



GGNet
AMARUM

Expertisecentrum eetstoornissen



NAE CONGRES: EETSTOORNISSEN IN BEWEGING

EETSTOORNISSEN ALS TRAUMADEEL,

HOE HET LICHAAM WEER OP EEN GEZONDE MANIER
IN BEWEGING TE KRIJGEN

SONJA SCHREURS - PSYCHOMOTORISCH THERAPEUT
ELKE WEZENBERG - GZ-PSYCHOLOOG





INHOUD - KORTE INTRODUCTIE

- Eetstoornissen in combinatie met (Complexe) PTSS
- Structurele dissociatie en ontstaan van delenmodel
- TIST en Sensorymotor Psychotherapy uitleg
- Werkvormen

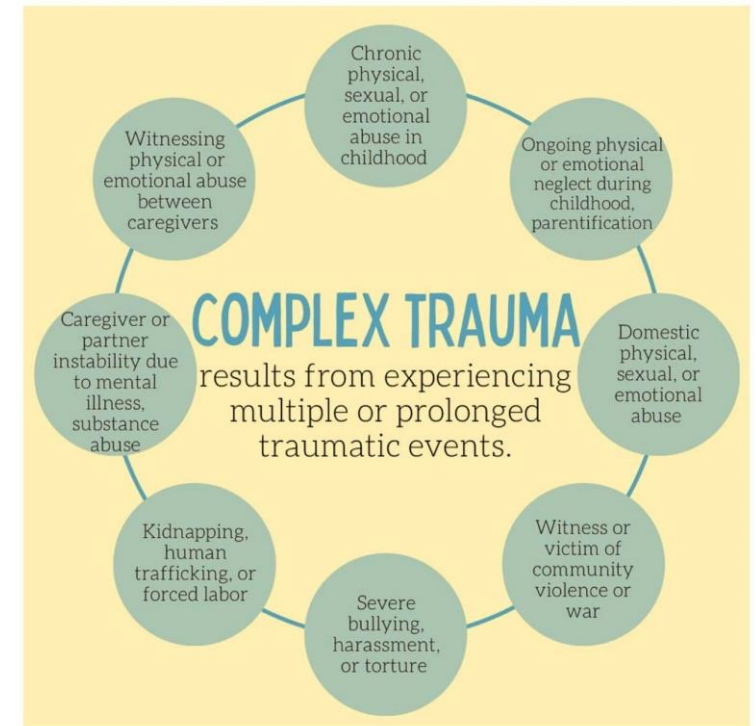


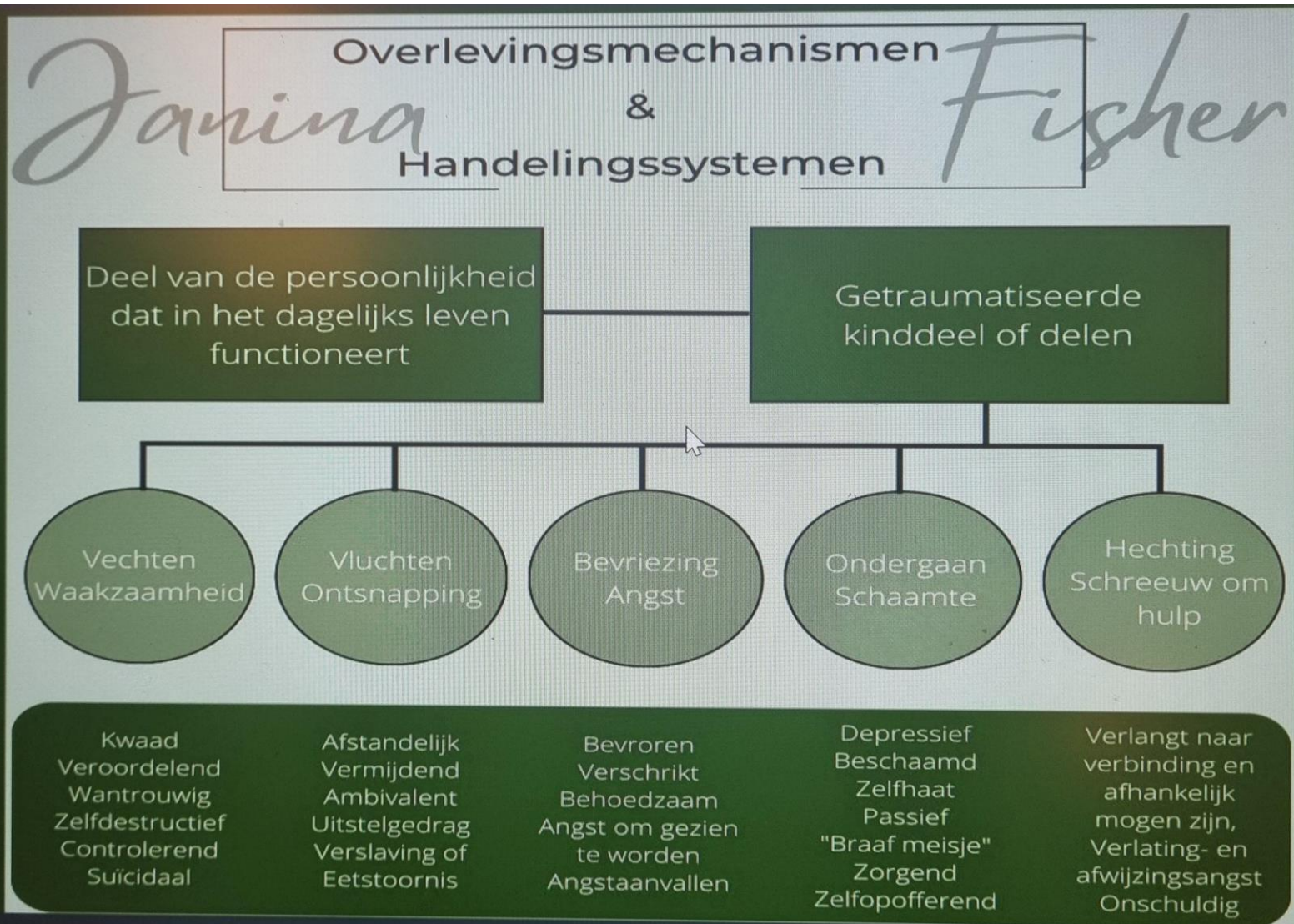
VOORBEELD CLIENT

- 'Jennifer'
- Beperkende en purgerende eetproblematiek.
- Intake geen vermelding trauma, 'normale jeugd'.
- Gedurende opname lukt het niet om eetplan op te bouwen en te herstellen in gewicht.
- Wat zien we?:
 - eten niet kunnen doorslikken, paniek!
 - voortdurend bevroren, schrikachtig, dissociatieve momenten.
 - constant rondjes willen lopen.
 - toename automutilatie en suïcidaliteit.
 - stil aanwezig in groepsblokken.
- ES om niet te hoeven voelen.
- Er blijkt sprake van een geheim gezinsdrama in de jeugd.

(C)PTSS & EETSTOORNISSEN

- Co-morbiditeit van PTSS & ES 10% tot 47%
- PTSS vs Complexe PTSS / trauma
 - Enkelvoudig vs meervoudige traumatische gebeurtenissen
 - Flashbacks & herbelevingen vs ... en emotieregulatie problemen, interpersoonlijke problemen, laag zelfbeeld.
 - Richtlijn behandelen: traumagerichte behandeling vs fase gerichte of gecombineerde aanpak:
 - **stabilisatie vaardigheden**,
 - traumaverwerking (bv EMDR of Imaginaire exposure)
 - integratie (rouw, herstel seksualiteit en intimiteit, ouderschap, zingeving)





