**Bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies bij PTSS**

Een posttraumatische stress stoornis (PTSS) heeft altijd 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. Hierdoor kunnen beperkingen in beweging, expressie en contact ontstaan. Deze cursus biedt via theorie en praktische oefeningen een 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 oefeningen 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. Deelnemers leren beweging en lichamelijkheid als aangrijpingspunt voor traumabehandeling te hanteren en aspecten van deze benadering te integreren in de eigen hulpverleningspraktijk.

**docenten**

**Mia Scheffers** is bewegingswetenschapper, psychomotorisch therapeut/integratief bewegingstherapeut en seksuoloog.

**Henriëtte van der Meijden - van der Kolk** werkt sinds 1994 in haar eigen praktijk.

**doelgroep**

De cursus is bedoeld voor hulpverleners die met getraumatiseerde cliënten werken, zoals eerstelijnspsychologen, GZ-psychologen, psychotherapeuten, klinisch psychologen, psychiaters, orthopedagogen en seksuologen. Van de deelnemers wordt verwacht dat ze affiniteit hebben met bewegings- en lichaamsgeoriënteerde werkvormen.

**doelstelling**

Na afloop van de cursus hebben de deelnemers meer oog voor de bewegings- en lichaamsgeoriënteerde aspecten van PTSS. Ze zijn in staat enige bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies te integreren in de eigen methode van werken bij mensen met een trauma.

**inhoud**

De cursus is gericht op het verwerven van kennis en het kunnen inzetten van de juiste attitude en vaardigheden. Onder meer de volgende aspecten komen aan bod:

* theoretische achtergrond;
* aandacht voor eigen lichamelijkheid (d.m.v. praktijkoefeningen);
* contextmanipulatie bij bewegings- en lichaamsgerichte interventies;
* basale spanningsreducerende 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.

**werkwijze**

In drie dagen maakt de deelnemer zowel cognitief als aan den lijve kennis met de mogelijkheden van bewegings- en lichaamsgeoriënteerde interventies. In kleine groepen wordt geoefend met opdrachten, waardoor men specifieke ervaring op kan doen rond de thema’s van die dag. Tussen de cursusdagen wordt geoefend met opdrachten voor in de eigen praktijk. De cursus wordt afgesloten met een eindverslag en een videofragment van 5 minuten

**prijs**

€ 730,- inclusief lunch en literatuur.