
'Verlichting' in de praktijk

Hoe het hoofd het lijf weer ontmoet

Wind, Wolk, Ademtocht

ROÈL uw partner in verzekeringen

Haptotherapeuten Verzekeringspakket

Financieel Adviesbureau ROÈL biedt voor haptotherapeuten de mogelijkheid verzekeringen te treffen met aantrekkelijke voordelen in de vorm van:

- collectiviteitskorting -
- uitgebreide specifiek op beroep afgestemde dekking -
- persoonlijke advisering -

PRAKTIJKPAKKET

- Aansprakelijkheid beroep
- Rechtsbijstand beroep
- Extra kosten / bedrijfsschade
- Inventaris

PRIVÉ-PAKKET

- Woonhuis
- Inboedel
- Auto
- Aansprakelijkheid privé
- Rechtsbijstand privé
- Doorlopende reis

INKOMEN EN ZORGPAKKET

- Pensioen
- Arbeidsongeschiktheid
- Ziektekosten
- Ongevallen

Financieel Adviesbureau ROÈL

Antwoordnummer 358
3740 VB BAARN
telefoon 035 54 890 90
Fax 035 54 890 91

Redactioneel

Erik te Loo

In het vorige nummer van Haptonomisch Contact deed ik een oproep aan mensen om als redactielid een bijdrage te leveren aan dit tijdschrift. Deze oproep leidde *nog* niet tot aanmeldingen. Daarom hier een herhaling: we zijn op zoek naar mensen, die de redactie van dit blad willen versterken! Een mailtje of telefoontje naar de redactie is voldoende!

Sommige andere activiteiten op het gebied van de haptonomie leken wel voor een enorme toeloop van mensen te zorgen. Zoals bekend is er op 24 en 25 maart in Noordwijk een Masterclass *Voelen: zo simpel is het*, welke gegeven wordt door Ted Troost. Toen er berichten in de pers verschenen dat er op die dagen een verkeerschaos in de Randstad wordt verwacht, dacht ik even dat die masterclass hiervoor verantwoordelijk was. Maar al snel bleek dat er die dagen in Den Haag een Nuclear Security Summit is. Ook op 31 maart en 1 april geeft Ted Troost deze Masterclass en Paulien Pinksterboer zal in ons volgende nummer haar ervaringen met ons delen.

Dit eerste nummer van 2014 staat bol van uiteenlopende praktijkervaringen. Peter Leest lost een oude belofte in, die hij deed in Haptonomisch Contact van juni 2012. We maakten toen kennis met zijn werk met mensen met een verstandelijke beperking en Peter beloofde dat hij in een volgend artikel verder zou ingaan op de mogelijkheden die het Ontwikkelingschema (OWS) van het ITH hem biedt in dat werk.

Leander Tijdhof schrijft over 'Verlichting in de praktijk'. Zijn ervaring dat haptonomie het leven lichter kan maken, beschrijft hij in boeiende casuïstiek.

Zelf ben ik in de pen geklommen om mijn gedachten en ervaringen te delen rond de mogelijkheden van haptotherapie bij mensen met verlieservaringen.

Pauline van Borrendam las op LinkedIn een verwijzing naar een artikel van Catholijn te Wechel over haptotherapie met een cliënt met een psychotische stoornis. In de rubriek 'Voor u gelezen' deelt ze haar indrukken met ons.

In de vaste rubriek 'Kunst en Haptonomie' schrijft Anneke Kempkes over de essentie van leven: Adem.

Wist u overigens dat op LinkedIn een groep Haptonomisch Contact bestaat? Inmiddels heeft deze groep 136 leden en dat aantal groeit gestaag. De redactie nodigt u van harte uit lid te worden van deze groep. Wij hopen dat deze groep een platform wordt waar mensen 'napraten' over de papieren versie van ons tijdschrift. En dat het een inspiratiebron mag zijn voor toekomstige auteurs.

Namens de redactie wens ik u veel leesgenot met dit nummer van Haptonomisch Contact.



“Met FysioLogic kan ik de agenda bijhouden, EPD en declaraties invullen én de boekhouding doen. En dat alles voor een aangename prijs.”

Ariane Arnold,
Medisch Back/Neck Centrum
Amsterdam

Besparen

Bereken nu zelf hoeveel u bespaart op uw softwarekosten met FysioLogic. Ga naar de website www.fysiologic.nu en doe vrijblijvend de berekeningsmodule.

Alles in één!

EPD, Declaratie,
Agenda en
Boekhouding.

FysioLogic is een compleet pakket voor paramedici, bestaande uit EPD en declaratie, een digitale agenda en een boekhoudprogramma. Het bevat specifieke EPD's voor diverse paramedische disciplines en meer dan 120 meetinstrumenten. FysioLogic voldoet aan de laatste eisen van het KNGF en de verzekeraars.



Logic Data B.V.
T 070 415 25 83
E info@logicdata.nl
I www.fysiologic.nu

COLOFON

Uitgave
Stichting Haptonomisch Contact
KvK Utrecht 30181509
ISSN 0929-7723
www.haptonomischcontact.nl

Voorzitter Stichting
Paulien Pinksterboer, tel.0251-272660
voorzitter@haptonomischcontact.nl

Redactie
hoofdredacteur@haptonomischcontact.nl
Erik te Loo
Anneke Kempkes-Verweij,
Paulien Pinksterboer en Petra Steffens.

Eindredactie
Petra Steffens | Petra tekst&taal

Redactieadres
Heukelompad 17
6845 EL Arnhem
eindredacteur@haptonomischcontact.nl

Abonnementen en advertenties
Van der Veer Media
Tel. 035 5254558
Fax 035 5254652
vanderveer.media@hetnet.nl
Mob. 06 53610773

Uitgever
Wim van der Veer,
Blaricum

Prijs
Euro 29,50 per jrg. voor 4 nrs.

Kopijsluiting
Juninummer 2014, 1 april 2014
Septemhernummer 2014, 1 juli 2014
Decemhernummer 2014, 1 oktober 2014

Kopij
Haptonomisch Contact verschijnt vier keer per jaar. Aan haptonomie gerelateerde artikelen, meningen, praktijkervaringen, informatie en nieuws kunt u sturen naar het redactieadres; indien mogelijk graag per e-mail. De verantwoordelijkheid voor de inhoud van dit tijdschrift berust bij de redactie. Zij behoudt zich het recht voor om in overleg met betrokkene kopij in te korten of niet te plaatsen. De auteur blijft eindverantwoordelijk voor de inhoud van zijn/haar geschrift.

Losse nummers verkrijgbaar na overmaking van € 9 op bankrekeningnr. 97.13.66.497 t.n.v. Van der Veer Media, Blaricum. (Studenten)kortingen zijn onder bepaalde voorwaarden mogelijk.

© Alle rechten voorbehouden. Overname van artikelen alleen na schriftelijke toestemming. Bij plaatsing na toestemming van de redactie dient Haptonomisch Contact te allen tijde als bron vermeld te worden.

Webdesign en onderhoud
webmaster@haptonomischcontact.nl

Dit blad wordt gedrukt op 130 grams Biotop chloorvrij papier.

Redactioneel

Erik te Loo pagina 3

Hoofdartikel

Het Ontwikkelingsschema ingezet in de zorg voor mensen met beperkte ontwikkeling

Peter Leest pagina 6

Uit de praktijk

'Verlichting' in de praktijk

Leander Tijdhof pagina 15

Haptonomie bij verlies en rouw

Erik te Loo pagina 17

Voor u gelezen

Hoe het hoofd het lijf weer ontmoet

Pauline van Borrendam pagina 21

Kunst en Haptonomie

Wind, Wolk, Ademtocht

Anneke Kempkes-Verweij pagina 23

Inspiratiebronnen

..... pagina 27

Agenda

..... pagina 28

Aan dit nummer werkten mee: Pauline van Borrendam, Anneke Kempkes-Verweij, Peter Leest, Erik te Loo, Paulien Pinksterboer, Petra Steffens en Leander Tijdhof

Hoofdartikel

Het Ontwikkelingsschema ingezet in de zorg voor mensen met een beperkte ontwikkeling

Peter Leest

Peter Leest (1962) heeft een eigen haptotherapiepraktijk in Apeldoorn. Vanuit zijn praktijk verzorgt hij regelmatig workshops en trainingen, op basis van haptonomie. Tevens werkt Peter Leest bij 's Heeren Loo als haptotherapeut met mensen met een verstandelijke en soms lichamelijke beperking.

