HC Archief
Wim Lamers

1997

16.155
HARA

haptonomisch CONTACT

jaargang 8, nr. 2, juni 1997

2

HC archief
Wim Laumans

HAPTONOMISCH CONTACT

Tijdschrift van de Nederlandse Vereniging voor Haptonomie

ISSN 0929-7723

Redactie
Ton Bergman, hoofdredacteur
Mia van Luttervelt, secretariaat
Mart Blokland, financiën
Ingrid Ram, eindredactie

Redactieadviesraad
Hans van Slooten
Dorus Gerritse
Ruud Overdijk

Redactieadres
Gamerslagplein 94
6826 LC Arnhem
Tel. 026-3618117

Vormgeving en advertenties
Ingrid Ram, Kwarts Pers- en Produktiebureau, Hilversum
Tel.035-6234355

Omslagontwerp
Ton Bergman

Sluitingsdatum voor de kopij voor het volgende nummer is: **15 juli 1997**
Op die datum moet de kopij binnen zijn bij het redactiesecretariaat.

Lidmaatschap van de NVH is inclusief toezending van het tijdschrift. Abonnementen zonder lidmaatschap voor bibliotheken en andere instellingen *f* 70,-
Een presentexemplaar is op aanvraag verkrijgbaar.

Voor **informatie over de vereniging**: zie achterbinnenzijde van het omslag.

Haptonomisch Contact verschijnt vier keer per jaar en bevat oorspronkelijke artikelen, verslagen van bijeenkomsten, boekbesprekingen en andere artikelen, die hetzij de algemene grondslagen van de haptonomie representeren, dan wel daaraan gerelateerd kunnen worden, alsmede artikelen die de meningsvorming over haptonomie en de toepassingen daarvan bevorderen. Het tijdschrift bevat tevens berichten uit en over de vereniging.

Kopij, in machineschrift en indien mogelijk op diskette, kan worden gezonden naar het redactiesecretariaat, waar ook richtlijnen voor auteurs kunnen worden aangevraagd. De redactie beoordeelt artikelen, behalve op goed taalgebruik, ook inhoudelijk. Relevantie, relatie met haptonomische aspecten en openheid zijn de belangrijkste criteria. De redactie behoudt zich het recht voor kopij in te korten of niet te plaatsen.

De **verantwoordelijkheid** voor de inhoud van dit tijdschrift berust bij de redactie.

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, microfilm, fotokopie of welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande, schriftelijke toestemming van de redactie.

HC archief
Wim Laumans

Inhoud

Van de hoofdredacteur 2

Aanraken en nabij zijn 4
Marie de Hennezel schrijft over het omgaan met terminale patiënten. Vertaald door Ingrid Ram.

Er is maar één gevoel: pijn 14
Interview door Mart Blokland met Christien d'Hoore, een haptotherapeute die ervaring heeft met rouwverwerking.

Bob 25
Een interview door Mart Blokland met Esther en Frans Maas, ouders die een kind verloren hebben.

Is er nog aanraking na de dood? 29

Boekbespreking 30
Ton Bergman bespreekt: 'Intieme dood', van Marie de Hennezel

Kort overzicht van kinderboeken die over doodgaan handelen 32

Haptonomisch woordenboek (16) 35

Verslag conferentie avond 26 maart 40
Michiel Reinders schrijft over de derde avond met als thema 'Overdracht en tegenoverdracht.'

Beleidsvoorstellen 1997 43

Ingezonden brieven 54

HC archief
Wim Laumans

Van de hoofdredacteur

Zonder het bewust te sturen ontstond deze keer een tijdschrift waarin de dood en het afscheid nemen centraal staan. Tegelijkertijd komen ook de wijzen van daarmee omgaan en het begeleiden ter sprake.
Het wierp mij terug op mijn eigen omgang met die onvermijdelijke dingen, zo inherent aan het leven.
Er zijn van die uitdrukkingen en gezegden die, – als we ze al zelf niet uitspreken –, met regelmaat in onze omgeving horen. Ik noem er een paar:
"De heren politici besluiten maar daar in Den Haag"
"De heren doktoren weten het altijd beter"
"Je wordt geboren zonder erom gevraagd te hebben"
"De dood is het enige rechtvaardige in het leven"
Vier opmerkingen waar de teleurstelling dik bovenop ligt. Teleurgesteld in het niet gezien worden, niet gehoord worden, niet bevestigd worden. Het gaat niet over politiek, medicijnen of het einde of het begin van het leven, het gaat over het leven zelf. De teleurstelling geldt het niet gehoopte, niet verwachte, niet verdiende leven. Dat is in en in triest. Ingaan op zo'n opmerking heeft alleen zin als we ingaan op de teleurstelling. Wanneer we die gekwetstheid horen en erkennen, zullen we wellicht een luisterend oor vinden. Ingaan op de letterlijke tekst leidt slechts tot borrelpraat.
Er zit nog een andere kant aan zulke opmerkingen. Met name die over dood en geboorte. Hoe zal het klinken in de oren van de ouders die het kind ter wereld brachten? Hoe ervaar je 'blijde verwachting' als later de mogelijkheid bestaat dat je kind zegt 'op de wereld geschopt te zijn'?
Afgezien van levensbeschouwelijke aspecten is de geboorte – of moet ik zeggen de verwekking – een mysterie. Om met de Psalmen te spreken: Wij zien het, maar doorgronden het niet.
Wat de dood betreft, is die werkelijk rechtvaardig? Natuurlijk, hij geldt voor iedereen. Niet voor niets noemen wij onszelf stervelingen. Maar kun je met evenveel recht en reden zeggen dat de dood onrechtvaardig is? Komt de dood niet altijd op het verkeerde moment? Voor de stervende misschien niet, maar voor de achterblijvenden? Wanneer een geliefde, een ouder een kind, sterft? Wat schiet ik er dan mee op dat het zo rechtvaardig is? Kan ik daaruit troost halen? Kan dat mijn verdriet verzachten? Brengt dat mij ertoe te zeggen: mij is recht gedaan?

HC archief
Wim Laumans

Evenals het begin van het leven zullen we het einde nooit verstandelijk begrijpen. Zelfs afgezien van levensbeschouwelijke aspecten is de dood een mysterie.
Teleurstellingen in het leven zijn welhaast onvermijdelijk. Ze kunnen je leven zodanig beïnvloeden dat het leven waardeloos gaat lijken. Maar teleurstellingen horen bij het Leven. Niet bij de geboorte en niet bij de dood. Die zijn en waren altijd en zullen altijd zijn: Mysteries.
Over de Griekse mysteries doen de meest wilde verhalen de ronde. Niemand weet of ze waar zijn. Er gebeurden mysterieuze dingen. Zo hoort dat ook met een mysterie. (Zou ons woord mist daarvan afstammen?) Je kunt er met je verstand niet bij. Met je gevoel wel. Op kousevoeten en heel voorzichtig, want je weet maar nooit. Zoals je al met het leven van een ander voorzichtig hoort om te gaan, zoveel te meer met het begin en met het einde van het leven.
Er is een Mens geboren; er is een Mens gestorven. Ontzag hoort te klinken, naast wellicht blijdschap en verdriet. In die gevoeligheid, dat gevoel voor mysterie kun je ook de omstanders omhullen met je nabijheid, als altijd een waardige afstand bewarend, gevoelig voor het toelaatbare en het toegelatene.
Of je in het mysterie toegelaten wordt, hangt af van je waardig-heid. Geboorte is geen spel van vraag en aanbod, dood is geen justitionele uitspraak. Beiden zijn grote mysterieuze gebieden, waar – zoals de Engelsen zeggen – 'angels fear to tread'. Het is eigenlijk wonderbaarlijk dat ons leven zich afspeelt tussen twee mysteries. Daardoor moeten we wel plaats geven aan het mysterie in ons leven. Daardoor kunnen we niet-begrijpend ons gevoel volgen, terwijl we daar nu juist begrip voor op kunnen brengen.
Wat is het leven toch een mysterie.

Rectificatie
In Haptonomisch Contact nr. 1 van dit jaar stond als auteur van de boekbespreking 'Kind van gescheiden ouders' vermeld: Ans Lensink van Ham, dat moest zijn: Ans Leisink van Ham. Onze excuses hiervoor.

HC archief
Wim Laumans

Aanraken en nabij zijn

Hoe benaderen we stervenden met tederheid en respect

Marie de Hennezel

Marie de Hennezel maakte deel uit van de staf van de eerste Palliatieve pijnkliniek die in 1987 in Frankrijk werd geopend. Er zijn nu 35 van zulke klinieken door heel Frankrijk met meer dan 80 ambulante verzorgers. Marie de Hennezel is psychologe and Jungiaans analytica. Met tien jaar ervaring in de terminale zorg, heeft Marie de leiding over een vereniging voor mentale zorg voor AIDS patiënten; zij werkt op de afdeling psychologie en pallitieve zorg aan de Cité Universitaire in Parijs en daarnaast houdt zij conferenties over het omgaan met terminale patienten.
Haar eerste boek 'L'Amour Ultime' (Editions Hatiar 1991) is prachtig geschreven en zeer goed ontvangen. Haar laatste boek 'La Mort Intime' (Editions Robert Laffront) werd in 1995 gepubliceerd. Ook dat boek is met enthousiasme ontvangen door de Franse lezers en bevat een inleiding van Fransçois Mitterand, met wie Marie de Hennezel nauw contact had tegen het eind van zijn leven. Het boek werd al snel in Frankrijk een bestseller en zal in maart 1997, onder de titel 'Intimate Death' in het Engels uitgegeven worden door Little Brown. (Inmiddels ook in het Nederlands vertaald: 'Intieme dood,' Becht Haarlem; Zie boekbespreking blz. 29 red.)

Wie we zijn, de manier waarop we voor iemand zorgen, hem aanraken en benaderen, dat alles kan een mens het gevoel geven dat hij of zij een bezield wezen is.
Van mensen wordt gezegd dat ze bezield zijn omdat we niet alleen zijn wie we denken dat we zijn. Ieder van ons ontwikkelt zich in een proces van zelf-verwezenlijking en is in staat zichzelf te overtreffen. Daarom kunnen we niet teruggebracht worden tot alleen maar een lichaam, of alleen maar een vermogen tot onafhankelijkheid om te doen of te denken. Een mens wiens lichaam achteruitgaat is en die afhankelijk is – niet instaat om te handelen of te denken – blijft niettemin een compleet mens, een geest om-

HC archief
Wim Laumans

vat in een lichaam, een levend mysterie. Zolang een mens ademt, leeft hij en behoort hij met respect benadert en aangeraakt te worden. Ons gevoel voor waardigheid is afhankelijk van hoe anderen naar ons kijken, maar nog meer afhankelijk van de manier waarop we verzorgd en aangeraakt worden.

We staan er vaak niet bij stil, dat er van de manier waarop we met iemands lichaam omgaan en de nabijheid van de aanraking een wezenlijke zorg kan uitgaan. Daarom heb ik ervoor gekozen om over dit onderwerp te spreken.

Zorgen voor iemand heeft een spirituele dimensie en er bestaat een wezenlijke manier om contact met iemand te maken en iemand aan te raken. Wanneer ik een verpleegkundige voor een patiënt zie zorgen – de bedrevenheid van de handelingen, de zachtheid, de tederheid – dan zie ik dat ze het lichaam depasseren om die mèns aan te raken en zich bewust zijn van die unieke mens. Als verzorgers met ontvankelijkheid, presentie, transparantie en respect handelen, geven ze patiënten, die fysiek erg achteruit gegaan zijn en hun gevoel voor heelheid en identiteit verloren hebben, een gevoel dat ze geaccepteerd worden zoals ze zijn. Daardoor kan een patiënt zijn gevoel van waardigheid weer terugvinden. Zo kunnen mensen voelen dat ze een levende ziel blijven tot aan hun dood.

Het Boeddhisme herinnert ons eraan dat, als we met terminale zorg te maken hebben, we ons moeten concentreren op de 'boeddha-natuur' en op de diepte van iemands wijsheid en goedheid. Persoonlijk geloof ik dat we iemand kunnen laten voelen dat we zijn wijsheid en goedheid herkennen door de manier waarop we voor hem zorgen en hem aanraken. We hebben het hier over het wezen van een mens. De kwaliteit van onze aanwezigheid, de subtiliteit van onze zorg, de tederheid van onze bewegingen en de manier waarop we naar een patiënt kijken, die geven allemaal aan – soms beter dan woorden – dat we ons bewust zijn van het oneindige mysterie van de mens.

Waarom is het zo belangrijk om ons bewust te zijn van de spirituele dimensie van het verzorgen?
Wanneer we iemand ontmoeten die moreel of fysiek lijdt dan vraagt de situatie een fysieke nabijheid die normaal binnen de intimiteit valt. Volgens E. Hall bevinden twee mensen zich in elkaars intimiteit wanneer ze minder dan 40 cm van elkaar vandaan zijn. Fysiek contact speelt dan een grotere rol tussen mensen en nonverbale communicatie is belangrijker dan

HC archief
Wim Laumans

verbale communicatie. Zodra we ons binnen de intieme ruimte van een ander bevinden, voelen we zo veel dingen. We staan in contact met alles wat die mens op de been houdt. We kunnen zijn pijn, zijn angst, zijn onzekerheid voelen, maar ook zijn vrede en zijn goede en liefdevolle aanwezigheid. De tastzin is het zintuig dat de grootste wederkerigheid met zich meebrengt; we kunnen niet iemand anders aanraken zonder zelf aangeraakt te worden.

Verzorgen geeft ons de mogelijkheid om met de terminale patiënt te communiceren, om met hem tot het einde toe om te gaan. Iedere terminale patiënt heeft verzorging nodig: hij moet gewassen worden, omgedraaid in z'n bed, getroost en gemasseerd worden als zijn lichaam stijf en pijnlijk wordt. Deze tactiele relatie zet zich voort tot de dood, terwijl de verbale communicatie vaak allang gestopt is. Wanneer we zorgvuldig waarnemen wat er gebeurd als we een terminale patiënt aanraken, dan ontdekken we dat fysieke nabijheid gelegenheid geeft tot intense wezenlijke uitwisselingen.

Met een terminale patiënt kan wezenlijk contact gemaakt worden. Vlak voor de dood is er een openheid van het hart en een bereidheid om te communiceren die we zelden in gewone relaties tegenkomen.
Maar deze openheid kan ons ook beangstigen. Het kan pijn en andere diep verborgen emoties in ons aanspreken. Daarom is de verzorging in ziekenhuizen tegenwoordig gereduceerd tot een technisch handelen waarbij de wezenlijke ontmoeting tussen mensen niet tot stand komt. Desondanks is het niet mogelijk voor verpleegkundigen om fysiek contact te vermijden en daarom ontwikkelen ze allerlei beschermingsmechanismen:

- Ze praten druk, waarmee ze het intieme karakter van het contact ontkennen en een effectieve afstand creëren;
- Ze nemen een overdreven houding aan en slaan door naar de andere kant. Ze handelen in het belang van de patiënt en leggen daarmee hun verzorging op aan de patiënt zonder naar hem of haar te luisteren of te respecteren. Verzorgenden proberen op deze manier zichzelf te verontschuldigen voor een onbewust gevoel van falen. Dit gevoel is teveel doordrenkt van de noodzaak om iemand beter te maken en getekend door goede wil. Eigenlijk behoort dit gedrag bij iemand die geen voeling meer heeft met de situatie.
- Zo zijn er ook verschillende manieren om je te verstoppen achter een techniek, waarmee je de patiënt behandelt 'als een ding dat verzorgd

HC archief
Wim Laumans

moet worden.' Als je de patiënt als 'een ding' benadert kan je hem of haar aanraken zonder dat je zelf emotioneel geraakt wordt.

- Het is ook mogelijk om je achter vormelijke taal of medisch jargon te verstoppen, zodat het intellectueel begrijpen van een ziekte als barrière dient om de emoties te uiten. We weten allemaal hoe effectief rationalisatie als verdediging is. Maar al die strategieën leiden tot een emotionele steriliteit en een verarming van het contact.

Waarom zijn we zo bang voor fysiek contact? Wat dreigt fysiek contact in ons los te maken?
De somberheid van een patiënt kan onze eigen somberheid in beweging brengen. Zijn agressie of zijn lijden kan een schuldgevoel, hoe bewust of onbewust ook, in ons oproepen. Op dit punt, aan het eind van de twintigste eeuw, zijn we zo weinig in staat om naar de dood te kijken en zien we het als een falen. Hoeveel mensen voelen zich schuldig omdat ze een geliefde overleven? We horen zo vaak mensen over onrecht praten, alsof de dood een straf zou zijn! Of mensen verbeelden zich dat als ze maar genoeg van de stervende houden, ze zijn dood kunnen voorkomen. Als die mens dan toch overlijdt, zien ze het als een teken dat ze niet genoeg van hem hebben gehouden! Om al deze redenen ontkennen mensen de onvermijdelijkheid van de dood, vermijden ze fysiek contact en elk gebaar of woord dat hun wanhoop zou verraden.

