



The Body: Home, Heaven and Hell

PMT & Trauma

Studiedag VVPMT

Het bestuur van de Vlaamse Vereniging van Psychomotorisch Therapeuten nodigt u opnieuw uit op de studiedag rond het thema **“THE BODY : HOME, HEAVEN AND HELL. PMT & TRAUMA”**. Traumaproblematieken krijgen, eindelijk, meer en meer een belangrijke plek toegewezen binnen de geestelijke gezondheidszorg. Personen met een complex trauma lijken echter onvoldoende baat te hebben bij een eenzijdig verbaal therapieaanbod. Er is momenteel toenemende evidentie voor het feit dat traumatische ervaringen zich vastzetten in het lichaam en in het brein, en dat ook de behandeling zich bijgevolg hierop zou moeten richten. Op deze studiedag krijgt u een overzicht van de laatste tendensen en ontwikkelingen die er op dat vlak zijn.

Deze studiedag vindt plaats op **donderdag 19 mei 2022** in het Psychiatrisch Centrum Bethanië te Zoersel, Andreas Vesaliuslaan 39, 2980 Zoersel.

Wij hopen u talrijk te mogen verwelkomen!!

“Werken met trauma is een delicaat gesprek aangaan met het lichaam”

Verloop van de dag :

8.30- 9.00u : Onthaal met koffie

9.00- 9.05u: Verwelkoming door Griet Peetermans, voorzitter van de VVPMT

9.05- 9.15u : Verwelkoming door Dhr. Maarten Desimpel, Directeur Patiëntenzorg van het PZ Bethanië Zoersel

9.15-12.00u : Het lichaam en trauma : Bezield, Bewogen, Bijster. **Dr. Marc Van Steenkiste**

12.00-13.00u : Broodjeslunch

13.10-14.40u: Workshopronde 1 (je kan één workshop volgen)

A. Het gebruik van compassietraining bij trauma

Dr. M. Van Steenkiste & Tanja De Backer

B. Regulation and coregulation of the nervous system through the body *(deze workshop zal worden gegeven in het Engels !)*

Savera Noriega

C. "Reconnect the disconnection' floorwork" : over de Polyvagale Therapie van Stephen Porges

Niek Ghekiere

D. Biofeedback bij trauma

Danielle Matto

E. Het tolerantievenster als therapeutisch instrument in het werken met trauma

Stijn Leijssen

F. Trauma bij kinderen en jongeren : "Opnieuw verbinden ; samen zoeken naar afstemming"

Evi Naessens & Karen Roose

14.40-15.00u: pauze

15.00-16.30u : Workshopronde 2 (je kan één workshop volgen)

A. Het gebruik van Compassietraining bij trauma

Dr. M. Van Steenkiste & Tanja De Backer

B. Regulation and coregulation of the nervous system through the body *(deze workshop zal worden gegeven in het Engels !)*

Savera Noriega

C. "Reconnect the disconnection' floorwork" : over de Polyvagale Therapie van Stephen Porges

Niek Ghekiere

E. Het tolerantievenster als therapeutisch instrument in het werken met trauma

Stijn Leijssen

F. Trauma bij kinderen en jongeren : "Opnieuw verbinden ; samen zoeken naar afstemming"

Evi Naessens & Karen Roose

G. Het werken met trauma bij ouderen : "Het lichaam herinnert zich"

Maria Panas & Philippe Minguet

16.30u: Afronding

Praktische info

Je kan je inschrijven voor deze studiedag **tot en met 5 mei 2022**, en dit via e-mail : info@vvpmt.be.

De kostprijs voor de studiedag bedraagt € 125 ; studenten betalen € 65.

Het inschrijvingsgeld dient overgemaakt te worden op het rekeningnummer van de VVPMT (BE59 4238 1293 6126), VVPMT, Korbeek-losestraat 43, 3360 Bierbeek, met vermelding van je naam en de studiedag.

Drank en een broodjeslunch zijn vervat in de deelnameprijs.

