

Symposium Vereniging Pessopsychotherapie

‘Woorden zijn niet genoeg’ *Iman Baardman*

Helende effecten van de lijfelijke ervaring in de (psycho)therapie en het raakvlak met de neurowetenschap.

PROGRAMMA

09:00-09:30 uur	Ontvangst met koffie en thee
09:30-09:45 uur	Opening dagvoorzitter. Gisela van Gerven
09:45-10:30 uur	“Van Big Bang tot Burn-out: een Big history van stress” door de Dr. J.G. Witte Hoogendijk
10:30-11:15 uur	“Het gevangen en bevangen lijf” door Dr. Nelleke Nicolai
11:15-11:45 uur	Pauze
11:45-12:30 uur	Perquinlezing: “De Wijsheid van het lichaam en het belang van taal in PBSP” door Drs. Liesbeth de Boer.
12:30-13:00 uur	Afronding ochtendprogramma. Vragen, discussie
13:00-14:00 uur	Lunch
14:00-15:15 uur	Eerste workshopronde
15:15-15:45 uur	Pauze
15:45-17:00 uur	Tweede workshopronde
17:00-17:30 uur	Afsluiting aansluitend borrel

Accreditatie is aangevraagd bij: *volgt spoedig*

INHOUD LEZINGEN EN WORKSHOPS

Lezing de Dr. Witte Hoogendijk:

“Van Big Bang tot Burn-out: een Big history van stress”

Stress is zonder twijfel een van de meest misbruikte begrippen van deze tijd. Maar wat is stress eigenlijk en hoe kan begrip hierover helpen bij een lichaamsgerichte behandeling, zoals de Pessotherapie.

13,7 miljard jaar na de oerknal, 250.000 jaar nadat homo sapiens zijn intrede deed en twee eeuwen na de Industriële Revolutie is de wereld in steeds hoger tempo steeds complexer aan het worden. Ons stress-systeem, grotendeels gevormd in een periode waarin nog niet eens leven op het land bestond (laat staan psychologische stress), is helemaal niet toegerust om de problemen van deze tijd het hoofd te bieden. Het is dan ook geen toeval dat het aantal gevallen van slapeloosheid, depressie en burn-out een alarmerende groei laat zien.

Witte Hoogendijk is hoogleraar en hoofd van de afdeling Psychiatrie bij Erasmus MC in Rotterdam. Als psychiater behandelt hij vooral patiënten met stemmingsstoornissen en daar geeft hij ook onderwijs in. Daarnaast doet Witte al 30 jaar onderzoek naar de biologische-, psychologische- en sociale rol die stress speelt bij het ontstaan van klachten en aandoeningen, zoals depressie en burn-out. Resultaten en visie vanuit dit onderzoek heeft Witte regelmatig voor een breder publiek vertaald op televisie (Nieuwsuur, BNN's Sophie in de Kreukels, VARA's Kassa, RTL-nieuws, Omroep Max, NTR's factscheckers, VPRO's Labyrint, VARA's Nieuwslicht, RVU's Kijken in de ziel, Teleac's Codenaam Mens en Kwintessents, VPRO's Noorderlicht, NOS-journaal, VARA's Paul Witteman) en in de geschreven pers (NRC Handelsblad, Volkskrant etc). Samen met Volkskrant journalist Wilma de Rek schreef hij het boek Van Big Bang tot Burn-out: het grote verhaal over stress.

Lezing Dr. Nelleke Nicolai:

Het gevangen en bevangen lijf

Een van de zaken die in traumatherapie voor problemen zorgen is de afwisseling tussen hyperarousal (angst) en hypoarousal (dissociatie) door het dorsovagale systeem. Deze ontregeling past bij een gedesorganiseerde gehechtheid. Daarbij ontbreken innerlijke werkmodellen van een veilige Ander. Troost en geruststelling helpen niet. Het lichaam staat in een constante afwisseling van angstige verwachting (sympathische overprikkeling) en een gedissocieerde collaps (dorsovagale activatie).

