

Prin*senstichting*



GENTLE
TEACHING
INTERNATIONAL



Bilal Lezeare
Simone Schipper
GTI2018



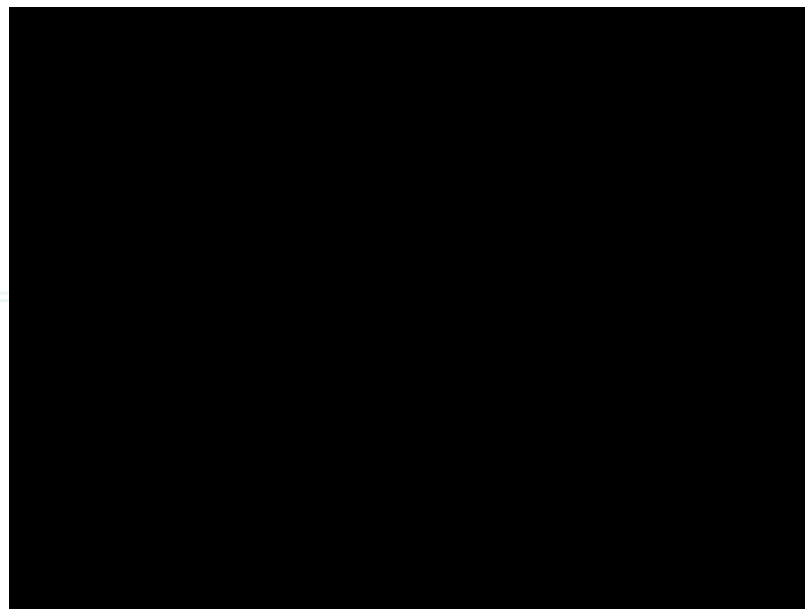
Angst een gevecht in en om het brein

Trauma therapie binnen een Gentle Teaching kader



John Mayer

In The Blood



Angst en Herinnering

Herinnering van
het bloed?
de ziel?
het brein?



Bilal: Angst, agressie en herinneringen



Bilal: altijd in het bloed?



- mishandeling vader, tantes
- emigratie, zwarte schaap
- gedragsproblemen en drugs gebruik
- lichte verstandelijke beperking, PTSS, persoonlijkheidsstoornis
- 5x veroordeeld voor huiselijk geweld
- how much of my father am I destined to become.....

Bilal: altijd in de ziel?



- morele herinneringen: ik ben slecht, ik ben een monster
- niet veilig, geliefd, liefdevol en verbonden
- anderen zijn er op uit om me te beschadigen
- anderen zullen me bedriegen

Mijn uitdaging als Gentle Teacher



- creëren van nieuwe morele herinneringen
- herinnering over een herinnering
- Herinnering over de kern van het leven: companionship; je veilig en geliefd voelen, liefdevol zijn naar anderen, verbonden in de maatschappij

Hoe?



- creëren van een veilige omgeving waarin leren en ontwikkeling plaats kan vinden
- uiten van voortdurende acceptatie en waardering
- probeerruimte
- ontwikkelen van vaardigheden

Hoe?

- training middelengebruik
- agressie regulatie therapie
- toewerken naar een huis en werk
- bouwen van veilige, liefdevolle relaties
 - vriendin, ouders, broers / zussen

