

Van de voorzitter



Het is inmiddels alweer een ½ jaar geleden dat de Biofeedback Vereniging Nederland is opgericht. Er is hard gewerkt aan het opzetten van de verenigingsstructuur, kwaliteitscriteria worden ontwikkeld en op verschillende niveaus wordt contact gelegd met organisaties. Wij willen onszelf op de kaart zetten als vereniging die vele somatisch onverklaarbare lichamelijke klachten inzichtelijk maakt. Bruggebouwers tussen

lichaam en geest, deze niet scheiden maar onderscheiden. Net zoals emoties hoort de ‘fysiologie’ ook bij de mens.

Ook al is biofeedback en neuro-feedback niet altijd en overal inzetbaar; de waarde ervan is enorm en de reacties van cliënten bijzonder positief. De buitenwereld begint dit ook door te krijgen. Zo heeft de arbo-unie al contact gezocht met de leden van de biofeedbackvereniging omdat bedrijfsartsen een aantal opmerkelijk snel genezen cliënten op hun spreekuur hadden gezien. Ze gingen daarbij

voorbij aan het feit dat er veel meer gebeurt was in de behandelseries dan biofeedback maar kennelijk had dit de meeste indruk op ze gemaakt. Onze voorzitter zal binnenkort een voordracht houden over biofeedback bij SOLK (Somatisch Onverklaarde Lichamelijke Klachten).

Wij gaan ervoor en hopen de leden te verwelkomen op onze eerste Algemene Leden Vergadering op 24 november a.s. in Amsterdam.

Pieter Holtland

In de media

Via ‘uitzending gemist’ is nog een uitzending op internet te zien van een instituut in India dat wetenschappelijk onderzoek verricht met biofeedbackapparatuur.

(www.uitzendinggemist.nl) typ in yoga nidra za 17 mrt 2012, 11:30)

Youtube: Dr. Phil Demonstrates Amazing Biofeedback Appetite Control

Interessante websites:

<http://biofeedback.startpagina.nl>

www.bfe.org

www.bcia.org

[Www.biofeedbackopleiding.nl](http://www.biofeedbackopleiding.nl)

<http://www.isnr.org/>

<http://www.brainclinics.com>

In dit nummer:

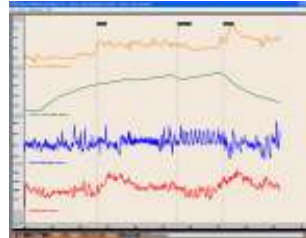
Van de voorzitter	1
In de media	1
Psychofysiologische zelfre-	2
Jaarvergadering Biofeedback Vereniging	2
Leer ons stil te zitten	3
Agenda, cursussen en congressen	3

Psychofysiologische zelfregulatie heel zinvol bij SOLK

Het doel van dit vergelijkend onderzoek is om de efficiëntie van de psychofysiologische behandeling bij SOLK (Somatisch Onverklaarde Lichamelijke Klachten) te onderzoeken. De psychofysiologische begeleiding bestaat uit een gestandaardiseerd en uitgeschreven protocol voor 10 sessies waarbij aandacht besteed wordt aan drie grote modaliteiten i.c. spierspanning, ademtraining en aandachtsregulatie. De eerste sessie bestaat uit een psychofysiologische meting met adem, hartslag, temperatuur, huidgeleiding en spierspanning om in kaart te brengen hoe de patiënt reageert bij een stressor. Op de modaliteit die het meest duidelijk reageert wordt psychoeducatie gegeven. De laatste sessie is gericht op terugvalpreventie.

Er zijn drie meetmomenten n.l. bij screening, na sessie 4 en na de laatste behandeling. De volgende meetinstru-

menten zijn gebruikt: twee depressievragenlijsten n.l. de Hamilton Depression Scale (HDS) en de Beck Depression Inventorie (BDI). De



clinical global impression scale (CGI-SD) voor de somatische symptomen en de Medical Outcome Study Short form General Health Survey (SF 36) voor de algemene gezondheid.

Het resultaat van dit onderzoek is dat alle uitkomsten van de meetinstrumenten bij de therapiegroep verbeterd zijn met de grootste significantie op de CGI-SD en de BDI totaal score en de BDI neuro-vegetatieve subschaal.

Conclusie:

De meest gangbare onderzoeken zijn vaak gericht op het bestuderen van cognitieve behandelvormen en door bij dit onderzoek juist de psychofysiologische behandeling centraal te stellen laat het de toegevoegde waarde van de psychofysiologische begeleiding zien.

Bron: Psychophysiological Treatment for Patients With Medically Unexplained Symptoms: A Randomized Controlled Trial.

Maria Katsamanis, Psy.D., Paul M. Lehrer, Ph.D., Javier I. Escobar, M.D., Michael A. Gara, Ph.D., Anupama Kotay, Ph.D., Regina Liu, Ph.D.