Opgelet ! **Je inschrijving is pas definitief als het inschrijvingsgeld gestort is** (ook voor de volgorde van de workshops) op bovenvermeld rekeningnummer. Als je instelling een trage betaler is, is het zelf voorschieten dus aan te raden ! Na betaling ontvang je van ons een bevestiging van je inschrijving via mail. De volgorde van inschrijvingen (ook voor de workshops) wordt bepaald door de volgorde van betaling.

Vergeet zeker niet bij je inschrijving via de mail door te geven welke je 2 voorkeurworkshops zijn en geef ook **2 reserverworkshops** door, voor het geval de 1^{ste} en/of 2^{de} keuze reeds volzet zijn. Het maximum aantal deelnemers per workshop is immers beperkt.

Opgelet : de workshops D en G worden slechts 1 keer gegeven !

!!! Indien de dan geldende corona-maatregelen de organisatie en het verloop van de studiedag onmogelijk maken, behoudt het Bestuur van de VVPMT zich het recht toe om de studiedag te annuleren of te verzetten naar een latere datum. U zult daar dan uiteraard tijdig van op de hoogte gebracht worden.

Locatie : Psychiatrisch Centrum Bethanië, Andreas Vesaliuslaan 39, 2980 Zoersel.

Het onthaal van de studiedag gaat door in **gebouw 2**

Bereikbaarheid :

- vanuit Brussel : Via A12 – E34 Turnhout/Eindhoven ; afrit 20 Zoersel ; aan de kerk te Zoersel links indraaien richting St. Antonius
- vanuit Antwerpen : via N12 richting Turnhout tot in St. Antonius ; of via E34 Turnhout/Eindhoven ; afrit 20 Zoersel ; aan de kerk te Zoersel links indraaien richting St. Antonius
- Vanuit Hasselt : via E313 richting Antwerpen ; afrit 19 Massenhoven ; via N14 naar Zoersel ; aan de kerk te Zoersel links indraaien richting St. Antonius
- Vanuit Breda : via E19 richting Antwerpen ; afrit 4 Sint-Job-in-'t-Goor – St. Antonius (via Bethaniënlei)
→ Best parkeren op de parking aan gebouw 1 (zie domeinschema)

Via openbaar vervoer : De Lijn nrs. 41.0 - 41.1 - 41.2. (zie haltes op domeinschema)

Info lezingen en workshops

- **“Het lichaam en trauma : Bezield, Bewogen, Bijster”** door Dr. Marc Van Steenkiste

In gelijk welk therapeutisch model kan men er niet omheen dat psychische problemen een traumatische kern hebben. Het kan daarbij gaan om zeer duidelijk af te lijnen traumatische momenten of om een langgerekte blootstelling aan traumatiserende omstandigheden.

Er wordt zeer veel geschreven en gepubliceerd over het trauma. Niet alleen vanuit psychologische hoek maar ook de sociologie, de filosofie en zelfs de spirituele tradities houden zich bezig met dit thema. In elk model zijn er beschrijvingen van en verklaringen voor de psychische problemen veroorzaakt door traumatische ervaringen.

Voor wie in het werkveld staat en met concrete mensen werkt, blijken al deze modellen en beschouwingen echter vaak weinig helpend. Ze bieden niet noodzakelijk veel houvasten en instrumenten om effectief aan de slag te gaan met getraumatiseerde mensen. Het is de ervaring van veel therapeuten dat het spreken over trauma's de ene keer neerkomt op een eindeloos en steriel herhalen van steeds dezelfde verhalen en een andere keer op zo'n intense overspoeling dat hertraumatisering dreigt. Op nog andere momenten is dat spreken over het traumatische onmogelijk geworden. De getraumatiseerde mens heeft vaak het gevoel te stagneren en niet meer in verbinding te geraken met de anderen en de wereld. Ook daar vermag het “spreken over” vaak weinig.