Inzet leermiddelen van GT



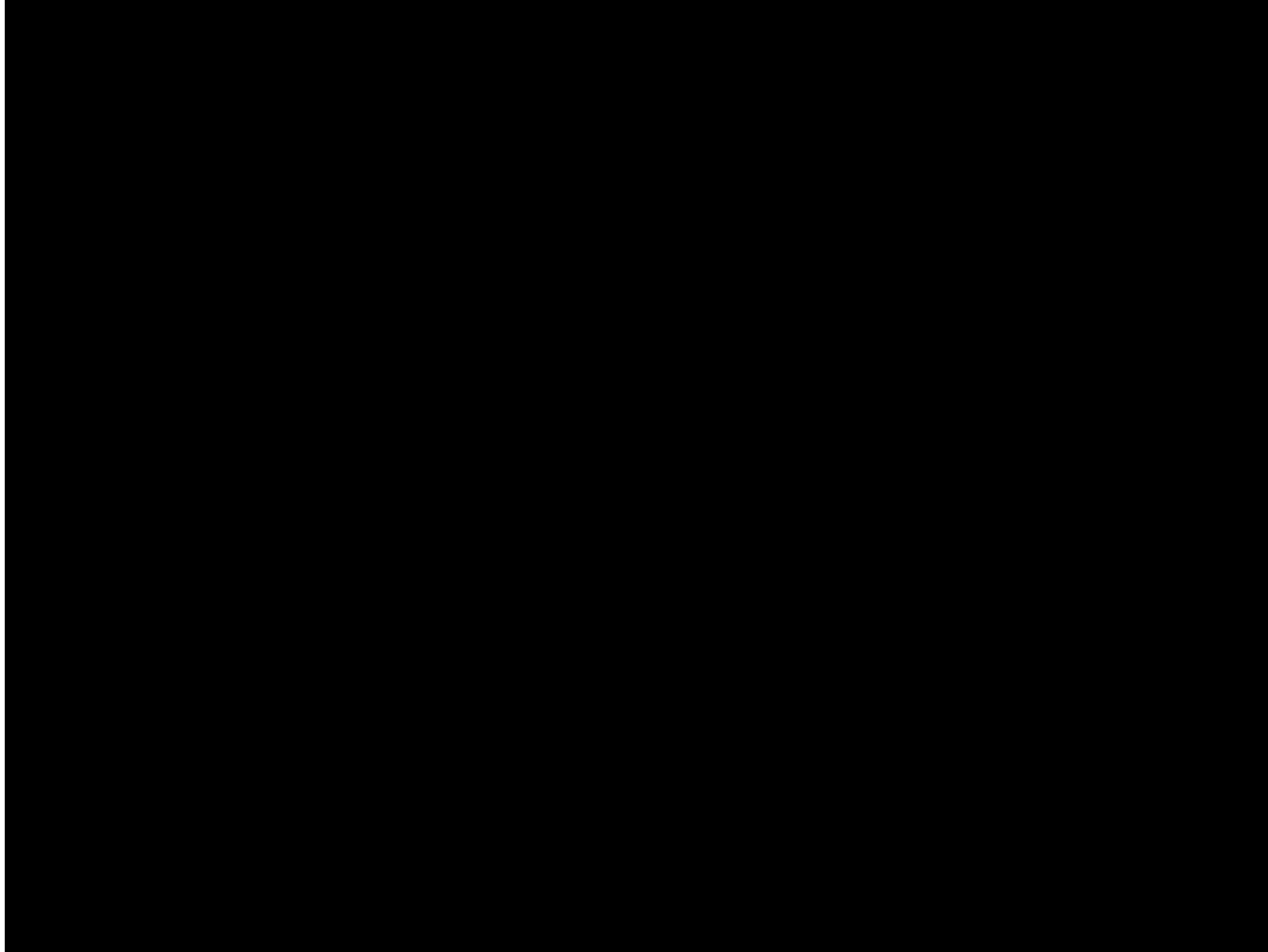
- zachte toon
- opbeurend
- geen stemverheffing, naar beneden halen (ben je boos, teleurgesteld?)
- samen beginnen en eindigen
- koffie drinken
- lol hebben
- voorzichtig aanraken
- dichtbij zitten
- warme blik

Als het brein het leren van de ziel stagneert.....



- een strijd tussen morele, cognitieve en emotionele herinneringen
- creëren van nieuwe herinneringen lijkt bijna onmogelijk
- oude, beangstigende herinneringen blijven angst en spanning voeden en staan het bouwen van veilige en liefdevolle relaties in de weg
- trauma, persoonlijkheidsstoornissen

Altijd in het brein?



Trauma en het brein



- hersenactiviteit tijdens trauma (“bijna ongeluk”)
- gefragmenteerde geheugenopslag
- paniek generaliseerd naar omgevingselementen (zelfs neutrale)
- triggers veroorzaken paniecreactie (gelijk als ten tijde trauma)

Trauma en het brein



- PTSS: aanhoudende herbeleving, verhoogde alertheid, vermijding
- normaal verwerkingsproces is gestagneerd, herverwerking (**re-processing**) is nodig
- het is geen verleden tijd en je kan er niet “even over heen groeien”

EMDR



Bilal: altijd in het brein?



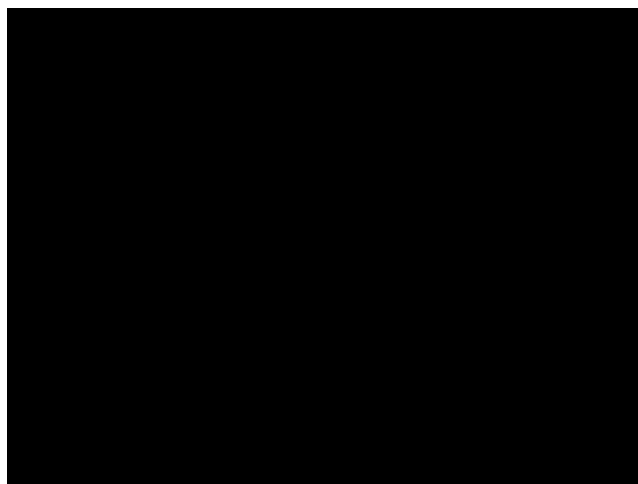
- EMDR om PTSS te behandelen
- mishandeld worden, 5 sessies
- zelf mishandelen, 2 sessies
- gebruik lichtbalk

- videofragment (hooi koorts)

Bilal & EMDR



Bilal: lerend brein en lerende ziel



Bilal: lerend brein en lerende ziel



- toename frustratie tolerantie (afname agressie)
- afname wantrouwen
- verbeterde positieve interacties met familie en vriendin
- hoop op beter; ik hoeft niet...
- werk

EMDR in een GT kader



- angst staat leren in de weg, verlamt het brein
- onze opdracht: afname van angst, toename kalmte
- EMDR verminderd trauma gerelateerde angst

EMDR in een GT kader



- als de lading weg is, staat het brein open om te leren,
- hebben we toegang tot de ziel, via empathie, respect, nieuwsgierigheid en afstemming
- om nieuwe herinneringen te creëren

Angst



- **Een strijd in en om het brein:**
 - net zoals het brein kan leren angstig te zijn, kan het ook leren niet zo te zijn
- **Een strijd in en om de ziel:**
 - net zoals het brein kan leren angstig te zijn, kan het ook leren niet zo te zijn

New Rules!!!!!!

