

# Programma belevingsgericht lichaamswerk binnen de fysiotherapie

## Dag 1.

Belevingsgericht lichaamswerk kader 1: Stress, emotie en psychosomatiek.

Ervaringsblok 1: Communicatieve massage. Theorie en praktijk rondom communicatieve massage.

Ervaringsblok 2: Communicatieve massage. Theorie en praktijk rondom tasten en aanraken.

Reflectie blok 1: Praktijk rondom reflectie. Inclusief vertaling naar patiënt.

## Dag 2.

Belevingsgericht lichaamswerk kader 2: ernstige stress, trauma en psychosomatiek.

Ervaringsblok 3: Aanpassen. Theorie en praktijk rondom het thema aanpassen.

Ervaringsblok 4: Aanpassen en bewegen. Praktijk hoe bewegen en aanpassen hand in hand gaan.

Casuïstiek: pijn in de lage rug, pijn in de nek regio, en gegeneraliseerde pijnen in de vorm van fibromyalgie.

Reflectie blok 2: Theorie en praktijk rondom reflectie. DVD en G-Schema.

## Dag 3.

Belevingsgericht lichaamswerk kader 3: principes en processen bij het creëren van veiligheid en lichaamsgewaarzijn.

Ervaringsblok 5: Ruimte innemen. Theorie en praktijk rondom het ruimte innemen.

Ervaringsblok 6: Ruimte innemen. Praktijk: Hoe het thema ruimte innemen en je staande houden geïntegreerd kan worden in een fysiotherapeutische behandeling. Beweegoefeningen en casuïstiek: hyperventilatie waarbij 'contact' de stressor is, vermoeidheid en pijnklachten bij onderliggende burn-out, fibromyalgie bij mantelzorger.

Reflectie blok 3: Praktijk rondom reflectie. Reflectie inzetten richting de patiënt.

## Dag 4.

Belevingsgericht lichaamswerk kader 4: werken met tast en aanraking.

Ervaringsblok 7: Grenzen stellen. Theorie en praktijk rondom 'grenzen stellen'.

Ervaringsblok 8: Grenzen stellen. Grenzen en bewegen. Casuïstiek: patiënt met reuma die constant in de belasting te veel doet, patiënt met nekkklachten en dreigende overspanning, patiënt met chronische vermoeidheid en onder belasting.

Reflectie blok 4: Praktijk rondom reflectie. Verdieping van jouw rol als fysiotherapeut.

## Dag 5.

Belevingsgericht lichaamswerk kader 5: Werken beweging en adem.

Ervaringsblok 9: 'in het hoofd zitten versus belichaamd aanwezig zijn'. Theorie en praktijk rondom "uit het hoofd raken".

Ervaringsblok 10: 'in het hoofd zitten versus belichaamd aanwezig zijn'. Integratie binnen de fysiotherapeutische setting. Casuïstiek: stress gerelateerde klachten, chronische pijnklachten, patiënt met een total-hip en bewegingsangst en val problematiek.

Reflectie blok 5: Praktijk rondom reflectie. Reflectie inzetten bij de eindevaluatie met de patiënt.