

10 maart 2010
Martiniplaza, Groningen

Lentis



Vierde congres Integrale Psychiatrie
Zelfhelend vermogen

www.congresintegralepsychiatrie.nl

Van harte welkom!

Na drie succesvolle congressen kondigen wij met groot genoegen het vierde congres Integrale Psychiatrie aan met als thema:

Zelfhelend Vermogen

INTEGRALE PSYCHIATRIE IS HET TOEPASSEN VAN ZOWEL REGULIERE, COMPLEMENTAIRE ALS ALTERNATIEVE GENEESWIJZEN OP BASIS VAN (1) WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK NAAR VEILIGHEID EN EFFECTIVITEIT, (2) DE WENSEN EN VOORKEUREN VAN DE PATIËNT EN (3) DE PROFESSIONELE EXPERTISE VAN DE THERAPEUT. DAARBIJ STAAT DE THERAPEUTISCHE RELATIE CENTRAAL, IS HET FOCUS GERICHT OP WELZIJN EN GEZONDHEID EN WORDT ER GEWERKT VANUIT EEN HOLISTISCH PERSPECTIEF IN EEN HEALING ENVIRONMENT.

‘Zelfhelend Vermogen’ is zo oud als de geneeskunde zelf. Het heeft verwantschap met ‘liefde’ en ‘geluk’ omdat iedereen lijkt aan te voelen wat ermee wordt bedoeld, maar niemand precies kan zeggen wat het is. Misschien moeten we dat zo laten. Of misschien moeten we het juist beter in woorden en interventies proberen te vatten omdat het zo wezenlijk lijkt voor optimale gezondheidszorg. Daar gaat dit congres over. Wat is eigenlijk zelfhelend vermogen* en hoe gebruiken we dat in de praktijk van ons dagelijks werk?

Wij gaan er van uit dat Integrale psychiatrie zich bezighoudt met het ontwikkelen en versterken van het zelfhelend vermogen in de breedste zin van het woord. Daarbij wordt gebruik gemaakt van reguliere, complementaire en alternatieve geneeswijzen zoals medicatie, voedings-supplementen, kruiden en vitamines, leefstijlinterventies, cognitieve gedragstherapie, hartcoherentietraining, mindfulness, lichaamsgerichte interventies, EMDR en (oplossingsgerichte) psychotherapie.

We hebben drie wereldberoemde sprekers uitgenodigd om ons met hun plenaire lezingen te inspireren. Daarnaast krijgt u de mogelijkheid deel te nemen aan twee van de 13 workshops over Zelfhelend Vermogen. U kunt kiezen uit de hoogst gewaardeerde workshops van vorig jaar en een aantal nieuwe. Zo is er een workshop van Victoria Maizes over integrale huisartsengeneeskunde en van Harald Walach over het doen van integraal onderzoek. Tevens zijn er workshops over psycho-oncologie, hartcoherentie, NgalSo selfhealing, PRI en nog veel meer. De dag zal op artistieke wijze worden afgesloten.

Graag tot 10 maart!

Het organiserend comité:

Rogier Hoenders, *psychiater*
Martin Appelo, *psycholoog*
Elkana Waarsenburg, *huisarts*
Bregje Hartogs, *psycholoog*
Erik van den Brink, *psychiater*

*) Zodra u zich voor ons congres heeft opgegeven, kunt u via onze website meedoen aan een forumdiscussie over de betekenis van ‘Zelfhelend Vermogen’. De inhoud van deze discussie zal tijdens het congres worden samengevat.

Programma

- 08.30 09.30 Ontvangst en inschrijven
- 09.30 10.00 Opening door dagvoorzitter Martin Appelo
- 10.00 10.15 Inleiding door Rogier Hoenders
- 10.15 11.00 **Trauma and Transformation: Getting Unstuck and Taking the Healing Journey** door James Gordon
- 11.00 11.45 **Positive psychology** door Barbara Fredrickson
- 11.45 13.00 Lunch
- 13.00 14.15 Workshopronde 1
- 14.30 15.45 Workshopronde 2
- 15.45 16.30 Pauze
- 16.30 17.15 **Nourishing life; new perspectives on Body, Mind and resistance to illness** door David Servan Schreiber
- 17.15 17.30 Artistieke afsluiting

Plenaire sprekers

Dr. M.T. Appelo, dagvoorzitter, is GZ psycholoog en gedragstherapeut. Hij is senior onderzoeker, universitair docent psychologie, trainer/supervisor en auteur van diverse boeken over lastige psychologische kwesties.

Drs. H.J.R. Hoenders, psychiater en onderzoeker, is oprichter en manager behandelzaken van het Centrum Integrale Psychiatrie. Hij is voorzitter van het organiserend comité en geeft regelmatig lezingen over Integrale Psychiatrie in binnen- en buitenland.