Onze hedendaagse cultuur kan geen onderscheid maken tussen tederheid en erotiek. Als we iemand op een tedere en respectvolle manier verzorgen dan zijn we bang dat dat verkeerd geïnterpreteerd wordt. We zijn bang dat lichamelijk contact met een wanhopige patiënt, die naar vrede en troost zoekt in onze armen, uitdraait op een erotische ervaring. Dit gebrek aan helderheid, het stempel van een samenleving die tederheid vermijdt, heeft het effect dat contact via de aanraking sterk geremd wordt. En, zoals we in het begin beschreven, de fysieke nabijheid die elke verzorgende situatie biedt, kan een ideale gelegenheid zijn om meer wezenlijke zorg te bieden.

Een terminale patiënt is door zijn ziekte, fysieke zwakheid en afhankelijkheid bijzonder ontvankelijk. Hij kan niet langer de dingen zelf doen, maar hij kan wel 'zijn.' Hij kan niet langer de toekomst plannen, maar wel volledig in het heden leven. Hij kan niet meer naar buiten gaan of, rondlopen, maar wel de liefdevolle aanwezigheid voelen van de mensen om hem heen; hen aankijken, of door het raam naar de lucht kijken. Hij kan ook

HC archief
Wim Laumans

nog bidden, mediteren en genieten van het feit dat hij nog steeds adem haalt. Hij is nog steeds in staat om lief te hebben en geliefd te worden.

Het lijkt alsof de waarneming van terminale patiënten verandert. Gevoelens zijn acuter, terminale patiënten voelen alles; ze hebben een heel subtiel gevoel voor het niveau van pijn om hen heen. Ze kunnen bijvoorbeeld de teruggetrokkenheid, de afwijzingen maar ook de vreedzaamheid van iemand voelen die rustig naast hen aanwezig is.
We vragen ons vaak af wat de betekenis is van de laatste momenten van iemands leven. Tegenwoordig denken veel mensen dat het stervensproces betekenisloos en onzinnig is en alleen maar een pijnlijk wachten op de dood. Waarom niet het proces verkorten? Ze realiseren zich niet dat er nog van alles kan worden beleefd en welke uitwisselingen op emotioneel en spiritueel niveau nog plaats kunnen vinden.

Een jonge vrouw die totaal verlamd en geheel afhankelijk was van anderen voor de meest elementaire en intieme dingen, beschreef de liefde van de mensen om haar heen als volgt: "Het lijkt op een fontein waarvan ik niet weet hoe ik ervan kan drinken. Misschien moet ik weer leren om een klein meisje te zijn die nederig genoeg is om een cadeautje te ontvangen."
Deze jonge vrouw zag het laatste stadium van haar leven als een innerlijk avontuur: een tijd om te leren loslaten, zichzelf vol vertrouwen over te geven aan andermans handen en haar vertrouwen aan anderen te schenken. Zij kon haar spieren niet meer bewegen, maar haar ziel kon nog wel bewegen: ze kon zich openen naar anderen, ze kon er voor anderen zijn en hen omringen met haar liefdevolle aanwezigheid. En dat was niet via haar verstand, maar gebeurde voornamelijk middels haar zintuigen. Ze werd ruimer en iedereen die bij haar kwam voelde zich prettig in haar nabijheid. Men had geen medelijden met haar uitgeputte lichaam, maar er sprak een gevoel van gemak uit haar openheid en de kwaliteit van haar aanwezigheid. Ze vertelde dat ze zich kalm en bevrijd van pijn voelde wanneer ze zich naar anderen opende. Ze voelde ruim en levendig. Ja, een ziel in een verlamd lichaam! Zij leerde ons hoe we voor haar konden zorgen en van haar houden: zo'n ontvankelijkheid en overgave van iemand die niets meer te verliezen heeft, spreekt de diepste kwaliteiten in een mens aan. Precies zo als we tederheid en verwondering voelen bij het omgaan met het lichaam van een baby, zo worden we vervuld met respect en tederheid als een terminale patiënt zijn lichaam aan onze zorg toevertrouwt.

HC archief
Wim Laumans

Zoals het de taak is van iemand die zich op de dood voorbereidt om zichzelf vol vertrouwen over te geven aan de dood, is het onze verantwoordelijkheid om hem daarbij te helpen en deze verantwoordelijkheid is een spirituele, wezenlijke verantwoordelijkheid.

Soms zijn de laatste momenten van het leven geheel gevuld met angstige vragen: waar gaat de ziel naar toe? Is er een vorm van leven na de dood? Zullen we voor altijd gescheiden zijn van onze geliefden? Vaak verbergen deze vragen een diepgewortelde twijfel en onzekerheid over ons eigen wezen. Ze verdwijnen, of liever, ze worden getransformeerd zodra we de oneindige kwaliteit van de ziel in het hier-en-nu ervaren. We hopen niet om het hiernamaals na de dood te vinden; het is in het hier-en-nu aanwezig als we onszelf overstijgen in de concrete zintuigelijke ervaring van uitbreiding van onszelf. We ervaren dat in de vreugde van het contact met een ander mens en in gevoelscontact.

Boris Cyrulnik definieert emotie als een 'zintuigelijke verbinding' die levende wezens verbindt en een vitale coëxistentie tussen hen teweeg brengt.' Via zintuigelijke gewaarwording ontwikkelen we gevoelens. Er is een primitief gevoel van gewaarwording dat we de archaïsche oorspronkelijke aanraking noemen aan de basis van ons bewustzijn en ons gevoelsleven. Tastzin is het eerste zintuig dat wordt ontwikkelt. Er wordt bijvoorbeeld gezegd dat kinderen die aangeraakt, gestreeld en gemasseerd worden door hun moeder of een verzorger, heel snel een regelmatig slaappatroon ontwikkelen. Evenzo wordt er gezegd dat gebrek aan contact en of zintuigelijke gewaarwordingen leiden tot onheil. Een kind dat gevoelservaringen ontbeert, kan zijn biologisch potentieel niet ontwikkelen.

Mensen hebben deze 'zintuigelijke verbinding' nodig; zij hebben fysiek contact nodig om te overleven en zich levend te voelen. En aangezien we bezig zijn mensen die ziek, kwetsbaar en afhankelijk zijn hulp te bieden om zich levend te blijven voelen tot aan de dood, zouden we de behoefte aan fysiek contact op waarde moeten schatten.

Françoise Dolto heeft geschreven: "Een mens moet teruggaan naar zijn meest primitieve beelden en gevoelens die hij in de baarmoeder heeft ervaren om een basaal en miniem gevoel van veiligheid te vinden, hetgeen nodig is om te overleven." Vandaar de behoefte aan rust en stilte, de behoefte om je tot een bal op te rollen, om warm te blijven, terug te gaan naar de gevoelens van 'het lichaam dat we zijn,' met andere woorden naar

HC archief
Wim Laumans

de fysieke gewaarwordingen die we in relatie met de moeder hebben ontwikkelt. De zintuigelijke verbinding die in de baarmoeder ontstaan is.

Een jong kind ervaart geen grenzen in de relatie met zijn moeder. Het leeft in een vorm van symbiose. Deze primitieve ervaring kan er een zijn van veiligheid en voldoening, maar kan ook beladen zijn met angst. Het hangt er helemaal van af hoe het kind wordt vastgehouden. Allerlei schrijvers zoals Bowlby, Wallon en Winnicott hebben het belang benadrukt van de vroege interacties tussen moeder en kind. Winnicott schrijft over vasthouden en omgaan waarmee hij de manier beschrijft waarop een kind aangeraakt en gedragen moet worden opdat het een basaal gevoel van veiligheid en een eigen identiteit kan ontwikkelen.
Onderzoek dat Bion gedaan heeft naar angst bij jonge kinderen laat zien dat deze soms gevoelens van chaos ervaren. Ze hebben nog niet de mogelijkheid om ervaringen te integreren. Wanneer een moeder een kind in haar armen neemt en het omgeeft met haar tedere aanwezigheid, dan geeft het huidcontact het kind een gevoel van continuïteit. De huid is de grens tussen binnen en buiten, hij beschermt en biedt een vredig en doorlopend oppervlak dat een omvattende rol speelt bij gevoelens en emoties. Fysiek contact of eenvoudig aanwezigheid spelen beiden een beschermende rol waardoor angst om te worden overspoeld, kan worden voorkomen. (Bion)

Deze mechanismen die bij kleine kinderen een rol spelen blijken terug te komen bij ernstig zieken; het verlies van referentiepunten, fysieke pijn, verlies van identiteit door lichamelijke veranderingen, de angst voor desintegratie. Door de manier waarop we voor deze mensen zorgen en met ze in contact staan, kunnen we ze een gevoel van intimiteit, veiligheid en heelheid terug geven. Daarom is het belangrijk de regressie van terminale patienten te respecteren en voor ze te zorgen in een sfeer van rust, omdat die mensen in hun regressie hun basale gevoel van veiligheid, de ervaring van hun wezen zoeken.

> "De meest duidelijke vorm van regressie is het langzaam maar zeker prijsgeven van hun spreken, dat vervangen wordt door lichaamstaal; door een tienvoudige toename van het gehoor; door de extreme gevoeligheid van hun huid; en door het belang van oogcontact, aanraking en zelfs het ritme van de ademhaling. Dit worden de middelen om contact te maken en uit te wisselen met een ander mens."
>
> Lise Monette

HC archief
Wim Laumans

Het is belangrijk om de patiënt niet als een kind te behandelen. In tegendeel, het is belangrijk om zijn bestaan en zijn wezen te bevestigen, door een geruststellende aanraking en ons vertrouwen te laten voelen in zijn vermogen om deze angst en pijn te doorleven .

Hoe is het mogelijk om vanuit de goede emotionele balans intiem om te gaan met een patiënt?
Françoise Dolto nodigt ons uit om onderscheid te maken tussen het substantiële en het subtiele. Het is mogelijk een menselijk lichaam aan te raken alsof het een ding is. Ik weet zeker dat velen van ons dat ervaren hebben tijdens een medisch onderzoek, bijvoorbeeld. Maar het is ook mogelijk om echt contact met iemand te maken als we hem aanraken. Wanneer dat gebeurt dan kunnen we laten voelen dat we zowel geest als lichaam zijn.

Bij terminale patiënten, die vaak fysiek achteruitgegaan zijn, is het mogelijk om alleen aan hun materiële behoeften te voldoen (eten geven, wassen, omdraaien) en voorbij te gaan aan de uitwisseling in de relatie die zijn ziel voeding geeft en die hem het gevoel geeft dat hij een levend wezen is tot aan de dood, ondanks zijn gehavende lichaam. Iedere keer dat we iemand verzorgen en met hem in contact staan is een mogelijkheid om zijn goed-zijn te bevestigen.

Gevoelscontact is niet gericht op een deel van het lichaam maar op de hele mens. Het is onbegrensd, omhullend, troostend en intens; niet oppervlakkig zoals een vluchtige aanraking. Zelfs in de medische setting kunnen praktische handelingen teder zijn wanneer ze de hele mens respecteren en de verzorger zich bewust is van de mens als geheel en hem in zijn aanwezigheid opneemt.

Tederheid kent ook een zekere terughoudendheid. Het betekent dat we ons zesde zintuig moeten gebruiken om de nonverbale boodschappen te horen en de signalen op te vangen die ons helpen op de patiënt zijn behoeften te anticiperen, in een sfeer van respect. Het betekent niet meer geven dan noodzakelijk is.

Soms kan en moet het contact meer op afstand zijn; bijvoorbeeld alleen maar je ademhaling synchroniseren, of alleen maar een rustige en geruststellende aanwezigheid die de patiënt omhult.

HC archief
Wim Laumans

Silvia Osertag schrijft in *'Tenderness and Spirituality'* dat tederheid 'een golf van affectie is die nabijheid zoekt en tegelijkertijd met zorg en respect afstand houdt, liefdevolle afstand.' Opwelling en terughoudendheid: de spanning tussen deze twee respecteren de waas van geheimzinnigheid rond een mens.

Tederheid legt een verbinding die niet verward moet worden met gehechtheid; dit beangstigt ons omdat het raakt aan onze eigen geschiedenis met relaties (verlies, afwijzing en gebrek aan emotionele steun) die heel diep in ons onderbewuste kan liggen. De eigenlijke reden waarom we onszelf beschermen tegen emotionele betrokkenheid is, omdat we bang zijn dat het emoties bij ons losmaakt: ons eigen lijden omhooghaalt, gevoelens van ontoereikendheid, of een onvermogen om echt lief te hebben, dat wil zeggen liefhebben zonder terughoudendheid en zonder gehechtheid.
Deze gevoelens versterken alleen maar de noodzaak om aan onszelf te werken voordat we met terminale patiënten omgaan. Het gaat er niet om de betrokkenheid te vermijden door een defensieve houding aan te nemen die de relatie verarmt, maar om te weten hoe we een innerlijke distantie kunnen behouden wanneer we nabij zijn. Het is mogelijk om de goede, niet-defensieve afstand te houden, zelfs bij fysieke nabijheid, als we weten hoe we ons innerlijk gebabbel kunnen stoppen en de innerlijke stilte kunnen betreden; die innerlijke ruimte waar we onze angsten en emoties kunnen laten voorbijtrekken zoals wolken in de lucht en waar we, met alle poriën van onze huid het leven om ons heen kunnen aanvoelen en inademen en ons lichaam als een ruimte, een open en verwelkomende ruimte kunnen ervaren.

Vertaling, Ingrid Ram

Dit artikel is overgenomen uit het tijdschrift 'View, Inspiring a revolution of the mind.' View, Rigpa, 330 Caledonian Road, London, N1 1BB, UK.

HC archief
Wim Laumans

Stervende

Durf je dicht bij mij te komen.
Zodat je weet wat ik voel.
Durf je dicht bij mijn gevoel te komen.
Zodat je weet wat ik bedoel.
Durf je me aan te raken
met mijn moe gestreden lijf
Durf je er ook nog over te praten.
Over de toestand waarin ik verblijf.
Durf je me bij de hand te vatten.
Om een eindje mee te gaan.
Durf je me beet te pakken
Om me te troosten in mijn bestaan.
Durf je me los te laten
Als ik ben, daar aan 't eind.
Durf je ook een traan te laten.
Als ik sterf van uitputting of pijn.
Durf je dan ook nog te vertrouwen.
Op een God van barmhartigheid.
Waar ik verder kan gaan bouwen.
In Gods eigen heerlijkheid.
Zonder pijnen, zonder lijden.
In 't groot omvattend licht.
Want daar mag ik altijd blijven.
Want mijn levensboek slaat dicht.

Elly van Gennip, vrijwilliger Made
(Overgenomen uit de Nieuwsbrief: Vrijwilligers Terminale Thuiszorg.)

HC archief
Wim Laumans

Er is maar één gevoel: pijn

Mart Blokland

Christien d'Hoore heeft zich als haptotherapeute toegelegd op de begeleiding van rouwprocessen. In dit interview verteld zij over haar achtergrond en ervaringen. Onder andere aan de hand van de begeleiding van Esther Maas laat zij zien hoe haar werkwijze is.

"Ik heb voorheen als groepsleidster in de revalidatie gewerkt met onder andere als taak de opvang en begeleiding van ouders met een gehandicapt kind. Ik kreeg toen te maken met ouders die – zoals iedere ouder – veel verwachtingen hadden over het krijgen van een kind, maar die hun verwachtingen fors moesten bijstellen omdat ze geen gezond kind kregen. Zo kwam ik in aanraking met mensen die rouwden om het niet krijgen van een gezond kind en zich tevens moesten richten op een kind dat veel zorg nodig had. Voorts heb ik een aantal ouders begeleid die al vroeg hun gehandicapte kind verloren. Het werken met mensen in een rouwproces sprak me aan en ik ben me er verder in gaan specialiseren."

"Nadat ik de alfa-opleiding in Doorn had gevolgd en, in verband met de zorg voor mijn eigen kinderen, gestopt was met mijn werk in de revalidatie, ben ik uiteindelijk een eigen praktijk begonnen gericht op de rouwverwerking; voornamelijk na het verlies van een kind.
Ik ben altijd al gefascineerd geweest door de betrekkelijkheid van het leven en het absolute van de dood. Niet omdat ik zelf een kind of een naaste verloren heb, maar de dood heeft mij, als kind al, altijd sterk aangetrokken. Ik weet dat ik vroeger boeken waarin kinderen doodgingen het spannendst vond. Dat vond ik interessant, daar kon ik me helemaal in inleven. Ik vond dat ook nooit zwaar en ik vind het werken met mensen in een rouwproces nu ook niet zwaar. Ik heb de dood altijd heel gewoon gevonden en ik vind het eigenlijk raar dat er vaak zo vreemd over gedaan wordt. Het lijkt alsof het een fascinatie van mij is, maar het is eigenlijk omgekeerd."

