

# RINO • amsterdam

opleiding en inspiratie voor professionals in de GGZ

## Pessotherapie

Tweejarige opleiding





# Inhoudsopgave

<b>1. INLEIDING.....</b>	<b>3</b>
➤ Wat is pellotherapie?.....	3
<b>2. DOELSTELLING EN EINDTERMEN.....</b>	<b>5</b>
<b>3. DOELGROEP.....</b>	<b>7</b>
<b>4. PROGRAMMA: 10 MODULES.....</b>	<b>8</b>
➤ module 1: uitgangspunten en attitude.....	8
➤ module 2: therapeutische interventies en lichaamsgerichte technieken I.....	8
➤ module 3: therapeutische interventies en lichaamsgerichte technieken II.....	9
➤ module 4: structures I.....	9
➤ module 5: structures II.....	9
➤ module 6: structures III.....	9
➤ module 7: toepassingen I.....	9
➤ module 8: toepassingen II.....	10
➤ module 9: 6 supervisie-dagen: 6 vrijdag-dagen.....	10
➤ module 10: toetsende evaluatie.....	10
<b>5. DOCENTEN.....</b>	<b>11</b>
➤ Michael Bachg.....	11
➤ Liesbeth de Boer.....	11
➤ Arnoud van Buuren.....	11
➤ Monique Cuppen.....	11
<b>6. PRAKTISCHE ZAKEN.....</b>	<b>12</b>
➤ accreditatie.....	12
➤ aanmelding en selectie.....	12
➤ annuleringsregeling.....	12
➤ opleidingslocatie.....	12
➤ inlichtingen.....	12

## 1. INLEIDING

**De opleiding PESSO-therapie is een integratie van de voormalige eenjarige RINO opleiding Lichamelijke aspecten van Psychotherapie en het vervolgtraject van de Vereniging voor PESSO-psychotherapie.**

Het curriculum is ontwikkeld door Arnoud van Buuren en Lowijs Perquin, in nauw overleg met de Vereniging voor PESSO-psychotherapie en de RINO. Nieuwe inzichten, onder meer uit de neurowetenschappen, en verschillende perspectieven op PESSO-therapie komen hierin uitgebreid aan bod. U wordt opgeleid door ervaren Nederlandse docenten en een Duitse collega, gespecialiseerd in het behandelen van kinderen. De voertaal is in dat geval Engels.

### ➤ Wat is PESSO-therapie?

Psychotherapie is meer dan praten en luisteren. Kijken, verbeelden, lijfelijk ervaren en lichamelijke reacties maken onlosmakelijk deel uit van het therapeutisch proces. In verschillende therapeutische scholen is het lichaam daarom nadrukkelijk onderwerp van beschouwing en discussie. De laatste decennia is er onder therapeuten een toenemende belangstelling voor vormen van therapie waarin het lichaam een duidelijke plaats krijgt. Cliënten die verbale therapie als niet toereikend ervaren, zoeken vaak naar lichaamsgerichte therapievormen.

Het werken vanuit het lichaam is de basis van de PESSO-therapie. Deze stroming ontstond in de jaren '60 in de Verenigde Staten. De grondleggers, Albert PESSO en Diane Boyden-PESSO, ontwikkelden vanuit hun achtergrond in de dans en choreografie een lichaamsgerichte groepstherapie die ze de PESSO Boyden System Psychomotor (PBSP) noemden. De theoretische onderbouwing volgde hun ervaring, waardoor de PESSO's een heel eigen zienswijze en theorie geformuleerd hebben, die nog steeds in ontwikkeling is. Er zijn raakvlakken met bijvoorbeeld de analytische, schemagerichte, experiëntiële en systeemtherapie. De ontwikkelingen in de neurowetenschappen lopen in belangrijke mate parallel met de ontwikkeling van de PESSO-therapie.



Pesso-therapie kent inmiddels vele toepassingen. Zowel binnen vrijgevestigde praktijken als binnen instellingen voor geestelijke gezondheidszorg wordt Pesso-therapie aangeboden, in de vorm van half open structuregroepen, thematische behandelmodules, oefengroepen of in individuele of systeemtherapie.

Pesso-therapie is geschikt voor alle indicaties voor inzichtgevende psychotherapie, waarbij het lichaam en de ervaring als aangrijpingspunt een voorkeur hebben boven praten alleen. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn bij cliënten die sterk neigen tot rationaliseren, somatiseren of dissociëren.

