

Deze Nieuwsbrief geeft informatie over Somatic Experiencing®, traumahealing volgens de methodiek ontwikkeld door Dr. Peter Levine. De stichting Somatic Experiencing® Nederland verzorgt de drieja-

rige vervolgopleiding voor professionals tot SE Practitioner. Ook zijn er workshops voor professionals die zich verder willen scholen in traumawerk. Zie voor meer informatie [www.traumahealing.nl](http://www.traumahealing.nl).

## Meer SE-traumatherapeuten



Nu is het zover! Met genoeg kan ik nieuwe collega's in het traumaveld begroeten die de 3-jarige Somatic Experiencing® opleiding met succes hebben afgerond. Het is de eerste groep die is afgestudeerd met voornamelijk deelnemers uit Nederland. De vraag naar SE therapeuten is groot. Ik ben blij dat er nu meer SE-Practitioners zijn. Niet alleen met betrekking tot traumatherapie, maar ook in andere werkvelden, zoals

coaching en onderwijs. Omdat ik in deze groep assisteerde, heb ik de ontwikkeling van mijn collega's kunnen meemaken. Ik zie hoe ze SE met hun eerdere beroepsopleiding combineren en door deze integratie behalen ze in hun werk betere resultaten. Zeven jaar geleden werd SE uit de Verenigde Staten naar Nederland gehaald. In 2008 werd de Stichting Somatic Experiencing® Nederland (SEN) opgericht met het doel

traumaverwerking te bevorderen, met name door het uitdragen van het gedachtegoed van SE. SE is een lichaamsgerichte traumatherapie die werkt met de fysiologie.

Dat doel wordt ook verwezenlijkt door bij- en nascholingen en opleidingen tot Somatic Experiencing® Practitioner te verzorgen. Inmiddels start elk jaar een nieuwe groep met enthousiaste studenten, die begeleid wordt door een sterk assistenten-team. Dit team en nog enkele vrijwilligers hebben een flinke bijdrage geleverd om dit tot stand te brengen. Ook hen wil ik danken, zij hebben meegeholpen dat de stichting gezond kon groeien!

De nieuwe SE-traumatherapeuten zijn te vinden op [www.traumahealing.nl](http://www.traumahealing.nl)

**Drs. Rachporn Sangkasaad Taal**  
voorzitter SEN

## NARM-training door Larry Heller

Voor de training rond het NeuroAffective Relational Model van Dr. Larry Heller die vorig jaar in Nederland werd gegeven, was erg veel belangstelling. Daarom wordt de training dit jaar opnieuw gehouden, van 28 tot en met 30 oktober in conferentiehuis De Poort in Groesbeek. In zijn model gaat Heller er

vanuit dat het vooral de overlevingspatronen van mensen zijn die hen uiteindelijk in de weg zitten. NARM geeft aanknopingspunten om te werken met het zenuwstelsel, maar ook met de relationele ontwikkeling die we als mens hebben doorgemaakt.

Meer over deze training op pagina 2 van de nieuwsbrief.

## Introductieworkshops in februari en april

Professionals die willen kennismaken met Somatic Experiencing® kunnen deelnemen aan een van de introductieworkshops in Groesbeek. In de workshops wordt veel informatie gegeven over de methode, die er vanuit gaat dat een heftige, traumatische gebeurtenis leidt tot een overweldiging van het autonome zenuwstelsel. Bij de behandeling van traumatische klachten moet daarom nadrukkelijk het lichaam worden betrokken. Dan is het mogelijk om de traumatische spanning in het systeem alsnog te ontladen.

De workshop op 8 en 9 februari wordt gegeven door Drs. Rachporn Sangkasaad Taal. Zij werkt sinds 2001 in Nederland als psychologe, coach en trainer. De tweede workshop, op 18 en 19 april, wordt geleid door Elisabeth Schneider-Kaiser. Zij was een van de eerste SE-therapeuten in Europa.

Deelname kost € 375,- voor twee dagen, inclusief overnachting (tweepersoonskamer), koffie/thee en maaltijden.