HC archief
Wim Laumans

"Ik woonde in een buurt waar veel oude mensen woonden en waar vaak iemand dood ging. Er ging bijvoorbeeld plotseling een oude vrouw dood waar wij als kind veel kwamen en wij mochten daar gewoon naar toe. Wij vonden het ook heel gewoon dat de varkens, kippen en konijnen in de achtertuin geslacht werden. De dood was gewoon een onderdeel van het leven. De kinderen uit het dorp, waar ik woonde, moesten over een hele drukke weg naar school en er zijn er een aantal verongelukt. Dan gingen we met de hele klas naar de begrafenis. Ik vind het jammer dat de dood nu vaak zo weggestopt wordt. Er gebeuren zoveel mooie en goede dingen rond de dood en het kan mensen zoveel dichter tot elkaar brengen."

"De rouwprocessen trekken mij aan omdat mensen bijna terugvallen tot op de bodem van hun zijn. In een rouwproces verliezen mensen al hun franje. Er is maar één ding en dat is pijn. Die is veel erger dan je ooit kan voorstellen en mensen houden bijna geen masker meer op. Een rouwproces is duidelijk en je kunt heel direct werken. En ik hou van duidelijkheid."

"In de periode dat ik als groepsleidster werkte kon ik de haptonomie niet op de bank toepassen. Ik legde het accent in die tijd met name op het verbinden van de mensen met elkaar. Via eenvoudige activiteiten als samen aan een box-kleed werken, een uitstapje met elkaar, een wijnavondje, probeerde ik ouders tot elkaar te brengen en met elkaar in gesprek te brengen, zodat er uitwisseling plaats vond. Naast het verbinden, stond tevens het ruimte geven centraal: ruimte geven in allerlei vormen, voor het verdriet, voor de pijn. In die tijd heb ik wel geleerd hoe belangrijk het waarnemen is. Want als je dat goed doet en je gaat dan in op de beweging van de ander, dan hoef je niet veel méér te doen."

"Pas toen ik de haptotherapieopleiding in Berg en Dal ging volgen en met mijn eigen praktijk begon, ben ik op de bank gaan werken.
Mensen die rouwen komen bijna altijd pas een jaar na het overlijden bij mij. Dan kunnen ze vaak in de maatschappij niet meer terecht. Het eerste jaar krijgen ze veel aandacht van de omgeving en geven ze voor zichzelf vaak nog niet toe dat ze vastlopen, dat ze niet meer kunnen. In het tweede jaar hebben ze alles een keer meegemaakt. Sinterklaas, Kerst, de verjaardag, de vakantie.... en dan moeten ze er weer doorheen. En de mensen rond die persoon hebben er vaak ook al zoveel in meebeleefd, die kunnen dan vaak de ruimte, de aandacht niet meer opbrengen."

"Mensen moeten duidelijk zelf de stap nemen om hulp te zoeken, het moet hun eigen keuze zijn, anders komen ze niet. Er belt weleens een familielid op om te vertellen dat bijvoorbeeld haar schoonzus zo worstelt met haar verdriet. Ik zeg dan altijd dat die persoon zelf contact met me moet

HC archief
Wim Laumans

opnemen, maar dat gebeurt in de regel niet! Een huisarts kan iemand wel op de mogelijkheid wijzen, maar die persoon moet er zelf duidelijk voor kiezen en aan toe zijn."

"Wanneer mensen voor de eerste keer komen vraag ik ze: vind je het prettig als ik eerst vertel wat haptonomie is, wat je kan verwachten en wat mijn achtergrond is of wil je liever eerst je eigen verhaal vertellen. Bijna altijd kiezen mensen er voor dat ik begin, maar ze horen er vaak bijna niets van. Dat vind ik niet erg.
Ik heb voor mezelf een duidelijk beeld van wat ik in de eerste drie keren wil. De eerste keer gebruik ik voor de verkenning: wie ben jij, hoe zit je er nu bij. Ik doe dat op de bank en laat die persoon voelen hoe hij of zij er nu aan toe is. De tweede keer staan we er bij stil wat we daar eventueel samen in zouden kunnen veranderen als er al verandering nodig of gewenst is. De derde keer staan we er bij stil of haptotherapie iets voor die persoon kan betekenen in het proces waarin hij of zij zit, of ik de aangewezen persoon ben en of ik er iets mee kan. Het is twee keer voorgekomen dat ik al na de tweede ontmoeting vaststelde dat er andere hulp nodig was. De problemen lagen duidelijk op het vlak van de psychiatrie. Iemand zit in een rouwproces maar alle grondpatronen van zo'n persoon komen in zo'n heftig proces ook aan de oppervlakte. Als die patronen al heel ingewikkeld zijn omdat iemand al veel heeft meegemaakt dan moet je er soms voor kiezen om iemand door te verwijzen.
Ik probeer dan goede hulp voor ze te vinden – en dat is lang niet altijd eenvoudig – en bel na een aantal weken nog een keer op om te vragen of ze hun weg hebben gevonden."

"De eerste drie stappen zijn dus belangrijk voor mij maar ook voor de client. Die moet ook de ruimte voelen om te kunnen stoppen zonder aan te geven waarom. Als er teveel naar boven komt wat niet met het rouwproces te maken heeft moeten ze de ruimte voelen om te kunnen stoppen, zonder dat te hoeven benoemen. Soms ervaar je die eerste keren dat iemand veel ruimte wil hebben om alleen maar zijn verhaal te doen. Dat vind ik prima, want dat moet ook ergens z'n plek hebben, maar het moet duidelijk zijn of iemand daar op die manier mee door wil gaan. Ik wil namelijk wel dat mensen ook de bank op gaan en zich laten aanraken. Want op het moment dat ze aangeraakt worden en ze vertellen hun verhaal, komt er meestal meer beleving in en wordt hun stem lager. Als iemand alleen maar wil praten dan zou ik toch aanraden om voor een andere therapie te kiezen."

"Bij het vaststellen of er intensievere hulp nodig is, is mijn eigen gevoel de belangrijkste graadmeter. Op het moment dat ik mezelf bijna door de stoel

HC archief
Wim Laumans

gedrukt voel in het gesprek, of wanneer ik op weg naar de praktijk denk: wat een verschrikkelijke klus is dit. Als ik dan ook tijdens de ontmoeting geen verandering daarin ervaar en mezelf alleen nog maar meer terugneem dan besef ik dat dit niet iets voor mij is. Als ik ervaar dat er helemaal geen wisselwerking mogelijk is, terwijl ik dat wel een belangrijke voorwaarde vind, dan kies ik voor doorverwijzing."

"Na die eerste drie keer is in de regel duidelijk geworden waaraan mensen willen werken. Negen van de tien keer is het probleem dat ze de wereld weer in moeten – dat vraagt de maatschappij van ze – maar dat ze dat niet meer kunnen. Mensen voelen dat ook heel concreet in hun lichaam wanneer ik ze aanraak.
Deze mensen voelen bijna altijd heel goed en ik hoef bijna nooit terug naar basale aspecten als: voel je mijn hand, is hij warm of koud. Dat komt omdat ze door het verlies bijvoorbeeld van een kind zo teruggeworpen worden op hun emoties dat ze alles voelen. Ze voelen bijvoorbeeld ook dat in een winkel mensen niet naar hen durven kijken, iets wat voordien ook zeker weleens het geval was maar nu zijn ze zo gevoelig dat ze het waarnemen! Als je een beweging maakt om henzelf in beweging te brengen, voelen ze vaak heel duidelijk dat hun lijf zo vast zit als een huis en ook waar het vast zit. Ze kunnen het vaak op de millimeter aangeven."

"Na het eerste jaar zijn mensen dikwijls op van het zich overeind houden in een wereld die toch van hen vraagt om door te gaan. Als ze dan op de bank komen liggen vinden ze het vaak heerlijk, want ze kunnen niet meer. Dan stel ik ze uiteindelijk de vraag: wil je de wereld in? Daar zijn mensen heel ambivalent in. Op het moment dat ze de wereld in gaan zijn ze bang het gevoel voor het kind dat ze verloren hebben kwijt te raken.

Vitale bewegingen
(Zoals onderwezen in ITH te Berg en Dal)

De mens heeft twee wezenlijke bewegingen in zich: er is een **beweging** die naar **buiten** toe is gericht, de wereld in. Deze beweging staat voor het te voorschijn komen, jezelf laten zien, op onderzoek gaan, je mogelijkheden verkennen. Deze beweging is bij de mens invoelbaar op de rug aan de rechterkant en loopt van beneden naar boven met al zijn eventuele aarzelingen en blokkeringen.
Daarnaast is er de **beweging** die naar **binnen** toe is gericht, naar het eigen innerlijk. Deze beweging staat voor het komen tot jezelf, het luisteren naar jezelf, het stilstaan bij en beleven van je eigen gevoelens. Ook deze beweging is bij de mens voelbaar op de rug aan de linkerkant. Hij loopt van boven naar beneden met eveneens zijn momenten van aarzeling en blokkering. De mate waarin deze beide bewegingen zich ontwikkeld hebben en de balans tussen deze bewegingen bepaald hoe een mens emotioneel in het leven staat.

HC archief
Wim Laumans

Dan ga ik samen met hen terug naar dat gevoel: waar zit dat gevoel in je lichaam, waar zit het verlies van je kind in je lichaam, kunnen anderen daarbij, laat je er anderen in toe? Ik leg mijn handen laag op de rug (links) waar het verdriet zit en vraag: "als ik mijn hand nu een stukje omhoog schuif (de wereld in) verdwijnt dat gevoel dan of kun je er nog contact mee blijven houden?" En terwijl je zo stap voor stap bezig bent, komt die persoon met ervaringen terug, situaties die ze meemaken. Die laat ik ze vertellen en daar ga ik weer op in."

"Iemand vertelde bijvoorbeeld dat ze met een ander over haar kind sprak en dat die ander de naam van haar kind mocht noemen. Ik vraag dan hoe dat voelde, en of ze iets in haar lichaam voelde gebeuren. Stukje bij beetje zie je dan dat mensen zo langzaam maar zeker het gevoel krijgen: als ik een stukje de wereld inga dan verlies ik toch het contact met mijn kind niet. Eigenlijk ga ik stapje voor stapje met mensen mee terug de wereld in, ik voel dat ik dat aan ze verplicht ben."

"Een ander aspect van niet meer kunnen of willen staan in de wereld is dat bijna iedereen die een kind verloren heeft, op een bepaald moment zelf dood wil, want de waarde van hun leven is helemaal weg. En dan is er de pijn: mensen vertellen over de pijn van het gemis. Ze benoemen het als een pijn die misselijk maakt, die als pijnscheuten door het onderlichaam heen jaagt. Het is verschrikkelijk. Dus de ruimte die mensen van mij moeten krijgen is ook verschrikkelijk groot, want ruimte in de buitenwereld is er nauwelijks meer. Er wordt verwacht dat ze weer op feestjes komen en weer zijn zoals vroeger. Ze doen uiterlijk een beetje mee maar janken van binnen jarenlang. Ze doen mee, passen zich aan, want anders komt er niemand meer over de vloer. Het duurt soms zes, zeven jaar voordat mensen zichzelf weer iets van plezier gunnen. Mijn taak is veel ruimte en respect geven. Met de pijn zelf daar kan ik niets mee, mag ik zelf niets mee. Ik ga alleen maar mee in de beweging van henzelf en daarbij moet ik er volledig zijn. Als ik ze aanraak en ik dwaal even af dan weten ze vaak meteen dat ik er niet bij ben.
Er zijn soms momenten dat iemand zelf wel verder wil maar nog niet kan en dan wordt er vaak een masker opgezet. Dan ligt er wel een actievere rol voor mij; ik moet die persoon duidelijk maken wat er gebeurt, ze laten voelen wat ze doen en zien het masker weg te krijgen. Doe ik dat niet dan kunnen we niet verder. Ik ben voor mensen een veilige buffer naar de buitenwereld toe. Bij mij kunnen ze hun verhaal vertellen, hun ellende kwijt. Ze krijgen erkenning voor hun verhaal en soms kan ik een stuk herkenning geven omdat ik kan vertellen wat ik met anderen heb meegemaakt in hun

HC archief
Wim Laumans

rouwproces. Het is een zwaar proces, soms van jaren, waar mensen door heen moeten en uiteindelijk moeten ze zelf die stap maken de buitenwereld in en daar hebben ze een hele forse kluif aan. Het is een periode van puur overleven."

"Er was een man, een slager, wiens kind zeer plotseling overleed. Die man had in zijn slagersvak zoveel associaties met de dood van zijn kind, dat hij het niet meer aankon en twee jaar een ander beroep uitoefende. Hij vertelde dat hij zich van die twee jaar niets meer kon herinneren. Hij was alleen bezig geweest met overleven."

"In die fase zijn mensen wel vaak afgesloten. Ik raak ze dan alleen op de onderrug aan en laat voelen dat ik er ben. Het is dan onmogelijk om ze ergens anders aan te raken. Ze zijn zo enorm teruggetrokken alleen maar op dat eigen basale stuk! Ik vind dat een heel moeilijke periode om iemand in te begeleiden. Ik mag er dan alleen maar bij zijn."

"Als ik kijk naar de begeleiding van Esther Maas (zie blz. 25) dan is zij iemand die verraste: zij voldeed niet aan de gangbare patronen die ik in de loop van de tijd heb leren kennen. Zij kwam al na vier/vijf maanden na het overlijden van haar zoontje en als ik haar aanraakte bleek er volop beweging naar boven toe terwijl er bij negen van de tien mensen geen enkele beweging naar boven toe is. Zij had zoveel levenskracht ondanks haar verlies; en met die levenskracht beschermde ze haar pijn. Het was alsof ze rond de plek in haar lichaam waar de pijn van het verlies van haar kind zat, met al haar levenskracht een hek had gezet: een ander kon er niet meer bij, maar zijzelf ook niet! Het verrassende was, zo bleek later, dat het hekje alleen maar openging als ze ook anderen toeliet. Zij kwam met de vraag om weer contact te maken met het verlies van haar kind. Ze kon er zelf niet meer bij, ze kon haar partner of andere mensen er niet meer in laten delen. Op haar werk wist bijvoorbeeld niemand dat ze een kind verloren had. Daar werd een keer een opmerking over gemaakt maar zij vond dat het haar recht was om er niet over te praten als zij dat niet wilde. Maar zo'n houding maakt natuurlijk dat je voor jezelf ook moeilijk toegankelijk bent. Ik kon in de aanraking bijvoorbeeld nauwelijks naar beneden toe."

"Toen Esther kwam, was ze iemand die niet vertelde en niet huilde. Het was een patroon om te overleven. In de therapie is het haar uiteindelijk gelukt om wel contact te maken met zichzelf, met haar innerlijke kant. In het begin was de aanraking nodig om het heel langzaam open te laten gaan. Ze had tijd nodig om de veiligheid te voelen en te herkennen wat ze vasthield, waar ze het vast hield in zichzelf en waarom. Stukje bij beetje

HC archief
Wim Laumans

kwam er voor haar in dat gebied ruimte, mocht het er zijn. Op een bepaald moment wilde ze er wel over gaan praten, maar zat ze er nog zo in gevangen dat ze het niet kon. Steeds meer verdwenen de hekjes en kwam het moment dat ze er ook over kon gaan praten. Toen mocht ik eindelijk het verhaal horen, maar zij bepaalde precies wat ze zeggen wilde. Ze bleef steeds aftasten: ben jij het waard dat ik het je vertel. En dat alles op een allervriendelijkste manier."

"Tijdens dit hele proces gebeurde er van alles. Op een keer vertelde ze dat ze een weekend was weggeweest met familie en dat het allemaal goed ging. Ze zat op een bepaald moment in de keuken met haar schoonzus en diens kind en moest toen sterk aan haar eigen kind denken. Maar begon er niet over. Ik zei: "Denken jullie in de familie wel eens aan een vorm om bij hem stil te staan." "Nee," zei ze, maar ze was er wel van overtuigd dat ieder voor zich in gedachten met hem bezig was. Ze begon er niet over omdat ze de sfeer niet wilde bederven. "Was het dan zo gezellig," vroeg ik, en ze hield vol dat het allemaal goed ging. Ik stelde voor om de bank op te gaan en daar ontdekte ik dat alles op slot zat. Ik raakte daar zelf door in verwarring. Ik stel mezelf dan ook vragen: heb ik het nu mis of gaat het echt goed. Maar ze lag daar echt zo geïrriteerd op de bank met zo'n houding van: raak me niet. Ik zei tegen haar dat ik het even niet meer wist en dat ik in mijn boek moest kijken, iets wat ik nooit doe. Dus je kunt wel nagaan wat voor een appèl ze op dat moment op me deed. Maar ik kon natuurlijk niets vinden en zei dat ook. Ik zei toen tegen haar: "jij kunt wel zeggen dat het goed gaat maar ik voel dat niet, maar goed als jij dat zegt dan is het zo."
Doordat ik haar zo direct confronteerde met die tegenstelling brak er wel iets in haar en begon ze te huilen. Later zei ze: "Ik had het gevoel dat jij alleen maar macht aan het gebruiken was. Je stelde allemaal van die irritante vragen waardoor ik het gevoel had dat je steeds maskers weg trok."
Wanneer we op dat punt niet door waren gegaan, was het voor haar niet mogelijk geweest om weer terug te gaan naar haar zachtheid. Dat is dan duidelijk zo'n moment waarop ik er moet zijn."

