

# HAPTONOMISCH CONTACT



HHC



HET HEXAGRAM VAN FRANS VELDMAN  
DIALOOG TUSSEN MENS EN PAARD  
HAPTONOMIE BIJ ALZHEIMER



# ROèL, uw partner in verzekeringen

## Haptotherapeuten verzekeringspakket

Financieel Adviesbureau ROèL heeft speciale verzekeringspakketten voor haptotherapeuten met aantrekkelijke voordelen in de vorm van:  
- collectiviteitskorting - uitgebreide specifiek op beroep afgestemde dekking - persoonlijke advisering -

### Praktijkpakket

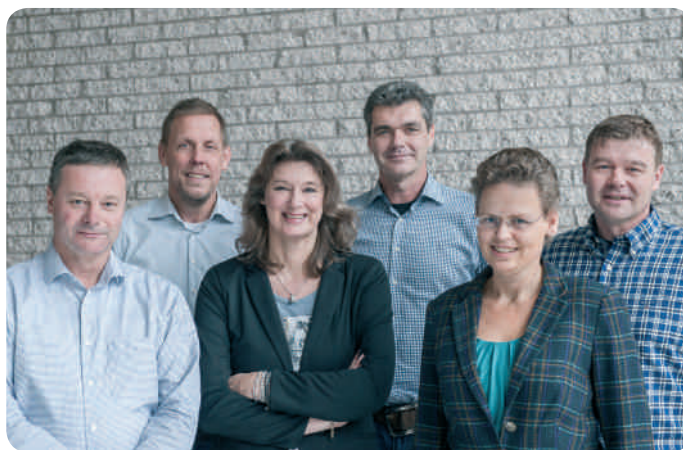
- Aansprakelijkheid beroep
- Rechtsbijstand beroep
- Extra kosten / bedrijfsschade
- Inventaris

### Privé-pakket

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

### Inkomen- en zorgpakket

- Pensioen
- Arbeidsongeschiktheid
- Ziektekosten
- Ongevallen



Informeer ook naar FINANCIËLE PLANNING: een integraal advies waarin uw huidige financiële mogelijkheden worden afgestemd op uw persoonlijke wensen en doelstellingen. U krijgt inzicht in de gevolgen die lang leven, arbeidsongeschiktheid en overlijden hebben op uw inkomen.

**roèl**

**Pensioen  
Hypotheek  
Verzekeringen  
Financiële planning**

### Financieel Adviesbureau ROèL

Brinkzicht 22A - 3743 EX Baarn

T 035 548 9090

info@roel-advies.nl

www.roel-advies.nl

# Redactioneel

Wat was het spannend, de verzending van ons vernieuwde tijdschrift. Hoe reageert men op de ontwikkelingen? Wat vinden onze abonnees van het eerste nummer van 2015? Krijgen we er nieuwe abonnees bij? Raken we wellicht ook abonnees kwijt? Allemaal vragen die ons als redactie bezig hielden. Al snel na het verschijnen van het eerste nummer van 2015 kwamen er reacties binnen. Via mail, in persoonlijke contacten en via onze LinkedIn-groep. Gelukkig zijn de reacties overwegend positief. Er kwamen nieuwe aanmeldingen binnen voor een abonnement. Hartelijk welkom! En ja, er kwamen ook opzeggingen binnen. Gelukkig zijn dat er maar heel weinig. Wij vertrouwen erop dat we Haptonomisch Contact gezond verder kunnen laten groeien.

Oplettende lezers stelden de vraag waarom het nummer 4 op de omslag stond. Dat getal klopt natuurlijk niet. Het was echt het eerste nummer van 2015. Ook kregen we de alerte opmerking dat de prijs (waarvan wij trots vermeld hadden dat die ongewijzigd zou blijven) toch met 25 cent omhoog was gegaan. Ai... dat klopt natuurlijk niet, een heuse vergissing onzerzijds. In dit tweede nummer van 2015 kom ik daarop terug. Als redactie keken we natuurlijk ook kritisch naar dat eerste nummer. Vanzelfsprekend vielen ons zaken op die we in dit nummer pogen te verbeteren, zoals een colofon met belangrijke mailadressen. Blijf ons voorzien van feedback en help ons dit tijdschrift nog verder verbeteren.

We zijn altijd blij wanneer mensen willen schrijven voor Haptonomisch Contact. Heb je een idee of zelfs al iets liggen? Stuur het op! Het hoeft niet 'af' te zijn, we helpen graag! De oproep in ons vorige nummer nodigde al mensen uit om 'mee' te schrijven. We zijn blij en trots dat we in dit nummer een nieuwe auteur mogen begroeten: Harry van Nie. Hij schrijft over de toegevoegde waarde van het werken met paarden in combinatie met haptonomie. Maar ook haptotherapeut Agnes ... pakte de pen op en beschrijft een 'impresie' uit de praktijk.

