

Bibiane van Mierlo

Het is niet dat er iets anders wordt gezien, maar dat men het anders ziet. Het is alsof de ruimtelijke handeling van het kijken wordt veranderd door een nieuwe dimensie.

- Carl Jung -

Jarenlang werkte ik als psychotherapeute in gebieden die door oorlog en natuurgeweld zijn ontwricht. Het vermogen van mensen om het leven steeds opnieuw vorm en kleur te geven blijkt grenzeloos. De mentale schade die kan ontstaan na pijnlijke gebeurtenissen wordt namelijk niet zozeer veroorzaakt door deze gebeurtenissen zelf maar door de manier waarop het lichaam energie gevangen houdt. Bij mij in de praktijk wordt er gewerkt aan een gerichte bewustwording van lichaamssensaties waarbij er weer energie vrijkomt om het leven richting en vorm te geven.

Wil je meer weten over deze vorm van werken, klik dan op de volgende [link](#)

Sinds 2004 werk ik onder meer in gebieden die door oorlog en natuurgeweld zijn ontwricht aan de verwerking van traumatische gebeurtenissen. In nauwe samenspraak met de mensen daar richten we ons op het herstel van vertrouwen, het verbeteren van onderlinge relaties en de wederopbouw van gemeenschappen. Wat in eerste instantie onmogelijk lijkt, blijkt vaak toch mogelijk; hoe pijnlijk de gebeurtenis ook, de drang tot overleven en het vermogen om het leven steeds opnieuw vorm en kleur te geven is grenzeloos. Zo zit de menselijke natuur nu eenmaal in elkaar. De mentale schade die kan ontstaan na gewelddadige gebeurtenissen, ongelukken, afwijzing, misbruik of isolement wordt niet zozeer veroorzaakt door pijnlijke gebeurtenissen op zichzelf maar door de manier waarop het lichaam energie gevangen houdt. Dat is een heel natuurlijk overlevingsmechanisme; wanneer een ervaring té overweldigend is, dan komt het lichaam automatisch in de vlucht- of vechstand. En als we geen kans zien om te vluchten of te vechten dan is een tijdelijk “niet ervaren” onze instinctmatige enultieme overlevingsstrategie. Problemen ontstaan wanneer deze overlevingsstrategieën langer blijven bestaan dan nodig en de natuurlijke balans niet wordt hersteld. Mensen ervaren dit heel verschillend. Bij de een probeert de geblokkeerde energie een uitweg te vinden via lichamelijke symptomen, bij de ander via storende of negatieve gedachten en weer een ander reageert overmatig angstig of wordt overspoeld door emotie.

Bij mij in de praktijk wordt er gewerkt aan een gerichte bewustwording van lichaamssensaties, beelden en andere gewaarwordingen. Hoe groter het vermogen om subtiele, zintuigelijke en lichamelijke gevoelens waar te nemen, hoe meer verbinding we weer hebben met onszelf, anderen, de natuur, het grotere geheel. En hoe meer mogelijkheden er ontstaan om het leven weer een eigen richting en vorm te geven; overweldiging maakt plaats voor zelfbeschikking.

Werkervaring

- Co-founder van Culture 4 Change (culture4change.org) een kennisplatform dat individuen en organisaties uit verschillende continenten en sectoren met elkaar verbindt. C4C slaat een brug tussen internationale expertise op het gebied van traumaverwerking en lokaal

toepasbare interventies met de bedoeling de vicieuze cirkel van armoede, uitsluiting, trauma en geweld te doorbreken (2017-heden)

- Werkzaam voor non-profit organisaties die door oorlog en/of (natuurlijk) geweld zijn ontwricht. Capaciteitsopbouw van lokale staf in verschillende landen (Afghanistan, Burundi, Cambodja, Colombia, Myanmar, Noord Irak, Pakistan, Rwanda en Zuid Soedan) en de ontwikkeling van cultureel toepasbare interventies voor individuen en gemeenschappen die zijn getraumatiseerd als gevolg van oorlog en geweld (2005-2017)
- Psychotherapeute voor Equator, een behandelprogramma van het Academisch Medisch Centrum (AMC) in Amsterdam (Nederland) voor getraumatiseerde vluchtelingen en asielzoekers (2004-2005)
- Psychotherapeute voor de Forensisch Psychiatrische Dienst in den Haag (Nederland) ; onderzoek naar de toerekeningsvatbaarheid van zowel adolescenten en volwassen delinquenten (2003-2004)
- Onafhankelijke psychotherapeute in Amsterdam (Nederland) en Marseille (Frankrijk) (1994-2002)

Opleidingen

- Integrale Somatische Psychotherapie ((ISP™); een methodiek ontwikkeld door Raja Selvam gericht op de versterking van de relatie tussen lichaam, energie en bewustzijn (2017-2018)
- Somatic Experiencing® (SE) lichaamsgerichte traumatherapie; gespecialiseerde psychosomatische methode voor het helen van trauma en andere stress gerelateerde klachten. De methode is ontwikkeld door Dr. Peter A. Levine (2016-2018)
- Psychotherapeute à la Erickson (hypnotherapie) (1990-1994)
- Masters in de Pedagogische Wetenschappen (1986)

Doelgroep:

- Post traumatische stress
- Depressieve klachten
- Angst (faalangst, sociale angst, algemene angstklachten)
- Psychosomatische klachten
- Psychosociale problematiek