Veiligheid wordt gezocht in wat van oudsher de ouder bood, ook als dat regelrecht tegen het belang van het kind inging. Te denken valt aan passieve onderwerping, het actief opzoeken van misbruik, seks of slaag om de ouder als het ware ter wille te zijn en de liefde niet te verliezen. Dit kan zo ver gaan dat volwassen patiënten denken dat zelfdoding het enige is dat de ouders eindelijk tevreden zal stemmen. In dergelijke moeilijke therapieën is de afwezigheid van een goed innerlijk object opvallend. Daniel Brown en David Elliott hebben vanuit gehechtheidstheorie het Ideale Ouderprotocol ontwikkeld dat de patiënt leert om via imaginatie een nieuwe

representatie te vormen van een "goede"ouder. Onderzoek is er nog niet veel, maar in de praktijk blijkt dit protocol goed te werken.

Bron: D. P. Brown & D. S. Elliot (2016). Attachment disturbances in Adults, New York, Norton.

Nelleke Nicolai (1947) is psychiater- niet praktiserend, psychotherapeut en psychoanalyticus Ze heeft zich sinds de jaren zeventig beziggehouden met de behandeling van vroegkinderlijk trauma: seksueel, fysiek, emotioneel en hechtingstrauma. In de jaren negentig volgde zij een opleiding in Attachment theorie bij Mary Main en Erik Hesse. Ze is een gecertificeerde beoordelaar van het Adult Attachment Interview of Gehechtheid Biografisch Interview. In 2003 volgde ze de opleiding Sensorimotortherapie (Pat Ogden). Zij schreef artikelen over hechting, trauma, gender, neuropsychoanalyse, overdracht en tegenoverdracht. In 2016 verscheen haar boek: Emotieregulatie. De Kunst van het evenwicht (Diagnosis, Leusden). Ze werkt veel met lichamelijke ervaringen en schrijft momenteel een boek over het ervaren lichaam.

Lezing drs. Liesbeth de Boer:

De Wijsheid van het lichaam en het belang van taal in PBSP

Voorbij een dichotomie van lichaam en geest

Aan het eind van zijn leven zei Albert Pesso: This body guy has become a verbal guy. Dit doet geen recht aan de complexiteit en de gelaagdheid van PBSP (Pesso-Boyden System Psychomotor). Wanneer we op de schouders van de meester gaan staan en de hele ontwikkeling van PBSP overzien, dan zien we een ontwikkeling naar een psychotherapie, waarin zorgvuldig aangesloten wordt, in het tempo van de cliënt en gedoseerd, bij de hoogste energie zoals die zichtbaar wordt in het lichaam, en bij de eigen taal van de cliënt, en waarin context leidt tot bewust worden van betekenis.

Zoals Pesso zei: “Naming and blessing starts functioning”. In deze lezing zoeken we naar een antwoord op de vraag: Wat is de functie en het belang van taal in een lichaamsgerichte therapie als PBSP?

Welke rol speelt de stem in de ontwikkeling van taal? Wat betekenen woorden in de ontwikkeling van een kind? Hoe spelen woorden in de therapie een rol? Wat is de relatie tussen woorden en ervaringen, en wat gebeurt er met ons beleven in het proces van zoeken naar woorden?

Mw. drs. E. de Boer (Liesbeth)

Liesbeth de Boer, is sinds 1982 Pesso-therapeute en vanaf 1990 supervisor en opleider van de Vereniging voor Pesso-therapie. Samen met Al Pesso heeft zij opleidingen verzorgt in Zwitserland, België en Duitsland. Zij is opgeleid in de analytische therapie en groepstherapie. Gedurende 25 jaar was ze werkzaam als therapeute in de ambulante geestelijke gezondheidszorg, zowel in instituutsverband als in de privépraktijk. Zij is adviseur in de gezondheidszorg, het onderwijs en het bedrijfsleven en past daar eveneens elementen toe uit het gedachtegoed van de PBSP.

Workshops

1. Als het niet meer lukt om te vergeten, wat we ons niet willen herinneren.

Het vinden van een nieuw evenwicht door een betere emotieregulatie.