De zomer is begonnen, de eerste hittegolf is al achter de rug. Rijkswaterstaat heeft zelfs gestrooid om problemen op de wegen te voorkomen. We hebben het niet vaak zo zout gegeten. Alle lezers, thuisblijvers én reizigers wensen wij een goede vakantietijd, waarin beslommeringen naar de achtergrond verdwijnen en nieuwe inspiratie opduikt!

Erik te Loo



# Inhoud

3	Redactioneel
4	Het hexagram van Frans Veldman
6	Dialogo tussen mens en paard
8	Interview met: Jeroen Dijkstra
10	Van moeten naar ont-moeten
12	Kunst en Haptonomie
15	Voor u bijgewoond: lezing Joachim Duyndam
16	Uit de Praktijk: Haptonomie bij Alzheimer
18	Vereniging Haptonomische Zwangerschapsbegeleiders
19	Inspiratiebronnen
21	Agenda



# Het hexagram van Frans Veldman

## Een kritische beschouwing

Wim Laumans

Het hexagram is een zeshoek bestaande uit twee in elkaar geschoven driehoeken, die zo een ster met zes punten vormen.

De in elkaar geschoven driehoeken staan symbool voor tweeheid: het denken in tegenstellingen, die bij elkaar horen en samen een eenheid, de ster, vormen (de eenheid in dualiteit): hemel en aarde, man en vrouw, licht en donker. Die tegenstellingen zijn weer voorwaarde voor de relatie. De driehoek met de punt naar boven staat symbool voor de man en de driehoek met de punt naar beneden staat symbool voor de vrouw. Samen vormen ze het symbool voor de coïtus, de daadkracht van de man tegenover de ontvankelijkheid van de vrouw. Het samengaan van man en vrouw met behoud van de tweeheid. Dus met behoud van de zelfstandigheid van beiden en respect voor het verschil. Het hexagram staat niet alleen symbool voor het lichamelijk samengaan binnen de relatie, maar ook voor het geestelijk bij elkaar horen met behoud van ieders identiteit. Dus met behoud van de eigenheid van beiden.

Het staat daarmee model voor de verhoudingswijze in de persoonlijke relatie. In het rekening houden met elkaar en het afstemmen op elkaar ligt de begrenzing van het individu.

Naast de individuele relatie staat het hexagram ook model voor de relatie tussen individu en samenleving, waarbij de begrenzing van het individu door de samenleving gekenmerkt wordt door de normering die het individu opgelegd krijgt.

In het geschetste beeld staat het hexagram model voor de interpersoonlijke

relatie en het samengaan, zonder samen te vallen, staat model voor de wederzijdse beïnvloeding.

Deze wederzijdse beïnvloeding, deze verhoudingswijze, komt tot uitdrukking in de wijze waarop tot overeenstemming gekomen wordt. Het uitdragen van de eenheid in dualiteit.

De wijze, de manier waarop dit gebeurt, wordt duidelijk gemaakt door de hulpwerkwoorden van modaliteit. Zij geven aan welke werking gewenst, mogelijk of waarschijnlijk is van het werkwoord dat samen met het hulpwerkwoord wordt gebruikt en waardoor de interpersoonlijke overwegingen tot overeenstemming komen.

De hulpwerkwoorden van modaliteit zijn: hoeven, kunnen, moeten, mogen, willen en zullen.

De punten van de rechtopstaande driehoek staan voor de modaliteiten die van de persoon zelf uitgaan: Dit zijn willen, moeten (van jezelf moeten) en kunnen. Ze worden weergegeven in de eerste persoon: ik wil, ik moet en ik kan.

De punten van de omgekeerde driehoek zijn de modaliteiten die van de ander uitgaan en de mogelijkheden en/of de begrenzing van het individu aangeven. Dit zijn zullen, hoeven en mogen.

Als begrenzing worden ze negatief geformuleerd, dus samen met het woord niet.

Ze worden gesteld in de tweede persoon: Gij zult niet doden, je hoeft niet bang te zijn en je mag de ander niet belemmeren. De negatief geformuleerde verplichting (Gij zult niet doden) kan ook positief geformuleerd worden (Bevorder leven en verminder lijden) en geeft dan de mogelijkheid aan.

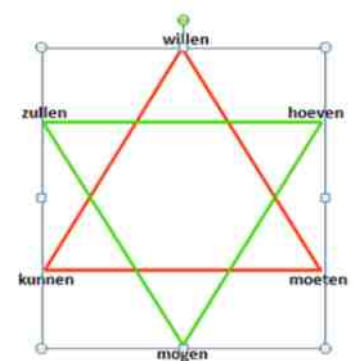
Het verschil van deze interpretatie,

model van de interpersoonlijke relatie, met de uitleg van Frans Veldman is als volgt samen te vatten:

- Hij gebruikt het hexagram als model van de intrapersoonlijke relatie
- en beschouwt het verschil tussen voelen en denken als een tegenstelling,
- die overbrugd wordt in het samengaan van voelen en denken in de van gevoel doorstraalde rede.
- Veldman houdt zich helaas niet aan de hulpwerkwoorden van modaliteit, maar vervangt twee hulpwerkwoorden - zullen en hoeven - zonder uitleg te geven door twee werkwoorden namelijk durven en betamen.