Mensen die overwegen om deel te nemen aan de volgende SE-opleiding, die op 25 september begint, moeten in elk geval een van de twee introductieworkshops volgen. Aanmelden kan per e-mail via [info@traumahealing.nl](mailto:info@traumahealing.nl) of telefonisch via 06- 57272 641.

# Dr. Larry Heller geeft weer training over NeuroAffective Relational Model

Voor de workshop rond het door hem ontwikkelde NeuroAffective Relational Model was vorig jaar veel belangstelling. Daarom geeft Dr. Laurence Heller deze training opnieuw.

Als mens hebben we bepaalde fundamentele waarden nodig om te kunnen functioneren. Het gaat om contact met onszelf en anderen, afstemming op wat we in het leven nodig hebben, vertrouwen en veiligheid, autonomie en liefde/seksualiteit. Als deze waarden niet beschikbaar zijn of we kunnen er niet op vertrouwen, dan ontwikkelen we als kind overlevingspatronen om ons staande te kunnen houden.

Het zijn deze overlevingspatronen die uiteindelijk echter ook voor problemen zorgen, zegt Dr. Larry Heller. In het door hem ontwikkelde NeuroAffective Relational Model (NARM) legt hij de focus daarom niet op *waarom* iemand is zoals hij is, maar vooral op hoe zijn overlevingspatronen hem in het hier en nu in de weg zitten. Ook biedt hij met zijn methodiek handvaten om

cliënten te ondersteunen bij hun zelfregulatie.

## Lichaamsbewustzijn

NARM biedt een model om met mensen te werken vanuit de kennis over het zenuwstelsel, maar ook over de relationele ontwikkeling. Het lichaamsbewustzijn speelt in die benadering een grote rol. Heller maakt in het model de verbinding tussen lichaamswerk, psychodynamica en de ervaringen vanuit Somatic Experiencing®.

Dat Larry Heller de zelfregulatie door cliënten koppelt aan de regulatie van het zenuwstelsel ligt voor de hand. Hij heeft immers grote affiniteit met het gedachtengoed

van Peter Levine, met wie hij al jaren samenwerkt.

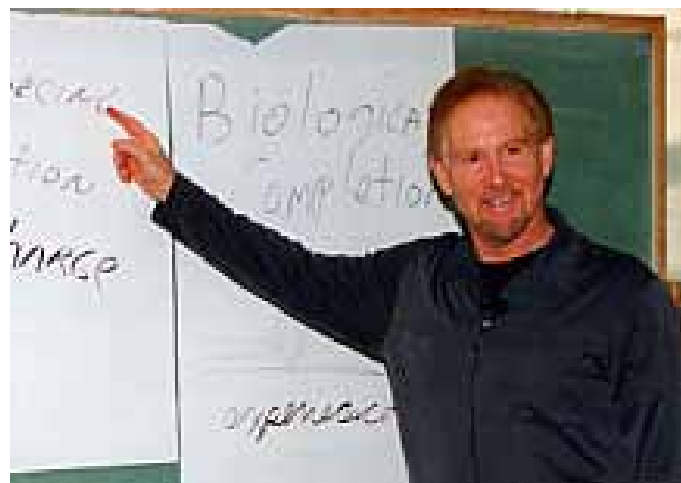
“SE past uitstekend in de aandacht die binnen de neurowetenschap de laatste jaren is ontstaan voor de werking van het zenuwstelsel. Dat is een belangrijk stuk van de kennis die we daarin aan het opdoen zijn: zelfregulatie en regulatie van het zenuwstelsel. SE is daarin heel effectief”, aldus Larry Heller. Ook is een belangrijke overeenkomst tussen het NARM-model en Somatic Experiencing® dat in beide methoden niet wordt gewerkt met herbeleving. “Met SE willen we mensen juist niet de traumatische gebeurtenis laten herbeleven. We willen ook niet dat ze

zo'n gebeurtenis woord voor woord beschrijven. We hebben het meer over ‘heronderhandelen’ in plaats van ‘herbeleven’. In dat proces help je het zenuwstelsel om zichzelf te reguleren. Bij andere therapieën was het belang van het zenuwstelsel vele jaren onduidelijk of onderbelicht.”