Door de lichamelijke invalshoek komt Pesso-therapie vaak op een dieper niveau bij wezenlijke conflicten die de problematiek onderhouden, worden afweerstrategieën verhelderd en onvervulde behoeften alsnog symbolisch vervuld.

Actuele informatie over de opleiding vindt u op [www.rino.nl/pesso](http://www.rino.nl/pesso). Meer informatie en achtergronden over Pesso-therapie vindt u op [www.pessotherapie.nl](http://www.pessotherapie.nl) en [www.pbsp.com](http://www.pbsp.com).

### Casuïstiekvignet

Dhr. Z. is al verschillende malen in therapie geweest. Hij heeft problemen in het onderhouden van contacten, met zijn vrouw, zijn baas en zijn vrienden. Deze noemen hem een 'autist'. Hij is van jongs af aan een buitenbeentje geweest; als jongste van drie zoons voelde hij zich niet serieus genomen en altijd de mindere. Zijn vader zag hem nooit staan.

Op de middelbare school leerde hij zich isoleren in studie en dagdromerijen. Voelen 'schafte hij af', dat was voor de primaten, mensen waren rationele wezens. Hij ging zich steeds meer als 'leeg' ervaren. In verbale therapieën voerde hij het hoogste woord over wat er met hem aan de hand was maar er veranderde niets.

In Pesso-therapie komt dhr. Z. in structures weer in contact met de eenzaamheid en verlatenheid van het jongetje van toen, waardoor hij een verbinding kan maken met zijn eigen gevoel, nadat hij geleerd heeft 'ideale ouders en broertjes' fysiek toe te laten. Dhr. Z. leert in de groep hoe zich te verhouden tot de andere groepsleden. De contacten met belangrijke anderen verbeteren daarop ook.

## 2. DOELSTELLING EN EINDTERMEN

**Na afloop van de opleiding bent u in staat als zelfstandig PESSO-therapeut te werken. De eindtermen zijn gebaseerd op de zeven CanMeds rollen en de achttien evaluatiecriteria voor PESSO-therapie.**

Uitgaande van de lichaamsgeoriënteerde werkwijze van de PESSO-methode, is de PESSO-therapeut als **gezondheidsbevorderaar** ('health educator') in staat:

- de cliënt bewust te maken van de samenhang tussen lichamelijk en geestelijk welzijn;
- de cliënt te ondersteunen in een oplossingsgeoriënteerde omgang met conflicten, dilemma's en lichamelijke klachten in het dagelijks leven;
- onproductieve herhalingen in de PESSO-therapie te voorkomen;
- bij de cliënt de vertaling van de therapie naar de actualiteit in gezin, werk, partner en vrije tijd te bevorderen.

Als **expert** is de PESSO-therapeut in staat:

- de theorie en techniek van de PESSO-therapie transparant en systematisch toe te passen en diagnostische hypothesen te formuleren en toetsen;
- verbale en non-verbale uitingen van de cliënt therapeutisch te hanteren en professioneel om te gaan met emoties van de cliënt;
- innerlijke conflicten interactief te maken door gebruik te maken van de specifieke rollenspelmethode van de PESSO-methode, zodat de cliënt inzicht verwerft in diens problematiek in heden en verleden.

Als **communicator** is de PESSO-therapeut in staat:

- duidelijke voorlichting te geven over de methodiek van de PESSO-psychotherapie en de PESSO-oefeningen op overtuigende en overzichtelijke wijze te demonstreren;
- voorstellen te doen tijdens de individuele sessies in de groep (structures), in heldere taal en aansluitend bij het taalgebruik van de cliënt;
- verbale en non-verbale informatie in het therapeutisch proces te betrekken, een juiste balans tussen neutraliteit en empathie te bewaren en de timing van interventies adequaat aan te voelen.

Als **samenwerker** en organisator is de PESSO-therapeut in staat:

- de aanmelding en het afscheid van cliënten op transparante wijze te organiseren;
- een veilig en gestructureerd therapeutisch werkklimaat te scheppen op individueel en groepsniveau, en de cliënt zowel emotioneel als cognitief te ondersteunen;
- aan te sluiten bij de werkdoelen van de cliënt, vertrouwend op het ontwikkelingsproces van de cliënt en zonder de leiding te verliezen. Dit met aandacht voor pre-therapeutische variabelen zoals motivatie en contract en relationele en overdrachtelijke thema's tussen cliënt, groep en therapeut;
- op constructieve wijze samen te werken met collega's in een PESSO-groep en afspraken te maken over de taakverdeling.