Ik wil me consequent aan de hulpwerkwoorden van modaliteit houden en durven en betamen horen dan in de rij niet thuis.

Zie tekening:



Hexagram Frans Veldman

De begrenzing is de grens tussen wat je wel en niet moet doen, wat je wel en niet toelaat, en wat je de ander wel of niet toestaat.

Hoe interveniëren de modaliteiten  
a. Bij afhankelijkheid: kunnen vertrouwen op de capaciteiten van de ander, je kunnen toevertrouwen aan de ander. Je kunnen toevertrouwen aan de ander is de basis van vertrouwen. (Jan Bransen). Je toevertrouwen aan de ander maakt jou kwetsbaar en de ander verantwoordelijk.

Dit betekent: bij afhankelijkheid de ander beschermen en behoeden, zodat hij zich veilig voelt en zich kan ontwikkelen tot zelfstandigheid en niet bang hoeft te zijn.

In schema: kunnen tegenover hoeven.

b. Bij onafhankelijkheid: het uitgangspunt is de evenwaardigheid en de welwillendheid ten opzichte van elkaar. Zorg dragen voor het behoud van elkaars zelfstandigheid en geen macht (= niet je wil opleggen aan de ander) uitoefenen over de ander. Van de ander jezelf mogen zijn en de ander de mogelijkheid bieden zichzelf te zijn. M.a.w. respect voor elkaars eigenheid en persoonlijke vrijheid.

‘Mijn vrijheid eindigt waar de vrijheid van de ander begint’ (Luc Ferry). Hierdoor erken je en bevestig je de waarde van de ander en laat je de ander in zijn waarde.

Het betreft de waarden waar je voor staat en de waardering van elkaar, gericht op een vreedzame samenleving.

In schema: willen tegenover mogen.

c. De verplichting, die je jezelf oplegt (moeten), de eigen normering tegenover de normering die je opgelegd krijgt door de ander: Gij zult niet doden. Positief geformuleerd: Bevorder leven. Doel: de ander laten ‘lukken’.

Anders geformuleerd: tegenover wat je vanuit jezelf verplicht bent te doen, moet doen (het geweten) staat de plicht die je opgelegd krijgt van de ander, resp. de samenleving: d.w.z. autonomie (=zichzelf de wet stellen) tegenover heteronomie (=de wet gesteld worden door de ander). In schema: moeten tegenover zullen.

Met dit artikel wil ik aantonen dat het hexagram verschillende interpretatie-

mogelijkheden toestaat, maar dat de modaliteiten bepaald dienen te worden door de hulpwerkwoorden van modaliteit.

*Literatuur:*

*Bransen, Jan, Laat je niets wijsmaken, Uitg. Klement, Zoetermeer 2013*

*Ferry, Luc, Beginnen met filosofie, Uitg. De Arbeiderspers, 2007*

*Veldman, Frans, Levenslust en levenskunst, Uitg. Van der Veer Media, Blaricum 2007*

## Het kwartje van Haptonomisch Contact

*Erik te Loo*



Premier Rutte beloofde in verkiezingstijd (2012) alle werkenden een meevaller van € 1.000,00 en kon die belofte niet nakomen. Zijn voorganger Wim Kok verhoogde in 1991 de accijns op benzine met een kwartje en verkocht die maatregel door te onderstrepen dat het een tijdelijke verhoging was. In de praktijk duurt die tijdelijkheid tot vandaag de dag. Dat kwartje zien we dus nooit meer terug.

Zo bekeken bevindt Haptonomisch Contact zich in goed gezelschap. Want er kan sinds het verschijnen van het eerste nummer van 2015 ook gesproken worden over ‘het kwartje van HC’.

Vorig jaar beloofden we dat we een vernieuwd Haptonomisch Contact gingen maken tegen dezelfde prijs. Maar... als ik dan in mijn hoofd heb zitten dat het abonnement € 29,75 per jaar kost en dat bedrag dus op de factuur laat zetten, dan is sprake van ‘het kwartje van HC’. Want een abonnement op HC kostte in 2014 - evenals in een aantal jaren daarvoor - € 29,50.

Maar wij gaan onze belofte wel nakomen: het abonnement op HC zal in 2016 € 29,25 kosten. Pas uw begroting er maar vast op aan.