Het Ontwikkelingsschema (OWS), ontwikkeld door Anne Jan van Minnen*, wordt gebruikt en doorontwikkeld binnen het ITH. In mijn therapeutisch werken met mensen met een verstandelijk beperkte ontwikkeling blijkt het OWS goed bruikbaar. Dit zowel bij het individueel therapeutisch begeleiden van de cliënt als in de communicatie met het systeem rondom de cliënt. Voor de communicatie over de essentie van mijn 'haptotherapeutisch zijn' naar het systeem rond de cliënt maak ik dankbaar gebruik van het werk van de ontwikkelingspsycholoog Dösen. Van beiden, zowel het OWS als Dösen, zal ik in dit artikel een tip van de sluier oplichten. Als link naar de praktijk gebruik ik de eerder door mij beschreven casus van Femke (HC 2012-2).

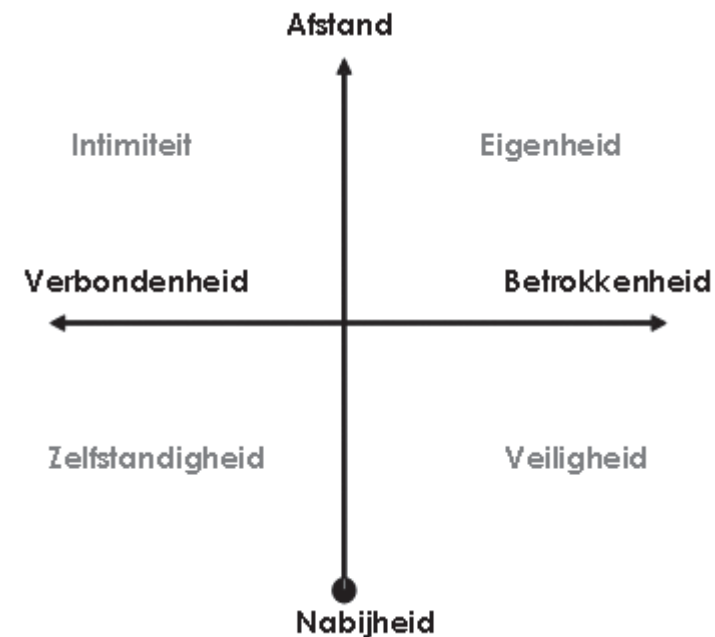
Het OWS

Het Ontwikkelingsschema helpt mij bij het positioneren van iemands sociaal-emotionele ontwikkeling en de wijze waarop zijn ontwikkeling gehecht is, *basis* heeft gekregen. Uit de positionering in het OWS haal ik de juiste rode draad, de gewenste therapeutische houding, in de therapie. Die gewenste therapeutische houding is wat je als haptotherapeut meestal intuïtief al doet. Je bent *present* of *aan*, en daarmee in contact en sensitief, en kunt inspelen op iemands ontwikkeling. Tijdens moeilijke momenten in een behandeling, bijvoorbeeld bij stagnatie of bij een crisis, biedt het OWS mij juist extra (zelf-)vertrouwen in de ingeslagen richting. Een steuntje in de rug, op cognitief niveau, dat ik soms nodig heb als ik tijdens de therapie binnen een woonsituatie weken achtereen een uur schijnbaar niets doe. Zo ga ik bij de casus van Femke de eerste weken van de therapie, een keer per week bij haar buiten in de zon op het gras liggen. De (innerlijke) beweging van Femke is dan zo beperkt dat deze voor toeschouwers nauwelijks waarneembaar is.

Het OWS maakt gebruik van twee basisbegrippen die beiden op een eigen as zijn weergegeven:

- *Ruimte*: hoe gaat iemand om met zijn eigen ruimte en met de ruimte om hem heen. Op de as zijn de gebruikte nuances 'afstand' en 'nabijheid',
- *Relatie*: hoe staat iemand in relatie tot zichzelf en de ander. Hierbij zijn de nuances 'betrokkenheid' en 'verbondenheid'. De vragen die je stelt zijn: 'Kan de cliënt betrokken zijn op zichzelf?' en 'Kan de cliënt zichzelf verbinden met de ander?'

Deze twee assen verdelen het Ontwikkelingsschema in vier kwanten, elk verbonden met een ontwikkelingsstadium: *Veiligheid*, *Eigenheid*, *Intimiteit* en *Zelfstandigheid* (zie figuur 1).



Figuur 1: Ontwikkelingsschema

Het OWS is een *ontwikkelingsschema*: Het gaat uit van de sociaal-emotionele mensontwikkeling. Een gezonde sociaal-emotionele ontwikkeling begint in *veiligheid*. Een baby, pre- peri- en postnataal, heeft *nabijheid*, *betrokkenheid* en koestering nodig van een betrokken ouder/verzorger opdat het *vertrouwd* kan worden met zichzelf in verhouding tot zijn *nabije* omgeving. Een basis die van groot belang is in de rest van zijn leven. Vanuit deze basis zal de dreumes, de peuter, de kleuter, het kind en de puber steeds meer van de *ruimte* om hem heen kunnen en willen gebruiken om

zichzelf verder te ontwikkelen, om zijn *eigenheid* te ontwikkelen: Hoe spannend is het niet voor een kind van twee om voor het eerst 'nee' tegen zijn vader of moeder te zeggen. Om deze *afstand* aan te durven gaan heb je een heleboel *veiligheid* en lef nodig. En betrokken ouders, die je die *ruimte* laten, daar waar het mogelijk is, en begrenzen waar dat nog noodzakelijk is.

Een spanningsveld dat tot in de pubertijd voortduurt. Gedurende deze hele periode is de betrokkenheid van de ouders een noodzaak. De aandacht van de ouders die durven te vertrouwen op het kind/de puber en deze meer *ruimte* geven. Ouders die de *betrokkenheid* en de *zelfstandigheid* hebben om waar nodig te begrenzen. Met deze *veilige* basis kan een puber steeds vrijer worden op de *ruimte-as*. Hij kan zichzelf *nabij* blijven en tevens op meer *afstand* van zijn eigen vertrouwde *basis* nieuwe en andere terreinen verkennen.

Zo kan hij zich gaan *verbinden* met het nieuwe buiten de bestaande groepen. Eigen hobby's, omdat die hem passen en niet omdat zijn gezin of vriendjes hem daarin zijn voorgegaan noch om zich te verzetten. Eigen relaties, die hij met *betrokkenheid* op zichzelf en vanuit de *verbondenheid* met de ander kan aangaan. Eerst op afstand en later ook meer nabij komt er meer wederkerigheid in zijn relaties. Niet vanuit 'voor wat hoort wat' of vanuit de toch al *betrokken* familieleden, maar vanuit een wederkerige *verbondenheid* met de ander. Hij wordt vrijer op de *relatie-as* en komt in de *intimiteitsfase*.

Vanuit de mogelijkheid tot het ervaren van je eigen *veiligheid*, het weten wie je bent of wat belangrijk voor je is en het kunnen dragen van wederkerige relaties, kun je meer en meer je in alle duidelijkheid en subtiliteit verhouden tot jezelf en de ander. Je durft te vertrouwen op de subtiele signalen van jezelf en de ander. Je wordt een *zelfstandig* en *prudent* mens. Waarbij geldt dat ook een zelfstandig mens, door omstandigheden, zich beschadigd kan voelen in een eerdere ontwikkelingsfase. Hij kan zich in zijn veiligheid aangetast voelen, kan zijn eigenheid kwijtraken of zijn vertrouwen in de wederkerigheid van relaties kwijtraken. Een mens is nooit af, zijn ontwikkeling (-sfasen) dus ook niet.

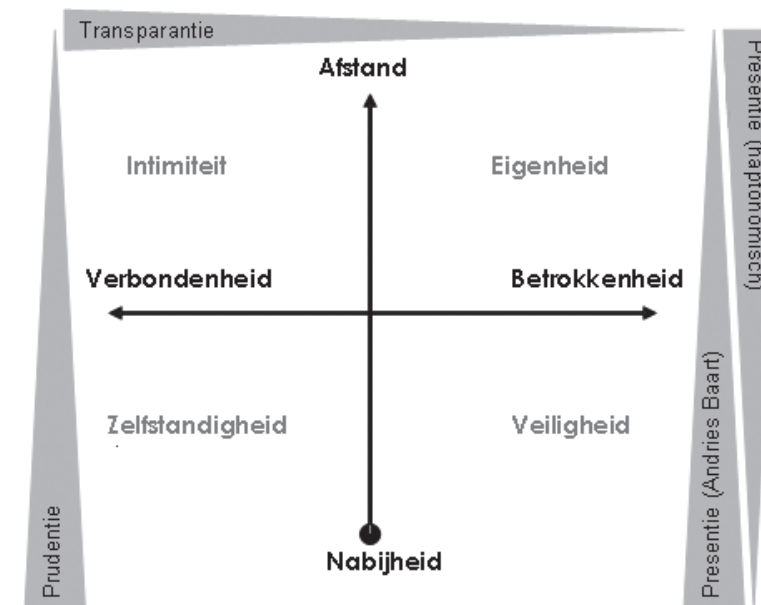
Het OWS en de therapeutische attitude

In figuur 2 zie je het OWS met toegevoegd de gewenste therapeutische attitude, deze is afkomstig van het ITH. Hieraan heb ik 'presentie op de wijze van Andries

Baart toegevoegd. Daarmee bedoel ik *present* zijn, *ruimte* laten aan de ander binnen veilige grenzen en zeer betrouwbaar zijn in je aanwezigheid. Betrouwbaar zowel in de regelmaat van aanwezig zijn, als de wijze waarop. En vanuit dat *zijn*, vertrouwen hebben en de tijd nemen om de ander te laten komen als het hem past (zie bijlage pagina 14).