"Als ik kijk hoe het nu met Esther gaat, dan is de beweging in haar lichaam volledig. In de beweging naar boven toe heeft ze op een bepaald moment een aarzeling en voor haar is dat het ijkmoment om te kijken: vertel ik het die persoon wel of niet; is dit het moment waarop ik er zelf over wil praten? Ze heeft even tijd nodig en maakt dan op gevoel haar eigen keuze. Wanneer ze er voor kiest om het te vertellen – en ze weet dat het nu toegankelijk is – is er in de beweging naar beneden toe ook weer een moment van aarzeling. Dat is het moment waarop ze aftast of die ander wel zorgvul-

HC archief
Wim Laumans

dig met haar verhaal omgaat. Daarmee is ze dus inmiddels zover dat ze weer in die buitenwereld kan meedraaien."

"Zodra het mensen weer lukt om in de buitenwereld te staan, hebben ze mij niet meer nodig en bouwen we het af. Ze komen soms nog eens in de 2 maanden. We kijken dan terug hoe het is gegaan en sommigen hebben er dan ook nog duidelijk behoefte aan om even de bank op te gaan om te voelen 'hoe het in hun lichaam zit,' zoals ze dat noemen. In die fase van het loslaten geef ik mensen soms adressen van organisaties mee waar ze zich bij kunnen aansluiten, bijvoorbeeld de vereniging 'Ouders van het overleden kind.' Ook stimuleer ik mensen om eigen manieren te vinden om zich in te uiten zoals: schrijven, dichten, schilderen."

"Mensen geven vaak aan, als ik terugblik op de begeleiding, dat ze mijn woorden konden begrijpen, konden plaatsen en zelfs konden uitspreken maar niet echt de betekenis ervan beseften. Pas als ze door de aanraking in hun lichaam gingen voelen, wisten ze precies wat er bedoeld werd. Soms geven mensen dat ook spontaan per keer aan. Ze vertellen dat het na de vorige keer opeens allemaal zo duidelijk geworden was. Wanneer ik dan vroeg hoe dat kwam dan zeiden ze: wel, omdat je daar en daar aanraakte wist ik opeens precies waarom ik dat zo deed of waarom dat of dat zo is! Mensen krijgen heel veel vertaling door de aanraking. Ik raak eigenlijk voornamelijk op de rug aan en alleen bij hele grote angst ga ik weleens naar de voorzijde, naar de onderbuik. Verder gebruik ik nog weleens een oefening met naderen wanneer mensen bang zijn om bepaalde personen dichtbij te laten komen. Ik laat ze op een stoel zitten en vraag ze de bewuste persoon in gedachte te nemen terwijl ik hen nader. Dan ontdekken ze soms dat de persoon waarvoor ze bang zijn toch veel dichterbij mag komen dan ze dachten. Ze zijn bang om met die persoon over hun verdriet te praten, maar als ik dan die andere persoon speel en laat voelen hoe dichtbij die mag komen zonder dat ze er last van hebben, dan blijkt die angst ongegrond te zijn. Terwijl ze andersom soms ontdekken dat een 'goede' vriendin helemaal niet zo dichtbij mocht komen."

"Ik vraag altijd nadrukkelijk tijdens de begeleiding hoe het met de partner gaat en met het gezin. Meestal zijn het de vrouwen die de behandeling aanvragen en participeert de man daar via zijn vrouw in mee. Een enkele keer heb ik beide partners in behandeling gehad, maar ze komen dan wel apart omdat ik zie dat ieder op zijn eigen manier omgaat met het verlies. Ik vind het belangrijk dat ze daar de ruimte voor krijgen zonder dat ze rekening behoeven te houden met hun partner. Bedenk wel dat 70% van de

HC archief
Wim Laumans

echtparen uit elkaar gaat na het verliezen van een kind. Blijkbaar worden mensen met zoiets verschrikkelijks geconfronteerd, dat het vaak niet mogelijk is om elkaar daar in op te vangen en daar samen mee verder te leven. Wanneer een echtpaar het verlies weet te verwerken en zo ver komt dat ze opnieuw een kind willen, moeten ze weer veel angsten overwinnen: wie garandeert dat dit kind ook niet dood gaat? Soms begeleid ik mensen dan tijdens de zwangerschap met als doel: hoe ga je met die angst om. Durven ze de angst toe te laten, te voelen, net als bij de pijn, waardoor hij hanteerbaarder wordt. Ik ondersteun ze om die angst er te laten zijn, te voelen waar hij in het lichaam zit.
We staan er ook bij stil dat de ouders het kind heel graag willen, dat ze alles doen wat in hun mogelijkheden ligt om het kind ook te krijgen maar dat ze ook niet meer kunnen doen. Dan ontstaat er meer rust. De angst is er en mag er zijn en aan de andere kant doen zij er alles voor. Gaat het dan toch mis dan ligt het buiten hun vermogen."

"Wanneer mensen een kind verliezen maakt het voor de rouwverwerking niet zoveel verschil waardoor, maar is het vooral van belang of het plotseling gebeurt. Wanneer mensen het zien aankomen bijvoorbeeld bij ziekte, dan zie je dat er vaak al een heleboel voorwerk is gedaan. Ze hebben afscheid genomen, ze hebben de dingen kunnen doen die ze graag wilden. Ze hebben al enigszins leren leven met het afscheid en zitten vaak wat verder in de verwerking."

"Ik heb een keer met vrienden meegemaakt dat ze plotseling een kind verloren en ben daar toen drie dagen in huis geweest. Ik heb toen voor hen een heleboel dingen kunnen verwoorden die zij wilden bij de begrafenis maar die ze zelf niet konden regelen omdat ze nog zo in een shock zaten. Alles wat mensen in die eerste periode rond de begrafenis kunnen doen is vaak al de helft van het werk.
In de periode na de begrafenis dromen mensen vaak verschrikkelijk veel. Soms dromen ze dat ze de overledene tegenkomen in een andere gedaante en ze kunnen er niet bij!"

"Er was eens een vrouw die een zoon van 25 verloor. Toen hij opgebaard lag zei ze opeens: "Goh, ik wil zijn haar kammen." Dat heeft ze ook gedaan. Later vertelde ze dat ze hem eigenlijk ook had willen aanraken maar dat ze dat daar in dat ijskoude mortuarium niet gedurfd had. Maanden na zijn overlijden vertelde ze me dat ze gedroomd had dat hij echt was afgedaald uit de wolken en tegen haar zei: "Je moet eens aan mijn wang voelen want ik heb in de zon gezeten en hij is heel warm." Zij voelde aan zijn

HC archief
Wim Laumans

wang en hij ging weer weg. en dat gaf haar een heel goed gevoel omdat ze hem eindelijk had aangeraakt op de plaats die ze graag wilde. In die zin kan een droom erg belangrijk zijn."

"Maar er zijn ook mensen die dromen dat ze erbij willen in de kist en dat ze de kist openbreken en er allemaal octopusarmen uitkomen die hen in de kist willen trekken. Dan spreek je echt van nachtmerries. Wanneer je mensen kunt helpen ontwarren wat de droom voor hen persoonlijk betekent dan kan dat heel belangrijk zijn."

"In het rouwproces zit soms ook veel kwaadheid. Mensen kunnen woedend zijn. Ik weet nog hoe een moeder reageerde toen dat vliegtuig in de Bijlmer tegen die flat vloog en de koningin kwam kijken. Ze zei: "Als zoiets gebeurt komt ze kijken en ons gebeurt het allerergste dat een mens kan overkomen en er komt niemand." Ze vertelde dat ze toen een buitengesloten gevoel kreeg. Ze was woedend en zei: "Van mij mogen er nog 10 flatgebouwen in brand." Mensen reageren soms absoluut niet meer reëel waarmee ze de omgeving soms erg afschrikken." Ook met die woede ga ik hetzelfde om: er laten zijn. Ik vraag ernaar, geef er de ruimte voor. Het moet eruit, want zolang die woede erin zit hebben mensen geen ruimte voor iets anders. Het is belangrijk dat mensen accepteren dat ze het volste recht hebben om zo kwaad te zijn.
Elisabeth Kübler-Ross heeft een methode met een rubberslang, de 'ramslang' noemt ze die. Ze geeft mensen het advies om daarmee alle kwaadheid eruit te slaan. Ik ben zelf niet zo'n type die dat gaat doen binnen mijn behandeling, dat zit niet zo in me. Ik geef mensen wel het advies om zoiets te doen. Als je woest bent, zonder je dan af, neem bijvoorbeeld een stuk tuinslang en een kussen en reageer je maar af.
Heel veel mensen, hier uit de streek, zoeken de natuur op. Er waren mensen die wisten niet dat ze zoveel uren achtereen konden fietsen en dat was pure woede. Mensen maken een proces door en krijgen soms ook een heel ander zelfbeeld. Ik heb een vrouw begeleid die drie kleine kinderen had en een erg zieke man. Die moest altijd sterk zijn; ze regelde alles en maakte het altijd gezellig. Toen verloor ze van het ene op het andere moment haar kind door een ongeluk. Ze zei: "Toen ben ik pas gaan begrijpen hoe ik werkelijk ben. Er is een heel ander iemand in me naar boven gekomen die er vroeger niet was." Ze kwam heel anders in het leven te staan. Ze stond er bij stil wat er nog meer was, wat er na de dood zou zijn, hoe je dat vorm kan geven tijdens het leven. Een kind mag daar niet voor komen te overlijden natuurlijk, maar anders was dat andere ook niet gebeurd."

HC archief
Wim Laumans

"Religie speelt tijdens een rouwproces ook vaak een rol. Regelmatig zie je dat mensen eerst niets meer willen weten van een kerk of van een God. Als er dan een God is, dan laat Hij toch zulke erge dingen niet gebeuren! Je ziet wel vaak dat dat in de loop van de tijd verandert. Mensen treffen bijvoorbeeld een goede dominee of pastor en er komen gesprekken op gang waarin mensen troost kunnen vinden.
Er zijn ook mensen die houvast in de esoterie zoeken. Ze gaan naar iemand die contact maakt met overleden persoon. Voor sommigen geeft het meer berusting en troost wanneer ze leren kennen wat de opdracht van de overledene was. Ik vind het prima als mensen van alles proberen, maar ik hou wel in de gaten wat er gebeurd."

"Ik praat met mensen veel over wat ze kunnen doen op bijzondere dagen zoals de verjaardag van de overledene, de sterfdag, de feestdagen enzovoort. De eerste en tweede verjaardag zijn vaak heel moeilijk. Ik vraag vaak wat ze nu het liefst willen doen op zo'n dag zouden willen doen. Ik praat daar met ze over en geef soms mogelijkheden aan zoals een kaars opsteken bijvoorbeeld. Sommigen blijven alleen thuis op zo'n dag, anderen gaan op vakantie, voelen zich doodellendig en komen snel weer terug. Ze doen alleen maar pogingen! De eerste 2, 3 jaar praat je zeker niet van bewuste rituelen. Later zie je dat mensen vormen vinden om die dagen door te komen. Je praat niet van vieren of beleven maar van doorkomen."

"De begeleiding rond de dood zou in onze maatschappij nog veel beter kunnen. Maar onze maatschappij denkt dat we alles kunnen (en er kan ook veel!), dus gaan we toch zeker geen aandacht besteden aan de dood. De dood is nou net iets wat wij niet kunnen veranderen. Zolang de maatschappij die gedachte er op na houdt, zullen mensen professionele hulp zoeken om het verlies van iemand die hen dierbaar was te verwerken. Ik ben blij dat ik een beroep heb, waarbij ik een stukje op die weg mag meelopen."

HC archief
Wim Laumans

Bob

Mart Blokland en Ton Bergman

Esther Boot en Frans Maas hebben een kindje verloren. Zijn naam is Bob. Op advies van vrienden, die zagen dat het niet goed met haar ging, nam Esther contact op met Christien d'Hoore, haptotherapeute, die veel ervaring heeft met rouwverwerking. Tijdens een interview vertelden Esther en Frans over hun ervaringen. Hier volgt hun verhaal.

"Toen Bob zeven maanden was, werd hij ziek. Het bleek een niertumor te zijn. Dit komt bijna niet voor bij baby's, het is voornamelijk een kleuterziekte. Ondanks dat Bob zo klein was, was er een goede prognose. Hij kreeg een chemokuur van 28 weken en radiotherapie in het Sophia Kinderziekenhuis. Hoewel het een behoorlijke zware kuur was, bleef er, door de goede prognose, nog hoop op verbetering bestaan."
"Drie maanden later werd hij voor de tweede keer opgenomen en dachten de artsen aan een darmziekte. Maar het bleek toch om tumorcellen te gaan en Bob is kort daarna overleden.
Dit was een hele klap, ook voor de oncologen die dat niet hadden verwacht. Als Bob was blijven leven was het wel een kind geweest met een grote gevoeligheid voor tumorcellen."
"Die drie maanden waren we heel intensief bezig geweest. Intensieve verzorging, continue sterk zijn; je kan heel veel aan in zo'n periode. Als dan ineens de zorg wegvalt, val je in een groot gat. Daar zaten we dan met z'n tweeën. Je probeert de draad weer op te pakken en denkt dat het allemaal wel goed gaat. Na een paar weken zijn we ook weer aan het werk gegaan. Zo kreeg de buitenwereld het idee dat het allemaal wel weer goed ging. Maar ik werd steeds introverter en Frans steeds extroverter. Onze omstandigheden waren ook verschillend. Frans had collega's die ervan wisten en als hij dat wilde kon hij erover praten. Wilde hij dan niet dat was het ook goed."

HC archief
Wim Laumans

"Ik werkte bij mijn ouders in de zaak, dat was moeilijker. Ik had een kind verloren en zij een kleinkind. Ik probeerde mezelf goed te houden voor mijn ouders en tegenover de klanten, maar ik werd helemaal leeggezogen. Toen ook de zaak nog moest sluiten – wat ook niet eenvoudig te verwerken was – liep ik eigenlijk voortdurend op mijn tenen."
"Gelukkig waren er toen vrienden die zagen hoe slecht het eigenlijk ging en door hen ben ik bij een haptotherapeute (Christien d'Hoore) terecht gekomen. Eerst zijn we samen gegaan, maar Frans zit anders in elkaar en had die manier van verwerken niet nodig. Bij mij zat het verdriet heel diep weggestopt en ik heb er veel aan gehad, juist omdat mijn gevoelens boven kwamen. We hebben samen een kindje gehad en het samen verloren. Beiden heb je verdriet, maar het is voor allebei anders. Dan moet je extra knokken voor je relatie. Als het dan niet goed gaat, kan je er ook niet zijn voor de ander. Daarom heb ik de stap naar de therapie gemaakt."

"In het begin was het wel vreemd. Je komt bij iemand die je totaal niet kent. Voor mij is het belangrijk dat het met iemand klikt. Dat heeft te maken met hoe iemand me benadert. Met Christien klikte het en heb ik een goede band opgebouwd."
"De eerste twee, drie keer was het heel moeizaam. Christien vond veel blokkades aan mijn linkerkant. Dat waren blokkades in het voelen naar mijzelf, naar mijn verdriet. Daar kon niemand bijkomen, ikzelf ook niet. Ik had het zo ver weggestopt. Aan mijn rechterkant voelde ze een en al openheid, geen enkele blokkade. Dat herkende ik wel. Ik was enorm actief en had volop energie. Volgens Christien was dat mijn levenskracht die heel groot was en daarmee schermde ik mijn verdriet af, alsof ik er een hek omheen zette. Op die manier kan al die energie ook negatief gaan werken. Toen ik dat aan mijn eigen lijf voelde, herkende ik het ook wel. Bijvoorbeeld toen de zaak van mijn ouders gestopt was, ben ik na drie weken meteen weer met werken begonnen. Afleiding zoeken, me in het werk storten. Na drie maanden hield dat werk op en heb ik heel bewust zeven weken niets gedaan; de tijd genomen om de dingen op een rijtje te zetten. Ik heb mezelf toen afgevraagd wat ik nu eigenlijk wilde. Het besluit viel toen om minder te werken, maximaal 20 tot 25 uur per week. Frans heeft een drukke baan en het gevaar is heel groot dat je elkaar door de drukte niet meer ontmoet en uit elkaar groeit. Op deze manier heb ik meer tijd voor mezelf en voor ons samen.
Geleidelijk aan ging het steeds beter. Ik leerde meer aan mezelf te denken en mijn gevoel de vrije loop te laten. Stapje voor stapje ging ik vooruit en toen kwam er een terugslag. Dat gebeurde tijdens een weekendje met de

HC archief
Wim Laumans

hele familie van Frans, waarin ik weer op mijn tenen ging lopen. Het moest gezellig zijn en terwijl we verdriet hadden spraken we er niet over en de anderen begonnen er niet over, uit respect."
"De dinsdag daarop informeerde Christien hoe het ging en ik zei: goed hoor. Tijdens de behandeling bleek al snel dat het helemaal niet klopte. Christien ging me toen uit mijn tent lokken. Ik voelde me in het nauw gebracht, ze was echt een beetje bitcherig. Ik begreep niet dat ze ernaar durfde vragen en barstte in een huilbui uit. Dat was precies waar ze op uit was: het moest eruit. Later vertelde ze me dat het voor haar ook moeilijk was geweest omdat ze wel voelde dat ik het niet leuk vond, maar dat het wel moest gebeuren. Ik heb bij haar zitten huilen en later bij Frans in de auto begon ik weer. Achteraf was het een hele opluchting, hoewel het in het begin wel confronterend was. Was het weekend wel zo leuk, vroeg Christien en hebben jullie nog over Bob gepraat? Nou nee, ik had er wel over willen praten, maar ik wilde de sfeer niet bederven. Later hoorde ik van familieleden dat ze er wel over hadden willen praten, maar niet durfden. Dat kom je vaker tegen. Mensen durven niet en wachten af. Dan is de spontaniteit weg en dat is jammer. Als we er in het weekend over gepraat hadden dan was die confrontatie bij Christien niet gebeurd, maar het was wel nodig."