Als **wetenschapper** is de PESSO-therapeut op de hoogte van de werkzame factoren en de mogelijkheden en beperkingen van PESSO-therapie. Hij/zij toont kennis te hebben van de emotionele en cognitieve neurowetenschappen, en is in staat:

- de PESSO-therapie met voldoende relativerend vermogen te vergelijken met andere psychotherapeutische methoden;

- eigen hiaten in theoretische en technische kennis te signaleren en passende bijscholing en supervisie te organiseren.

De **professionaliteit** van de Pesso-therapeut blijkt uit diens handelen volgens de beroepscode van psychologen en psychotherapeuten.

### Casuïstiekvignette

Mw. P. groeide op met een depressieve moeder. Ze ontwikkelde verlatingsangsten en trok zich terug. Haar partnerrelaties liepen vast doordat ze deze niet aandurfde en kapotmaakte. Ze begon zichzelf te snijden en ontwikkelde een vitale depressie met suïcidaliteit. Vanuit individuele therapie wordt ze verwezen naar een Pesso-groep.

In een Pesso-therapiegroep kan mw. P. zich leren hechten. In structuren experimenteert ze met het toelaten van een vitale, ideale moederfiguur. Haar neiging tot automutilatie wordt lichamelijk begrensd door ideale begrenzende rolfiguren, waarna de neiging verdwijnt. Aan het eind van de vier jaar durende Pesso-therapie gaat mw. P. een relatie aan, die zich stabiel en duurzaam ontwikkelt.

### 3. DOELGROEP

De opleiding is bedoeld voor psychotherapeuten, psychiaters, klinisch psychologen, GZ-psychologen en psychomotorisch therapeuten in de GGZ. De opleiding is specifiek gericht op hulpverleners die de effectiviteit van hun behandeling van cliënten met vroege tekorten en getraumatiseerde cliënten willen vergroten door lichamelijke aspecten systematischer in het therapeutisch proces te betrekken.

#### Casuïstiekvignette

Mw. T. zoekt hulp in verband met boulimia nervosa. Ze heeft relationele problemen en is erg bang voor haar emoties. Ze was jong wees en groeide op bij familie waar ze voor haar jongere broertjes een moederrol vervulde.

In haar structuren in de groep gaat mw. T. alsnog door de rouw omtrent het vroege verlies van haar ouders. Ze kan haar geparentificeerde rol afleggen als haar broertjes in een 'holes-in-roles' structure ideale ouders krijgen. Haar verdriet en woede, maar ook haar als onbegrensd beleefd verlangen, krijgt een maat door de holding die de Pesso-groep haar biedt, en door het lijfelijke contact met verschillende positieve rolfiguren. Eten wordt voor mw. T. daarop steeds minder belangrijk als afweer en troost



## 4. PROGRAMMA: 10 MODULES

De opleiding bestaat uit 24 dagen technisch-theoretische training, verdeeld over tien modules. De voorlaatste module bestaat uit zes supervisedagen. De laatste module (twee dagen) is een evaluerende eindtoets.

In de opleiding worden theorie, demonstratie, ervaringsgericht leren, technische training, video feedback en casuïstiek-besprekingen afgewisseld. U bestudeert de uitgangspunten, theorie en werkwijze van de Pesso-therapie en leert lichamelijk beleven en non-verbaal communiceren in uw therapeutisch werk te integreren.

In de eerste drie modules onderzoekt u onder supervisie hoe u lichaamsgeoriënteerde oefeningen kunt introduceren en begeleiden en deze selectief en doelgericht kunt hanteren. Van de vierde tot en met de elfde module leert u individuele therapeutische sessies (structures) te begeleiden en toepassen bij specifieke indicaties. Door de docenten geleide structures dienen als demonstratie- en discussiemateriaal. Videofragmenten van delen van structures worden gezamenlijk bestudeerd en gesuperviseerd; naar aanleiding daarvan komen technische en theoretische onderwerpen aan de orde. Als afsluitende evaluatie van de opleiding toont u in de laatste twee cursusdagen een videoband van (een gedeelte van) een structure.