Bij een therapeutische vraag in het *eigenheidsgebied*, wordt *presentie* als therapeutische attitude meer ingevuld middels zichtbaar/voelbaar aanwezig durven zijn, zelf initiatief durven nemen en vooral: de ander vertrouwen in zijn initiatieven. Daarnaast begrenzen, veiligheid bieden, daar waar dat nog nodig is.

Richting *intimiteit* wordt het belangrijker om te vertellen en laten ervaren wat je motieven zijn, je achtergronden. Je op maat tonen in wat je beweegt, ofwel *transparant* zijn.



Figuur 2: OWS met therapeutisch attitude

Naar *zelfstandigheid* toe worden de bewegingen kleiner en subtieler: *prudenter*. Dan kunnen de waardevolle gebaren steeds kleiner en subtieler worden, steeds meer *nabij* komen. Dan kom je bijna in de vervloeiing die er ook in het begin van de veiligheidsfase kan zijn. Bijna, maar met als essentieel verschil dat het 'mijn' en 'dijn' volstrekt helder is en dat er sprake is van twee zelfstandige personen. Zodra het te subtiel wordt, als het 'mijn' en 'dijn' onhelder worden, dan heb je weer meer *afstand* en ruimte, grotere gebaren of duidelijkere woorden nodig, om het weer helder te krijgen. Om jezelf niet te verliezen.

Allicht valt er veel te zeggen voor en tegen bovenstaande uitleg. Graag wil ik uitnodigen tot de dialoog daarover. Zelf vind ik de overeenkomst tussen het ontwikkelingsmodel en de bestaans- en zijswijzen van Veldman erg interessant. Dit ondanks de fundamentele verschillen hiertussen, alleen al dat het één een ontwikkelingsmodel is en het ander een bestaanswijze of zijswijze betreft. Voor nu laat ik het bij deze uitleg en ga ik verder met de parallellen tussen het OWS en de ontwikkelingspsychologie. Parallellen die heel bruikbaar zijn gebleken in de communicatie met de vele verschillende disciplines en opleidingsniveaus die betrokken zijn bij de zorg voor cliënten met een verstandelijke beperking. En ik gebruik daarbij graag de hedendaagse ontwikkelingspsycholoog Dösen. Hij heeft op een heldere wijze eerdere werken over de sociaal-emotionele ontwikkeling en werken over hechting samen weten te voegen tot een werk gericht op de mens met een verstandelijke beperking.

Dösen

Dösen* heeft de ontwikkelingspsychologie van o.a. Erikson* samengevoegd met de hechtingsleer van Bowlby*. De toegevoegde waarde van Dösen voor het werken met mensen met een verstandelijke handicap is dat hij aangeeft dat de problemen die deze mensen hebben in hun leven vaak niet in de (ontwikkelings-)beperking zit. De problemen vinden veelal hun oorsprong in een eerder doorlopen ontwikkelingsfase die echter onvoldoende gehecht is. Deze onvoldoende hechting van die eerdere ontwikkelingsfase komt tot uiting onder verhoogde stress. De persoon is verder met zijn sociaal-emotionele ontwikkeling gekomen dan de fase van waaruit het probleemgedrag zich manifesteert.

Per sociaal-emotionele ontwikkelingsfase geeft Dösen de mal adaptieve symptomen die horen bij die fase. Ook de gewenste begeleidingsstijl hierbij wordt gegeven. Deze begeleidingsstijl behoort dus bij een eerder/ lager niveau van sociaal-emotionele ontwikkeling dan waarop de cliënt normaal functioneert. Daar waar je als therapeut aan de grens van je cliënt zal werken, zal je dus regelmatig die onveiligheid van die cliënt raken. Dan zal je dus de attitude moeten inzetten die bij die lagere ontwikkelingsfase hoort, de fase van waaruit het mal adaptieve gedrag zich toont.

Tabel 1: Sociaal-emotionele ontwikkeling van verstandelijk beperkte mensen beschreven door Dösen, met per fase de bijbehorende maladaptatie en de gewenste begeleidingsintentie.

Algemene terminologie verstandelijke ontwikkelingsleeftijd	Dösen (2008): Sociaal emotioneel ontwikkelingsniveau, bijbehorend probleemgedrag en gewenste begeleidingsstijl			
	Ontw. Leetijd	Ontwikkeling vs. Maladaptatie	Symptomen bij maladaptatie	Gewenste begeleidingsstijl
0 - 2 jr. Zeer ernstig verstandelijk beperkt	0 - 6 mnd.	Homeostase vs. disregulatie	zelfverwonding, psychose, contactstoornis, passiviteit	Integratie van sensorische prikkels, stimulatie van hechting.
	6 -18 mnd.	Vertrouwen vs. wantrouwen	separatieangst, depressie, agressie	Veiligheid, lichamelijk contact, hechting, sociale en materiële stimulatie
	18-36 mnd.	Autonomie vs. afhankelijkheid	oppositieel-opstandig, depressie, agressie	Afstand in contact, bevestiging van autonomie en sociaal gedrag,
2 - 4 jr. Ernstig verstandelijk beperkt	3 - 7 jr.	Initiatief vs. geremdheid	fobieën, sociale angst, teruggetrokken, depressie	Identificatiefiguur, sociale acceptatie, sociale competentie
4 - 7 jr. Matig verstandelijk beperkt				
7 - 12 jr. Licht verstandelijk beperkt	7 -12 jr.	Zelfvertrouwen vs. Minderwaardigheid	Negatief zelfbeeld, neuroses, gedragsstoornis	Erkenning van volwaardigheid, productiviteit en creativiteit. Veiligheid in sociaal gedrag

Om dit toe te lichten met een voorbeeld wil ik graag een citaat uit de casus aanhalen die ik eerder in Haptonomisch Contact (HC) 2012-2 heb beschreven, de casus van Femke.

Femke is een vrouw van middelbare leeftijd met een ernstige verstandelijke beperking, die aangemeld wordt voor haptotherapie met de vraag om haar handkokers uit te krijgen. Zij draagt deze kokers 24 uur per dag omdat ze anders gaat automutileren. Femke functioneert in een woongroep waar 10 mensen wonen. Ze eet en drinkt met de groep mee, gaat dagelijks mee in de routine van opstaan, wassen, eten, naar de dagbesteding en doet dat op haar eigen wijze. Gelijk een peuter meedraait in een gezin en naar de peuterspeelzaal gaat. Op het moment dat ik werkelijk contact met Femke wil maken steek ik in op een lager sociaal emotioneel ontwikkelingsniveau. Ik maak mijn ruimte klein (ga bij haar in het gras liggen, heb vooral aandacht voor mijn eigen welbevinden en slechts een klein beetje voor wat zich aandient bij Femke). Veel meer een attitude die bij een pasgeborene hoort.

Citaat HC 2012-2:

*Als er ruimte voor is zoek ik met mijn vingers de hare op, soms mogen onze vingers elkaar aanraken.....
Na twee maanden treden er grote veranderingen op... Femke is weer verdrietig en boos aan het rondstampen.
Ik blijf uitnodigend aanwezig. Na enige tijd gaat Femke wel in op mijn uitnodiging en komt naar mij toe en op schoot zitten, op en 'in' schoot.*

Terwijl Femke zich op afstand en zelfstandig toont, ligt haar hulpvraag in de nabijheid. De gewenste begeleidingsstijl, ten tijde van verhoogde stress, behoort de ontwikkelingsfase toe die onvoldoende gehecht is.

Het mooie van deze aanpak is, dat als de cliënt deze ‘ontbrekende schakel’ weet te helen, hij dan veel evenwichtiger op zijn ‘eigen’ niveau kan functioneren. Het lijkt alsof de cliënt dan ineens een grote stap maakt, alsof alle stukjes op zijn plaats vallen.

