

WS2: Trauma en het lichaam vanuit sensori-motorisch perspectief

Cindy Creemers, kinder- en jeugdpsychiater, psychotraumatoloog

Linda Mommen, psychotherapeut Unio, psychotraumatoloog

In de sensori-motorische psychotherapie wordt 'de wijsheid van het lichaam' ingezet in de therapie. Hiervoor is er een verschuiving nodig van nadruk op gesprek naar focus op aandachtige exploratie van sensaties, houding en bewegingen in het lichaam. In deze ervaringsgerichte workshop oefen je met twee belangrijke basisvaardigheden: Track & Contact in the Present Moment Experience, ofwel "Waarnemen en volgen" en "contact maken" met de ervaring in het huidige moment.