Delenmodel van Janina Fisher, gebaseerd op model van structurele dissociatie

- Ontkoppeling tussen linker- en rechterhersenhelft
- Innerlijke fragmentatie en afsplitsing van delen (innerlijk conflict)
- Delen reageren met gedragingen die een weerspiegeling zijn van de verschillende dierlijke verdedigingsvormen
- Subdelen

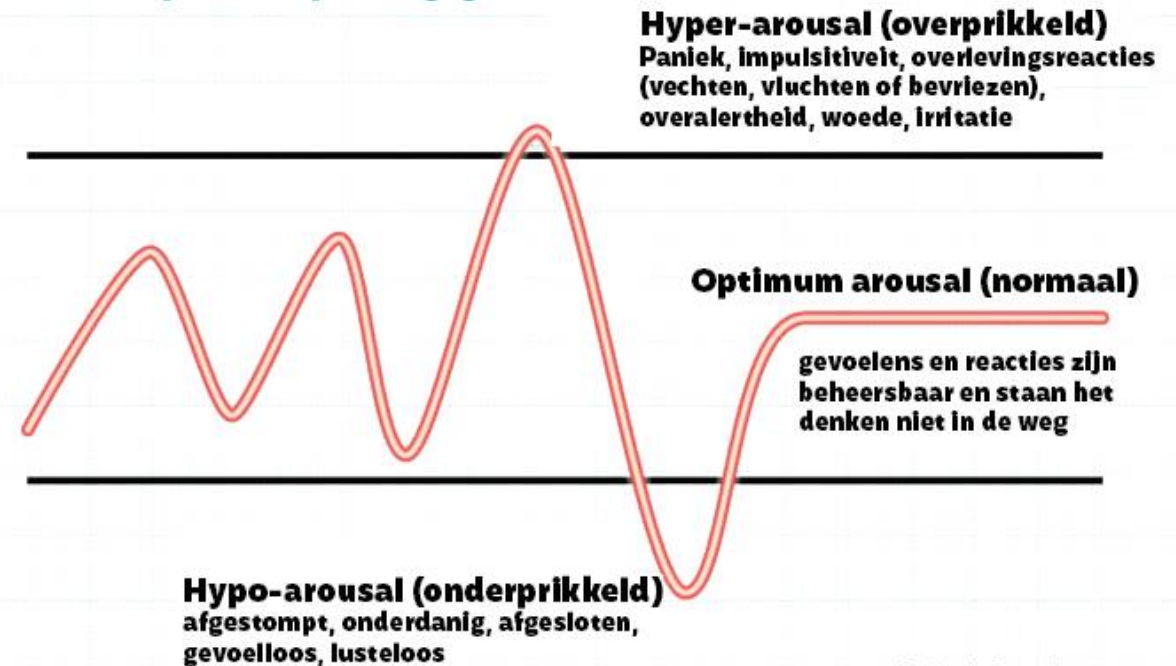
TRAUMA INFORMED STABILISATION TRAINING (TIST)

Taal van de delen met als doel om mindful bewust te worden van structurele dissociatie

- Window of tolerance
- Vaardigheden leren om deel wat normaal doorleeft te vergroten
- Prefrontale cortex online houden

Window of tolerance

Het optimale spanningsgebied



©Psychologie Vandaag
Naar: Siegel (1999)



TRAUMA INFORMED STABILISATION TRAINING (VERVOLG)

- Beschermende delen versus kwetsbare (kind)delen
- Beschermende delen erkenning geven, hebben goede intentie, ondanks hun destructiviteit (vb braken, extreme beweegdwang)
- Beschermende delen hebben vertrouwen nodig in de client om opzij te mogen stappen
- Toestemming vragen aan de beschermende delen om te oefenen.
- Veel uitleg geven over angst van de beschermende delen en hoe ze maar kort werken

VOORBEELD

- Merk alle weerstand, scepticisme en angst op als een beschermend deel
- Ontmeng je van dat deel
- Wees nieuwsgierig: waar is dit deel bang voor?
- Bevestig het harde werk om de client te beschermen en of te overleven