De laatste twintig jaar is er een enorme verruiming gekomen in onze kennis over trauma, vooral dan vanuit de neurobiologische hoek. Deze inzichten hebben alleen maar bevestigd dat de inwerking van een traumatische ervaring inderdaad voor een groot deel een subcorticaal gebeuren is. Vertaald naar de praktijk betekent dit dat veel zich afspeelt in het niet-talige register en dat de therapeutische interventies dus ook zullen moeten gebruik maken van niet-talige invalshoeken. Deze methodes maken gebruik van wat we zeer algemeen “lichaamsgerichte benaderingen” noemen.

We hebben in het PC Bethanië een programma ontwikkeld voor mensen met (c)PTSD dat gegroeid is vanuit onze bestaande Mindfulness groepen en Compassietraining. We beginnen deze groep altijd met een zeer uitgebreide introductie voor de deelnemers omtrent wat momenteel geweten is over de inwerking en de verwerking van traumatische ervaringen. Dan worden deze inzichten concreet gemaakt door ze te koppelen aan de diverse lichaamsgerichte technieken en praktijken alsook aan de praktijk van Mindfulness en Compassie. In die introductie alsook in de voormiddag van deze studiedag geven we een overzicht van deze

kennis. We baseren ons op het werk van Bessel van der Kolk, Peter Levine, Stephen Porges en Pete Walker.

Dr. Marc Van Steenkiste is werkzaam als psychiater op de afdeling Dauw van het PC Bethanië en als zelfstandig psychiater bij Tripsyco te Westmalle. Opleidingen in Bio-Energetica, Psychoanalyse (BSP), Systeemtherapie, Mindfulness en Compassietraining

- workshop A : **“Het gebruik van Compassietraining bij trauma”** door Dr. M. Van Steenkiste &

Tanja De Backer

In de Mindfulnessstraining leren we onze aandacht gebruiken en cultiveren we de kwaliteit van mildheid en vriendelijkheid. Compassietraining richt de focus in het bijzonder op deze mildheid en vriendelijkheid.

Vele getraumatiseerde mensen leven met sterke gevoelens van schaamte en zelfhaat. Ook leven zij met zeer heftige en ondraaglijke affecten die een overspoelend karakter kunnen hebben. Op deze manier kunnen ze nooit bewerkt en opgenomen worden in het levensverhaal. Het bewerken van een trauma vereist het ervaren van veiligheid. Dit geldt zowel voor de relatie met de therapeut maar ook voor de relatie met de eigen psychische wereld en het eigen lichaam.

Iemand die getraumatiseerd werd kan leven in de diepe overtuiging dat de gevoelens van schaamte, de posttraumatische reacties en de meest normale emotionele behoeften in wezen tekens zijn van de eigen slechtheid en onwaardigheid die onvermijdelijk hebben geleid naar het oorspronkelijk trauma.

In de Compassietraining wordt geleerd om de mogelijkheid te ervaren dat een liefdevolle relatie kan bestaan, op de eerste plaats met zichzelf en ook met het vaak vermeden lichaam dat de zetel is geworden van angst en wantrouwen. Ook wordt geleerd om de paradoxale angst en de onveiligheid die ontstaat bij het toelaten van liefde en vertrouwen, te verdragen. Dat is een voorwaarde om aan de slag te kunnen gaan met de gevolgen van het trauma. Het ontwikkelen van zelfcompassie kan hierbij een enorme hulp zijn.

Compassietraining is ook weer een voorbeeld van een benadering die werkt op een zeer praktische manier. In deze workshop verkennen we dus op een praktische manier hoe een milde en vriendelijke, zorgende houding naar het lijden een licht kan doen schijnen aan het einde van de traumatische tunnel.