"De therapie was (en is) voor mij een hele openbaring. Ik vond het aanraken in het begin wel eng, maar ik heb het nooit als onaangenaam ervaren. Dat kwam ook omdat zij heel duidelijk was in alles wat ze deed. Het was het losmaken van gevoelens waar ik zo'n behoefte aan had en dat wist Christien goed te bereiken. De ontwikkeling was dat ik naar mezelf steeds opener werd en naar buiten toe steeds meer blokkades opbouwde. Ik werd selectiever. Mijn gevoel werd steeds duidelijker. Ik wist en voelde steeds beter wat ik wel toeliet en wat niet. Aan sommigen mensen vertel ik mijn verhaal en aan anderen niet. Als ze de moeite waard zijn vertel ik het. Het is een soort hekjes-gevoel; Ik kan nu de deur openen of dicht laten. Vroeger wist ik de weg naar de deur niet en kon hem ook niet openen. Nu merk ik dat ik zover ben dat ik het zelf bepaal. Sommige mensen vallen ontzettend mee, dat had ik niet verwacht, terwijl anderen, die je niets te melden hebt, eigenlijk kennissen zijn geworden en geen vrienden meer."

"Het onderscheid tussen oppervlakkigheid en diepgang is anders geworden. Tot zeven maanden was ik heel erg gelukkig en ineens stortte mijn wereld in. Dat is erg verwarrend. Er zijn zoveel vragen: waarom, waarom wij? Maar het feit ligt er en er komt geen antwoord. We waren zo druk met

HC archief
Wim Laumans

positief zijn: de prognose was gunstig en Bob had op dat moment niets aan verdrietige ouders, dus vrolijk zijn en zorgen dat het hem goed gaat.
We bleven een goed contact houden met het Sophia Kinderziekenhuis. Een jaar na Bobs overlijden belde de oncoloog op om te vragen hoe het ging. Ook de verpleegkundige van de kruisvereniging hield contact. Ondanks het verdriet doet je dat zo goed."

"Er is veel veranderd. Ook in mijn activiteitendrang. Nu ik voel hoe ik de knop kan omdraaien, kan ik zelf meer bepalen wat er gebeurt. Op mijn werk zijn er een aantal collega's die weten wat ik heb meegemaakt en als ik er behoefte aan heb kan ik er met hen over praten. Bovendien werk ik halve dagen, zodat er nog genoeg tijd overblijft voor mezelf en voor ons samen.

"Vorig jaar op Bobs verjaardag zijn we weggegaan; dit jaar hebben zijn we met de familie samen geweest. We vinden het belangrijk om er op die dag bewuster even bij stil te staan."

"Frans zijn omstandigheden waren anders; hij kon er met zijn collega's over praten als hij dat wilde. Wilde hij dat niet dan ging de deur van zijn kamer dicht en dat werd gerespecteerd."

"Ik vind dat we in sommige opzichten wel wat harder geworden zijn voor andere mensen. We kiezen toch meer voor onszelf. Misschien moet je zeggen dat we vroeger teveel aan anderen dachten en te weinig aan onszelf. Dat verandert natuurlijk niet een-twee-drie. Ook bij andere mensen niet, die ons nog kennen zoals we vroeger waren. Soms denk ik weleens als ik met iemand sta te praten: hoe zou jij zijn als je zoiets meemaakte? Helemaal meevoelen kan toch niemand het. Ook voor onze ouders is het moeilijk. Zij hebben een kleinkind verloren en zien bovendien dat hun eigen kind verdriet heeft. Je moet oppassen dat je niet in elkaars verdriet gaat zitten. Daarom is het goed dat ik niet meer in de zaak werk en mijn eigen werk heb.
We denken nu ook veel meer aan onszelf. Veel relaties lopen stuk na zo'n gebeurtenis. Als het leven op rolletjes loopt kun je veel hebben. Maar in deze situatie is het zo belangrijk dat je op dezelfde golflengte zit. Je moet aan je verdriet werken, maar ook aan je relatie en dat kost veel energie. Als je hier overheen komt, dan kom je er ook heel sterk uit. Je bent iets van je samen kwijt. Hij was nog zo klein, het is zo onnatuurlijk. Hij had ons moeten overleven!"

HC archief
Wim Laumans

Is er nog aanraking na de dood?

Met een schok werd ik wakker. "Je vader is overleden." Binnen een uur was ik er en keek naar hem. Uiteindelijk raakte ik hem aan. Het is ongelofelijk hoe dood iemand voelt na anderhalf uur! Waarom aarzelde ik?
Was het de angst om een dode aan te raken? Wat weerhield mij? Niets weerhield mij, besefte ik, maar niets trok mij! Er was geen behoefte om dat lichaam aan te raken.
Even later kwamen mijn broer en schoonzus binnen. Voorzichtig kusten zij zijn voorhoofd en streelden zijn kale hoofd.
Ik vroeg me steeds meer af? Kon ik een minder goed afscheid nemen? Ik raakte nog wel haptonomisch aan? Was ik verblind, verstard in de wederkerigheid? Geen reactie is toch ook een reactie, klonk het ergens in mijn herinnering. Nee, geen reactie bij een lijk is geen reactie!
Hard en onverzettelijk voelt de dood in het aanraken.
Onthutsend niet?
Zou het wellicht vlak na het overlijden anders zijn geweest? Zou je dan nog even greep kunnen hebben op het wegebbende leven, of is dat ook een illussie, slechts een herbeleving van het leven dat er niet meer is?
Ik haalde voor mezelf de beelden terug van mijn broer die hem kuste, streelde. Voorzichtig, zo voorzichtig alsof hij bang was om de frêle, kwetsbare herinnering te doorbreken. Hij kuste een verleden, een groeiende herinnering; hij raakte hem nauwelijks, bang dat het niet-invoelbare voelbaar zou worden, bang voor de harde, levenloze teleurstelling die hij er wellicht niet bij kon hebben bovenop alle gemis.
Toen besefte ik dat mijn vader er niet meer was; dat ik hem slechts nog kon aanraken in mijzelf. Elke aanraking met zijn dood drong voor mij het levende contact naar de achtergrond. En ik berustte in het onaanraakbare.
Zoals zovaak maakte mijn zoontje mij helder hoe het was. "Pap, zei hij, anders reageerde opa altijd als we bij hem kwamen." De wederkerigheid was voorgoed voorbij. Hoe verwerk je zoiets?
Wederom liet mijn zoontje zien hoe je daar mee om kan gaan. Toen we het mortuarium verlieten zei hij: "Pap, vlak voordat ik me omdraaide, toen knipoogte opa nog even naar mij."
Dat ene kleine gebaar, dat maakte het voor hem mogelijk om opa los te laten en zich om te draaien. En hoe vaak zit het niet in dat ene kleine gebaar?
Daarna in de auto, wist hij het zeker!

Mart Blokland

HC archief
Wim Laumans

BOEKEN BOEKEN

INTIEME DOOD

Marie de Hennezel
Gottmer/Becht, Bloemendaal 1996
ISBN 90-230-0907 x / NUGI 719

Na lezing van het artikel 'Aanraken en nabijzijn' van Marie de Hennezel (zie blz 4) ontkwam ik niet aan de gedachte dat de auteur weet moest hebben van haptonomie. Niet alleen het typerende taalgebruik wees daarop, ook de sfeer van haar verhaal duidde in die richting. Na lezen van haar boek weet ik het zeker: op pagina 32 maakt zij melding van haar kennismaking met de 'wetenschap van de affectiviteit' en op pagina 65 wijdt zij zelfs een complete alinea aan haar 'gedegen opleiding in de haptonomie'. Maakt dit het boek voor ons bijzonder? Nou nee; nou ja. Uit heel haar boek komt een affectiviteit naar voren die ons Haptonomisch geschoolden zal aanspreken. Het is een feest van herkenning. Maar De Hennezel haalt haar inspiratie uit vele bronnen. Haptonomie is niet de enige inspiratie. Net als Veldman heeft zij zich laten leiden door vele grote geesten. Zij maakt er trouw melding van. Maar zij brengt ook haar eigen gevoelens tot uiting. Zij laat ons weten wat ze met al die rijkdom, door anderen aangereikt, doet in haar leven en werken met stervenden. Zij is als psychoanalytica verbonden aan een afdeling waar terminale patiënten begeleid worden tot het einde van hun leven. Dat betekent voor haar niet het einde van alles. Ze weet heel duidelijk te maken dat het leven doorgaat, welke (spirituele, levensbeschouwelijke) uitleg ieder daar maar aan wil geven. Helaas moet ik zeggen dat het enige irritatie bij mij opriep, dat het centrum waar zij werkt geheel gevuld is met altijd vriendelijk glimlachende hulpverleners. Niemand wordt ooit kwaad, niemand roept eens 'gvd'.
Ik heb kennelijk nog een stukje te gaan. Niettemin, met heel veel gretigheid en groeiend enthousiasme heb ik het boek pas weggelegd toen ik het uit had. Wat De Hennezel schrijft over affectief contact, over aanraken,

HC archief
Wim Laumans

BOEKEN BOEKEN BOEKEN

over nabijzijn, over reciprociteit, komt niet alleen duidelijk uit haar hart, het komt ook duidelijk uit 'onze' haptonomie:

> "In de kamer ernaast ligt een man van een jaar of zestig. Hij kreunt. Hij ligt in een embryonale houding naar het raam gekeerd en heeft pijn... en ook al heeft hij botmetastasen, dan nog is er geen verklaring voor deze pijn..."

De Hennezel neemt dan plaats op de rand van het bed in het holletje van zijn lichaamshouding. "Zoals ik nu zit, kan ik de pijnlijke zone masseren en hem ook wat troostend aanraken." De man barst in snikken uit en De Hennezel merkt dan op: "Ik weet, want dat heb ik vaak genoeg opgemerkt, dat alleen al het feit dat iemand met respect en tederheid wordt aangeraakt soms heel sterke emotionele reacties kan losmaken. Dat komt doordat de huid een geheugen heeft en het kan gebeuren dat een goed en bevestigend contact een heel oud gemis of verdriet oproept."
Het zal misschien niet al te vaak voorkomen dat wij in ons werk zo direct betrokken raken bij stervensbegeleiding en verdrietverwerking. Maar ook als 'lessen voor levenden' beveel ik dit boek van ganser harte aan. Wellicht helpt het ons bij het omgaan met de meest 'intieme dood' die van onszelf.

Ton Bergman

HC archief
Wim Laumans

BOEKEN BOEKEN BOEKEN

KINDERBOEKEN

Het is ondoenlijk de vele, vele boeken te bespreken die er rond sterven en verdrietverwerking geschreven zijn te bespreken. In de nieuwsbrief van de Vrijwilligers Terminale Thuiszorg kwam we er een aantal tegen die speciaal voor kinderen bedoeld zijn. Zoals zo vaak met kinderboeken, wie zich als een kind kan openstellen – iets heel anders dan kinderachtig worden – kan er ook als een volwassene steun in vinden.

Kikker en het vogeltje *Max Veldhuis*
Een boek voor 4 tot 7-jarigen. Niet meer in de handel, wel in de bibliotheek.
In dit mooi geïllustreerde voorleesboekje wordt de dood op een even luchtige manier als ontroerende manier tot onderwerp gemaakt.

Derk Das blijft altijd bij ons *Susan Varley*
Voor 4 tot 7 jarigen. Nog in de handel.
De kracht van dit boekje schuilt vooral in de wijze waarop duidelijk gemaakt wordt dat je een verlies beter kan verwerken door erover te praten.

Als je dood bent, wordt je dan nooit meer beter? *Piet Breebaart*
Geschreven samen met zijn 5-jarige zoontje, voor 6 tot 9 jarigen. Het boek is in herdruk.
Dit boek is geschreven vanuit de gevoelens van een kind dat te maken krijgt met een sterfgeval binnen het gezin. Juist dit perspectief maakt dit boekje tot een bijzonder verslag dat mensen in een vergelijkbare situatie steun kan geven.

HC archief
Wim Laumans

BOEKEN BOEKEN BOEKEN

Andere boeken die zich richten op een specifiek sterfgeval in de familie zijn:

Mamma komt toch altijd terug? *Elle van Lieshout*
Voor jonge kinderen. Nog in de handel.

Toen oma weg was. *Ted Lieshout*
Voor jonge kinderen. Nog in de handel.

Oma is niet dood. *Jan-Simon Minkema*
Voor jonge kinderen. Niet meer in de handel. Bibliotheek dus.

Van huilen krijg je dorst. *Anke Kranendonk*
Dit boek gaat over iemand die aan aids overlijdt en is geschreven voor kinderen van 6 tot 9 jaar.

Vlinder voor Marianne *Virginia Lee*
Voor kinderen van 8 tot 12 jaar. Nog in de handel.
Er wordt heel mooi beschreven hoe de verschillende familieleden met hun verdriet omgaan en hoe de 6-jarige hoofdpersoon een manier vindt waarop iedereen vrede met het verlies kan hebben.

HC archief
Wim Laumans

Enige Adressen

Soms ben je op zoek naar de juiste oplossing van een probleem en kun je de weg niet vinden. Ook aan het eind van een leven kan zich die vraag voordoen. Het is daarom dat wij u graag wijzen op twee organisaties die zich met name bezig houden met alles wat er zich afspeelt aan mogelijkheden en onmogelijkheden rond het levenseinde. Het zijn:

Vrijwilligers Terminale Thuiszorg (VTZ)

Een organisatie die vele activiteiten in den lande coördineert in het:

Landelijk Steunpunt VTZ
Postbus 189
3980 CD Bunnik (tel.030-6596266)

Zij geven 6 maal per jaar een Nieuwsbrief uit. (*f*25,. per jaar)

Stichting Dr. Elisabeth Kübler-Ross ook wel genoemd Shanti Nilaya Nederland.

De stichting geeft vorm aan de inspiratie die ligt in het werk van Dr. Elisabeth Kübler-Ross, psychiater en autoriteit op het gebied van stervensbegeleiding. De activiteiten richten zich op het 'aanmoedigen van mensen hun leven eerder te zien als een reeks uitdagingen van de geboorte tot door de dood heen dan als een bedreigende en pijnlijke beproeving.' Tot de activiteiten behoren workshops, cursussen en symposia. Vier maal per jaar wordt een Nieuwsbrief uitgegeven. Het bureau van de stichting is gevestigd op:

De Houtmanstraat 24
6826 PJ Arnhem
Tel: 026-3613020

De redactie is zeer erkentelijk voor de toestemming die zij kreeg voor het overnemen van materiaal uit de 'Nieuwsbrief VTZ'. Ook wil zij hier haar erkentelijkheid uitspreken voor de medewerking van Mw. D.M. Slors bij het vinden daarvan.

Ton Bergman

HC archief
Wim Laumans

Haptonomisch woordenboek (16)
De Basis (1) Hara, de voorloper van het kardinale begrip basis

Het is moeilijk om uit te maken welk begrip het belangrijkste is in de haptonomie. Sommigen zullen, desgevraagd, antwoorden, dat aanraken toch wel een heel kardinaal begrip is. Anderen zullen misschien antwoorden dat onze aangeboren gerichtheid op de ander het meest kardinale is in de haptonomie. Weer anderen zullen de tast en de tastzin noemen. Over een en ander gaan we niet redetwisten maar wel moet ik zeggen dat voor mij het begrip 'basis' uitermate fundamenteel is en dat in de zaak die daarmee wordt aangeduid alles samenkomt wat de haptonomie beoogt.