Harry van Nie met Willem

Het was een grauwe, frisse winterdag in de achterhoek. Ik drink koffie met Zefanja Vermeulen, die ken ik van Synergos. Ik weet al lang dat ze met paarden werkt en minstens zo lang wil ik dat meemaken. Behalve paardrijden als jonge jongen, een wilde tocht op een paard op het strand en een freestyle sessie in het Amsterdamse bos (heel spannend!) weet ik niet wat ik met paarden zou kunnen en willen, maar nieuwsgierig ben ik zeker.

Zefanja legt weinig uit over de paarden of over hoe ze werkt. Wat onhandig sta ik in m'n winterjas buiten de kraal tegenover 4 paarden die stil bij het hek staan. Achterin staat een shetlander door haar manen naar me te turen.

Ik mag een paard uitkiezen waar ik kennis mee wil maken zonder m'n handen te gebruiken, dat is de beperking. Bliksemsnel schat ik m'n kansen in: de kleinste van de 4, dat gaat vast het makkelijkst. Inmiddels weet ik, veel ontmoetingen later, dat Goldie, de "kleinste" en enige merrie van de groep, alles behalve makkelijk is. Hiërarchisch gezien tweede in de rang onder de leidende hengst, maar als enige merrie de hoogste in die rang.

## Dialogo tussen mens en paard

### Over bijzondere ontmoetingen met paarden

Harry van Nie

Ik ga niets vermoedend de kraal binnen en loop voorzichtig naar Goldie, ga op kleine afstand voor haar staan. Zonder handen ben ik onhandig, ik stop ze diep weg in m'n jaszakken. Goldie reikt naar voren en begint aan m'n jas te knagen. Ik had beter een oude jas aan kunnen doen bedenk ik. Mijn eerstvolgende gedachte: ze moet me niet! Ik voel de afwijzing en de mislukking in m'n hele wezen.

Ik stap achteruit, draai me om en loop langzaam verder. Ze volgt me en ik denk: "ze vind me toch wel leuk!" Als ik me omdraai gaat ze weer aan m'n jas knagen. Vervelend. "Ja, en nu?" vraagt Zefanja. "Vind je het leuk wat ze doet?". "Eh nee" zeg ik aarzelend, wetend dat ik iets anders zou moeten doen, maar ik heb dat niet in huis. Ik baal, voel machteloosheid, herhaling van ik weet niet wat, of eigenlijk weet ik dat best.

Ik voel m'n verstarring, sprakeloosheid en de verwarring omdat ik niet weet wat te doen.

M'n handen nog steeds in m'n zakken en de tranen stromen over m'n wangen.

Wanhopig zoek ik naar antwoorden. Waarom gebeurt dit en waarom weer en waarom telkens weer.

Zefanja staat rustig te wachten en als ik terug loop is het even stil. Ik sta totaal onverwacht midden in "the story of my Life". Waarom laat ik anderen zo makkelijk over mijn grenzen gaan, waarom weer ik niet af, schreeuw ik niet, maar verstil en verstar ik. Waarom heb ik geen tools, geen ander repertoire.

Ik mag zeggen of ik wil leren hoe ik Goldie aan kan sturen. Ik zeg dapper ja, twijfelend aan de haalbaarheid. Maar ik ben in meer opzichten van ver gekomen en wil het leren.

Ik sta opnieuw in de kraal met een lange zweep. Niet om te slaan, maar om mezelf groter te maken. Me groot maken met een zweep, hoe doe ik dat? Zefanja helpt me, nodigt me uit om met de zweep tot aan de horizon te reiken. Ineens snap ik hoe ik het in m'n lijf moet doen en hoe



het werkt. Mezelf neerzetten, met overtuiging en duidelijk aangeven wat ik wil, mijn ruimte innemen. Dagelijkse kost in m'n praktijk als haptotherapeut, maar ga daar maar eens staan!

Het werkt! Goldie laat zich aansturen, stilzetten, wegsturen terwijl drie hengsten bewegingsloos toekijken. Het gaat niet over hen, dus hoeven ze niks. En de shetlander langs de kant gluurt door haar lange donkere manen. Ik verdenk haar van nieuwsgierigheid maar dat zijn mensen-termen.

Deze ervaring had diepe indruk op me gemaakt en voor m'n gevoel was het niet af. Ik heb nog een aantal "ontmoetingen" met de paarden beleefd en het is zo verrassend hoe ik ongemerkt van alles in zit te vullen voor die paarden. De laatste keer was een cadeautje. Ik deed mee aan zogenaamde speedcoaching. Dan ben je met een groepje deelnemers en iedereen die wil komt aan de beurt voor een korte sessie. Ik koos Willem, het grootste paard en ging, ook nu met m'n handen in m'n zakken, vlak bij hem staan. Z'n kin kwam tegen m'n voorhoofd en ik dacht "niet bijten he", maar Willem snuffelde aan m'n hoofd en ik voelde z'n warme adem, in m'n gezicht en op m'n hoofd. Bewegingsloos stond ik bij Willem en hoefde niets. Willem z'n neus en lippen gingen onderzoekend verder en ik voelde zoveel troost, geborgenheid. Hier hoef ik niets, hier mag ik zijn en voelde een soort van gelukkig verdrietig. Gewoon er zijn, er mogen zijn, van Willem, van mezelf, meer niet.