### ➤ **module 1: uitgangspunten en attitude**

- kennismaking
- oorsprong, geschiedenis en ontwikkeling van de Pesso-therapie
- structure: een voorbeeld
- levensvisie vanuit de balans tussen plezier, voldoening, zingeving en verbondenheid versus pijn, frustratie, wanhoop en isolement
- 5 ontwikkelingstaken
- basisbehoeften: plaats, voeding, steun, bescherming, begrenzing
- drie geheugenniveaus: onvervulde basisbehoeften, psychotrauma, parentificatie
- emoties, het geheugen en lichamelijk beleven vanuit een neurobiologisch perspectief
- de therapeutische relatie: veiligheid en verantwoordelijkheid
- motivatie en contract, de possibility sphere
- uitleg curriculum, afspraken omtrent huiswerk, literatuur, intervisie en oefeningen

### ➤ **module 2: therapeutische interventies en lichaamsgerichte technieken I**

- presentatie huiswerk
- lichaamstaal, communicatieve en symbolische betekenis, observatie en verwoording, mimiek en microtracking
- live structure
- reflex-relaxatie oefening, 3 bewegingsmodaliteiten, oefening
- de begrippen accommodatie, 'shape en countershape'
- energie-actie-interactie: bevrediging, validering en integratie
- contact or contract, werken met contactfiguren
- alternatieve positieve ervaringen, antidote, reversal
- gebarencirkel en positieve accommodatie oefening

➤ **module 3: therapeutische interventies en lichaamsgerichte technieken II**

- presentatie huiswerk
- plaats in de ruimte, externaliseren als techniek
- werken met ideaalfiguren, ideale ouders, ideale ouderoefening
- live structure
- werken met ambivalentie: polarisatie in de ruimte
- negatieve accommodatie, uiten van negatieve emoties
- veilige begrenzing, limiteringsoefeningen
- afstand en nabijheid, gecontroleerde toenadering

➤ **module 4: structures I**

- presentatie huiswerk
- therapeutische houding als structure- en groepsleider
- de fasen in een structure
- live structure
- microtracking: werken met getuigefiguur en stemmen
- werken met positieve (fragment)figuren

➤ **module 5: structures II**

- presentatie huiswerk
- werken met placeholders en principals
- werken met verschillende rolfiguren
- het aanbieden van reversals en antidote
- live structure
- microtracking revisited

➤ **module 6: structures III**

- presentatie huiswerk
- parentificatie: holes in roles, 'movies'
- live structure
- structure hypothesen, actualiteit, overdracht, regressie, acting-out, het herkennen en voorkomen van negatieve reconstructies
- omgaan en respecteren van weerstand, pseudo-structures
- positief afronden, reversal en antidote, integratie in het hier en nu.

➤ **module 7: toepassingen I**

- presentatie huiswerk
- trauma, misbruik, dissociatie, mogelijkheden en beperkingen
- onnipotentie en limitering
- 2<sup>e</sup> generatie problematiek
- hechting
- projectie en 'soul projection'
- perso-therapie in combinatie met andere behandelingsmethoden

➤ **module 8: toepassingen II**

- presentatie huiswerk
- werken met systemen: kinderen en hun ouders, partner-relaties
- perso-therapie in een individuele setting
- live structure
- werken met externalisaties een-op-een, voorwerpen, imaginatie-technieken

➤ **module 9: 6 supervisedagen: 6 vrijdagen**

- groeps-supervisie over eigen structurewerk en oefeningen op video
- livestructures

➤ **module 10: toetsende evaluatie**

De evaluatie aan de hand van een videoband van een structure markeert de afsluiting van de technisch-theoretische cursus. Aan de hand van de eindtermen (zie boven) krijgt u feedback over therapeutische attitude, groepsleiding en het begeleiden van de structure.

**casuïstiekvignet**

Tim, vijf jaar, heeft thuis last van heftige woedeaanvallen en is erg snel afgeleid op school. Hij maakt moeilijk contact met leeftijdgenoten. Zijn vader is door zijn werk veel in het buitenland, de relatie van zijn ouders is slecht. Tim komt samen met zijn ouders in Pesso-therapie.

De Pesso-therapeut helpt de ouders hoe ze kunnen aansluiten bij de primaire behoeften van Tim, zoals hij die lijfelijk laat zien op uitnodiging van de therapeut. Deze helpt vader over de drempel om tegemoet te komen aan de wens van Tim om op schoot genomen te worden. Dit helpt ook de echtgenoten het ijs te breken en hun relatie ter hand te nemen.

## 5. DOCENTEN

### ➤ Michael Bachg

Michael Bachg is psycholoog, psychotherapeut, kinder- en jeugdpsychotherapeut, gecertificeerd PESSO-therapeut, supervisor en trainer. Meer informatie over zijn op PESSO-therapie gebaseerde lichaamsgerichte en neurobiologisch gefundeerde psychotherapie voor kinderen, jeugd en ouders is te vinden op [www.mbachg.de](http://www.mbachg.de) en [www.feeling-seen.com](http://www.feeling-seen.com).