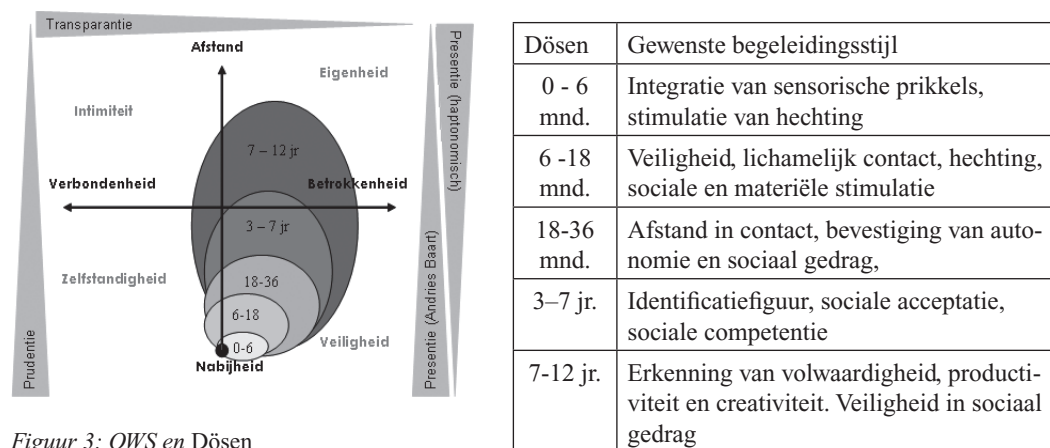
In het OWS ziet dat er als volgt uit:

Gewoonlijk toont Femke zichzelf op enige afstand. In stressvolle momenten lijkt Femke zichzelf kwijt te raken, ook de nabijheid van anderen verdraagt ze niet. Terwijl Femke zich toont op enige afstand ligt de hulpvraag juist in de nabijheid. De gewenste therapeutische attitude die uit figuur 2 volgt is: Een prudente haptonomische presentie. Dit zou ik willen vertalen in ‘subtiel en sensitief aanwezig zijn en veel ruimte laten’. Plus een grote mate van presentie conform Andries Baart. Die zou ik hiervoor willen vertalen in ‘met geduld en vertrouwen, uitnodigend en prudent aanwezig zijn’.

En bij Dösen ziet het er zo uit:

Gewoonlijk toont Femke zichzelf als: ‘afstand in het contact, autonoom’ (18-36 maanden). In de kolom ‘symptomen bij maladaptatie’ herken je het beeld van de Femke als ze onder stress staat: ‘zelf verwondend gedrag en contactstoornis’ (0-6 maanden). De gewenste (therapeutische) attitude ten tijde van stress is dus: ‘integratie van sensorische prikkels en hechting’. En dat op een niveau van een baby van 0-6 maanden: Het soms aanraken van onze vingertoppen en uitnodigen tot nabijheid.

Als je nu het schema van Dösen vertaalt naar het OWS (figuur 3) zie je de gemeenschappelijkheid van de beide modellen. Ook de gewenste begeleidingsstijlen laten zich goed over en weer vertalen.



Figuur 3: OWS en Dösen

Werken met mensen met een verstandelijke beperking is bij uitstek werken in een multidisciplinaire omgeving. Daarvoor is het kunnen communiceren van je haptotherapeutische zienswijze van belang. Ontwikkelingspsychologie is daarvoor een adequaat communicatiemiddel gebleken. Als haptotherapeut kun je met de betrokken agoog/psycholoog communiceren over je therapeutische visie en interventies. Met de begeleiding kun je praten over zinvolle begeleidingsstijlen, die aansluiten bij die cliënt. Dit alles met de erkende terminologie van de ontwikkelingspsychologie als basis.

Baart, A. (2005), Een theorie van de presentie
 Bowlby, J. (1971), Attachment and loss.
 Dösen, A. (2008), Psychische stoornissen, gedragsproblemen en verstandelijke handicap.
 Erikson, E. (1959), Identity and the life cycle.
 Hoendervangers, F. Haptonomisch Contact, 2010-3: Het ontwikkelingschema (OWS) van het ITH
 Leest, P.A. Haptonomisch Contact, 2012-2: Haptonomie en haptotherapie in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking.
 Minnen, A.J. van (1971– heden), Diverse leerstof van het Instituut voor Toegepaste Haptonomie
 Veldman, F. (2007), Levenslust en Levenskunst, Zin, inhoud en betekenisverlening aan het persoonlijke leven binnen de menselijke samenleving.

Bijlage:

Presentie, volgens Andries Baart (<http://www.andriesbaart.nl/presentie/>; dd. 22/1/2014)

In de presentiebeoefening wordt er gestreefd naar ‘er zijn met’ en zo ook ‘er zijn voor’ de behoeftige ander die aangewezen is op (professionele) hulp en steun. Dat geschiedt allereerst door het tot stand brengen van aansluiting bij en afstemming op de leefwereld en levensloop van de ander en het aangaan van een relatie die zowel weldadig is als richting geeft aan de gezochte hulp en steun. Presentie biedt hulp, steun en zorg in de vorm van een werkzame, effectieve bekommernis die het verhaal en leven van de ander helpt te verstaan en verder te brengen. Ze geeft de hulpzoekende daarbij de erkenning en steun dat hij/zij, hoe anders ook, voluit in tel is, geëerd wordt en een gerechte maatschappelijke positie mag innemen.

Presentie bevordert dat de ander tevoorschijn kan komen, het beste van zijn of haar mogelijkheden waar kan worden en wenst daarbij niemand af te schrijven. Vaak wordt presentie gekenmerkt door een voorzichtige en aandachtige traagheid van werken die ruimte geeft aan wat zich niet maken of afdwingen laat, waarbij presentie durft te verdragen wat niet kan en blijft bij wat niet goed komt.

De presentie beoefenaar biedt behalve de eigen (professionele) expertise en competenties ook zichzelf aan. Dat gebeurt transparant en methodisch. De presentiebeoefening start vanuit een latende modus, maar is uiteindelijk een praktische, competentie vergende en professionele manier van doen waarin menslievende zorg (zoals Annelies van Heijst dat noemt) en hoogwaardige vakbekwaamheid hand in hand gaan. Het is een manier van doen die slechts verwezenlijkt kan worden met gevoel voor subtiliteit, vakmanschap, met praktische wijsheid en liefdevolle trouw. Hoewel deze manier van doen op het eerste gezicht misschien niet opzienbarend lijkt, is ze dat wel.

Uit de Praktijk

'Verlichting' in de praktijk

Leander Tijdhof

Drs. Leander P. Tijdhof richt zich als Haptotherapeut BO op haptotherapie in combinatie met bewustzijnsontwikkeling (BO). Gefascineerd door levenskunst startte hij zijn praktijk in Utrecht in 2005. Leander is oorspronkelijk theater-, film- en televisiewetenschapper en naast zijn praktijk werkt hij als mediaspecialist en voice-over. <http://haptonomie.tv>. Twitter: @LeanderTijdhof.

Een enkele keer beschrijf ik gebeurtenissen van en met mensen in mijn praktijk. Ik haal ze uit mijn wat langere stukken over cliënten voor sessies intervisie met collega's. In mijn persoonlijke wetenschap heb ik ervaren, en ervaar ik nog steeds bij anderen, dat haptonomie het leven wat lichter kan maken. Het beschrijven werkt verhelderend en ik vind het korter of langer beschrijven van gebeurtenissen gewoon leuk om te doen. 'Gewoon leuk' omdat het ook mij wat lichter maakt. Lees de verhalen van Ivo en Erik.

Ivo (25) meldt zich op aanraden van zijn psychotherapeute. Bij haar leerde hij over zijn gevoelens te praten, maar in zijn geval lijkt deze activiteit niet voldoende. 'We weten niet of het zo is, maar ik lijk soms wel paranoia. Ik hoor alles van de burens, maar ik weet niet of het mijn verbeelding is. Soms loop ik van ellende te springen door mijn huiskamer', zegt hij. De case van Ivo lijkt een vage, vooral ook omdat hij zegt dat hij veel verdriet voelt.

Ivo voelt zich vaak alleen, ook al heeft hij een relatie, en vertelt dat hij als pre-puber door een moord zijn vader verloor. Daarop werd hij de man in huis. Het leven teert hem uit en dat is hem aan te zien. Ivo is, eufemistisch gesteld, extreem slank. In haptonomisch aanraken wordt mij duidelijk dat hij sterk verbindingsgericht is en dat hij zijn gevoel goed op een ander kan richten. Ivo blijkt dan ook veel breder dan extreem slank.

De hoeveelheid energie die Ivo in zijn dagelijks leven voelt is laag. Hij weet of gelooft dat zijn energie, tijdens de moord op zijn vader, als het ware meegenomen is uit zijn leven. Vanuit rust door vormen van meditatie, werken met soorten familieopstellingen en een beperkt voedingsadvies gaan we met elkaar aan het werk. Haptonomisch aanraken zet Ivo vooral aan om te blijven delen. Het gebruiken van afgeleide vormen van familieopstellingen, zoals het werken met poppetjes of kussens, gebruiken we om door het maken van een beeld voor Ivo ingewikkelde relaties in kaart te brengen. Zoals de relatie tot zijn vermoorde vader een ingewikkelde blijkt.