Mensen denken en voelen. Paarden voelen alleen en dat maakt ze zo bijzonder in het contact.

Door mezelf open te stellen voor de ontmoetingen heb ik prachtige momenten beleefd. Ik zag ook de andere deelnemers worstelen met wat ze voelden. Iets dat ze zich in eerste instantie niet bewust waren en niet konden uiten of en laten zien. Dat is een herkenbaar thema in m'n praktijk en deze ervaring bracht me op het idee het contact met paarden in te



zetten om ook cliënten die verbinding met hun gevoel te laten maken via het contact met paarden.

Paarden reageren direct op die discongruentie: dat betekent alert zijn, fight or flight. Een treffend voorbeeld was de keer dat een vrouw terugschrok voor de felle houding van Goldie: oren in de nek, hoofd dreigend naar voren. De vrouw verstarde twee meter voor haar. Het voelde als dominant zei ze later en dat herkende ze uit haar eigen leven. En terwijl ze dat vertelde, kon voelen wat het met haar had gedaan en nog deed, stroomden de tranen. Zonder dat ze het gemerkt had was Goldie heel rustig naast haar komen staan, dichtbij met haar hoofd licht gebogen. Pas toen Zefanja zei: "Kijk eens wat er nu gebeurt" keek ze op en zag Goldie naast haar. Door haar tranen heen verscheen een glimlach. Het ontroert me nog steeds als ik er aan terugdenk.



"Het lichaam liegt nooit" schreef Ted Troost, en ik heb ontdekt dat paarden daar de perfecte spiegel in zijn. Ze zijn daarom een uitdaging voor me, toetsen me maar heten me ook welkom.

Inmiddels ben ik deelgenoot geworden van het team van "dialoog tussen mens en paard" en beleeft ik prachtige ontmoetingen tussen mensen en paarden. Reden voor mij om dit najaar een coaching traject op te zetten voor kinderen, kinderen en ouders plus kinderen zonder ouders.

Het is een nog onbekende weg die ik wil gaan, maar ik zou graag meer mensen deelgenoot willen maken van de ervaringen zoals ik ze meemaak, bij mezelf en bij anderen. De dialoog tussen mens en paard geeft zo veel en is zo mooi. Ga het beleven!

Als je meer wilt weten over wat we doen en gaan doen kijk dan op [www.dialoogtussenmensenpaard.nl](http://www.dialoogtussenmensenpaard.nl)

*Harry van Nie heeft een praktijk in Utrecht voor Manuele Therapie E.S en Haptotherapie voor volwassenen en kinderen. Reacties op dit artikel: [info@praktijkghvannie.nl](mailto:info@praktijkghvannie.nl)*



# Raakvlak

## Een interview met Jeroen Dijkstra, gynaecoloog

Annemieke Harmens

**Aan de raakvlakken van ons vak, moet ik regelmatig interessante mensen, die motiveren en verbinding zoeken. Dit keer ontmoet ik Jeroen Dijkstra, gynaecoloog/seksuoloog in de Isalakliniek in Zwolle. Ik leerde hem kennen via een collega die al met hem samenwerkte en hem karakteriseerde als 'erg pro-hapto'. Als ik hem vraag of ik hem mag interviewen, reageert hij dan ook spontaan en direct: 'leuk, wanneer plannen we?' Op zo'n zelfde manier ontvangt hij me op zijn werkplek in de Isalakliniek in Zwolle: Welkom, op tijd en gemotiveerd. Hij zegt ook eerlijk aan het begin van ons gesprek: 'Als je mij laat praten, zijn we zo anderhalf uur verder..'**

*In de witte ziekenhuiswereld waar protocollen en diagnosecodes de boventoon voeren, durft hij de samenwerking te zoeken met haptotherapeuten in de eerste lijn. Hij is enthousiast en gedreven, over zijn vak, maar ook over de haptonomie. Zijn enthousiasme voor zijn vak, de gynaecologie, en in het bijzonder, de seksuologie, is ontstaan tijdens zijn specialisatieperiode in de Isalakliniek in Zwolle. Hij deed zijn studie geneeskunde in Groningen, met een specialisatie in het ziekenhuis in Leeuwarden en Zwolle. Hier in Zwolle is hij gebleven, als algemeen gynaecoloog, met als differentiatie seksuologie en psychosomatische problemen. In Zwolle werken ze op de polikliniek seksuologie in teamverband; volgens Jeroen is dit onontbeerlijk bij complexe problematiek; Hij werkt samen met psychologen, met urologen, bekkenfysiotherapeuten in eerste en tweede lijn, om zo met elkaar te kijken, een ieder vanuit zijn eigen expertise, om te komen tot een antwoord op de vraag: wat heeft deze patiënt nodig?*