- *Dr. M. Van Steenkiste : zie supra*

- *Tanja De Backer studeerde af als Master in de Lichamelijke Opvoeding en de Bewegingswetenschappen, met uitbreiding van een specialisatie Psychomotorische Therapie (KU Leuven), en is werkzaam in het PZ Bethaniëhuis te Zoersel. Zij is hier professioneel actief op een behandelunit en opname-afdeling als psychomotorisch therapeut, gespecialiseerd in angst, depressie en trauma. Al jaren bieden Marc Van Steenkiste en zij samen mindfulness- en compassietrainingen aan, de laatste jaren ook specifiek gericht op trauma. Tanja is getraind in het onderzoeken en bekijken van lichaam en geest. Ze is tevens bestuurslid van de VVPMT.*

- workshop B : **“De kunst van zelfregulering en co-regulering bij traumaverwerking”** door Savera

Noriega

Deze mini-workshop is bedoeld voor therapeuten en zorgverleners en biedt een speelse, creatieve, cognitieve, belichaamde en interactieve structuur. We leren waarom de ervaringen van zelfregulering en co-regulering in ons zenuwstelsel van essentieel belang zijn voor het oplossen van trauma. Voor zelfregulering moeten we kijken naar de functies van het autonome zenuwstelsel dat verdeeld is in twee takken:

Het sympathische zenuwstelsel (SZS) dat ons omhoog brengt bij grotere prikkeling en

het parasympathische zenuwstelsel (PZS) dat ons helpt om te zakken naar een kalmere staat.

Voor co-regulering hebben we de directe ervaring van sociale interactie nodig. Daarom zullen we het sociaal zenuwstelsel tussen mensen inschakelen. Sociaal engagement zorgt voor het ervaren van wederzijdse empathie waarbij we open staan om anderen te ontvangen zoals ze

zijn. Als je de ervaring hebt van een veilige verbinding en dat je wordt ontvangen zoals je bent, kan dit diep helend zijn wanneer je werkt met traumatherapie.

Deze workshop reikt je hulpmiddelen aan voor je eigen zelfregulering en lichaamsgerichte oefeningen om met jouw cliënten te werken. De workshop zal in eenvoudig Engels gegeven worden.

Deze workshop wordt gegeven in het Engels, maar is heel goed verstaanbaar !!! Vragen kunnen in het Nederlands gesteld worden.

Savera Noriega is geboren in Mexico en werkt momenteel in Antwerpen en Brussel. Ze staat aan het hoofd van TouchStudio, een privé praktijk voor lichaamsgerichte traumatherapie. Internationaal werk en mensen ondersteunen maken deel uit van haar passie. Haar benadering van therapie omvat zelfervaring en respect. Ze gelooft dat alle mensen de intrinsieke capaciteit hebben om te helen. Haar manier van werken is holistisch, cognitief, spiritueel, educatief en lichaamsgericht.

- workshop C : **“Reconnect the disconnection’ floorwork”** door Niek Ghekiere

Deze workshop gaat over de polyvagale theorie van dr. Stephen Porges, die een neurologische inkijk geeft in wat er gebeurt bij trauma, emotieregulatie en hechting. Deze benadering promoot het inzetten van o.a. lichaamsgerichte interventies in een psychotherapeutische praktijk. In deze workshop zal de polyvagale theoretische benadering vertaald worden naar de praktijk. Enerzijds onderzoeken we een aantal praktijkvoorbeelden. We zoeken hierbij samen naar de principes die polyvagaal handelen tegemoet komen en zullen vervolgens vertalingen maken naar concrete interventies die we graag ‘neurale oefeningen’ gaan noemen.

Niek Ghekiere (1976) draagt een Master in dans- en bewegingstherapie en is een gecertificeerd lichaamsgericht psychotherapeut (NeoReichiaans). Hij is een praktiserend therapeut, trainer in de lichaamsgerichte therapie en mocht onderzoek doen naar de effectiviteit van Authentic Movement als methode voor depressiepreventie. Hij bundelt zijn expertise, deze van zijn collega’s en de diepe kennis & werking van de lichaamsgerichte (psycho)therapie in het therapie- en opleidingscentrum AgapeBelgium, waar hij de directeur van is.