Onmiddellijk sta ik dan als schrijver voor een groot probleem, want die basis is een in onze cultuur vrij zelden onderkend ervaringsgegeven en wordt bovendien alleen door de haptonomie benoemd. Anders gezegd: iedereen weet welke ervaring met de woorden blijdschap en droefheid wordt bedoeld en weet dus waar ik over schrijf als ik het heb over blijdschap of droefheid, maar als je gaat schrijven over de basis zou je eerst de ervaring moeten overdragen van dat-gene waar dat woord op slaat; en dat is schrijvend onmogelijk.

Soms kun je iets van die basis aanwijzen. Wanneer ik bijvoorbeeld op het televisiescherm iemand zie die goed in zijn basis is, kan ik een ander daarop wijzen in de hoop dat hij dan onderkent wat ik bedoel. Ook kun je, pratend over gemeenschappelijke kennissen, zeggen dat die of die goed in zijn basis is. Als je gesprekspartner dan werkelijk in de gaten heeft wat jij precies bedoelt kun je wijzen op allerhande eigenschappen die daarmee samen hangen. Wanneer je zo te werk gaat zal je ontdekken dat de ander de basis onderkent als hijzelf al iets van zijn basis ervaart. Soms herkent hij bij zichzelf zoveel van de basis, dat hij met je instemt als je dan zegt dat er veel uiterlijk waarneembare eigenschappen van iemand samen hangen met de maat waarin hij in zijn basis is. Ik denk daarbij aan de wijze waarop hij 'present' is, aan zijn oogopslag, aan zijn stemgeluid, aan zijn lichaamshouding, aan zijn manier van lopen en gebaren, aan zijn wijze van handen geven, aan zijn openheid en ontvankelijkheid waarbij hij toch steeds zichzelf blijft, aan zijn contactname met de ander en zelfs aan zijn woordgebruik jegens die ander want hoe meer je in je basis bent hoe meer vanzelf je taalgebruik is aangepast aan de gesprekspartner. Maar ik denk vooral aan zijn authenticiteit, aan zijn echtheid. Hoe meer basis je bewoont des te minder comedy en pose. Hoe meer basis, des te minder je angst voor de

HC archief
Wim Laumans

indruk die je maakt, des te meer je onbevangen open staat. Ook denk ik aan een bepaalde gemoedsactiviteit die eigen is aan degene die goed in zijn basis is. Hij zal, bijvoorbeeld, alle leed volledig toelaten en uitdrinken, maar daarbij niet in paniek raken omdat er voor hem altijd hoop gloort. En voor het verblijdende is hij gemakkelijk aanspreekbaar. Deze 'positieve instelling' is dan geen rationeel produkt dat voorgeschreven wordt door de geest des tijds, maar een spontane hoedanigheid van zijn gemoed.
Kortom: de basis lijkt een doos van Pandora. En wie de werkelijkheid van die basis niet in de gaten heeft zal ook gemakkelijk zijn schouders ophalen voor de zojuist geproduceerde opsomming van kwaliteiten die de basis meebrengt.

Soms dus kun je al pratend iets aanwijzen van de basis maar je bewandelt een meer zekere weg als je iemand zijn basis laat voelen. Daar kent de haptopraktijk wegen voor. Maar daarbij moet ik onmiddellijk opmerken dat de basis een groei-werkelijkheid is en dat het heel lang kan duren voor je je eigen basis in zijn volle breedte en diepte hebt ervaren. Een eerste kennismaking met je basis is ook slechts een eerste kennismaking.

Hara

Het haptonomie-begrip basis heeft veel weg van het begrip 'hara' dat Karlfried Graf von Dürckheim bespreekt in zijn boek *'Hara. Het dragende midden van de mens'* [1]. Ik acht het ook niet uitgesloten dat Frans Veldman indertijd via Von Dürckheim tot zijn basis-begrip is gekomen. Daarop wijst zijn aanvankelijk spraakgebruik want Veldman sprak toen nog niet van 'basis' maar, zoals Von Dürckheim, van 'midden'. Bovendien viel zijn spreken over dit 'midden' in de tijd dat Von Dürckheim daarover publiceerde en Prof. Han Fortmann, met wie Veldman contact had, te Nijmegen over het Zen doceerde. Een en ander sluit niet uit dat Veldman zelf reeds in de gaten had dat er zoiets als dit 'midden' of die 'basis' bestond. Hoe dan ook, hetgeen Veldman later 'basis' ging noemen heeft veel overeenkomst met hetgeen Von Dürckheim 'hara' en 'midden' noemde; overeenkomsten maar ook verschillen.

Nu wil ik in deze aflevering van het Haptonomisch Woordenboek eerst aandacht besteden aan Von Dürckheims 'hara' of 'midden'. Dat doe ik om daarmee te laten zien dat het niet alleen de haptonomie is die de werkelijk-

---

[1] Uitgegeven bij Ankh-Hermes bv. te Deventer.

HC archief
Wim Laumans

heid van dit 'midden' onderkent maar dat er een veel mensen omvattende cultuur is waar-binnen dit 'midden' als een evident iets wordt ervaren en benoemd.

Karlfried Graf Von Dürckheim werkte tijdens Wereldoorlog II op de Duitse ambassade in Japan. De politiek interesseerde hem niet zo erg maar des te meer de Japanse cultuur. Zijn belangstelling werd vooral getrokken door hetgeen in Japan onder de naam Zen werd beoefend. Zen is een vorm van Boeddhisme. Vaak wordt Zen een religie genoemd, maar Zen is geen doctrine en kent geen dogma's. Zen is louter een praktijk die een bepaalde ontwikkeling van haar beoefenaar beoogt waarin deze de wereld op een bepaalde wijze gaat ervaren. Wel is er enige grond om te zeggen dat Zen een liturgie is, een soort gewijde omgang met de dingen die vorm krijgt in rituelen en ceremonies. Alle Zen-oefeningen hebben een ritueel karakter.

Beoefenaren van Zen waren wars van woorden en van rationeel analyserend denken, maar oefenden zich onder leiding van een strenge Meester in het staan, in het boogschieten, in het feilloos trekken van een cirkel op papier, in de ceremonie van het thee zetten, in het aanleggen van een tuin, enzovoort. Het resultaat van hun jarenlange oefening was voor Von Dürckheim verbluffend. De Zen-beoefenaar zei dat hij via deze oefening in 'hara' kwam. Dat japanse woord betekende buik.
Hoewel wars van woorden, weet Zen wel te zeggen wat het eerste oogmerk is van deze oefeningen. Het eerste doel was het afstand nemen van het ego, van het heersende 'ik' in ons, (1) door je over te geven aan het levende lichaam in diens relatie met de dingen en (2) de elementaire impulsen van dit lichaam dan te ontdekken en ruimte te geven. De grote vijand van het Zen is dit heersende 'ik', dat wil heersen in mijn persoon en over de wereld. Dit heersende 'ik' werkt onder andere in het rationele analyseren en denken en daarom worden in het Zen dogmatiek en westerse theorie als een groot kwaad gezien. Een (bepaald) niet-weten staat hier in hoger aanzien dan het weten.
Met het loslaten van het heersende 'ik' krijgt volgens Zen het eigenlijke leven zijn kans in ons en dat eigenlijke leven stijgt vanzelf op uit de buik.

Wat zag Von Dürckheim aan de meesters-in-Zen ? Hij zag mensen die vooral hun buik bewoonden en niet hun hoofd. Dat hun buik nooit werd ingetrokken (alle Boeddha afbeeldingen hebben een prominente buik.) Hij zag een totale openheid naar binnen, een totale overgave aan de buik.

HC archief
Wim Laumans

Hij zag vanuit die buik een perfecte aanpassing van het lichaam aan de dingen: feilloos schoot de boogschieter in de roos in een enkel gebaar, zonder zichtbare inspanning en zonder die roos in het vizier te nemen. Zij buik deed het, zei de Zen-man, niet hij. In één argeloze zwaai werd er een perfecte cirkel getrokken op papier. Niet ik doe dat, zei de man, maar mijn buik doet dat. Ik weet niet hoe dat moet, een cirkel trekken.
Als de Zen-man stond, voelde hij vanuit zijn buik, doorheen benen en voeten het midden van de aarde en via zijn kruin het firmament, zei hij. Zijn staan was een geweldig staan, geweldig van kracht door totale overgave. Dat was geen brute fysieke kracht, maar een milde kracht die gevoed werd door ontvankelijke openheid voor alles. Het midden van de aarde en het midden van mijn lichaam zijn een en hetzelfde, zei hij.
Aan zijn lichaamshouding was nog meer te zien. De Zen-man stond rechtop en behield ook op hoge leeftijd een rechtopgaande houding. Ook stond hij met afhangende schouders en beslist niet met hoog opgetrokken schouders.
Zijn stemgeluid was laag. De hoogte waarop we spreken wordt begrensd door de bouw van onze stembanden en van ons hele lichaam, maar binnen deze begrenzing kan iedereen hoger en lager spreken. Welnu, wie in 'hara' was sprak met een zeer laag stemgeluid. Er werd nooit gesproken met toegeknepen keel.
De buik, het midden van het lichaam, was voor Zen het centrum van het menselijk bestaan. Wie daar woonde had evenwicht in zijn bestaan. Zen maakt geen onderscheid tussen lichaam en psyche, evenmin tussen lichaam en ziel, evenmin tussen lichaam en geest. Maar de westers opgevoede Von Dürckheim zag dat het evenwicht van de Zen-man zowel een prachtig lichamelijk evenwicht was als een perfect psychisch/geestelijk evenwicht. Zijn hele bestaan was in balans. Zelfs sterke fysieke krachten brachten de Zen-man niet uit zijn lichamelijke balans en leed bracht hem niet uit zijn psychisch/geestelijke balans. Lichamelijke pijn raakte hem niet wezenlijk en psychisch/geestelijk leed evenmin.
Wie in hara was, was perfect present in een onbegrensde ruimte. Hij was een toonbeeld van innerlijke rust. Hij genoot op serene wijze van het pure bestaan waarbij zelfs een zandkorrel de rijkdom van de oneindigheid liet zien. Hij kende geen drang naar bezit. Hij was onkwetsbaar in sociaal opzicht: hij kende geen eerzucht en geen status. Hij was niet bang voor de dood want zijn blik keek over de horizon die leven en dood scheidt.

HC archief
Wim Laumans

Begrijpelijk dat Von Dürckheim perplex stond en nauwelijks kon geloven wat hij zag; zoals het ook begrijpelijk is dat de lezer nauwelijks dit relaas kan geloven.
Teruggekeerd in Europa opende Von Dürckheim een Zen-centrum waar geïnteresseerden aan lichaam en ziel konden ervaren wat de Zen-oefeningen uitrichtten.

Er zijn opvallende en er zijn subtiele overeenkomsten en verschillen tussen het 'hara' en Veldmans begrip 'basis'. Enkele van die overeenkomsten en verschillen komen in de volgende aflevering van dit woordenboek aan de orde; bij leven en welzijn.

Dorus Gerritse

HC archief
Wim Laumans

Verslag conferentie avond 26 maart

'Ik zie ik zie wat jij niet ziet'

De derde avond in het kader van overdracht en tegenoverdracht werd geleid door Gerard Lange, psychiater op haptonomische basis. Vanuit zijn achtergrond, psychodynamische therapieën, is aanraken nog steeds een taboe. Volgens Gerard Lange heeft de haptonomie iets wezenlijks toe te voegen aan de verbale therapieën.[2)] Indicaties hiervoor zijn onder meer:

1. Iemand die erg verstandelijk en rationeel is.
2. Iemand die ook lichamelijke problemen heeft.
3. Iemand die psychotisch is, waarbij haptonomie als aanvulling kan dienen om meer te aarden.

Door zijn achtergrond heeft het Gerard veel moeite gekost de aanraking binnen zijn therapie te introduceren. In het begin raakte hij mensen gekleed aan, pas later durfde hij aan te geven dat mensen zich bij het aanraken ook konden ontkleden.

Na deze inleiding ging hij vooral in op het thema tegenoverdracht. Hij noemde 6 verschillende betekenissen van tegenoverdracht:

1. weerstand van de analyticus (therapeut) door de activering van innerlijke conflicten.
2. De overdracht van de analyticus op zijn patiënt.
3. De verstoring van de communicatie tussen de analyticus en de patiënt, veroorzaakt door angst bij de analyticus in relatie met de patiënt.
4. Persoonlijkheidskarakteristieken van de analyticus.
5. Specifieke beperkingen in de analyticus teweeg gebracht door specifieke patiënten.
6. De adequate of normale emotionele reactie van de analyticus op zijn patiënt.

Ook lichamelijke gevoelens kunnen een uitdrukking zijn van tegenoverdracht, aldus Lange. Je kan bijvoorbeeld pijn in je knie krijgen. Dit kan:

---

2) Hierbij citeert Gerard Lange in vogelvlucht uit een boek van Ken Wilber: *'Zonder grenzen*, (uitg. Karnak, 1983, ISBN 9063500254), waarin onder andere een schema staat van diverse niveaus waarop mensen vastgelopen kunnen zijn in hun leven en de therapieën die op die verschillende niveaus werkzaam zijn.

HC archief
Wim Laumans

1. pijn van de therapeut zelf zijn,
2. de pijn van de ander zijn die je overneemt,
3. het kan iets van de ander zijn dat je symbolisch op die plaats voelt.

Ook emoties van de ander kunnen ons lichamelijk raken of kun je aan je eigen lijf waarnemen, zegt Lange. Bij al deze tegenoverdrachtverschijnselen is het belangrijk dat je als therapeut zelf gaat ontdekken waar je wat voelt en waar dat voor staat. Je conclusie moet je dan toetsen door het aan je cliënt/patiënt voor te leggen of het klopt dat jouw pijn of emotie zich manifesteert als zijn (on)bewuste probleem.
Als voorbeeld verteld Gerard: "Vroeger kreeg ik keelpijn in een gesprek en dacht dat in verkouden werd en dat gebeurde dan ook. Nu denk ik wat betekent die keelpijn: verdriet. Ik toets dat door op het moment dat ik die keelpijn voel aan de patiënt te vragen of verdriet op dit moment een rol speelt. Negen van de tien keer wordt dit door de patiënt herkent en zo benoemd en is mijn keelpijn weg. Dat wat zich lichamelijk bij mij uitdrukte omdat het nog niet in het bewustzijn van de patiënt aanwezig was, komt in mijn bewustzijn; mijn lichaam is weer vrij en ik wordt niet verkouden. Als ik dit niet bij de patiënt naga dan wordt ik wel verkouden.
Zo is het met alle andere pijnen. Als ik door ga met mijn best te doen en geen acht sla op mijn eigen lichaamssignalen gaat het fout en persisteert mijn eigen pijn of klacht.

Na de pauze introduceert Gerard Lange een techniek waarbij je je open kunt stellen zonder zelf klachten te krijgen. De techniek komt uit het boek van Phyllis Kristal: 'het verbreken van knellende banden.' [3)]
Gerard Lange vraagt een proefpersoon om de techniek mee te demonstreren. Hij vraagt haar om voor de groep te komen staan en kijkt strak naar haar borsten. De toehoorders moeten letten op wat ze waarnemen. Haar ademhaling stokt en de proefpersoon voelt zich duidelijk niet op haar gemak. Onder deze objectiverende blik komen projecties snel op gang. De proefpersoon zegt dat ze denkt: wat moet hij van mij? Dan vraagt Lange aan haar om een cirkel op de grond om haarzelf heen te visualiseren. De proefpersoon voelt zich daarna veiliger. Vervolgens moet de proefpersoon

---

3) *'Beperkende banden verbreken'*, Phyllis Kristal. Een methode om zich te bevrijden van psychische afhankelijkheid en onzelfstandigheid en om ongedwongen op weg te gaan naar persoonlijke vrijheid en een zinvol leven. Uitg.: Schors Amsterdam, 1996. ISBN: 9063783507

HC archief
Wim Laumans

ook een cirkel om Gerard Lange heen visualiseren, waarbij haar eigen cirkel en die van Lange elkaar raken. Wanneer Lange dan weer op dezelfde manier strak en objectiverend naar haar borsten kijkt, blijkt dat de proefpersoon zich lekker rustig blijft voelen, hetgeen ook duidelijk te zien is. Dit heet: 'in de 8 zetten.' Beide personen blijven op zichzelf en projecties worden niet meer aangenomen. Je bent vrij en neemt nog steeds waar.
Volgens Gerard Lange kan je deze methode gebruiken bij een lastige client/patiënt als je strijd verwacht.

Daarna werd deze oefening in drie-tallen met de aanwezigen geoefend, met wisselend succes. Ikzelf kan er niet goed mee uit de voeten, maar in mijn omgeving hoor ik ook veel enthousiaste verhalen.
Na een geanimeerde discussie wordt de avond afgerond.