## Karakterstijlen

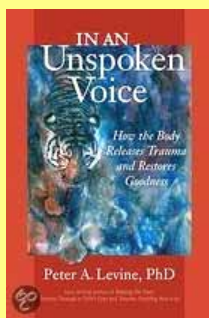
Er is ook een belangrijk samenspel met de karakterstijlen. Mensen die te maken hebben gehad met trauma dat leidde tot een van de vroege karakterstijlen, zijn veel gevoeliger voor overweldiging bij een latere traumatische gebeurtenis. Ze komen eerder in de bevroering terecht. In de manier waarop hij zelf met cliënten werkt, richt Heller zich daar in het bijzonder op. Ook in zijn NARM-model speelt dit een rol.

De training wordt gehouden van 28 tot en met 30 oktober in De Poort in Groesbeek. Deelname aan de driedaagse kost € 635 inclusief verblijf (tweepersoonskamer), koffie/thee en maaltijden. Aanmelding kan per e-mail via [info@traumahealing.nl](mailto:info@traumahealing.nl) of telefonisch via 06 57272641.



## Indrukwekkend boek van Dr. Peter Levine

Veel mensen zien trauma als een mentaal probleem, soms zelfs als een afwijking in de hersenen. In werkelijkheid is trauma iets dat zich ook en vooral in het lichaam afspeelt. Bij de behandeling moet dat lichaam dus centraal staan.



Dat geeft alle aanknopingspunten om de grote hoeveelheid stress die is ontstaan, los te laten. Dat is de centrale boodschap in het nieuwe boek van Peter Levine, ‘In an Unspoken Voice’. Levine geeft indrukwekkende voorbeelden van

het werken met trauma in de spreekkamer van zijn praktijk. Hij beschrijft ook zijn persoonlijke ervaringen, die hij opliep op een haast fatale ochtend in februari van 2005, toen hij vlak bij zijn huis door een auto werd aangereden. Deze voor hem schokkende gebeurtenis leverde hem geen trauma op en in zijn boek beschrijft hij

waarom. ‘In an Unspoken Voice’ geeft een goed overzicht van zijn methodiek en is misschien wel zijn meest veelomvattende werk tot nu toe. Een Nederlandse vertaling is er nog niet, maar de oorspronkelijke uitgave (ISBN 978-1-55643-943-8) is ook hier te koop, onder andere via [www.bol.com](http://www.bol.com). Prijs € 19,99.

Barbara Ann Koopmans:

## 'Verschillend trauma heeft eigen aanpak nodig'

Barbara Ann Koopmans, Somatic Experiencing® Practitioner in Arnhem, werkt in haar praktijk dagelijks met cliënten met traumagerelateerde klachten. Dat zijn mensen met een shocktrauma, waarbij er sprake is geweest van een plotselinge, heftige gebeurtenis, maar ook met andere vormen van trauma, waarbij de overweldiging van het systeem niet plotseling en zeer heftig, maar langdurig of voortdurend plaatsvond. "Ik werk niet met al die mensen op dezelfde manier. Het is belangrijk om rekening te houden met het soort trauma. Voor de behandeling van een shocktrauma, bijvoorbeeld als gevolg van een auto die tegen een boom rijdt, zijn vaak maar een paar sessies nodig. Bij een ontwikkelingstrauma kost behandeling veel meer



tijd. Je hebt dan een andere aanpak nodig."

Volgens Barbara komt trauma veel algemener voor dan dikwijls wordt aangenomen. "Een emotioneel trauma kan al optreden als oma ineens overleden blijkt te zijn, of de hond. Een ontwikkelingstrauma kan ontstaan door verwaarlozing in de jeugd of door scheiding van de ouders op jonge leeftijd van het kind.

Of kijk wat er gebeurt als iemand getuige is van iets dat anderen overkomt terwijl je er niets aan kunt doen om het te voorkomen. Het zijn allemaal gebeurtenissen die een overweldiging van het zenuwstelsel teweeg brengen. Ook fysieke verwondingen en beschadigingen kunnen een trauma veroorzaken, zoals verbrandingen of een vergiftiging. Dat geldt eveneens voor een operatie. Wie geopereerd moet worden, wordt door de anaesthesist qua bewustzijn wel 'weggemaakt', maar het lichaamervaart de operatie toch als een bedreiging", aldus Barbara.

