

Beweging in trauma

Psychomotorische therapie in de stabilisatiefase van complex trauma

Mensen met complex (meervoudig en langdurig) trauma lijken onvoldoende baat te hebben bij het huidige verbale therapieaanbod. Uit recent neurobiologisch onderzoek komt naar voren dat mogelijk de evolutionair oudere hersensystemen die centraal staan bij het reguleren en verwerken van overweldigende stress niet goed worden bereikt via verbale, cognitieve interventies.

Psychomotorische therapie wordt regelmatig ingezet in de behandeling van complex trauma, maar er is nog weinig onderzoek naar de mogelijkheden van psychomotorische therapie als interventie in de eerste fase van traumabehandeling.

Als gevolg van het trauma ontstaan verlies van contact met het lichaam en verstoring in het herkennen, reguleren en het uiten van gevoelens. Veelal blijven ernstige psychosomatische klachten bestaan. In 'Beweging in trauma' beschrijven we uitgebreid een behandelprogramma dat als doel heeft dat mensen met complex trauma het contact met hun lichaam herstellen en weer zelf regie over hun lichaam en leven krijgen. Daartoe worden werkvormen gebruikt gericht op lichaamsbewustwording, vertrouwensoefeningen en controle bevorderende technieken en is er aandacht voor het aangeven van grenzen.

Aan deze psychomotorische module die bij de start van behandeling aangeboden kan worden, is een interventiestudie gekoppeld naar de werkzaamheid ervan.

Mia Scheffers is bewegingswetenschapper, psychomotorisch therapeut en seksuoloog. Zij is werkzaam als onderzoeker bij het Kenniscentrum Bewegen en Educatie van Hogeschool Windesheim en projectleider van 'Beweging in trauma'.

BEWEGING IN TRAUMA



Psychomotorische therapie in de stabilisatiefase van complex trauma

Mia Scheffers, Ingrid Nissen, Sjoukje Verveld, Krista van Berkel,
Janneke Hatzmann, Joeske van Busschbach