### ➤ Liesbeth de Boer

Liesbeth de Boer, psycholoog-psychotherapeut, gecertificeerd supervisor en trainer van de Vereniging voor PESSO-therapie, is opgeleid in de analytische therapie en groepstherapie. Zij is gedurende 30 jaar werkzaam als therapeute in de ambulante geestelijke gezondheidszorg, zowel in instituutverband als in privé-praktijk. Zij is adviseur in de gezondheidszorg, het onderwijs en het bedrijfsleven. Sinds 1980 is zij als PESSO-therapeute werkzaam, sinds 1988 als supervisor en opleider in de PESSO-therapie.

### ➤ Arnoud van Buuren

Arnoud van Buuren is vrijgevestigd arts-psychotherapeut, gecertificeerd supervisor en trainer PESSO-therapie en practitioner EMDR. Hij is voorzitter van de Landelijke Vereniging van Vrijgevestigde Psychotherapeuten en Psychologen, docent aan de opleidingen GZ-psycholoog, psychotherapeut en de nascholing voor de RINO-Noord-Holland, docent voor de vakgroep huisartsengeneeskunde aan het Erasmus Medisch Centrum Rotterdam. Hij verzorgt de coördinatie van de opleiding.

### ➤ Monique Cuppen

Monique Cuppen, klinisch psycholoog-psychotherapeut, is gecertificeerd trainer, supervisor en leertherapeut van de Vereniging voor PESSO-therapie. Zij is opgeleid in de groepstherapie, de analytische therapie en de systeemtherapie. Zij heeft de Masteropleiding Oplossingsgerichte therapie afgerond en is practitioner binnen de Vereniging voor EMDR. Zij werkt ruim 25 jaar in een instelling voor ambulante geestelijke gezondheidszorg en heeft een kleine eigen praktijk.



## 6. PRAKTISCHE ZAKEN

### ➤ **accreditatie**

Voor deze opleiding zijn de volgende accreditaties aangevraagd:

- Herkwalificatie Eerstelijnspsycholoog NIP: 234 uur
- KP herregistratie: 92 uur
- Registerplein (voorheen BAMw): 12.9 punten
- Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie: erkenning aangevraagd
- Stichting Register Vaktherapeutische Beroepen (SRVB): erkenning aangevraagd

Voor actuele informatie hierover verwijzen we u naar de cursusbeschrijving op de RINO website: [www.rino.nl/473](http://www.rino.nl/473).

### ➤ **aanmelding en selectie**

U kunt zich via de website aanmelden: [www.rino.nl/pesso](http://www.rino.nl/pesso). Verder wordt u verzocht uw een brief te mailen waarin de motivatie voor de opleiding wordt toegelicht en de vooropleiding en werkplek wordt beschreven (het c.v.). Die informatie kunt u per aparte e-mail sturen aan Hein Lautenbag ([hein@rino.nl](mailto:hein@rino.nl)). Uw aanmelding wordt beoordeeld door de hoofddocenten. Degenen die in principe in aanmerking komen worden uitgenodigd voor een intakegesprek.

### ➤ **annuleringsregeling**

Annuleren kan alleen schriftelijk (brief of email). Als annuleringsdatum geldt de datum van ontvangst. Bij annulering meer dan een maand voor aanvang wordt € 50,- aan administratiekosten in rekening gebracht. Bij nog latere annulering bent u de volledige prijs verschuldigd. Na overleg met de RINO is het mogelijk u door een collega te laten vervangen. In dit geval wordt € 50,- aan administratiekosten in rekening gebracht.

### ➤ **opleidingslocatie**

De opleiding vindt plaats bij de RINO, Leidseplein 5, Amsterdam. De locatie is zeer goed bereikbaar met het openbaar vervoer. Met de auto kunt u op 2 minuten loopafstand van het Leidseplein, betaald, parkeren. Een volledige routebeschrijving vindt u op onze website: [www.rino.nl/contact/route](http://www.rino.nl/contact/route).

### ➤ **inlichtingen**

Voor meer informatie over de opleiding kunt u contact opnemen met de RINO, te bereiken via e-mail [info@rino.nl](mailto:info@rino.nl) of telefoon (020) 625 08 03.

Informatie over alle cursussen en opleidingen die de RINO verzorgt, kunt u vinden op onze website: [www.rino.nl](http://www.rino.nl).