Auteur: Eveline Kempenaar

Een aardig voorbeeld van een stressprofiel:

<http://www.youtube.com/watch?v=J2j8r3Dg8Tc>

“Op de modaliteit die het meest duidelijk reageert wordt psychoeducatie gegeven”

Jaarvergadering Biofeedbackvereniging Nederland

Eind van het jaar, op zaterdag 24 november is er de eerste jaarvergadering van de Biofeedbackvereniging Nederland. Op deze dag combineren we de praktische aspecten van onze vereniging met de uitwisseling van kennis en ervaringen.

Lokatie: Amsterdam

Op dit moment zijn we nog

druk bezig met de voorbereiding voor de inhoud van het programma. Binnenkort volgt op de website, www.biofeedbackvereniging.nl meer informatie hierover.

Je kunt je alvast aanmelden info@biofeedbackvereniging.nl



Leer ons stil te zitten

“**Leer ons stil te zitten**” is het persoonlijke verslag van de zoektocht van Parks om van chronische prostaatklachten en bekkenpijn af te komen.

Vermakelijk en ongenadig beschrijft Parks de tocht langs het medisch circuit. Nergens kan men iets vinden, maar misschien kan een operatieve ingreep soelaas bieden. Daar wacht Parks toch maar even mee.

De slapeloze nachten worden doorgebracht met het op internet zoeken naar hulp voor deze ongrijpbare kwaal.

Daar vindt hij uiteindelijk het boek “**A headache in the pelvis**” van David Wise en Rodney Anderson.

In dit boek staat het Wise-Anderson protocol beschreven voor de behandeling van chronische bekkenpijn syndromen. Dit protocol is ontwikkeld aan the Stanford University.

Parks een echte kop zonder kip begint met de beschreven oefeningen uit het boek. De coherente adem oefeningen vindt hij te ingewikkeld, maar met het beoefenen van de beschreven paradoxale ontspanningsoefeningen en het leren accepteren van de klacht komt al snel wat verlichting.

Met veel humor wordt schrijft Parks hoe hij langzaam aan steeds meer de pijnklachten overwint.

In a headache in the pelvis staan ook anale triggerpoint behandelingen beschreven. In Italië kan niemand hem daar mee helpen en op aanraden van zijn echtgenoot laat hij zich door een bevriend Shiatsu masseur behandelen. (zo wordt hij in elk geval gemasseerd!) Deze raadt hem aan te gaan mediteren en Parks schrijft zich in voor twee Vipassana retraites. Met veel zelfspot en volharding brengt deze training het laatste

restje verlichting.

Het eerste deel met de beschrijving van de klacht en de rondgang langs de diverse (vaak bevriende) medisch specialisten is op den duur wat langdradig.

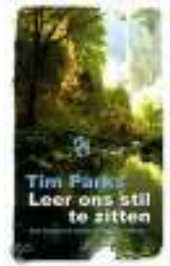
Het tweede deel met het oefenen en later de meditatie training is weer van begin tot het eind boeiend door de beschrijving van de constante strijd tussen denken en voelen.

Kortom een aanrader.

Over de auteur:

Zoon van een dominee, literatuur gestudeerd in Oxford en Harvard. Getrouwd met een Italiaanse en woonachtig in Verona. Auteur van 14 novellen, vertaler en docent vertalen (Italiaans en Engels) aan de universiteit van Milaan.

2010, De Arbeiderspers.
Tim Parks, **Leer ons stil te zitten**. ISBN 9789029573306



“De coherente adem oefeningen vindt hij te ingewikkeld”

Agenda, cursussen en congressen

16th Annual BFE Meeting-



www.bfe.org

David Siever www.mindalive.nl

Www.biofeedbackopleiding.nl

- coaching op basis van stressprofielen

- omgaan met overprikkelde patiënten

- opleiding tot hartcoherentie therapeut

- chronische Myo-Fasciale pijnklachten



- Jaarvergadering, 24 november 2012

- Jaarcongres: januari 2013

Voorzitter: Pieter Holtland
Penningmeester: Eveline Kempenaar
Secretaris: Anita van Duijne
Bestuurslid: Peter Vaessen

Secretariaatsadres:
Amaliastein 84
4133 HD Vianen

Telefoon: (0347) 326134
E-mail: info@biofeedbackvereniging.nl



BVN

Wij streven ernaar de Nieuwsbrief 4x per jaar uit te laten komen.

De volgende Nieuwsbrief kun je in Januari 2013 verwachten

Kom je een interessant (onderzoeks)artikel tegen?

Heb je een congres, symposium of cursus bezocht en je wilt hiervan informatie delen?

Heb je ook een boekrecensie voor ons?

Heb je informatie die anderszins van belang is voor je collega biofeedbackers en/of neurofeedbackers?

LAAT HET ONS WETEN!! Dan kunnen wij dit in deze Nieuwsbrief plaatsen.

Wil jij ook biofeedback of neurofeedback op de kaart zetten en een actieve rol spelen in onze vereniging? Dan zijn wij op zoek naar jou!

Hoe groot of klein jouw rol ook zal zijn, neem vooral contact met ons op. Er zijn vele mogelijkheden waarmee je ons kunt helpen.

Vele handen maken licht werk!

Alvast bedankt voor je reactie,

Pieter, Eveline, Anita, Peter