Tijdens aanraken op zijn buik komt bij Ivo het verdriet makkelijk los. En als ik nu terugkijk heeft het huilen volgens mij steeds lang geduurd. Kennelijk werd dat wat veel was beroerd. Door aanraken, vooral van zijn benen, staat hij naar eigen zeggen als nieuw in het leven en geeft hij zichzelf niet meer weg. Een moeilijk te beschrijven maar voelbare trilling in zijn lichaam is langzaam verdwenen.

Het gaat nu, na ruim een halfjaar, wat beter met Ivo. Tot nu toe heeft hij vanaf zijn komst in mijn praktijk geen ‘paranoïde’ aanvallen of angstaanvallen meer gehad. Hij heeft op mijn aanraden nog altijd contact met zijn psychotherapeute en vindt het fijn als een extra steun in de rug nog af en toe langs te komen.

Ons onderzoek heeft Ivo wat lichter gemaakt. Dat onze haptonomische werkwijze mensen wat lichter kan maken blijkt ook wel uit de volgende recente gebeurtenis in mijn praktijk.

Erik (21) is student psychologie en topsporter. Hij meldt zich op aanraden van zijn huisarts. Erik heeft problemen met het aangaan van relaties. Hij zegt dat hij terugschrikt van elke aanraking. Toen hij nog een relatie had konden Erik en zijn vriendin er nog weleens een grapje over maken. Maar nu voelt hij zijn reactie als een belemmering bij het maken van een nieuwe relatie. Hij voelt zich erg onzeker. Over onzekerheid praten heeft niet zoveel zin vindt Erik, omdat hij merkt dat hij voor zijn gevoelens met anderen bijna letterlijk op de loop gaat: ‘en wat moet ik dan nog met gepraat’. Het lijkt erop dat elke uitnodiging van mijn kant om tot praten te komen wordt afgewezen: de antwoorden blijven kort. Hij kan zijn gevoelens niet goed richten omdat hij het liefst alleen maar van anderen af wil, zegt hij. Daardoor voelt Erik zich, behalve erg onzeker, vaak alleen.

Haptonomisch aanraken maakt duidelijk dat hij aanrakingen vermijdt. Erik voelt hard aan en trekt zich snel terug uit lichamelijk contact. Zijn energie raakt bij een aanraking eerder naar binnen dan naar buiten gekeerd waardoor negatieve gedachten over zichzelf lijken toe te nemen. Naar eigen zeggen eet hij door zijn negatieve gedachten de afgelopen tijd slecht en drinkt hij teveel alcohol. Dit gedrag belemmert hem in de sportbeoefening die juist nu, door aankomende kampioenschappen, zo belangrijk is.

Door zich te leren richten op een ander in zijn voelende vermogen is Erik na vijf sessies grotendeels klachtenvrij. Bovendien heeft hij een vriendin gekregen. Behalve aanraken hebben we veel bewegingsoefeningen gedaan met elkaar naderen en meer bij elkaar durven zijn. Het voedingspatroon van Erik is naar eigen zeggen verbeterd en drank wordt vermeden zodat hij zich wat beter op zijn sport kan richten. Begrijpelijk is het voor mij dat Erik eerdere uitnodigingen om meer met gesprekken te doen afwijst. Ons werk zit immers vaak in het bijna onzegbare en het slechts voelbare en hij leek dit aan te voelen. Binnenkort kijken Erik en ik verder hoe het dan met hem gaat.

Als je wint, heb je vrienden

Over haptotherapie bij rouw en verlies

Erik te Loo

Inleiding

Affectiviteit is in de haptonomie een belangrijk begrip. Frans Veldman noemde zijn klassieke studie van de haptonomie dan ook ‘*de wetenschap van de affectiviteit*’. Onmisbaar aspect van affectiviteit is ‘de ander’. Jan Keij schrijft in zijn boek over de filosofie van Levinas dat ‘de ander’ binnenkomt zonder kloppen, waardoor ik als mens geroepen word te antwoorden. Ik ben ver-antwoord-elijk. Helaas zit er een keerzijde aan al dat moois: wie lief kan hebben, zal ook ervaren wat verlies betekent. En in een wereld waarin winnaars vrienden hebben, hebben de verliezers het meestal niet getroffen. Dat kan ver gaan: weduwe op je 35^e? *Ach, je bent nog jong*. Slachtoffer van seksueel geweld? *Waarom had je dat rokje dan aan?* Verdriet over een stukgelopen relatie? *Jij wilde toch bij haar weg?*

Veel mensen die met een groot verlies geconfronteerd worden, beschrijven dan ook dat die gebeurtenis een enorme impact heeft op hun sociale netwerk. Vriendschappen drogen uit en netwerken worden gedecimeerd. Dan kan het zo zijn, dat het verlies te groot is om alleen (ondanks de hulp uit je bestaande netwerk) te dragen. In mijn praktijk ontmoet ik steeds vaker mensen met verlieservaringen. Daarom startte ik in 2013 met de jaaropleiding ‘Begeleiden bij rouw en verlies’ van Buro Nazorg in Zwolle. In dit artikel wil ik de mogelijkheden van haptotherapie bij rouw en verlies verkennen. Daarvoor put ik zowel uit de literatuur als uit een ontmoeting in mijn praktijk.

Verlies en rouw

Het vermogen tot het beleven van affectiviteit hoort bij het fundament van menselijk leven. Het verliezen van die fundamentele binding zorgt er dan ook voor dat je leven op zijn kop staat. Je moet je instellen op een nieuwe fase in je leven. Verlies is in die zin een voorwaarde voor ontwikkeling. Maar verlies gaat gepaard met rouw en pijn. In zijn boek ‘Verlieskunde’ hanteert Herman de Mönning de volgende definitie van verlies: *verlies is de waarneming dat een geliefd onderdeel van je leven ten einde is*. Daarbij kan het bijvoorbeeld gaan om verlies van je geliefde, je relatie, je gezondheid, je baan, een geliefd dier of een geliefd object. Verliesgebeurtenissen kunnen we ordenen naar:

- de mate waarin ze herstelbaar en waarneembaar zijn;
- de mate waarin ze ingrijpen in het leven;
- de mate waarin ze op de voorgrond (kunnen) staan;

- het moment waarop het verlies zich in de levensloop voordoet;
- de mate waarin op het verlies geanticipeerd kan worden;
- de mate van actieve betrokkenheid bij het verlies.

De term *rouw* wordt overigens vaak gereserveerd voor verliezen door overlijden. Belangrijk argument hiervoor, is dat een overlijden een confrontatie met de dood betekent en de dood een heel eigen-aardig fenomeen is.

Werk in uitvoering

Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004) was één van de eersten die als wetenschapper naar rouwprocessen keek. Zij beschreef in 1982 de vijf stadia van rouwverwerking: ontkenning – woede – onderhandelen – neerslachtigheid – aanvaarding. Dit fasenmodel is veel gebruikt om individuele rouwprocessen te volgen. Het gaf structuur aan ingrijpende processen die zonder zichtbare ordening verlopen. Maar langzamerhand kwamen er ook kanttekeningen bij dit model-denken. Een algemeen model is immers lastig toe te passen op een individueel proces. En de veronderstelde vaste volgorde in de fasen bleek niet houdbaar. In latere modellen werd dan ook het accent gelegd op de *taken* die een rouwende zou moeten verrichten. Want steeds meer werd duidelijk, dat rouwen een kwestie van (soms hard) werken is. De Mönnink omschrijft verliesverwerking als een proces waarin de volgende rouwtaken tot een goed einde gebracht moeten worden:

- De aanvaardingstaak: het bewust erkennen van de feitelijke impact van het verlies.
- De afscheidstaak: het bewust afscheid nemen van de of het verlorene met alle emotionele uitingen.
- De opbouwtaak: het bewust opbouwen van het nieuwe levenshoofdstuk, zowel innerlijk als uitwendig.



Deze taken lopen in de tijd door elkaar en om deze taken goed te kunnen doorleven, blijken drie factoren een bepalende rol te spelen. Het gaat dan om de verliesimpact (de mate van inbreuk van de verliesgebeurtenis op de levensstructuur), de verliescoping (de persoonlijke wijze van omgaan met verlies) en de verliessupport (de beschikbare sociale steun vanuit de omgeving). In zijn boek gebruikt De Mönnink deze afbeelding uit Senegal van wat hij de *verliesdriehoek* noemt. Het beeld symboliseert de elementen van deze driehoek: de verliesimpact, de persoonlijke coping-stijl en de support uit de omgeving.