### Eerder trauma

Niet elke heftige ervaring in het leven levert een trauma op. Sommige mensen krijgen na een ongeval geen

verschijnselen die op trauma kunnen duiden, anderen juist wel. Barbara Koopmans: "In dat laatste geval blijken er ook eerder opgetreden shocktrauma's te zijn, of er was sprake van een emotionele gebeurtenis die niet is verwerkt. Het zenuwstelsel is dan al eerder hevig overbelast geraakt. Dan kan een nieuwe gebeurtenis een veel grotere impact hebben." Heel belangrijk is dat de Somatic Experiencing® Practitioner in zijn behandeling alles koppelt naar het lichaam, in plaats van dat over de traumatische gebeurtenis alleen maar wordt gepraat. Op die manier wordt hertraumatisering voorkomen. Barbara Koopmans: "Door via het lichaam alsnog de spanning af te voeren, kan herstel optreden."

## Opleiding Somatic Experiencing® vanaf september

De volgende opleiding tot Somatic Experiencing® Practitioner begint op 25 september 2011 in conferentieoord De Poort in Groesbeek. De driejarige opleiding is bedoeld voor professionals die werken als therapeut, arts, coach of trainer.

De opleiding bestaat uit drie trainingsblokken per jaar van elk vier dagen. In het eerste jaar ligt de nadruk op de fysiologische basis van trauma en de effecten die een heftige gebeurtenis heeft op het autonome zenuwstelsel en op de hersenen. De studenten leren werken met hulpbronnen, de gevoelde ervaring in het lichaam en het herkennen van traumatische reacties. In het tweede jaar ligt de focus op de verschillende vormen



Conferentieoord De Poort in Groesbeek, locatie van de SE-opleiding.

van trauma, zoals ontwikkelingstrauma en shocktrauma. In het derde jaar komen onder andere de relatie van trauma en verschillende klinische syndromen aan bod. De deelnemers doen veel eigen ervaring op, zowel in de opleidingsblokken als in persoonlijke sessies. Ook werkt de student onder supervi-

sie met cliënten. Deelname aan de opleiding staat open voor professionals met een relevante mensgerichte opleiding op minimaal HBO-niveau. De opleiding wordt gegeven door internationale trainers, waaronder Dr. Larry Heller, Sonia Gomes, Steven Hoskinson en Raja Selvam. De kosten van de opleiding

bedragen €1875 per jaar. Daar bovenop komen de kosten van overnachtingen en verblijf, ongeveer €300 per blok. Wie overweegt in te schrijven voor de opleiding moet deelnemen aan een van de introductiewerkshops. Meer informatie over de opleiding op de website van SEN, [www.traumahealing.nl](http://www.traumahealing.nl).

## 'SE is een zeer zinvolle aanvulling'

In september 2007 startte de eerste SE-opleidingsgroep met bijna alleen maar Nederlandse deelnemers. Daar maakte ik deel van uit, enthousiast geworden door het boek van Peter Levine en door een inspirerende SE-introductiedag.

Het eerste jaar was pittig. We kregen les van een swingende

Sonia Gomes uit Brazilië in Braziliaans-Engels. Het vroeg een flinke concentratie om haar goed te kunnen volgen. Nu is er bij alle SE-opleidingsactiviteiten een tolk aanwezig; de vertaling blijkt een enorme hulp te zijn, mede omdat je de stof dan nog eens herhaald krijgt.

Ook pittig was het feit dat je (natuur-

lijk) voortdurend met trauma werkt: in demonstraties en in de oefeningen met elkaar. De trauma-energie was vaak voelbaar en dat kon vermoeiend zijn. In de loop van de tijd leer je steeds beter je eigen systeem te reguleren, wat uiteraard zeer belangrijk is, ook voor je functioneren als therapeut.