### **Wat maakte dat je bent begonnen met een polikliniek seksuologie?**

Het ontbrak hier, het was een niche. Seksuele problemen hebben lange tijd te weinig aandacht gehad in de gezondheidszorg. Voor veel artsen was en is het een lastig gespreksonderwerp, terwijl seksualiteit een onderdeel is van het dagelijks leven. Doordat veel artsen dit onderwerp mijden, ontstaat er een spanningsveld: de arts durft er niet naar te vragen en de patiënt durft er niet over te beginnen. Mijn ervaring is dat de meeste patiënten het fijn vinden als je erover begint. Ze willen er wat mee, maar durven er niet over te beginnen.

Het mooie is, dat inmiddels, 7 jaren verder, de bekendheid zo is toegenomen onder de collega's dat er steeds meer verwijzingen komen en seksuele problematiek steeds meer ter sprake komt in de spreekkamer van de arts. Zo verwijst bv. de uroloog steeds meer mannen met seksuele problemen.

### **Met welk soort vragen komen mensen hier?**

Mensen komen veelal met vragen die betrekking hebben op: verminderd verlangen, maar ook verschillend of teveel verlangen, vaginisme, pijn bij het vrijen, moeite met opgewonden raken, of vasthouden van de opwinding. In sommige gevallen komt dit als gevolg van een ziekte en/of handicap. Ik zie mensen die bijvoorbeeld na kanker, de gewone draad weer op moeten pakken en daarbij problemen ervaren. Eén van die problemen kan zijn moeite met de seksualiteit. Een boeiend filmpje over dit onderwerp kun je vinden op de website van Intermezzo, een organisatie die nazorg verleent bij kanker.



Jeroen Dijkstra

Seksualiteit is het durven toelaten van prikkels; dit moet je leren, we noemen dit ook wel: seksual mapping. Dat begint al vanaf je tweede jaar: hoe gaan mensen met elkaar om, wat doet een seksuele prikkel met mij, hoe ga ik om met mijn lichaam? Dit soort zaken leer je al jong en patronen worden dan al vastgelegd. Hier ligt vaak al de oorzaak van het latere probleem. Als het patroon van vrijen niet goed is, zie je vaak dat het in het begin, als er nog sprake is van verliefdheid, nog wel gaat, maar dat het op de langere termijn steeds meer leidt tot problemen in de relatie.'

Over het algemeen zijn het vooral vrouwen die op de polikliniek komen. Door het bespreekbaar te maken, kun je mensen al vrij eenvoudig helpen met het oplossen van het probleem. Alleen al door eerst na te gaan of er een probleem is...of dat het gewoon te maken heeft met een verschil in verlangen.

### **Wanneer verwijst je naar de eerste lijn?**

Als ik zie dat iemand specifiekere zorg nodig heeft, kies ik bijvoorbeeld voor EMDR, psychotherapie, yoga, Mindful-



ness, maar ook haptotherapie.

### **Wanneer adviseer je haptotherapie?**

Ik laat in principe de patiënt de keuze maken, want als ze het doen omdat de dokter het zegt werkt het niet. Iemand moet er wat mee hebben, maar mijn uitleg kan hen wel helpen om te komen tot begrip. Bij degenen die vooral in hun hoofd zitten en moeite hebben om zichzelf meer voelend te ervaren. In de regel zie je dat deze mensen moeite hebben met het toelaten van prikkels en seksuele prikkels in het bijzonder. Ze blokkeren de verwerking.

Bij mensen met seksuele problemen kom ik vaak tegen dat ze echte warmte hebben gemist, ze hebben nooit geleerd hoe ze van zichzelf kunnen houden.

### **Welke reacties hoor je van cliënten als het gaat om haptotherapie?**

Mensen ervaren haptotherapie in de regel als heel positief. Het biedt ze iets waar ze al jaren mee aan het worstelen waren. Natuurlijk is er ook een groep die er niets mee kan, die is begonnen omdat ik het zei.

### **Wat verwacht je van de haptotherapeut, als je iemand verwijst met deze problematiek?**

Deze moet enige basale kennis hebben van seksualiteit. Je eigen kader en ervaring is niet voldoende. Seksualiteit is zo divers; je moet wat begrijpen van fysiologie, lichaam, geest, hoe pijn ontstaat, iets van hoe spanning effect kan hebben op een erectie. Het is aan te raden hiervoor een korte cursus te doen, zoals bv kan via de NVVS.