Michiel Reinders

HC archief
Wim Laumans

Beleidsvoorstellen 1997

Nederlandse vereniging voor haptonomie

In 1996 publiceerde het bestuur een 9-tal 'elementaire vragen' die allereerst beantwoord zouden moeten zijn, alvorens concreet beleid geformuleerd kon worden (Haptonomisch Contact, no.2, 1996). Het antwoord op de meeste van deze vragen is nog open.
In de loop van 1996 zijn er te weinig momenten geweest waarop die elementaire vragen expliciet aan de orde zijn gekomen. Elementaire vragen zijn blijkbaar moeilijker aan de orde te stellen en te beantwoorden dan concrete vragen die eigenlijk een afgeleide zouden moeten zijn van het antwoord op die elementaire vragen. Beide ALV's boden te weinig ruimte voor het discussiëren over de onderstaande vragen. Impliciet herbergen lezingen, workshop en contact- avonden gedachten en gevoelens over die vragen. Extrapoleren en generaliseren van die gedachten en gevoelens lijkt echter onbegonnen werk!
Het speerpunt van 1996 wat betreft bestuursactiviteiten: de regionale bijeenkomsten, leverde wellicht (gewild en ongewild) antwoord op een aantal vragen. Met name items 3, 4, 6 en 7 kwamen aan bod. Zie verderop.
Ik herhaal de elementaire vragen nogmaals hieronder: om deze wézenlijke vragen kunnen we toch niet heen?!
Aan enkele van deze vragen heeft het bestuur beleidsvoorstellen voor 1997 gekoppeld. Op de laatste bladzijde heb ik de beleidsvoorstellen samengevat.

Elementaire vragen voor een professionele vereniging:

1. Wat en wie is de Nederlandse Vereniging voor Haptonomie (verenigingsprofiel)
2. Welk bindend element ligt ten grondslag aan de NVH (wat is haptonomie?)
3. Wat wil de NVH, wat zijn haar verenigingsdoelen (huidige en gewenste statutaire doelstellingen, in welke richting wil de NVH zich bewegen)
4. Wie zijn de leden van de NVH (ledenprofiel en inzicht in individuele doelen van leden om zich te verenigen)
5. Wat is de context waarbinnen de NVH opereert (maatschappelijke context, gezondheidszorg)

HC archief
Wim Laumans

6. Wat zijn de weerstanden die de NVH ontmoet in die context en wat zijn de weerstanden van individuele leden
7. Wat is het netwerk van de NVH (huidig en gewenst)
8. Welke samenwerking wil de NVH en met wie (opleidingen haptonomie, VVH, zorgsectoren en haar opleidingen)
9. Hoe en met wie onderhoudt de NVH haar 'public relations'

Laten we eens kijken naar het eventuele antwoord – voor zover dat nú aanwezig is – op bovenstaande vragen. De antwoorden zoals geformuleerd bij vraag 3, 5 en 8 zijn deels overgenomen uit Haptonomisch Contact, no.2, 1996.

Ad.1 Verenigingsprofiel. Wat en wie is de NVH

De vereniging is een verzameling van leden die de haptonomie als gemeenschappelijk gedachtengoed en ervaringsterrein hebben. Persoonlijke interesses, behoeften en belangen van de leden zijn zeer divers, althans voor zover zij kenbaar gemaakt worden en uitgedrukt worden in tastbaar gedrag. De groep 'passief betrokkenen' is vele malen groter dan de groep 'actief betrokkenen'. Veel leden zijn gericht op het ontvangen van informatie, weinig leden (een zekere kern) zoeken een actieve, interactieve wisselwerking door zich in woord en gebaar te presenteren. Bestuur en commissies kunnen slechts uitnodigen tot actieve participatie. Zij zorgen voor 'voeding'. Bestuur en commissies worden in (zeer) beperkte mate gevoed door de leden.

Het bestuur stelt voor een actief beleid te voeren in het ondersteunen en faciliteren van regionale activiteiten van de leden. Dit vindt plaats door het stimuleren van 'regionale netwerken' waarbij regionale contactpersonen een intermediair vormen tussen de regio en bestuur/commissies.
Het bestuur is niet initiërend maar reagerend op aanvragen vanuit de regio: de regio geeft concreet de behoefte aan (inhoudelijke / organisatorische / financiële ondersteuning). Het bestuur bekijkt vervolgens de mogelijkheden en geeft aan hoe de ondersteuning verder kan verlopen (bv. via bestuur, via Contactcommissie, via ambtelijk secretaris, etc.) De voorzitter is contactpersoon vanuit het bestuur met de regio's. Er is budgettair ruimte voor deze ondersteuning in de begroting van het bestuur en in die van de Contactcom-

HC archief
Wim Laumans

missie. De mogelijkheid tot ondersteuning is mede afhankelijk van voltalligheid van bestuur en commissies.
De structuur waarbij er landelijke bijeenkomsten worden gehouden (lezingen, workshop, contactavonden) die centraal in het land plaatsvinden, blijft gehandhaafd.

Ad.2 Wat is haptonomie

Het oorspronkelijke gedachtengoed zoals Veldman dat ontwikkelde wordt door een ieder omarmd. Literatuur waarin de kern van haptonomie en haptotherapie helder uiteen wordt gezet is in beperkte mate aanwezig.
Wellicht zouden de diverse opleidingen kunnen zorgen voor 'openbare' publikaties, hetgeen op dit moment nog niet gebeurt.
De uitgave 'De termen Haptonomie en Haptotherapie' en de serie 'Het haptonomisch woordenboek' van Dorus Gerritse in het Haptonomisch Contact helpen ons in bepaling en formulering van haptonomische begrippen in een taal die des mensen is waardoor het geschreven woord over haptonomie voelbaar blijft.
Contactavonden en workshops nodigen ons uit te communiceren over het wezenlijke van de haptonomie zoals wij dat persoonlijk ervaren en gestalte geven.
Daar waar haptonomie vertaald wordt naar / geïntegreerd wordt in het uitoefenen van een beroep ontstaan er onduidelijkheden, disputen, (ver-) oordelen, vermenging van ideologie en eigenbelang, etc. Schisma en polarisatie in haptonomische kring dreigen.

Het bestuur stelt voor een breed georiënteerde werkgroep in het leven te roepen die 'haptonomie in beroep' in kaart brengt, de grenzen van de verschillende vormen van beroepsuitoefening waar haptonomie een rol speelt aangeeft, uitspraken doet over (minimale) kwalificaties waar beroepsbeoefenaren aan zouden moeten voldoen, voorstellen doet voor een breed gedragen formulering en definiëring van diverse vormen van beroepsuitoefening etc. De werkgroep inventariseert de huidige (onduidelijke dus ongewenste) situatie en doet voorstellen voor een gewenste situatie.
Deze werkgroep zou een gezamenlijk project moeten zijn van de VVH en de NVH. De leden van de werkgroep moeten gezamenlijk een brede vertegenwoordiging vormen van de diverse geledingen beroepsbeoefenaren die de grondgedachten en de fenomenen van

HC archief
Wim Laumans

de haptonomie uitdragen en integreren. Zij moeten in staat zijn om persoonlijk belang ondergeschikt te maken aan het doel van de werkgroep.
De werkgroep doet verslag van de voortgang aan het bestuur van de VVH en de NVH, zij presenteert voortgang en resultaten middels publikaties van de beide verenigingen.
Het bestuur van de NVH onderzoekt of dit voorstel door het bestuur van de VVH positief wordt ontvangen, zodat haalbaarheid duidelijk wordt en er een gedegen procedure afgesproken kan worden.

Ad.3 Beleidsrichting van de NVH in de periode '95 - '99

De onderstaande punten zijn in 1996 geformuleerd:

- Professionalisering NVH
- Service verlening tbv. leden uitbreiden
- Uitdragen haptonomie en haar waarden in maatschappelijke context
- Kwaliteitszorg haptonomie en haar toepassingen
- Bevorderen communicatie over haptonomie intern NVH (RC/VC/CC)
- Intensiveren contact met opleidingen
  - Grondgedachte en innovaties
  - Opleidingsklimaat en opleidingsdoelen (eindtermen)
  - Modules op maat (inhoudelijke thema's)
  - Wetenschappelijk onderzoek
- Bevorderen intervisie en supervisie, intercollegiale toetsing
- Een structuur om zorgvuldig met klachten om te kunnen gaan.

Deze punten blijken hoog gegrepen te zijn voor een vereniging die op basis van vrijwilligerswerk is georganiseerd.

Het bestuur ziet deze punten nog steeds als belangrijke punten.
De termijn die nodig is om al deze punten tot stand te brengen moet wellicht worden verlengd (bv. in een tien jaren plan).

Ad.4 Ledenprofiel

(wie zijn de leden en wat zijn individuele doelen om zich te verenigen)

Op dit moment is er slechts een zeer beperkt inzicht in de specifieke deskundigheden, interesses en achtergronden van de leden. Daarnaast is de motivatie om lid te zijn van de NVH veelal onduidelijk. De leden

HC archief
Wim Laumans

lijken veel behoefte te hebben aan regionale contacten. Veelvuldig wordt de wens aangegeven met betrekking tot intercollegiaal contact en participatie in oefengroepen. Het zoeken naar / het starten van oefengroepen levert echter problemen op. Ook wordt de wens geuit om een eigen cliënt gericht te kunnen verwijzen naar een collega binnen of buiten de regio (bv. wegens specifieke problematiek, verhuizing cliënt). Ook voor bestuur en commissies zou het zinvol zijn meer gegevens te hebben van de leden, bv. bij het zoeken naar leden die een specifiek inhoudelijk thema zouden kunnen dragen of daarover adviseren.
Het bestuur heeft als beleidspunt (het is zelfs de statutaire doelstelling van de vereniging) onderlinge communicatie te stimuleren. Het bestuur wil helpen de drempels daarbij te verlagen.

Het bestuur stelt voor een ledenlijst aan te leggen waarin opleiding, beroepsuitoefening, specifieke bekwaamheden (zorgspecifieke kwaliteiten) en specificering van interessegebieden worden vermeld. Deze lijst is *alleen voor intern gebruik* (bv. formeren van oefengroepen, dóórverwijzen van cliënt naar collega, organiseren van regionale thema-avonden, etc.)
De leden kunnen kiezen of ze wel of niet op deze lijst vermeld willen worden.

Ad.5 Maatschappelijke context

(geformuleerd in 1996, nu aangepast)

- Groeiende bekendheid / acceptatie / waardering haptonomie, hoewel de vraag 'wat is haptonomie, wat is haptotherapie' etc. nog geen eensluidend antwoord oproept bij verwijzers, (potentiële) cliënten, etc.
- Bekendheid haptonomie bij de leek berust vnl. op toevallige contacten, publicitaire omstandigheden die zich afspelen buiten het initiatief van de NVH om (TV, boek, interview krant, reclame...)
- De VVH voert een actief beleid om haptotherapie bekend te maken bij verwijzers, zorgverzekeraars, inspecteurs gezondheidszorg.
- Streven om haptotherapie te profileren als specifiek zorgverlenend beroep, werken 'op haptonomische basis' staat onder druk (intern haptonomisch geschoolden, profilering opleidingen, BIG-wet en ontwikkelingen binnen zorgverlenende beroepen zelf, limitering paramedische zorgverlening)

HC archief
Wim Laumans

- Huisartsen (etc.) verwijzen vaker naar een hulpverlener die zich pro fileert met haptonomische begeleiding in het hulpverleningspakket of die zich profileert als haptotherapeut.
- Er bestaan 5 opleidingen haptonomie / haptotherapie die niet of in beperkte mate met elkaar communiceren. Er bestaat daardoor nog steeds onhelderheid over de vraag 'wat haptonomie is, wat onder haptotherapie verstaan wordt, welke bekwaamheid iemand heeft als hij/zij een opleiding heeft gevolgd', etc.
- Daarnaast bestaan er in den lande allerlei cursussen waarin haptonomie in zeer beperkte zin wordt aangeboden / geïntegreerd, waarbij de cursist het gevoel krijgt 'de haptonomie te kunnen toepassen', hetgeen een negatieve tendens is.
- De NVH wordt voor het volgende dilemma gesteld: de roep om belangen-behartiging (met name vanuit zorgverzekeraars, cliënten die een klacht ventileren en niet bij de VVH daarvoor terecht kunnen, therapeut zoekende aspirant cliënten) staat haaks op het zuiver blijven opereren volgens de verenigingsdoelstellingen die geen belangenbehartiging toestaan.

Het bestuur stelt voor:

- **Het beleid te handhaven dat er *geen* (informatie afkomstig van de) ledenlijst wordt verstrekt aan derden, dat wil zeggen aan niet-leden, en ook niet aan leden waarvan duidelijk is dat de lijst gebruikt zou worden voor eigen commerciële doeleinden.**
- ***Geen* klachtenregeling in het leven te roepen in de zin van klachtencommissie, commissie van beroep, afhandeling van klachten middels een uitspraak over de klacht etc.**
- ***Wel* een opening te bieden voor het horen van een klacht met de bedoeling de desbetreffende klager informatie te verschaffen over de diverse mogelijkheden waar de persoon met een klacht naar toe kan (klachtencommissie VVH, klachtencommissie 'oorspronkelijke' beroepsvereniging, regionale patiënten-/ consumentenplatforms, organisaties die belangen van vrouwen behartigen zoals Stichting 'Tegen haar wil' en anderen burgerlijke klachtregelingen).**
  De voorzitter van de NVH vervult deze rol.
- **Verder is het voorstel van het bestuur om een werkgroep in te stellen 'Haptonomie in beroep' (zie punt 2) mede een gevolg van de hierboven beschreven context.**

HC archief
Wim Laumans

Ad.6 Weerstanden die de NVH ontmoet vanuit de maatschappelijke context en weerstanden van individuele leden

Ad.7 Netwerk van de NVH

Vanuit de maatschappelijke context ervaren wij als bestuur geen weerstanden. In tegendeel. Wij worden zeer veel benaderd vanuit allerlei maatschappelijke (bv. overkoepelende) organisaties voor informatie, voor deelname aan platforms, voor inbreng in brochures (bv. integrale gezondheidszorg, alternatieve geneeswijzen), voor opname in een kwaliteitszorgsysteem geïnitieerd vanuit het rijk (NIVEL en anderen).

Daarbij houdt het bestuur nogal eens de boot af: enerzijds omdat het gevraagde contact feitelijk gaat om contact over kwaliteit van 'het beroep' en over beroepsbelangen, anderzijds omdat wij ervan uit gaan dat haptonomische begeleiding/haptotherapie niet behoort tot het veld van 'alternatieve geneeswijzen'. Hierover willen wij de mening van de leden best horen! Wij verwijzen meestal naar de VVH.
Het bestuur van de NVH heeft op dit moment geen actief beleid om haar netwerk uit te breiden, zij ziet dat niet als prioriteit.

De eventuele weerstanden van de leden zijn nooit in kaart gebracht. Zij zijn wel voelbaar op diverse bijeenkomsten. Wellicht valt daarbij te noemen:

- Weerstand van leden die zich 'haptotherapeut' achten tegen de beroepsuitoefening van leden die 'werken op haptonomische basis'
- Weerstand van leden die 'werken op haptonomische basis' of die zich wel 'haptotherapeut' noemen maar niet voldoen aan normen zoals de VVH die stelt aan dat beroep en de opleiding daartoe, tegen de opstelling van de (leden van de) VVH.
- Weerstand van leden tegen participatie in verenigingsactiviteiten die geen persoonlijk (inhoudelijk) belang dienen maar die het verenigingsbelang dienen.

Het bestuur ziet deze weerstanden als probleem én als uitdaging. Het bevestigt het belang van het open houden van een platform – zoals de NVH is – waarin iedereen die iets met haptonomie te maken heeft met elkaar kan communiceren. Juist vanuit diversiteit van inzicht, beleving, vertaling naar eigen (beroeps-)handelen en

HC archief
Wim Laumans

opleidingsachtergrond heeft die communicatie 'verdiepende waarde'. Mits er wederzijdse openheid bestaat!
Het bestuur maakt zich wel zorgen over het gebrek aan leden die bestuurs- of commmissiewerk willen doen. Help(!) beste leden en vertel ons hoe die inbreng te verbeteren valt!!

Ad.8 Samenwerking met andere organisaties

- ***Opleidingen***
  Het bestuur wil graag contact met alle opleidingen aangaan / behouden / nieuw leven inblazen. Het bestuur wil alle opleidingen de gelegenheid geven zich 'persoonlijk' aan de leden te presenteren, met name in inhoudelijke zin (niet zozeer praktisch organisatorische zaken, die informatie is per bij de opleidingen zélf aan te vragen).
  - Inventariseren of opleidingen met de NVH in wederkerigheid willen en kunnen samenwerken. Inventariseren of de NVH zich hierin ook aangesproken voelt.
  - Inzicht in innovaties die de opleidingen haptonomie invoeren. Wie zijn de huidige en toekomstige leden van de NVH aan de hand van tussen- en eindtermen, het (begeleidings-) klimaat van de opleiding in het licht van de gewenste leerprocessen, etc.

  In het bestuur is afgesproken dat het contact met de opleidingen wordt onderhouden door de Contactcommissie. Op dit moment lukt het niet deze contacten voldoende te onderhouden doordat we te weinig commissieleden hebben. Het bestuur neemt die taak voorlopig in beperkte mate over.

