

Het Upledger Instituut Nederland verzorgt opleidingen en masterclasses, gericht op psychosomatische problematiek. Naast de 2 x 3-daagse masterclass Trauma & Regulatie organiseren we ook een 2 x 3-daagse masterclass Hechting.

Meer informatie:

Kapellestraat 26, 3421 CV Oudewater

T: 06 14 12 12 18 | E: info@upledger.nl | W: www.upledger.nl

Masterclass Trauma & Regulatie

*Het verhaal
van het lichaam!*

Nieuwe ontwikkelingen in het werken met het brein-lichaam geheugen

Onderzoek van de laatste jaren door hersenwetenschappers als Bessel van de Kolk en Stephen Porges en kennis van lichaamswerkers als Peter Levine, Pat Ogden en John Upledger komen samen in inspirerende nieuwe ideeën en werkvormen. Daarbij gaan we uit van het belang van het lichaam bij het verwerken van herinneringen aan emotioneel pijnlijke gebeurtenissen en het veranderen van belemmerende patronen, ontstaan vanuit reacties op gevaar en emotionele pijn.

In deze masterclass werken we lichaamsgericht.

Je leert via het lichaam emoties te reguleren en oude patronen, ontstaan door emotionele pijn, te veranderen.

Stress en ons primitieve brein

Onder stress neemt je primitieve brein veel sneller de regie over dan je zou willen. Hoe meer stress of hoe meer pijn je in je leven gekend hebt, hoe meer moeite je soms hebt om grip te houden. Als iets je herinnert aan gevaar, kunnen er bijvoorbeeld oude, niet meer functionele reactiepatronen, waar je geen invloed op lijkt te hebben, de kop opsteken. Dat geldt voor je cliënt, maar dat geldt ook voor jou als professional. Hoe reguleer je dat op een goede manier? Hoe zorg je dat je de draagkracht voor stress (weer) kunt vergroten? Hoe zorg je ervoor dat het brein niet instinctief in de overleving schiet, daar waar je liever andere keuzes zou willen maken?

In deze masterclass leer je stress en eenvoudige trauma's behandelen met herkenning en regulatie via het lichaam.

Onderwerpen die aan bod komen

- werken binnen de window of tolerance
- projectieve identificatie binnen de behandelrelatie
- wat kun je wel en wat kun je niet?
- hulpbronnen ontdekken en gebruiken
- differentiëren en identificeren
- van wanhoop naar overwinning en kracht

Wat levert het je op?

De kennis en kunde vanuit deze masterclass is breed inzetbaar voor een grote groep cliënten, ook als je niet direct met trauma gerelateerde problemen werkt. Het werk van Pat Ogden, Peter Levine en Steven Porges geeft ons, professionals, nieuwe handvaten voor lichaamsgericht werken met mensen. Daardoor wordt je begeleiding preciezer, effectiever en beter afgestemd op de (on)mogelijkheden van je cliënt.

- *Je leert onderscheid maken tussen trauma- en hechtingsgerelateerde afweermechanismen, en wat het verschil is in aanpak. Waar herken je dat aan?*
- *Je leert hoe je de cliënt meer regie kunt geven bij overspoelende emoties en/of grote angst.*
- *Je leert bij jezelf automatische reactiepatronen te herkennen, waardoor je makkelijker uit de tegenoverdracht blijft. Er wordt dus ook aandacht besteed aan zelfontwikkeling.*
- *Je krijgt inzicht in indicatie en contra-indicatie en je leert herkennen wat je wel en wat je beter niet kunt behandelen en moet doorverwijzen.*

Voor wie?

Voel jij je als professional aangesproken en werk je met cliënten met emotionele pijn en wil je meer weten over een lichaamsgerichte aanpak bij emotieregulatie? Dan is deze masterclass een goede investering voor jou.

Investing

Deze masterclass heeft naast theorie vooral een heel praktische opzet en is ervaringsgericht van aard, waarbij je veel lichaamsgerichte vaardigheden aanleert, die je kunt integreren in je eigen vakgebied.

Duur: 2 delen van elk 3 dagen van 10:00 - 18:00 uur.

Kosten: € 450 per deel.

Accreditatie

SNRO (nascholing of PSBK) - VVH - NVPA - NFG - RCN - NCSV - VNT - VBAG