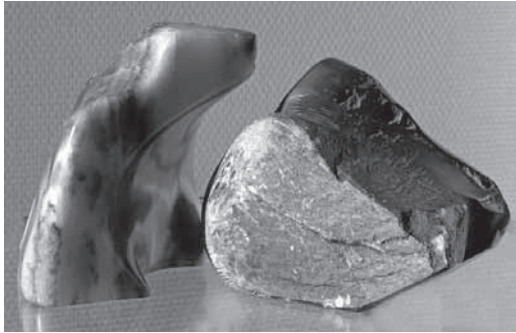
Scheuren in je ziel

Een verlies (trauma) met grote impact laat de kern van het leven heftig schudden. De scheuren in de ziel die een mens daarbij kan oplopen, vormde de docent psychologie en psychotherapeut prof. Dr. Franz Ruppert tot een werkmodel, bestaande uit drie delen. Wanneer een mens een trauma ervaart, is er maar één ding belangrijk: overleven. Herinneringen aan het trauma worden (volgens het model van Ruppert) weggestopt, onzichtbaar gemaakt. Pijn, verdriet, herinnering, onmacht: we willen er niet meer aan herinnerd worden. We bergen het diep in onszelf op, in wat Ruppert het *traumadeel* noemt. Om dit deel te bewaken, zetten we het *overlevingsdeel* in. Dat deel van ons doet alsof er geen trauma is. Het creëert gedachten, overtuigingen en gedrag waardoor we het trauma niet meer voelen. Tijdens en kort na de traumaperiode is dit een adequate manier om onszelf niet te verliezen in het verdriet. Maar later in de tijd zorgt het overlevingsdeel voor verdringing, vermijding en compensatiegedrag. Maar vooral vertelt het ons dat er geen trauma was, of dat het niet zo erg was, of dat het een kwestie van eigen schuld was. Dan is het overlevingsdeel geen redding meer, maar een immense blokkade. Het overlevingsdeel probeert uit alle macht het traumadeel onder de duim te houden. En dat traumadeel wil juist erkenning, wil gezien en gehoord worden. Om onder het juk van het overlevingsdeel uit te komen, heeft het traumadeel de hulp nodig van het deel dat Ruppert het *gezonde deel* noemt. Dit derde deel bevat de onschendbare kern en is verbonden met onze intuïtie en kent vertrouwen, moed en hoop. Vanuit dit gezonde deel ontstaan de vragen die er uiteindelijk toe leiden dat er weer verbinding wordt gemaakt met het traumadeel, dat *overleven* weer *leven* wordt.

‘Kon ik het er maar uit trappen’

Begin 2013 ontmoet ik in mijn praktijk Anouk en Rinaldo, een gehuwd stel dat enkele dagen voor de kerst van 2012 een verschrikkelijk drama beleefde: na een zwangerschap van 39 weken bleek het ongeborn kindje opeens overleden te zijn. Enkele dagen later wordt hun levenloze kindje geboren en op de dag van kerstavond is de uitvaart. Beide ouders realiseren zich dat ze aan het begin staan van een reis waarvoor geen routekaart of navigatiesysteem beschikbaar is. Ze zijn vastbesloten dat ze die reis samen gaan doen. Daarnaast zoeken ze iemand die af en toe meekijkt, luistert en vraagt. Beiden heb ik het voorbije jaar regelmatig gezien, zowel individueel als gezamenlijk.

Eind november 2013 was Rinaldo in mijn praktijk. Het gesprek ging over de weken die er aan zaten te komen. Vooral de week voor Kerst wierp zijn schaduw vooruit. Ik vroeg hem of hij de komende weken wilde gebruiken om een beeld te maken van zijn traumadeel en zijn overlevingsdeel. Het woord ‘beeld’ mag heel breed opgevat worden: het kan een tekst zijn, een collage, een tekening, een schilderij, een knutselwerk, noem maar op. Ik wist dat Rinaldo in het achterliggende jaar een oude liefde, beeldhouwen,



'R. Vanderink; Overlevings- en traumadeel'

opnieuw ontdekt had. Toen hij begin januari met twee beelden van speksteen verscheen, was ik dan ook niet verrast. Nadat hij verteld had wat hij in de beelden zag, vroeg ik hem beide beelden hun eigen plek in de ruimte te geven. Het beeld van het overlevingsdeel (links op de foto) kwam centraal in de kamer te staan. Het beeld van zijn traumadeel zette hij bij de deur. 'Kon ik het er maar uit trappen' waren zijn woorden

daarbij. Nadat ik hem wat vragen had gesteld over de plaats van het overlevingsdeel en zijn gevoelens daarbij, verlegden we de aandacht naar het traumadeel. En waar hij het overlevingsdeel niet aanraakte toen we er over spraken, pakte hij het traumadeel in zijn handen. Niet om het buiten de deur te gooien, integendeel. Hij bewoog het heel voorzichtig, draaide het, soms pratend en soms zwijgend, langzaam in zijn handen. Alsof hij zijn traumadeel aan het wiegen was. Mij schoten de woorden *erkenning* en *gezien worden* door het hoofd.

Deze sessie maakte bij Rinaldo het nodige los. 'Dit worden weer een paar nachten met weinig slaap,' verwachtte hij. De keer daarop vertelde hij dat dat inderdaad het geval was geweest, met als uitkomst dat hij zich veel duidelijker bewust was geworden dat deze verlieservaring niet zal verdwijnen uit zijn leven en dat hij zijn eigen boosheid daarover meer ruimte mag geven.

Hierboven beschreef ik hoe het overlevingsdeel een mens gevangen kan houden. Dat beeld staat ver van het beeld van de vrije, ontgrensde mens zoals wij dat in de haptonomie gebruiken. Daarnaast zie ik de haptotherapie bij uitstek in staat een bijdrage te leveren aan het verhelderen (denkend én voelend) van de impact van het trauma, het uitbreiden van coping-stijlen en het versterken van de verliessupport vanuit de sociale omgeving van de cliënt. En de ervaringsgerichte benadering van haptotherapie draagt bij aan het daadwerkelijk be-leven van de strijd tussen trauma- en overlevingsdeel.

In de sessie met Rinaldo kwam dat laatste prachtig naar voren: dwars door alle gevoelens heen, kon hij zijn verdriet oppakken en letterlijk hanteren. Gevoelens zijn er om gehoord te worden, om erkenning te krijgen. Zodat het gezonde deel weer kan groeien. Afwijzing verhindert heling.

Bronnen:

Mönnink de, H. (2008) *Verlieskunde*. Amsterdam: Reed Business Education.

Veldman, F. (1988) *Haptonomie, wetenschap van de effectiviteit*. Utrecht: Bijleveld.

Keij, J. (2006) *De filosofie van Emmanuel Levinas*. Kampen: Klement.

Ruppert, F (2007) sheets van lezing april 2007. Geraadpleegd op 23-2-2014 via www.franz-ruppert.de.

Voor u gelezen

Hoe het hoofd het lijf weer ontmoet

Pauline van Borrendam

Pauline van Borrendam (1961) heeft sinds 1992 een eigen praktijk voor haptotherapie en haptonomische zwangerschapsbegeleiding in Haarlem.

Hoe het hoofd het lijf weer ontmoet, haptotherapie bij iemand met een psychotische stoornis.

Een casusbeschrijving van Catholijn te Wechel, GZ haptotherapeut.

Catholijn te Wechel meldde enige tijd geleden op LinkedIn (n.a.v. een Ted Talk over schizofrenie) dat ze dit stuk over haptotherapie bij een psychotische stoornis alweer 11 jaar geleden had geschreven. Ik vroeg Catholijn of ze me het artikel wellicht kon mailen en zo geschiedde. Het artikel is een PDF bestand en telt 12 pagina's, te groot om volledig in Haptonomisch Contact te plaatsen, terwijl inkorten de inhoud geen recht doet. Je kunt het artikel verkrijgen door Catholijn te mailen op info@haptotherapie-goes.nl (ze stuurt het je dan kosteloos op), of door het te downloaden op de website van HC.

In het artikel gaat Catholijn in op de vraag 'Kan haptotherapie een bijdrage leveren aan de begeleiding van mensen met een psychotische stoornis?' In de casus die ze vervolgens beschrijft blijkt dat zeker het geval. Ze start met een introductie over de psychiatrische voorgeschiedenis van de betreffende cliënt en de DSM IV tekst over schizofrenie, en waarschuwt meteen dat nauwe samenwerking met de behandelende psychiater een must is voor de haptotherapeut die een cliënt met een psychotische stoornis begeleidt.

Catholijn beschrijft mooi en met veel detail de fases in het proces, zowel haar aanpak als de beleving en respons van de cliënt.

Na een behandeling van ongeveer een jaar start ze met het aanraken van de buik van de cliënt: 'De eerste keer dat ik zijn buik aanraakte is vanuit een sterke betrokkenheid en duidelijkheid mijnerzijds geweest: kortdurend en aan de oppervlakte blijvend. Zijn reactie hierop heeft diepe indruk op me gemaakt. Hij vertelde namelijk dat de beelden en ervaringen van vóór zijn laatste opname terugkwamen. Hij voelde nu heel duidelijk hoeveel er nog in zijn buik opgeslagen lag en dat hij zijn buik als het omgekeerde van zijn hoofd (denken) ervoer.'