### **Hoe heb jij de haptotherapie leren kennen?**

In mijn studententijd had ik een periode iemand nodig die me zou coachen hoe ik goed kon voelen, zonder er zelf aan onderdoor te gaan. Via via kwam ik bij een haptotherapeut die me goed leerde hoe ik keuzes kon maken, verbinding kon leggen tussen lichaam en geest. Het heeft me tot op de dag van vandaag

geholpen, niet geblokkeerd te raken in mijn gevoel.

### **Hoe ga je in jouw begeleiding te werk?**

Als ik mensen zie voor een seksueel probleem, wil ik altijd beide partners zien. Een seksueel probleem is per definitie een bio psychosociaal probleem: als een partner niet mee komt, vraag ik daar altijd naar, want één van de oplossingen zit thuis, die heb je nodig om dit op te lossen. Om te begrijpen hoe een probleem ontstaat, moet je altijd doorvragen, snappen wat daar in de slaapkamer gebeurt, pas dan krijg je patronen helder in kaart.

In de interactie van partners zit een stuk van het probleem; hoe communiceer je over gevoel.

Doordat de seks niet meer loopt zoals men wil, raken ze elkaar niet of nauwelijks meer aan. Hier begint de begeleiding: het vertrouwen weer vinden, zeggen wat prettig is en wat niet etc.

### **Hoe ga je om met je eigen grenzen in dit werk?**

Als patiënten bijvoorbeeld vragen naar mijn eigen seksualiteit; ... hoe is dat dan bij u dokter.' Dan zeg ik heel duidelijk: het gaat hier niet om mij, maar om uw seksualiteit, iedereen heeft zijn eigen beleving, mijn beleving is geen graadmeter. Vooral mannen hebben nog wel eens de neiging, schunnige opmerkingen te maken, omdat ze zich geen houding weten te geven. Dat soort gedrag moet je altijd direct indrukken of juist bespreekbaar maken: wat maakt dat u deze opmerking maakt? Hoe gemakkelijker ik praat over seksualiteit, hoe gemakkelijker de patiënt dat ook doet. Ik praat er niet omheen en durf de zaken bij hun naam te noemen. Dit heb ik natuurlijk ook moeten leren, in het begin had ik het schaamrood op mijn kaken staan, maar door het vaak te doen, wordt het normaler en kun je overal naar vragen.

Het is ook een gevaarlijk vak: ik ben een jonge arts en werk veel met jonge vrouwen, dat maakt je kwetsbaar. Ik ben ook

gewoon een mens met gevoelens, maar het gaat erom wat je ermee doet, dat je je professionaliteit bewaart. Als ik het niet vertrouw, roep ik er vaak even een coassistent bij. Als het mij persoonlijk teveel doet, -dat kan gaan van intimiteit tot irritatie - verwijst ik door naar een collega. Andersom is het ook belangrijk door te hebben hoe een patiënt jou benadert. Hier geldt: als het niet goed voelt, neem afstand, of haal een collega erbij.

### **Waarom kies jij voor haptotherapie en vinden andere medisch specialisten dit soms nog zo moeilijk?**

Dat heb ik puur vanuit mijn gevoel gedaan, omdat ik het kende en er goede ervaringen mee had. Je hoeft niet alles te kunnen onderbouwen met wetenschap, maar het is wel jammer dat er zo weinig over te vinden is. Ik zie haptotherapie als complementair, het vult de reguliere zorg aan. Mijns inziens, zou iedereen die zich bezig houdt met psychosomatiek, haptotherapie moeten kennen. Het is het missing link; dat wat wij niet kunnen.

NB: Daar waar je leest: *haptotherapie*, geldt ook *haptonomische begeleiding*.



Annemieke Harmsen

# Van moeten naar ont-moeten

Ellen Maseland en Mans Kuijpers



Mans Kuijpers

*Van oktober 2014 t/m maart 2015 volgden de schrijfsters van dit stuk de scholing "Verbreidingstraject Veldman" bij het ITH. Over het waarom en hun belevenissen gaat dit artikel. Een bijzondere ontmoeting tussen ITH en WIH-ers.*