Wat mij zeer aanspreekt in SE is dat je niet zozeer het trauma openlegt bij de cliënt, maar dat je zorgt dat de cliënt dit kan 'containen'. Je maakt gebruik van interne en externe hulpbronnen die de cliënt heeft. Je praat veel minder en maakt meer gebruik van hetgeen de cliënt in zijn of haar lichaam voelt. En in de drie jaar opleiding heb je een aantal betekenisvolle 'tools' geleerd die je in een sessie in kunt zetten, zoals het 'titreren' (in kleine stapjes de trauma-energie toelaten), het 'pendelen' (tussen traumagebied en hulpbron) en specifieke aandachtspunten voor verschillende soorten trauma (shock-, emotioneel-, ontwikkelingstrauma). Voor mij is SE een zeer zinvolle aanvulling op mijn werk rondom verlies en rouw.

Mieke Ankersmid

## Marianne Bentzen en Suzan Hart over NeuroAffectieve Psychotherapie

Marianne Bentzen geeft samen met Susan Hart vanaf 6 juni 2011 in drie blokken van elk vijf dagen een intensieve training rond Neuroaffectieve psychotherapie.

De deelnemers krijgen in deze opleiding een basisbegrip van de neuroaffectieve ontwikkelingspsychologie, gebaseerd op het concept van het drievoudige brein. Dat wordt gevormd door de hersenstam, het limbische systeem en de neocortex. De deelnemers kijken naar de verschillende ontwikkelingsstadia en onderzoeken hoe de relatie met anderen zich ontwikkelt. Ook komen de structuur en de ontwikkeling van het autonome en het lymbi-

sche systeem aan de orde. In het laatste opleidingsblok ligt de focus op de ontwikkeling van de neo-cortex en onderwerpen als de vorming van mentale structuren, de narratieve functies en de mogelijkheid om te reflecteren op jezelf.

Elke trainingsweek bestaat uit theoretische stof, demonstratiesessies, uitwisselingen van sessies en oefeningen, discussie en supervisie. Tussen de trainingsblokken door komen de deelnemers in regionale groepen bijeen om met elkaar te oefenen, de theorie te bestuderen en te discussiëren over het materiaal en over eigen ervaringen.

De training wordt georgani-



seerd door Bodymind Opleidingen. Kosten: € 3450 incl. verblijf. Locatie: Schoorl. Het eerste blok is van 6 tot 10 juni, de volgende blokken zijn in oktober en februari 2012. Informatie via e-mail: [info@bodymindopleidingen.nl](mailto:info@bodymindopleidingen.nl) of tel. 010 - 4667625.

## Oorlogstrauma

De diepe shock die veroorzaakt wordt door oorlogsgeweld heeft niet alleen effect op mensen die direct in deze oorlog betrokken zijn geweest, maar zelfs op de volgende generaties. Het oorlogstrauma staat als het ware gegrift in het zenuwstelsel en de subtiel energievelden van de overlevenden, maar ook van hun kinderen en kleinkinderen. Met de principes van Somatic Experiencing® kan dit oorlogstrauma goed worden behandeld en kan de shock worden verzacht. De Amerikaanse SE-practitioner en hoogleraar aan het Santa Barbara Graduate Institute Raja Selvam geeft hierover van 13 tot en met 15 mei een bijzondere workshop in de universiteit van München. Deelname kost € 395. Meer info op [www.traumahealing.nl](http://www.traumahealing.nl).

## Trauma through a child's eyes

Somatic Experiencing®-trainer en gezinstherapeut Maggy Kline geeft van 6 tot en met 10 juli een workshop onder de titel 'Trauma through a child's eyes'. De training is bedoeld voor SE Practitioners die de somatische principes willen gebruiken in het werken met kinderen of die een verdieping willen in het werken met het innerlijke kind bij volwassenen. De focus ligt op het werken met trauma, maar ook op het voorkomen ervan.

De workshop wordt gegeven in Centrum De Bron in Nijeholtpade. Deelname kost € 460 plus verblijfskosten. Informatie bij het Aumm Instituut, [info@aumm.nl](mailto:info@aumm.nl), tel. 0595-423023.