- workshop D : **“Biofeedback bij trauma”** door Drs. D. Matto

Biofeedback is een techniek waarbij sensoren lichaamssignalen in beeld brengen, zoals spierspanning, ademhaling, hartslag en warmte/vochtigheid van de hand. Het kan zeker ondersteunend werken in de behandeling van psychotraumata. Ten eerste kan biofeedback veel inzicht verschaffen aan de patiënt over zijn psychofysiologische reactie, waardoor symptomen van angst en stress sneller opgemerkt worden. Ten tweede kan biofeedback ingezet worden in het kader van relaxatietraining. De belangrijkste rol van biofeedback ligt echter in de nabehandeling bij trauma. Zelfs na een succesvolle behandeling van het psychotrauma resteert vaak een overmatige prikkelbaarheid en een versterkte angstreactie. De workshop start met een uitleg van de basisprincipes van biofeedback en een demonstratie van biofeedback in de vorm van een meting bij één van de deelnemers. Daarna wordt aan de hand van casuïstiek besproken welke biofeedback technieken ingezet kunnen worden bij de begeleiding van patiënten met psychotrauma.

Drs. Danielle Matto is GZ-psycholoog en biofeedback therapeut (BCIA BCB-HRV). Daniëlle werkt vanuit een holistische visie en heeft meer dan 15 jaar ervaring als psycholoog in de kortdurende begeleiding van patiënten met geestelijke gezondheidsproblemen. Naast haar klinische werk geeft zij opleiding in biofeedback en toepassingen van biofeedback aan psychologen en fysiotherapeuten. Meer informatie over Daniëlle is te vinden op haar website www.krachtdoorbalans.nl en op de opleidingswebsite www.biofeedbackworkshops.eu

- workshop E : **“Het tolerantievenster als therapeutisch instrument in het werken met trauma”**

door Stijn Leijssen

Het tolerantievenster is een visuele metafoer die een heldere inkijk geeft in menselijk functioneren: eenvoudig zonder de complexiteit van menselijk gedrag geweld aan te doen, bijzonder herkenbaar en toegankelijk door zijn visuele eenvoud. Het vertrekpunt van deze theorie is de hoeveelheid arousal die het psychisme in het lichaam organiseert. De hoeveelheid arousal hangt af van de mate waarin de omgeving als veilig of onveilig wordt ervaren. Zo ontstaan drie velden, met elk een eigen manier van functioneren: een gemiddelde hoeveelheid arousal (bij veiligheid), hyper-arousal (bij onveiligheid - actieve vermijding) en hypo-arousal (bij totale weerloosheid - passieve vermijding).

Door het verhaal van de cliënt telkens te vertalen en te kaderen in het schema van het tolerantievenster, gaat deze het eigen gedrag (en dat van anderen) begrijpen op een niet oordelende manier. Er groeit met andere woorden begrip voor het eigen handelen of niet-handelen. Zo krijgt de cliënt onder andere voeling met het ingewikkeld mechanisme dissociatie, en gaat hij begrijpen waarom hij dingen doet die hij eigenlijk niet wil (of omgekeerd) en waarom hij niet leert uit zijn fouten. Gaandeweg maken gevoelens van schuld, zelfverwijten en vooral schaamte plaats voor begrip en mildheid.

Werken met het tolerantievenster brengt ook het lichaam in de aandacht. Je focust immers telkens opnieuw op de manier waarop die arousal concreet wordt ervaren, nl. als spanning in het eigen lichaam. Zo bouw je vanaf het begin van de therapie aan een hernieuwde relatie met het geschonden lichaam.

Ook voor jou als hulpverlener is het tolerantievenster een onmisbaar instrument. Het helpt je om de mentale toestand van de cliënt te taxeren, geeft inzicht in de zin en onzin van je therapeutische interventies en doet mentaliserend nadenken over je eigen tegenoverdracht. De theorie van het tolerantievenster laat zich in elk therapeutisch denkkader invoegen en geeft teams een gemeenschappelijke taal om over het functioneren van cliënten te spreken. In de werkwinkel staan we stil bij verschillende manieren om het tolerantievenster in je sessies te gebruiken, we maken de verbinding met de triune brain-theorie van McLean en de polyvagale theorie van Porges, en geven een overzicht van belangrijke stabilisatie-technieken bij hyper- en hypo-arousal. Er is alle ruimte voor eigen inbreng en casus-bespreking.