Prof. Dr. J.S. Gordon, is oprichter en directeur van The Center for Mind-Body Medicine, Washington, DC. Hij werd door president Bush benoemd tot voorzitter van de White House Committee die in 2002 een alomtgewaardeerd rapport uitbracht over alternatieve geneeswijzen. Zijn mind body medicine programma om trauma's te behandelen wordt in vele landen toegepast.

Tijdens zijn lezing vertelt James Gordon over de basisprincipes van zijn model voor 'mind-body medicine and self-expression' waarmee hij getraumatiseerde mensen behandelt, zoals beschreven in zijn boek 'Unstuck' (2009). Hij past zijn methode in conflicthaarden over de hele wereld toe en illustreert zijn verhaal dan ook met talrijke praktijkvoorbeelden.

Mw. Prof. Dr. B.L. Fredrickson is hoogleraar psychologie aan de University of North Carolina at Chapel Hill. Ze is een autoriteit op het gebied van de positieve psychologie.

De lezing van Barbara Fredrickson gaat over de waarde van positieve emoties. Volgens haar theorie dragen positieve emoties bij aan het versterken en uitbreiden van persoonlijke kracht- en hulpbronnen. Negatieve emoties beperken het gedragsrepertoire juist tot vechtof vluchtreacties. Ze gaat in op de evidentie van deze theorie zoals beschreven in haar boek 'Positivity' (2009).

Dr. D. Servan Schreiber, psychiater, werkte jaren als hoogleraar psychiatrie in Pittsburg. Hij is schrijver van de bestsellers 'Uw brein als medicijn' en 'Antikanker een nieuwe leefstijl'.

In onze Westerse wereld komen steeds meer chronische degeneratieve ziekten voor. Deze blijken niet zozeer te wijten aan 'ziekteverwekkers' die binnen dringen, maar aan een fysiologische kwetsbaarheid die de ontvankelijkheid voor ziektes vergroot. Een gezonde leefstijl vergroot de weerstand tegen dergelijke ziekten. Tijdens deze lezing wordt met wetenschappelijk onderzoek geïllustreerd hoe groot het belang daarvan is.

Workshops

Workshop 1:

Mind-Body Medicine workshop 'Unstuck' (Engels)

Prof. Dr. J.S. Gordon

founder and director psychiatrist, The Center for Mind-Body Medicine, Washington, DC

Tijdens deze workshop maken de deelnemers door middel van uitleg en oefening praktisch kennis met de wetenschappelijk gevalideerde en ook speelse technieken (zoals meditatie, visualisatie en dans) die in het model voor 'mind-body medicine and selfexpression' worden gebruikt voor de behandeling van ernstige trauma's, zoals beschreven in zijn boek 'Unstuck' (2009).

Workshop 2:

Integrale Huisartsengeneeskunde (Engels)

Mw. Dr. V. Maizes

family practitioner and executive director of the Arizona Center for Integrative Medicine. Tucson, Arizona

Ziekte is zelden alleen een uiting van het lichaam. Patiënten ervaren daarnaast mentale, emotionele en /of spirituele reacties op hun ziekte. Opnieuw nagaan welk perspectief wij hanteren van 'ziekte' en ons eigen reflecterend vermogen hierop, is essentieel voor de benadering van Integrale Huisartsengeneeskunde. Deze benadering is evidence-based, holistisch en biedt een breed scala aan therapeutische opties. Het is gericht op verminderen van stress en het ontwikkelen van nieuwe coping vaardigheden.

Workshop 3:

Centrum Integrale Psychiatrie: zelfheling in de praktijk

Mw. Drs. B. Hartogs

gz-psycholoog

Mw. W. Ligthart

fysiotherapeut en psychomotor therapie

Mw. A. Stoffers-Schaafsma

sociaal psychiatrisch verpleegkundige

Integrale psychiatrie houdt zich bezig met het ontwikkelen en versterken van het zelfhelend vermogen in de breedste zin van het woord. Hiervoor wordt gebruik gemaakt van reguliere, complementaire en alternatieve geneeswijzen. Maar hoe gebruiken we deze geneeswijzen in de praktijk van ons dagelijks werk? Tijdens deze interactieve workshop is aandacht voor de integrale visie en de praktijk. Met behulp van oefeningen en voorbeelden worden verschillende wegen om het zelfhelend vermogen te stimuleren gedemonstreerd.

Workshop 4:

Meer vermogen met mededogen?