De haptotherapeutische begeleiding slaat aan; de cliënt ervaart meer gevoel, wordt zachter, steviger, ruimer. Hij kan verdriet, ergernis en angst ervaren en uiten. Hij gaat zich heel voelen en er ontstaat een samen in het contact. Twee keer is er een terugval of stagnatie in het verloop.

Na ruim een jaar begeleiding vertelde haar cliënt dat hij er achter is gekomen, dat een enorme angst en eenzaamheid voor hem de reden is geweest dat hij steeds meer los raakte van zichzelf, in een psychose terecht kwam. Nu kreeg hij via de aanraking en zichzelf voelen weer contact met zichzelf en werd zijn angst minder bedreigend. Nog later in het traject ontdekte hij dat hij ook zelf kon besluiten niet mee te gaan in die gedachten- en gevoelswereld die kon leiden tot psychose, door heel bewust zichzelf in zijn lichaam te blijven voelen. Catholijn rondt af met conclusies over de aanvullende waarde van haptotherapie bij iemand met een psychotische stoornis, naast de bestaande behandelwijzen binnen de reguliere gezondheidszorg.

Hoewel ik zelf nooit een cliënt met een psychotische stoornis haptotherapeutisch heb begeleid, sprak het artikel me wel erg aan. Ik begeleid namelijk wel veel mensen met vrij zware problematiek. Ook bij deze mensen is sprake van veel angst, eenzaamheid en isolement. Ook zij zijn het contact met zichzelf in hun lijf kwijt, of hebben het nooit echt gekend. Het zorgvuldig luisteren, afstemmen en beseffen waar je zit in het proces met een dergelijke cliënt is dan van groot belang. Ik heb het artikel van Catholijn als herkenbaar, verhelderend en steunend ervaren voor mijn eigen werk als haptotherapeut.

Kunst en haptonomie

Wind, Wolk, Ademtocht

Anneke Kempkes-Verweij

Langs de boulevard in Katwijk aan Zee staan verschillende beelden. Bijna allemaal aan de zee kant. Het maakt deze weg niet alleen een weg met een prachtig uitzicht over de zee, maar sommige beelden laten ook iets van de geschiedenis van het dorp zien. Zoals het 'Monument voor verdronken zeelieden' (1927-2005), een beeld bestaande uit een aantal grote, roestbruine, golvende stalen platen, met in open letters de namen van de 'Zonen van Katwijk die niet terugkeerden.' Door de open letters kun je de zee zien. Zo ontstaat er een verbinding tussen de zee, de verdronken mensen en de kijker.

Een andere bijzonder beeld torent hoog uit boven het loopveld. Een man staat in het helmgras en kijkt over zee. Hij houdt een open wolk omhoog. Door die opening zie je de wolken in de verte. De echte wolken en deze wolk lijkt hij zo in een speelse verbinding bij elkaar te brengen. De wolk verheft je, laat je onverwachts iets heel anders zien. Je waarnemen en je kijken worden opgetild, uitgelicht uit het gewone blikveld.



De Wind. Katwijk aan Zee. Steef Roothaan, brons. 2009

Een andere wolk.

Bij een bezoek aan museum Het Dolhuys in Haarlem zag ik in de winkel die erbij hoort, op een boekje staan waarvan een foto op de voorkant mij intrigeerde:



En er was meer, dat me intrigeerde. Onder de wolk stond in grote letters:

ADEMTOCHT

Ik keek het boekje in en kocht het. Hierin ontdekte ik dat ademtocht voor de kunstenaar Marisca Voskamp, beweging en verbinding betekent.

Haar werd gevraagd om als kunstenaar, gedurende één seizoen, met de bewoners van de psychiatrische inrichting Altrecht een kunst project te maken. Zij zou dan tijdelijk intrekken in het kunstenaarsverblijf op het terrein.

Ieder seizoen wordt aan een andere kunstenaar gevraagd om dat te doen. Dit kan de maatschappij dichterbij de wereld van de psychiatrie brengen.

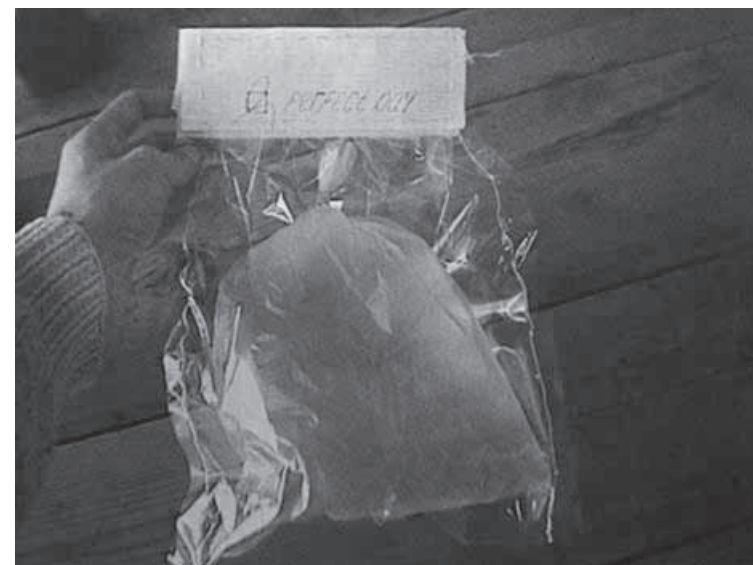
Marisca is na gezamenlijk overleg thuis gebleven, omdat ze zich te kwetsbaar voelde om er te gaan wonen. Wel bezocht ze zeer frequent de instelling, waardoor ze zoveel als ze wilde gesprekken met de bewoners kon hebben.

Zij legt haar proces van tot stand komen van dit kunstwerk uit in het boekje, en verduidelijkt het met foto's van tekeningen over haar ontdekkingen. Haar verhaal: (ingekort A.K.-V.) *'In Den Dolder wonen de gewone bewoners van het dorp aan de ene kant van de Dolderseweg en de bewoners van de inrichting Altrecht, aan de andere kant. De weg is een scheidslijn tussen 'gek' en 'gewoon'. Rondom Altrecht staat een hoog hek. Er kan niets doorheen.*

Ik wil een bijdrage leveren aan het doorbreken van het taboe rond 'geestesziekten'. En 'gekte' een plek geven. Ik vind andersdenkende mensen interessanter dan conventionele mensen. Hoe kan ik bijdragen aan de maatschappelijke acceptatie van de psychiatrische inrichting in Den Dolder?

Er kan niets door het hek dat de inrichting omsluit. De patiënten leven afgesloten van de buitenwereld. Hoe kan ik een verbinding tot stand brengen tussen de ene kant van de Dolderseweg en de andere kant? Alleen lucht kan zonder moeite door het hek. Uitgeademde lucht die je deelt met de ander. Uitgeademde lucht verspreidt zich overal naar toe. Dus ook over de weg naar de gewone wijk. De adem die we met elkaar delen wil ik verzamelen. Ik blaas mijn adem uit en verpak het in plastic zakjes. Ik vraag iedereen een donatie te doen in de vorm van een uitademing in een plastic zakje.

De adem wordt zichtbaar. Ik zal onze, in plastic zakjes verpakte adem, samenbinden tot een wolk.



Een plastic zakje met uitgeademde lucht

Dit onzichtbaar materiaal dat, zowel binnen in je lichaam als daarbuiten, overal om ons heen aanwezig is, is voor mij 'het ruimtekussen' van het leven. Samen met de bewoners zal ik het werk 'Ademtocht' tot stand brengen.

Wolken van uitgeademde lucht: lucht van het hart en de geest'.

ADEMTOCHT. De onzichtbare adem, de verbinding tussen lichaam en geest, de container van de emotie, krijgt vaste vorm in een plastic zakje. Zo beweegt zich het werk van de micro wereld binnen in ons naar de macro wereld van de wolk in de lucht. Dit schrijft Joke van Leeuwen, een coach van Marisca, in het boekje. Verbinding met elkaar en met de buitenwereld.



Uit: Ademtocht. Met blauwdraad in genaaiide uitgave van HET VIJFDE SEIZOEN *)

De wolk is zichtbaar aan beide kanten van de Dolderseweg. Zo wordt de scheiding tussen de linker en de rechter kant van de weg, tussen 'gek' en 'gewoon', bezworen. Bij de jaarlijkse barbecue met de patiënten wordt hij in de lucht geplaatst.

Een voorbeeld van conceptuele kunst.

Volgens Frans Veldman, in zijn boek *Levenslust en Levenskunst* blz. 373, is adem de expressie van emoties en als zodanig van het gemoed.