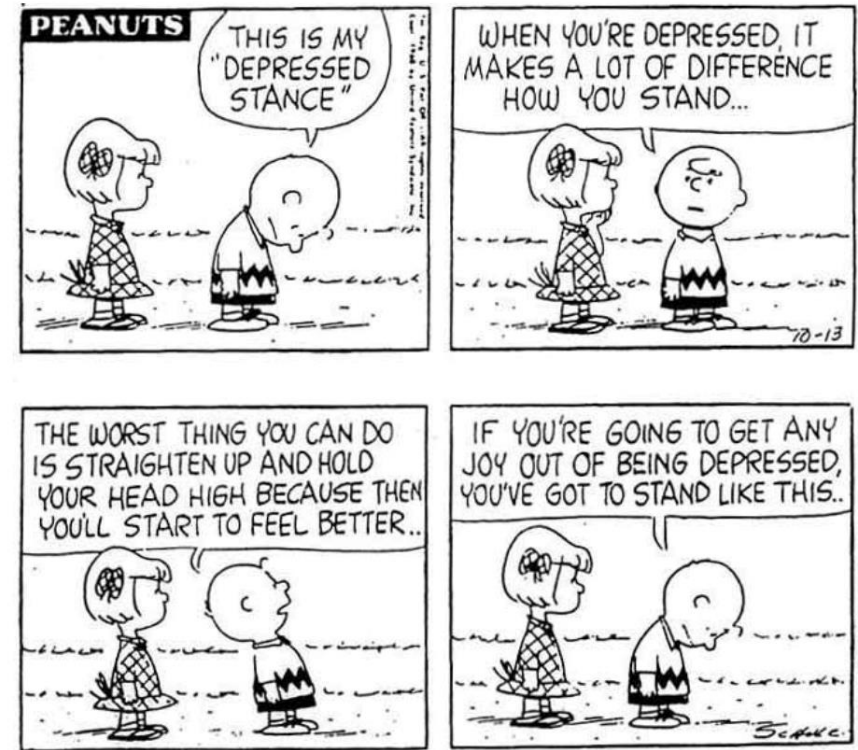
SENSORIMOTOR PSYCHOTHERAPY - HULPBRONNEN / VAARDIGHEDEN

TIST maakt ook gebruik van elementen uit SP

SP is lichaamsgerichte psychotherapie vorm
(Pat Ogden)

Fase 1: inzetten van hulpbronnen om window te verbreden en spanning te reguleren

Oefening



HULPBRONNEN BIJ EETSTOORNISSEN

- Van hoog tempo lopen, naar bewust met aandacht korte stukjes lopen
- Boosheid uiten op bokszak, ipv braken
- Je uitspreken over gevoelens, gedachtes
- Yoga, rustige beweegvormen
- Bewust van spanning bij je keel, aandacht voor ademhaling en grounden





VOORBEELD CLIENT - VERVOLG - VAAK IN VERTRAGING / LANG PROCES

Jennifer' in behandeling

1. PTSS klachten zichtbaarder en langzaam aan worden meerdere traumatische gebeurtenissen duidelijk.
2. In kleine stappen van bewustwording en erkenning, psycho educatie
3. Eerst meer 'traumastabilisatie vaardigheden' om in het hier en nu te kunnen blijven in de WOT.
4. Dan gerichte traumaverwerking (EMDR, IE, ImRs) icm vaardigheden om in WOT te blijven.

Proces van jaren: in verschillende behandelingen en opnames kan client stapjes zetten in traumabehandeling.



DANK VOOR DE AANDACHT

- Websites:
- Home - Janina Fisher
- sensorimotorpsychotherapy.nl - SPIPA-NL is de Vereniging Sensorimotor Psychotherapy Nederland
- Sensorimotor Psychotherapy Institute - Trauma Training
- Informatie, artikelen en hulpbronnen rondom trauma | Traumanet.nl