Dhr. F. Koster

mindfulnesstrainer, psychiatrisch verpleegkundige, meditatieleraar en deskundige op het gebied van boeddhistische psychologie

Drs. E. van den Brink

psychiater/psychotherapeut en mindfulnesstrainer. Beiden zijn verbonden aan het Centrum Integrale Psychiatrie van Lentis

In deze ervaringsgerichte workshop staat de vraag naar het (zelf)helend vermogen van mededogen centraal. Zijn er inmiddels voldoende empirische gronden om in de GGZ meer ruimte te geven aan de beoefening van mededogen? We gaan te rade bij de boeddhistische psychologie en recente ontwikkelingen in de Westerse psychologie, zoals Mindfulness Based benaderingen en Acceptance and Commitment Therapy.

Workshop 5:
Past Reality Integration (PRI)

Mw. Drs. I. Bosch

gz-psycholoog, grondlegger PRI, opleider, supervisor, therapeut en auteur

Mw. Drs. W. van Maarseveen

huisarts sinds 1980, extern docent Vrije Universiteit, PRI therapeut i.o.

Problematiek die wij in het hier en nu ervaren is meestal niet wat het lijkt. Het zijn dikwijls illusies die ons gedrag onbewust aansturen. De PRI-methode, die in deze workshop wordt geïntroduceerd en gedemonstreerd, is er op gericht hier verandering in aan te brengen. De methode slaat een brug tussen Oosterse en Westerse filosofieën en therapeutische principes.

Workshop 6:
Making peace with the environment (Tibetaans/Engels)

Lama Gangchen Rinpoche

Tibetaanse Lama Healer

Lama Michel Rinpoche (Italië/Tibet)

Tijdens deze workshop demonstreren Lama Gangchen Rinpoche en Lama Michel Rinpoche de 'NgalSo-Self-Healing' meditatie 'Making Peace with the Environment'. Het gaat hierbij om de verbondenheid van innerlijke (lichamelijke) en uiterlijke (aardse en ruimtelijke) elementen en hoe een gebalanceerde en schone omgeving bepalend is voor onze gezondheid. De betekenis en toepassing wordt toegelicht en de deelnemers oefenen ermee.

Workshop 7:
Het zelfhelend vermogen in de psychiatrische eerstelijnspraktijk

Drs. J.W. Louwerens

psychiater en directeur Noordland Kernzorg

Mw. P. Faber

holistisch energetisch therapeut, Noordland Kernzorg

Het zelfhelend vermogen is de basis van iedere behandeling. Integrale Psychiatrie is een ideale vorm om dit vermogen maximaal te stimuleren. De behandeling komt geheel in samenspraak tot stand, waarbij zowel de kennis en ervaring van de behandelaar als van de patiënt betrokken worden. In de workshop wordt de werkwijze mede aan de hand van casusbeschrijvingen besproken, waarvoor de betrokken patiënten zelf uitgenodigd worden.

Workshop 8:
Kanker en licht op zelfhelend vermogen

Mw. Drs. I. Klijntunte

kinder- en jeugdpsychiater en trainer/coach

Drs. G. Witvoet

gz-psycholoog. Beiden zijn verbonden aan het Behouden Huys, psycho-oncologisch therapiecentrum

Beiden zijn verbonden aan het Behouden Huys, psycho-oncologisch therapiecentrum

In de reguliere behandeling van kanker is het zelfgenezend vermogen onderbelicht. Binnen het Behouden Huys, een centrum voor psycho-oncologische hulpverlening, streven we ernaar onze cliënten te ondersteunen bij het optimaal inzetten van hun zelfhelend vermogen. Tijdens de workshop wordt door middel van een zelftest, oefeningen en voorbeelden een indruk gegeven van de methoden die we gebruiken om het zelfhelend vermogen te benutten.

Workshop 9:

De focus van psychotherapie; klachten of krachten?

Mw. Dr. E.H. Bos

senior onderzoeker bij Lentis en UMC Groningen en freelance docent voor Cure & Care Development voor het geven van lezingen en workshops ‘Socratisch Motiveren’

Onder hulpverleners wordt het steeds populairder de aandacht niet te richten op het bestrijden van psychische klachten, maar op het aanspreken van krachtige, functionele en gezondheidsbevorderende factoren. In deze workshop wordt gekeken of deze trend ook ondersteund wordt door empirisch onderzoek. Daarnaast worden de deelnemers uitgenodigd hun eigen klinische ervaring naar voren te brengen en te oefenen met het aanboren van eigen krachten.