Stijn Leijssen is master muziektherapie, cliëntgericht psychotherapeut, EMDR-therapeut en hypnotherapeut. Hij is master klassieke talen, en behaalde eerste prijzen notenleer, klarinet, transpositie, kamermuziek en muziekgeschiedenis. Hij werkt in PC Bethanië met mensen met een psychose en heeft een eigen praktijk (ReLaSi).

- workshop F : **“Opnieuw verbinden ; samen zoeken naar afstemming”, over trauma bij jongeren**

door Evi Naessens & Karen Roose

We starten deze workshop met een korte theoretische insteek waarbij we ingaan op de **verbinding** tussen lichaam en geest(brein) en welke invloed trauma hierin kan hebben. Daarnaast willen we ook de **verbinding** maken tussen de theorie en praktijk waarbij een aantal gerichte psychomotorische opdrachten aan bod komen. Hoe kunnen we jongeren met trauma helpen met de afstemming op de ander

- Evi Naessens is psychomotorisch therapeute en werkt sinds 2000 op de afdeling de Kaap (Kinder- en jongeren psychiatrische afdeling, Karus, Melle). Geïnspireerd door het boek Traumasporen (Bessel Van Der Kolk) en door haar jongeren zelf die deze trauma's iedere dag opnieuw te lijf gaan, met vallen en opstaan.

- Karen Roose is Master in de psychologie (2001 UGent) en Experientieel en ontwikkelingsgericht kinder- en jeugdtherapeut (2007). Werkzaam in de kinder- en jeugdpsychiatrie sinds 2007, met omzwervingen langs psychose zorg en jongvolwassenen. Geïnspireerd door Bessel Van der Kolk, Judith Herman, Nicole Vliegen, en vele anderen

- workshop G : **“Het lichaam herinnert zich”, over trauma bij ouderen** door Maria Panas & Philippe Minguet

Het doel van deze workshop is perspectief aan te bieden over kinesitherapie en PMT-behandelingsmogelijkheden bij ouderen met trauma met of zonder cognitieve moeilijkheden.

Inhoud van de workshop:

Trauma bij ouderen zonder dementie

- Opdracht: hoe kunnen we het lichaamsbeeld/lichaamsperceptie evalueren?
- Korte casusvoorstelling
- Aanpak in de individuele (kinesi)therapie
- Team samenwerking
- Aanpak in groepstherapieën en PMT
- Open discussie en ervaring delen

Trauma bij ouderen met dementie

Coping-mechanismen die iemand jarenlang hielpen om een symptoomvrij leven te leiden na een traumatische ervaring zouden kunnen falen als gevolg van veroudering en aandoeningen die de hersenen van ouderen beïnvloeden. In dit tweede deel van de workshop wil ik technieken presenteren die in de klinische praktijk een kalmerend effect vertonen bij ouderen met dementie en gedragsproblemen met een geschiedenis van trauma.

- Maria Panas studeerde in 2011 af als kinesitherapeut aan de Charles University in Praag en werkte daarna in het Algemeen Universitair Ziekenhuis in Praag. In het jaar 2013-2014 nam zij als Erasmusstudent deel aan een onderzoeksprogramma in neurologische revalidatie aan de KU Leuven. In 2016 studeerde ze af aan de KU Leuven als Master in de Revalidatiewetenschappen en Kinesitherapie met specialisatie in de Geestelijke Gezondheid. Momenteel werkt zij aan het Universitair Psychiatrisch Ziekenhuis in Kortenberg als kinesitherapeut en psychomotorisch therapeut op de ouderenafdeling. Zij volgt momenteel de opleiding Relaxatietherapie bij kinderen en volwassenen aan de KU Leuven

- Minguet Philippe is Master in de revalidatiewetenschappen binnen de neurologische revalidatie en binnen de geestelijke gezondheidszorg. Werkzaam als kinesitherapeut en psychomotorisch therapeut op de ouderenafdeling (ouderen met dementie en gedragsproblematiek) en de centrale kinedienst te UPC KU.Leuven campus Kortenberg.

Met vriendelijke groeten,

Erik Mertens