

Vrijdag 11 december 2009, Hotel Krasnapolsky

Emoties in de spiegel, affectregulatie in psychotherapie. Dag van de psychotherapie

Namens de congrescommissie van de dag van de psychotherapie kregen wij, zes psychologie studenten, van onze universiteiten een uitnodiging om deel te nemen aan De Dag. Voor ons allen een enorme eer. Zeker omdat we vanaf het moment dat we binnen kwamen, een enorm warm welkom kregen. Deze begeleiding door Suzanne Roefs en Wouter Braamhorst was zeer hartelijk en wij hebben dan ook mede dankzij hen een leerzame en zeker ook leuke dag gehad. Nadat we een kopje koffie of thee hadden gedronken konden we kiezen voor één van de parallelsessies. De Dag was begonnen.

Een aantal van ons doen de master neuropsychologie en keken dan ook uit naar de lezing van professor Vittorio Gallese, één van de ontdekkers van de zogenaamde spiegelneuronen. In zijn lezing vertelde hij alles over deze ontdekking, en hoe deze neuronen ook betrekking hebben op sociale cognitie als empathie en theory of mind. Hoe anders is het om dit alles te horen van de onderzoeker zelf, in plaats van het te lezen uit een theorieboek! En dat alles met een prachtig Italiaans accent.

Een lezing die ook velen heel erg aansprak was die van mw. drs. Marja Rexwinkel. Zij gaf een lezing over het therapeutisch hanteren van affectregulatie in de ouder-baby/peuterbehandeling. De lezing en vooral ook het bijbehorende stukje video als illustratie waren erg informatief. Het is volgens ons een goede zaak om op een dergelijk jonge leeftijd al in te grijpen wanneer de hechtingsrelatie verstoord is; om problemen op latere leeftijd zo veel mogelijk te reduceren/voorkomen.

Een prachtige workshop over emotionele vaardigheden bij getraumatiseerde mensen volgde in de tweede ronde. Joany Spierings vertelde op eigen wijze over 'haar' mensen, die vaak beschadigd en getraumatiseerd zijn. Ze lichtte ons in over haar benaderings- en behandelwijze. Ze leerde ons wat in de hoofden van deze mensen omgaat en hoe we daar als therapeut op kunnen reageren. Verder werden we ingelicht over emotieregulatie en liet ze zien hoe dit in zijn werk kan gaan. Aangevuld met een overweldigend enthousiasme en een krachtige manier van uitleg, was deze workshop erg interessant.

Het was voor ons een eer om aan de dag deel te nemen. Daarbij was het erg interessant om eens te praten met andere (toekomstige) collega's, en met de andere studenten over hoe zij hun toekomstige loopbaan voor zich zien. Wat deze dag helemaal compleet maakte was dat wij als studenten geheel in de watten gelegd werden. Zo hebben wij de hele dag mogen genieten van allerlei hapjes en drankjes, met als hoogtepunt natuurlijk de geweldige lunch. Het was een dag om nooit te vergeten. Speciale dank voor Suzanne en Wouter die ons de hele dag begeleidden. Hopelijk tot volgend jaar!