Martine Overeem-van der Haagen

Het is niet altijd zo, dat vroeg getraumatiseerde volwassenen al op jonge leeftijd in de problemen komen. Dat gebeurt en dan weten zij vaak wel wat hen is overkomen en waar hun problemen mee te maken hebben. Maar vaker kunnen zij langdurig goed blijven functioneren en bekleden zij regelmatig maatschappelijke posities op een hun passend niveau.

Helaas kunnen hun jong opgelopen tekorten vroeg of laat hun tol eisen door het ouder worden of een onverwachte ernstige situatie en dan is er een nauwgezette en vaak ook intensieve behandeling nodig om te ontdekken wat er nu precies is gebeurd en wat er gedaan moet worden. Zij krijgen relatieproblemen, angsten en depressies, werken te hard, worden (te veel) afhankelijk van alcohol en drugs, kampen soms met overgewicht en zijn op een dag niet meer in staat te voldoen aan de eisen, die de maatschappij aan hun stelt.

Mijn workshop wil hulpverleners helpen om via het lichaam de cliënt bewuster te maken van hun diepere problemen en uit te vinden wat ze nodig hebben om hun te korten aan te vullen en/of op te lossen. In deze workshop kunnen de deelnemers, na een korte inleiding, actief de kracht van de lijfelijke interventies ervaren.

Drs. M.F. Overeem-van der Hagen.

Vrijgevestigd psychotherapeut sinds 1992.

Martine Overeem van der Hagen is opgeleid in de cliënt centered psychotherapie, hiervan ook leertherapeut; gedragstherapie; psychodrama; opleiding droomanalyse; Pesso psychotherapie.

Zij werkt eclecticisch en heeft zich in de loop der jaren gespecialiseerd in cliënten die in hun vroege jeugd zijn beschadigd door incest, mishandeling en emotionele verwaarlozing. De laatste jaren heeft zij zich meer gericht op het fenomeen onveilige hechting en gebruikt ze de Pesso psychotherapie met als ingang het lichaam om deze cliënten te helpen om hun trauma's op het spoor te komen. Via deze weg komt ze ook achter hun hechtingsstijlen en kan hen zo beter helpen om inefficiënte manieren van hun emotie regulatie af te leren en te vervangen door een gezondere manier van in het leven staan.

2. Introductie in de Pesso-Psychotherapie (PBSP)

Charlotte van der Kruijk en Arnoud van Buuren

In deze workshop maakt u aan den lijve kennis met de grondbeginselen van Pesso-psychotherapie of PBSP (Pesso-Boyden System psychomotor) aan de hand van een Pesso-trainer en een collega die juist de Nederlandse opleiding tot Pessotherapeut heeft afgerond.

Oefeningen worden theoretisch toegelicht en het principe van een Pesso-structure met basale technieken als 'microtracking', 'reversals en antidote' en 'holes in roles' gepresenteerd.

Charlotte van der Kruijk (1975), klinisch psycholoog- psychotherapeut, woont en werkt als vrijgevestigde in het bosrijke Soest. Ze heeft de opleiding tot pessotherapeut eind 2018 afgerond

en past het met veel plezier toe. Daarnaast geeft ze integratieve individuele psychotherapie, EMDR en behandelt ze (echt)paren met EFT.

Arnoud van Buuren (1956), arts-psychotherapeut, gecertificeerd Pesso-trainer, zelfstandig gevestigd psychotherapeut in Leiden. Werkt individueel en met groepen, integratief, geworteld in psychodynamische psychotherapie, EMDR en Pesso-psychotherapie.

3. Zintuigelijke verwerking en weergave.

Chris Raaijmakers

Als bewegingswetenschapper, psychomotorisch therapeut, neuro linguïstisch programmeur en GZ-psycholoog ben ik al jaren geïnteresseerd en gefascineerd in hoe mensen ‘ervaringen’ subjectief verwerken en eigen maken. Zet 10 mensen in een achtbaan, vraag alle 10 inzittenden naderhand om een beschrijving van een ervaring op een specifiek moment in een loop en je krijgt 10 unieke verschillende subjectieve weergaven.