- ***Wetenschappelijke onderzoeksprojecten***
  Het bestuur wil wetenschappelijk onderzoek op het gebied van de haptonomie van harte 'volgen' en ondersteunen (ideeën, faciliteiten). Zij hoopt geïnformeerd te worden over lopende of startende onderzoeksprojecten.

- ***Vereniging van Haptotherapeuten***
  Het contact met de VVH is op dit moment minimaal. Beide verenigingen hebben de prioriteiten liggen in de eigen verenigingsactiviteiten.

  Het bestuur ziet als meest gewenste situatie nog steeds dat de NVH en de VVH samen behoren tot één paraplu-organisatie. Deze gezamenlijkheid lijkt echter ver weg.

HC archief
Wim Laumans

Voorlopig zetten we in op 'on speaking terms' blijven en uitwisseling van informatie, we hopen dat ons voorstel tot het komen van een gezamenlijke werkgroep 'Haptonomie in beroep' de onderlinge band helpt aantrekken.

- *Zorgverzekeraars etc.*
  Het bestuur onderhoudt geen contact met zorgverzekeraars. Zij is dat ook niet van plan.

Ad.9 Public relations

De NVH voert geen actief beleid in de sfeer van public relations (zie punt 7/8).

Op aanvraag van extern geeft de NVH informatie over haptonomie, opleidingen (middels geactualiseerd stencil) en de vereniging. Het ondersteunen van individuele leden met hun praktijkvoering en PR in de vorm van hulp bij samenstellen van brochures, tips met betrekking tot networking etc, wordt *niet* als bestuursbeleid gekozen. De regionale bijeenkomsten kunnen wel daarop gericht worden als ondersteuning van de leden onderling, het bestuur vervult daarin geen rol.

Samenvattend

Het bestuur stelt de volgende beleidspunten voor:

I. Een ledenlijst aan te leggen die gespecificeerd is naar opleidingsniveau, interesse, deskundigheid en beroepsuitoefening. Het vermeld worden op deze lijst is naar keuze van de leden, het bestuur geeft de items aan en bepaalt criteria ten aanzien van de te vermelden gegevens. De lijst is uitdrukkelijk alleen voor intern gebruik.

II. Een actief beleid te voeren met betrekking tot het ondersteunen van regionale bijeenkomsten. De regio's moeten initiatief nemen en concrete vragen bij het bestuur neerleggen zodat het bestuur de manier en de mate van ondersteuning kan bepalen.

III. Pogingen in het werk te stellen om in samenwerking met de VVH een breed georiënteerde werkgroep in te stellen die als taak heeft 'haptonomie in beroep' te inventariseren, te definiëren, als gewen-

HC archief
Wim Laumans

ste situatie te vervatten in een advies aan beide verenigingen VVH en NVH.

IV. Klachten te horen en de klager/klaagster te informeren over mogelijke commissies of instellingen waar hij/zij met deze klacht terecht zou kunnen.

Joost Leonhard,
voorzitter NVH

(advertentie)

Bouwman en Partners
Haptonomie in bedrijf

zomerweken 1997

Frankrijk: 5-12 en 19-26 juli
Ibiza: 7-14 september
Schotland: 1-8 oktober

Bestemd voor:

- Cliënten van haptotherapeuten/haptonomisch werkenden;
- haptotherapeuten/haptonomisch werkenden die zelf weer eens in beweging willen komen c.q. bijtanken.

goede verzorging
goede ervaring
Perfecte omgeving
goede follow-up
betaalbaar!

Inlichtingen: 0294-412892

HC archief
Wim Laumans

(advertentie)

de academie voor

haptonomie & kinesionomie

Belangrijk nieuws voor oud-cursisten van de Alpha-opleiding

In het cursusjaar 1997/1998 biedt de Academie de mogelijkheid in het *tweede jaar van de bèta-opleiding* (totale duur 3 jaar) of *de opleiding Haptonomische Zwangerschapsbegeleiding* (totale duur 2 jaar) in te stromen.

Belangrijk nieuws voor Haptotherapeuten:

De Academie organiseert op 27 en 28 juni de nascholingscursus

'Dissociatie'

voor (bijna) afgestudeerde haptotherapeuten met ervaring met dissociatieve patiënten. Bij dissociatie is sprake van een splitsing in bewustzijn, geheugen, lichaamsbeleving en gevoelens.

Doel van de nascholingscursus:

- inzicht krijgen in de etiologie en diagnostiek van dissociatie
- leren signaleren en een plan van aanpak ontwikkelen
- bewustworden van (tegen-)overdrachtsprocessen
- verkennen van eigen grenzen en ervaren van het belang van samenwerking.

Kosten f460,-

Heeft u interesse? Bel dan voor meer informatie met:
Academie voor Haptonomie en Kinesionomie
Jan Ligthartlaan 1, 3941 BG Doorn.
Tel: 0343-515178; fax: 0343-518158

HC archief
Wim Laumans

Ingezonden brieven

Touch Research Institute, (TRI)

Enige tijd geleden werd ik middels een krantenartikel geattendeerd op het bestaan van TRI. Omdat ik binnen de wereld van de haptonomie niet eerder over dit instituut heb horen praten, leek het mij nuttig via Haptonomisch Contact aandacht daaraan te besteden.

Het TRI maakt deel uit van de medische faculteit van de Universiteit van Miami. Er wordt onderzoek gedaan naar het tastzintuig en de betekenis ervan voor gezondheid, ontwikkeling en therapie, met name massage.

Of de onderzoeken van de TRI directe waarde hebben voor de haptonomie is de vraag. De meeste studies zijn somatisch gericht maar er is ook onderzoek naar de betekenis van tast en aanraking voor de psychische en emotionele ontwikkeling. Het is dan ook niet verbazend dat er in de lijst van betrokkenen bij het TRI de naam van A. Montagu, schrijver van het boek: de Tastzin, voorkomt.

Informatie over het TRI is te vinden via – hoe kan het tegenwoordig ook anders – Internet: http://www.internationalmassage.com/

Jan Jurrien

Joost Leonhard was boos en Dorus Gerritse is wanhopig, een reactie op de reactie van Joost Leonhard

In het decembernummer 1996 van 'Haptonomisch Contact' reageert de voorzitter van de Vereniging voor Haptonomie, Joost Leonhard, op de inhoud van mijn boekje 'De termen haptonomie en haptotherapie'. Zijn reactie betreft vooral de passage waarin ik me lakend uitlaat over een bepaalde activiteit van deze vereniging, een activiteit die ik notabene niet eens heb bijgewoond, waardoor ik dus volstrekt niet weet wat daar is gebeurd. Inderdaad, wanneer je mijn betreffende passage zo verstaat, is er voor de voorzitter van de vereniging en de organisatoren van die avond zeker reden om boos te zijn. Kennelijk ben ik op dit punt niet voor iedereen

HC archief
Wim Laumans

duidelijk geweest en ook dat is laakbaar; dat trek ik mij aan en daarvoor vraag ik excuus.
Wat was mijn bedoeling? Beslist niet om de organisatoren van de bedoelde activiteit iets te verwijten. Integendeel. Deze activiteit was, volgens mededeling gewijd aan 'Omgang met irritaties. Méér dan dat wist ik niet. Maar dit was voor mij ook genoeg om het als voorbeeld te gebruiken in mijn boekje. Mijn gedachtengang was als volgt: wanneer er bij (gediplomeerde) haptonomen behoefte bestaat aan een avond over omgang met irritaties ligt er kennelijk een manco in hun haptonomie-kennis en in hun haptonomie-kunnen. Naar mijn mening behoort elke gediplomeerde haptonoom te weten dat geïrriteerdheid ontstaat doordat je ten aanzien van de jou irriterende niet voldoende in je basis bent. Ook zou hij reeds behoren te weten hoe je dat kunt remedieren: door omstandigheden te creëren die je dieper in je basis brengen, bijvoorbeeld door je echt haptonomisch te laten behandelen. Een andere mogelijkheid om de irritaties bij een bepaalde cliënt te ontwijken is: cliënt doorverwijzen naar een collega die beter in zijn basis is.
Dus: reeds het feit dat er zo'n avond georganiseerd moet worden wijst mij er (weer) op dat er manco's liggen in opleidingen, heel elementaire manco's.
Beste Joost, het was niet alleen de bedoeling om met mijn boekje de betekenis van de haptonomie-theorie onder de aandacht te brengen, zoals jij schrijft. Dat was zelfs niet mijn eerste oogmerk en evenmin mijn tweede en derde. Het ging mij om de praktijk, om het kunnen en zijn van haptonomen. De theorie nam ik als uitgangspunt om daarmee aan te geven wat we onder haptonomie behoren te verstaan. Met misverstanden daaromtrent begint de verwatering, de versmalling van de haptonomie en de vermenging van de haptonomie met allerhande niet-haptonomische en zelfs met anti-haptonomische elementen en bijgevolg het misbruik van de termen haptonomie en haptotherapie. Het ging mij ook niet louter om het misbruik van die termen maar om de teloorgang van de haptonomie.
Niemand weet wat er allemaal onder de namen haptonomie en haptotherapie gebeurt. Ik dus evenmin. Maar er zijn voor mij wel te veel signalen die mij wanhopig maken. In mijn ogen is de (oorspronkelijke) haptonomie een groot goed en ik zie haar node verdwijnen. Ik schreef mijn boekje met de moed der wanhoop.

HC archief
Wim Laumans

Graag wil ik hierbij opmerken dat mijn treurnis over de teloorgang van de haptonomie nauwelijks tot verwijten voert. Eigenlijk is er maar één man die ik hiervoor aansprakelijk stel. Dat is Frans Veldman. Nog recent schreef hij weer eens dat in Nederland het hele haptonomie-gebeuren in een 'totale vervreemding' verkeert van de autentieke haptonomie (in het artikel 'Haptonomie, voorstelling en werkelijkheid' in het tijdschrift 'Beweging en Hulpverlening', 1996-13). Wanneer Veldman daar zo van overtuigd is, dan zou hij dit zich in geweten moeten aantrekken want hij is de eerst verantwoordelijke daarvoor. Dan heeft hij immers indertijd zijn cursisten slecht opgeleid, althans onvoldoende om zelfstandig verder te gaan en op te leiden. Als hij zich door een eerlijk geweten zou laten leiden zou hij zich vooral intensief bekommeren om het haptonomie-gebeuren in Nederland en niet, zoals nu het geval is, Nederland volmaakt de rug toekeren. De argumenten die hij daarvoor aanvoert vind ik gewoonweg dom, onoprecht en on-haptonomisch.

Dorus Gerritse

HC archief
Wim Laumans

De **Nederlandse Vereniging voor Haptonomie** stelt zich ten doel de communicatie te bevorderen tussen hen die in de haptonomie zijn geïnteresseerd en/of opgeleid, en dat in de breedst mogelijke zin.

Zij is nadrukkelijk géén beroepsvereniging. Aan het lidmaatschap kunnen geen rechten worden ontleend t.a.v. welke beroepsuitoefening dan ook op het terrein van de haptonomie.

De vereniging tracht haar doel te bereiken door:

a. het bevorderen van onderling contact tussen de leden middels samenkomst in het kader van lezingen, werk-, studie-, ervarings- en gegevensuitwisseling;
b. het bevorderen van de onderlinge communicatie middels woord, beeld en geschrift;
c. het onderhouden van contacten met instellingen die van belang zijn voor het bevorderen van de kennis van en de bekendheid met de haptonomie.

De vereniging kent:

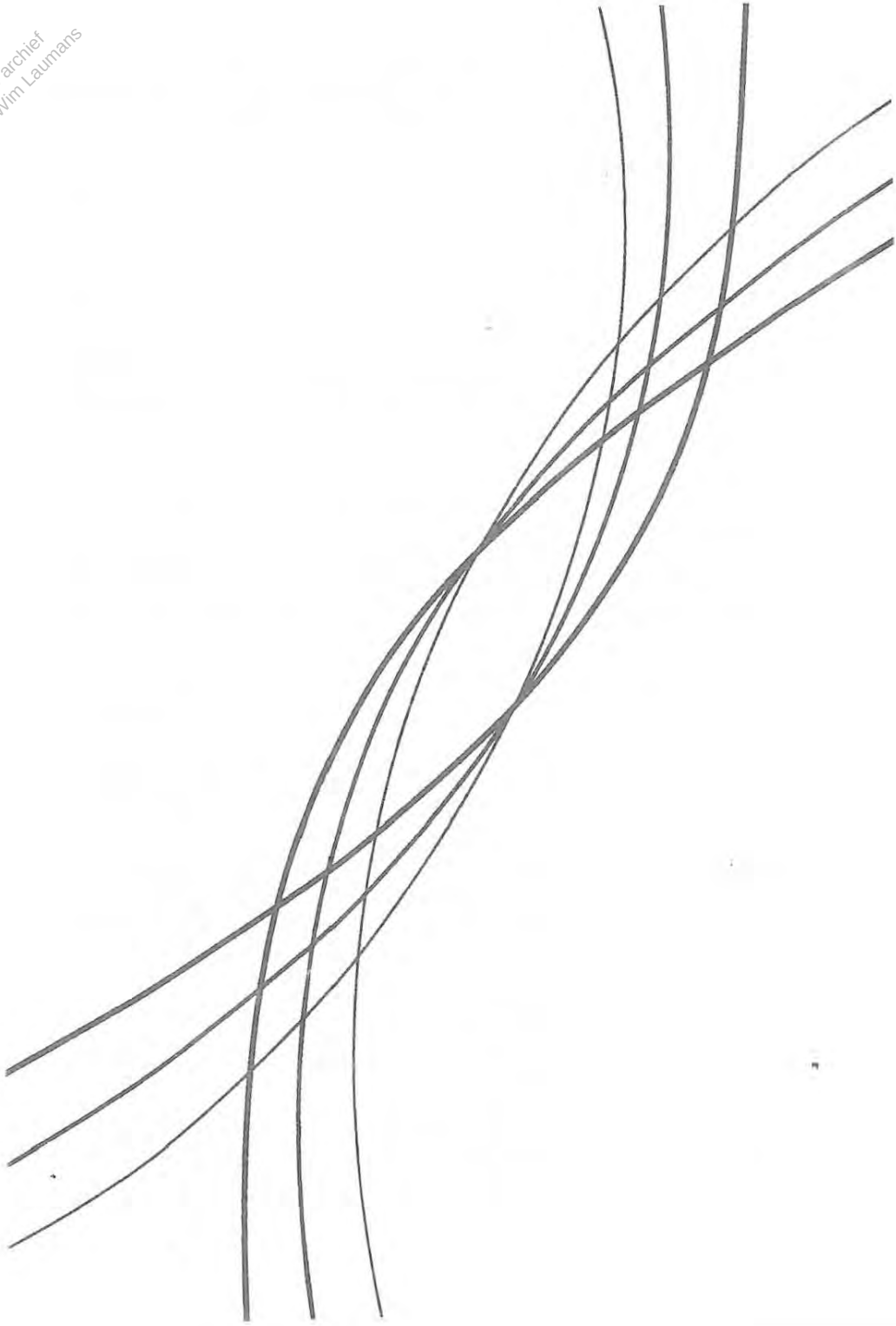
a. gewone leden, met tenminste een basisopleiding in de haptonomische beginselen en fenomenen;
b. aspirant-leden, d.w.z. mensen die als student zijn ingeschreven bij een opleiding als boven;
c. belangstellende leden, d.w.z. mensen of rechtspersonen die zich als zodanig aanmelden bij het bestuur.

De vereniging kent drie commissies:

a. De Voorbereidingscommissie organiseert lezingen en workshops in het kader van uitwisseling en visie ontwikkeling. Contactpersoon: Ingrid van Diemen, tel: 020-6926071 / 020-6632664
b. De Contactcommissie wil randvoorwaarden scheppen ter bevordering van de communicatie, zowel binnen als buiten de vereniging. Contactpersoon: Else Keizer, tel: 075-6426782
c. De Redactiecommissie stelt dit tijdschrift samen.

De vereniging kent een bestuursvorm met vertegenwoordigers uit de commissies als bestuursleden naast een dagelijks bestuur. Contactpersoon van het bestuur is Irene Sibbles-Verbrugge, tel. 0343-516911. Voor financiële zaken kunt u contact opnemen met de penningmeester Robert de Vos tel. 0294-412892.

De kosten van het lidmaatschap, (wijzigingen voorbehouden) inclusief de toezending van Haptonomisch Contact bedragen *f* 150,- per jaar. De toegang tot de meeste activiteiten is voor leden gratis. Voor workshops e.d. wordt een aanvullende bijdrage gevraagd.

Alle correspondentie die niet te maken heeft met het tijdschrift, w.o. adreswijzigingen en aanmeldingen voor het lidmaatschap, opsturen naar: Secretariaat van de Nederlandse Vereniging voor Haptonomie
De Otter 29; 7414 HZ Deventer; Tel. 0570-643875

HC archief
Wim Laumans