Workshop 10:

‘Over leven en veerkracht’

Marlieke de Jonge

stafmedewerker empowerment en praktiserend patiënt bij het Centrum Integrale Psychiatrie

Mw. Mahnaz Tabesh

psychotherapeut i.o. Centrum '45 en vluchteling uit Iran

Hoe overleef je een vluchtelingenkamp, oorlog, seksueel misbruik of huiselijk geweld? Hoe red je iets aan eigenwaarde en integriteit? Juist in onmogelijke omstandigheden ontwikkelen mensen veerkracht en overlevingsstrategieën. Wie als hulpverlener wil aansluiten bij de ‘resilience’ van mensen die wel hulp nodig hebben om koers en perspectief te vinden, moet daar iets van begrijpen. Daarover gaat deze workshop.

Workshop 11:

Biofeedback en de plasticiteit van het brein

Drs. W.D. van der Zwaag

klinisch psycholoog en neurofeedbacktherapeut

Deze workshop gaat over verschillende mogelijkheden om het functioneren van ons brein te beïnvloeden. Deze biofeedback methoden kunnen een essentiële toevoeging zijn voor reguliere behandelmethoden. Centraal staat neurofeedback. Er wordt een overzicht gegeven van recent ontwikkelde behandelprotocollen en er wordt ‘live’ een neurofeedback sessie gedaan.

Workshop 12:

Circulair onderzoek in plaats van hiërarchisch! (Engels)

Prof. Dr. H. Walach

professor of psychology, University of Northampton & Samuëli Institute, European Office

We denken meestal dat een interventie pas ‘evidence based’ is wanneer de effectiviteit ervan door een Randomized Controlled Trial (RCT) is aangetoond (de ‘hoogste vorm’ van bewijsvoering). Deze methode is echter lang niet altijd geschikt in de Integrale Psychiatrie. Er is dan een ander model van wetenschappelijk onderzoek nodig. Deze ‘circulaire methodologie’ van wetenschappelijke effect evaluatie staat centraal in deze workshop.

Verdere informatie

Workshop 13/1:

Micronutriënten voor psychische klachten 1 (Engels/Nederlands)

Mw. Prof. Dr. B.J. Kaplan

professor, Depts of Paediatrics, and Community Health Sciences, University of Calgary

Dr. L. Kooistra

associate professor

Dr. D.A. van Tijn

kinderarts

Deze workshop gaat over de relatie tussen vitamines, mineralen en stemming. Kaplan presenteert de wetenschappelijk feiten hierover en tevens een model dat de werking van deze micronutriënten begrijpelijk maakt. Vervolgens presenteren Kooistra en van Tijn de voorlopige resultaten van een placebo gecontroleerde N=1 RCT naar een '36-ingredient-micronutriënt-formula' die bijzonder effectief lijkt voor het bestrijden van psychische klachten.

Workshop 13/2:

Micronutriënten voor psychische klachten 2 (Engels)

Dr. S. Shannon

psychiater en schrijver, Verenigde Staten

Tijdens deze workshop (die een vervolg is op workshop 13/1) gaat dr. Shannon in op de wetenschappelijk aangetoonde relatie tussen psychische klachten en voeding. Deze workshop bereidt deelnemers voor op het geven van professionele voedingsadviezen en tevens op de veilige en effectieve toepassing van supplementen voor (manische) depressiviteit en andere stoornissen.

Initiatief en organisatie

Lentis, Centrum Integrale Psychiatrie

Accreditatie

Evenals vorige jaren is accreditatie aangevraagd bij de Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie, College voor Accreditatie Huisartsen, Nederlands Instituut voor Psychologen, Federatie van Gezondheidszorgpsychologen, Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve Therapie en diverse andere beroepsverenigingen. Zie de congreswebsite voor meer informatie.

Posterpresentatie en Kunstpresentatie

Belangstellenden kunnen aan de hand van een poster een onderwerp op wetenschappelijke wijze presenteren.

Voor patiënten en ervaringsdeskundigen is het dit jaar mogelijk eigen (2-dimensionale) kunst te presenteren. Meer informatie en de voorwaarden voor deelname zijn te vinden op de congreswebsite.

Datum

10 maart 2010 van 09.30-17.30 uur; ontvangst en inschrijving aan de zaal is mogelijk vanaf 08.30 uur.

Locatie

Martiniplaza

Leonard Springerlaan 2, 9727 KB Groningen
(050) 5222777, www.martiniplaza.nl

Inschrijving

Uitsluitend via www.congresintegralepsychiatrie.nl

Informatie over onder andere posterpresentaties, bereikbaarheid zie de website van het congres.

Kosten

Betaling voor 01-01-2010 € 195,-

Betaling na 01-01-2010 € 225,-

Betaling aan de zaal € 250,-

Studenten

Betaling voor 01-01-2010 € 85,-

Betaling na 01-01-2010 € 100,-

Betaling aan de zaal € 125,-

Lentismedewerkers € 125,-

www.congresintegralepsychiatrie.nl