Het feit dat deze weergaven zo uniek verschillend zijn heeft mede te maken met hoe de individuele deelnemers de ervaring op een eigen wijze zintuiglijk verwerken. De een zal dit vnl. visueel verwerken, een ander meer auditief, een derde vnl. kinesthetisch, maar het is ook mogelijk dat een deelnemer dit vooral olfactorisch dan wel gustatorisch verwerkt en weergeeft. In de verwerking van onze dagelijkse ervaringen blijkt het n.l. zo te zijn dat mensen dit in eerste instantie doen vanuit een voorkeurszintuig. Een visueel ingesteld mens bijvoorbeeld zal een dagelijkse ervaring eerder met behulp van geassocieerde beelden verwerken en weergeven.

In deze workshop gaan we op zoek naar je eigen voorkeurszintuig. Dit kan er een zijn maar ook meerdere. Ook zal in deze workshop blijken dat er een verband bestaat tussen je voorkeurszintuig(en) en de stand van je ogen als wel je verbale weergaven.

Tijdens diverse behandeltrajecten is mij duidelijk geworden dat het aansluiten op het voorkeurszintuig enorme mogelijkheden geeft in de afstemming en in de toepassing van interventies. In mijn EMDR-behandelingen bijvoorbeeld zie ik de potentie van het aansluiten op het voorkeurszintuig van de cliënt dan wel het bekrachtigende effect van de behandeling door meerdere zintuigen in de toepassing te betrekken.

Info over Chris Raaijmakers volgt nog

4. Mind eye Power.

Jacqueline Venbrux

Mind Eye Power is een innovatieve lichaamsgerichte methode ontwikkeld en gepresenteerd door Jacqueline Venbrux. Mind Eye Power is gebaseerd op inzichten die voortkomen uit nieuwe wetenschap over de werking van hersenen, mind en ogen, het psychologisch model van traumaverwerking en eeuwenoude kennis over de energetische werking van brein en lichaam.

Met Mind Eye Power breng je op een milde, eenvoudige en effectieve wijze diepgaande verandering in stress, hardnekkige overtuigingen, onverwerkte emoties en (gevolgen van) trauma van je cliënten en maak je de weg vrij voor meer balans en een nieuw perspectief. Dit doen we

met oogbewegingen en geestkracht (gerichte aandacht en intentie). De oogbewegingen in combinatie met de juiste mindset geeft de methode zijn krachtige werking.

Tijdens de workshop zal Jacqueline Venbrux een stukje van de sluier oplichten over deze methode en ons in de ervaring meenemen. We staan stil bij de Power van Mind en Eye.

De ogen zijn de spiegel van de ziel. Wat hebben deze kleine indrukwekkende orgaantjes ons te vertellen? Ze spreken een eigen taal, de taal van het onbewuste. Waar je kijkt heeft invloed op wat je voelt en wat je voelt heeft invloed op waar je kijkt. De ogen zijn een toetsenbord van de hersenen.

Je zult in deze workshop het diepgaande harmoniserende effect van Mind Eye Power gaan begrijpen en ervaren. Wil je kennismaken met Mind Eye Power. Kom dan naar de workshop! Het zal een eye opener voor je zijn!

Jacqueline Venbrux heeft 17 jaar gewerkt als lichaamsgericht werkend psychologe binnen de GGZ. Daarnaast is ze al jarenlang Mindfulness trainer en co-trainer aan de Effortless Coaching opleiding. Als psychologe gaf ze regelmatig EMDR-sessies aan mensen met posttraumatische stress klachten binnen de angstpolikliniek voor intensieve angst en traumabehandeling. Dat enkel het bewegen van de ogen de emotionele lading letterlijk en figuurlijk kan ontzenuwen fascineerde haar. Toch miste ze in deze benadering het direct aanspreken van de fysiologie en het onderbewuste. Ze wilde graag lichaam en geest in hun totaliteit betrekken waarmee ze immers zo vertrouwd was te werken Hierdoor ontstond begin 2014 de integratieve Mind Eye Power methode.

Voor meer informatie zie: <https://mindeyepower.nl/>