Een cryptische vertaling van 'ademtocht' is 'luchtreis', vond ik op een puzzelwoorden-site. Een woord vol beweging, dat bij dit kunstwerk past: De beweging tussen twee werelden: die buiten het hek, en die daarbinnen.

Het is Marisca Voskamp gelukt om de ziel van de mensen in de wolk te vatten en deze tot een bezielend geheel op een wonderbaarlijke wijze aanschouwelijk te maken.

De letterlijke vertaling van Genesis 2:7 luidt: 'En de God vormde de mens, stof van de aardbodem, en blies in zijn neus levensadem, en de mens werd tot een levend wezen'. Het Hebreeuwse woord 'roeach' betekent wind, geest of adem. God blaast de adem en de geest in de mens.

Ademtocht, een wolk, een bijzondere verbinding, een manier van delen, delen van de geest.

*) *Ademtocht. Den Dolder 2006, Met blauwdraad ingenaaiide uitgave van HET VIJFDE SEIZOEN, Altrecht, Dolderseweg 164, 3734 BN Den Dolder. www.vijfdeseizoen.nl*

Inspiratiebronnen

Onderwerpen die je raken

Samenstelling Petra Steffens

Aanraders die je raken! Films, boeken, tentoonstellingen of andere zaken. Hebt u aanraders/tips? Meld het ons via eindredacteur@haptonomischcontact.nl

Boeken

Titel: Meer geluk dan grijsheid, Spiritualiteit van de ouderdom

Auteur: Jean-Jacques Stuurmond, Uitgeverij Querido,
ISBN 978 90 211 434 15

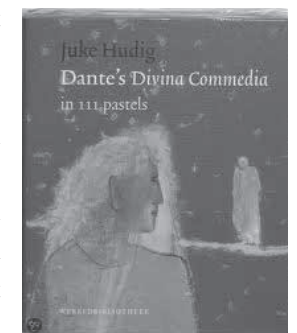


Wie onder ogen ziet dat het leven eindig is, haalt meer uit het hier en nu. Het grootste lijden doen mensen zichzelf aan. Als ze greep willen houden op het proces van de aftakeling en de naderende dood. Wanneer een mens zich verbonden voelt met het hogere, met de natuur, of met God, komt er ruimte om de eigen wil los te laten, ruimte voor ontvankelijkheid. Stuurmond haalt een gedicht van Lucebert aan waarin deze schrijft: 'alles van waarde wordt weerloos en wordt van aanraakbaarheid rijk.' We kunnen geraakt worden en anderen raken. De laatste levensfase kan ons een spirituele kans bieden. Aan wijsheid in dit boekje ontbreekt het zeker niet.

Titel: Dante's *Divina Commedia* in 111 pastels.

Auteur: Juke Hudig, Uitgeverij Aurora Productions
ISBN 90 284 1906 3

Deze uitgave bestaat uit 111 prachtige pastels, gemaakt door Juke Hudig. Zij raakte zo onder de indruk van Dante's reisverhaal over de levenstocht door de Hel, de Louteringsberg en het Paradijs, geschreven in 1321, dat zij haar belevenissen hierbij in kleurrijke beelden uitwerkte. Het zijn verstilde, meditatieve weergaven, soms zacht, soms hard van kleur, nu eens doorzichtig, dan weer versluiert en vaag. Een boeiend schouwspel, dat de dichtregels bijzonder mooi uitbeeldt en tot de verbeelding spreekt van zowel lezer als kijker.



Titel: Het wezen van de olifant.

Auteur: Toon Tellegen, Uitgeverij Querido,
ISBN 978 90 214 3851 1



Wie de verhalen van Toon Tellegen kent, weet dat de olifant de gewoonte heeft in de hoogste bomen te klimmen. Aangekomen bij de top, maakt hij dan steevast een pirouette en dat resulteert er in dat hij met veel geraas naar beneden valt. De andere dieren schudden dan meewarig hun hoofd en vertellen hem wat zij zouden doen als ze de olifant waren: niet in bomen klimmen. Maar de olifant kan en wil niets anders. Want als hij bij de top komt, dan bonst zijn hart van geluk omdat hij dan de verte kan zien, de hele verte.

Dit boek is een must voor iedereen die wel eens een zin begint met 'als ik jou was....'

Agenda

Academie voor Haptonomie

5 april en 21 juni	Open ochtend
19 en 20 mei	Kort & Krachtig Training 'Conflicten'
22 mei	Workshop Social Media
5 en 26 juni	Werken met kinderen
16 en 17 juni	Nascholing seksualiteit
juni 2014	Workshop: wat is haptonomie

Meer informatie: www.haptonomie.nl

Instituut voor Toegepaste Haptonomie

04 april	Themadag autisme in relatie tot haptonomie
11 en 12 april	Bepaal je koers
14 april	Workshop Haptonomie
22 april	Start 3daagse nascholing 'Overdracht en Tegenoverdracht'
23 april	Begeleiden van partnerrelatie, ochtend lezing Marina Boonman-van der Kroon, middag casuïstiek.
13 mei	Nascholing 'Oefendag Positiebepaling, OWS-3'.
15 mei	Informatieavond
21 mei	Nascholing 'Ontwikkelingsschema als ontmoetingsruimte, OWS-1'
22 mei	Themadag 'Seksverslaving'
5 juni	Nascholing 'Oefendag Aanraking, OWS-4'

Meer informatie: www.ith-haptonomie.nl

Synergos

10mrt, 17apr, 13mei, 2jun	Kindercasuïstiek
25 maart	Studiedag voor Waarnemen
7 en 23 april	Pijn en Blokkades
15 april	Casuïstiek
20 mei	Gevoelde balans, balans tussen lijf en leven
3 en 17 juni	Adem en Emotie 2

Meer informatie: www.synergos.nl

Academie, ITH en Synergos (gezamenlijk):

Diverse data	Medische basiskennis
Diverse data	DSM-IV en Psychopathologie

Meer informatie: via bovenstaande websites

Scholingscentrum voor Toegepaste Haptonomie-Water

In deze agenda-periode geen nieuwe activiteiten

Meer informatie: www.haptotherapiescharstuhl.nl/watercursussen.htm

BML brengt de cliënt van stagnatie naar creatie!

Body & Mind Language is ontwikkeld door Jos Dolstra vanuit haar overtuiging dat inzicht in de beweging van het lichaam uiterst waardevol is in communicatie met anderen. Inmiddels heeft Jos twee succesvolle boeken geschreven over BML en vinden vele coaches en therapeuten al jaren de weg naar de erkende beroepsopleiding.

Body & Mind Language gaat uit van de verbinding tussen de manier waarop we door het leven zijn gevormd (onze levenshouding) en de manier waarop ons lichaam dit in vorm, toonus, houding en beweging weergeeft (onze lichaamshouding).

Ons lichaam en ons karakter ontwikkelen zich gelijktijdig. Als kind passen we ons onbewust aan om liefde en veiligheid te ervaren. Deze aanpassing wordt chronisch en vormt op den duur een dominante overlevingsstrategie, die is terug te lezen in gedrag en lichaam. De strategie leidt echter tot inperking van onze mogelijkheden. We ervaren dit in lichamelijke blokkades, verminderde vitaliteit, spierspanningspatronen en de mate waarop en waarbinnen we contact durven te ervaren.

De meerwaarde van BML komt tot uiting in:

- De directe toepasbaarheid van de interventies in de praktijk
- BML verbindt coachinterventies met de context van het dagelijkse leven
- De client leert de link te begrijpen tussen levensinstelling en problematiek
- Een probleem wordt gezien als een stagnatie en onderdeel van het proces
- De klacht wordt niet als fout of onjuist beoordeeld, maar als dat wat informatie geeft
- Veel aandacht voor wat wel beschikbaar is om verandering te ondersteunen
- Aandacht voor de diepere beweegredenen van de mens, de relatie tussen persoonlijkheid en ziel

Voor wie

De opleiding Body & Mind Language biedt een verdieping en professionalisering voor psychologen, Ceasartherapeuten, fysiotherapeuten, Mensendiecktherapeuten, coaches, trainers, hr-managers, onderwijzers, zorgverleners en anderen die mensen begeleiden.

Erkende beroepsopleiding

Body & Mind Language is een opleiding op HBO-niveau en is erkend door drie beroepsverenigingen (VIV, BATC en ADAP).

Je kunt kennismaken met de opleiding door deel te nemen aan de gratis introductiedagen op 29 juni & 7 september 2014.



Body & Mind Language *instituut*

Walkade 36 | 3401 DS IJsselstein | T 030 604 76 78 | info@bml.nl | www.bml.nl

Van harte welkom!

op de website
van De Haptonomische Bibliotheek



dehaptonomischebibliotheek.nl

interessante boeken binnen uw vakgebied

