat hij/zij sterker beslagen op het soms toch wel gladde 'psychosomatische ijs'.

Hoewel deze PPSP-cursus een inleidend karakter heeft, beoogt ze niettemin een stevig en gevarieerd fundament te leggen voor de praktiserende therapeut. Hierbij ligt de nadruk zowel op theorievorming en evidentie vanuit divers wetenschappelijk onderzoek als op integratie met bestaande klinische expertise en kennismaking met nieuwe concrete tools en (manuele) vaardigheden.

Programma: detail, leerdoelen en bibliografie

Dag 1: “Psychosomatiek? Gluren bij de burenen...!”

Een trans-disciplinaire bril
Inleiding: Psychosomatische therapieën van toen tot nu. <i>→ Leerdoelen: Kort historisch overzicht van de ontwikkeling van psychosomatische therapieën, verduidelijken van bijbehorende wetenschappelijke paradigma's en mensbeelden. Situering van somatische therapieën binnen dit spectrum. Uitdagingen en valkuilen van een bio-psycho-sociale visie.</i>
Theorie: Psychosomatische actualiteit en aanzet tot een trans-disciplinaire benadering <i>→ Leerdoelen: Actualiteit van psychosomatisch onderzoek en kliniek. Korte duiding rond prevalentie, diagnostiek en terminologie. Opbouw tot een geïntegreerde benadering</i>
Theorie: Psychosomatiek en neurowetenschap: fundamentele en highlights <i>→ Leerdoelen: Bondig overzicht van klinisch interessante, neurowetenschappelijke wetenswaardigheden mbt psychosomatiek en bodymind-pathways</i>
middagpauze
Praktijk: Werken met een geïntegreerd model voor anamnese <i>→ Leerdoelen: aanleren van een geïntegreerd model voor anamnese ifv de somatische praktijk</i>
Praktijk: Casus-analyse en interpretatie

Dag 2: “Oeps, wat gebeurt hier allemaal?”

Wetenswaardigheden uit het psychotherapeutische domein
Theorie: psychologische beelden in de somatische praktijk begrijpelijk maken: van neurose en borderline tot psychose... wat is het eigenlijk en hoe ga je ermee om? <i>→ Leerdoelen: Stapsgewijze begrijpelijk maken hoe vanuit ontwikkelingspsychologische analyse verklaard wordt wat neurose, borderline en psychose is. Ontwikkelingsdynamische indeling van angstklachten, paniek, stemmingsklachten en somatisatie. Handvatten voor de praktijk ifv herkennen, differentiëren en/of doorverwijzen</i>
middagpauze
Theorie: trauma en het lichaam <i>→ Leerdoelen: Wetenswaardigheden uit actuele trauma-theorieën (neurobiologisch en psychologisch onderzoek). Hoe fungeert het lichaam als blauwdruk, geheugenopslag en affectregulator bij trauma? Traumasporen en het myofasciale substraat.</i>
Praktijk: werken met het getraumatiseerde lichaam... myofasciale technieken en meer <i>→ Leerdoelen: Geïntegreerd lichaamsgericht werken met en vanuit het myofasciale substraat bij complex trauma (deel 1)</i>

Dag 3: “De psychosomatische patiënt...aan de slag?!”

Psychosomatische grondslagen

Theorie: Psychosomatische processen en dysfuncties beter begrijpen: neurowetenschappelijke, fenomenologische en ontwikkelingspsychologische basisprincipes

→ *Leerdoelen: Psychosomatische processen en dysfuncties leren begrijpen vanuit 3 afzonderlijke invalshoeken: neuroplastische, fenomenologische en ontwikkelingspsychologische basisprincipes. Van embodiment tot body-awareness, een trans-disciplinaire verkenning in vogelvlucht.*

Middagpauze

Praktijk: De somatische praktijk verrijken met een geïntegreerd psychosomatisch werkkader, hoe doe je dat?

→ *Leerdoelen: Goed begonnen is half gewonnen: tips and tricks om het werken als kinesitherapeut beter af te stemmen op patiënten met een 'psychosomatisch' lichaam. Leren omgaan met moeilijke (hulpvragen van) patiënten.*

Praktijk: Casus-analyse en interpretatie

Dag 4: “Het lichaam als toegangspoort...een thuiswedstrijd voor de somatisch therapeut!”

De myofasciale peiler

Theorie: Aanraking, van fysiologisch effect tot psychologisch impact

→ *Leerdoelen: nauwkeurige analyse van het fenomeen aanraken/aangeraakt worden vanuit neurofysiologische en ontwikkelingspsychologische bril*

Theorie: lichaamsbeleving en emotieregulatie

→ *Leerdoelen: Het lichaam als een voortdurende regulator van emoties. Subcorticale processen van (onbewuste) geheugenopslag. De rol van body-awareness tijdens diep myofasciaal lichaamswerk.*

Theorie: het concept ‘spierpantser’, een myofasciale analyse

→ *Leerdoelen: Het historische concept ‘spierpantser’. Vertaling naar een actuele, myofasciale benadering op basis van wetenschappelijke evidenties uit fascia-research, hechting, emotie- en traumaonderzoek.*

middagpauze

Praktijk: werken met een haptische handgreep bij psychosomatische klachten

→ *Leerdoelen: Toepassen van diverse (myo-)fasciale technieken als haptisch contact op het spierpantser. Werken ifv spannings-release of -opbouw.*

Praktijk: het concept ‘spierpantser’, aanzet tot behandeling

→ *Leerdoelen: Geïntegreerd lichaamsgericht werken met en vanuit het myofasciale substraat bij complex trauma (deel 2)*