Ons werd pijnlijk duidelijk dat alle haptotherapeuten, vanaf september 2016, een afgeronde SPHBO getoetste haptotherapie opleiding moeten hebben om door zorgverzekeraars vergoed te blijven. Haptonomisch begeleiders, opgeleid aan het WIH, voldoen daar niet aan. Dit gaf aanleiding om te bezinnen op de vragen als: Wat nu? en: Wat stelt ons diploma voor als we niet erkend worden door ziektekostenverzekeraars? Onze gevoelens en gedachten werden door één van de collega's als volgt verwoordt: ... datgene wat ik bij Frans geleerd heb, is voor mij van grote waarde. Het heeft mij gevormd tot wie ik nu ben, in mijn

werk en privé. Niets neemt mij dat af, geen accreditatie, geen kwaliteitskenmerk, geen zorgverzekeraar. We leven in een maatschappij die steeds meer waarde hecht aan semi-veiligheid die gegarandeerd zou worden door keurmerken, accreditaties en protocollen. Dat de zorgverzekeraars steeds meer macht krijgen en ook steeds meer de dienst, onze dienst, zullen uitmaken, is helaas een feit. Het WIH, Frans Veldman voorop, staat nog steeds voor hetzelfde principe waar het al jaren voor staat: Je kunt trouw blijven aan jezelf, aan je eigen gevoel en aan je eigen principes en je laat je oren niet hangen naar datgene wat anderen van je verlangen, wensen of eisen. Je blijft authentiek. Dat is de uitdaging waar we met elkaar nu voor staan.

Na lang wikken en wegen was voor ons uiteindelijk van doorslaggevend belang dat we óók onze boterham willen blijven verdienen in dit fantastische vak. Daarom gingen we op zoek naar een mogelijkheid waarin we ons konden voegen zonder onze authenticiteit te verliezen. Die vonden we in een scholingstraject op maat dat het ITH in Nijmegen bood. Een verkort programma afgesloten met een examen zou ons in staat stellen het ITH diploma haptotherapie te behalen.

Met een groep van 17 personen zijn we op weg gegaan. Eerst zijn we ingewijd in het Ontwikkelingsschema (OWS) dat het ITH hanteert als uitgangspunt van haar scholing. Daarna hebben we geleerd het OWS praktisch toe te passen om het eigen te maken. In een open sfeer is afgestemd en aangesloten bij hoe wij als WIH-ers opgeleid zijn. Deze wederzijds respectvolle samenwerking heeft gemaakt

dat er een mooie dynamiek is ontstaan. Waar we aanvankelijk de scholing begonnen zijn omdat het moest, ontstonden er boeiende persoonlijke processen. Een kruisbestuiving tussen twee scholingen.

We hebben het traject ervaren als een verbreding binnen ons vak. Dat wat we gevoelsmatig al deden kreeg kaders en structuur. Dat was wel even wennen en de verleiding in je hoofd te schieten was groot. Het vermogen om gevoelsmatig te verbinden en steeds weer de beweging te maken naar de beleving bleken, hoe kon het ook anders, de sleutels.

We leerden een vertrekpunt te bepalen waarbij de cliënt zijn verlangen concreet verwoordt en richting geeft aan zijn proces. Het formuleren van doelen daarbij kadert zijn ontwikkelingstraject. Dat was een van de aanvullingen die het ITH ons aanreikte.



Ellen Maseland



Hetgeen ons het meest geraakt heeft, is dat er een gedeelde verantwoordelijkheid voelbaar was om er iets van te maken. Er was voldoende veiligheid om kwetsbaar te durven zijn en jezelf te openen. Deze is ontstaan in de ontmoeting, die docenten en 'studenten' als collega's bereid waren aan te gaan. We kijken terug op een mooie tijd.

Achteraf beschouwd concluderen we dat de bewoordingen: 'authentieke haptonomie' en 'toegepaste haptotherapie' die de instituten voor hun scholing kiezen, zeer treffend zijn voor hun visie van waaruit zij de haptonomie beschouwen en onderwijzen. Zo bezien voelde voor ons ITH ná WIH als een daaruit voortvloeiende, passende volgorde.

Binnen het bestek van dit artikel is het niet mogelijk om voldoende genuanceerd te beschrijven wat het wezen van beide opleidingen is en waarin ze van elkaar verschillen. Met het noemen van trefwoorden hopen we daar iets van aan te geven.



*Instituut voor Toegepaste Haptonomie*

WIH: authentiek, zijn, vermogens, beleving, verbinding, (h)erkennen, affectieve bevestiging, fenomenen, onthullen.

ITH: verlangen, aan de grens, ruimtebeweging- relatie, gedragspatronen, veiligheid- identiteit- zelfstandigheid – intimiteit, talenten en mogelijkheden.

Met dit artikel willen we een bijdrage leveren aan een verbinding tussen verschillend opgeleide haptotherapeuten, waarbij een ieder zijn authenticiteit kan en mag behouden. Dit is bijvoorbeeld aan de orde nu WIH-ers met de scholing zoals hierboven beschreven zich kunnen aansluiten bij de VVH en we elkaar ook daar gaan ontmoeten.

*Enthousiast geworden?*

*Er is ruimte voor een nieuwe cursus.*

*Aanmelden kan via*

*info@ITH-haptonomie.nl*

*of via het telefoonnummer 024 6452451.*

*Een cursus duurt 8 dagen en kost € 2500, - incl. diploma SPHBO.*

## Haptonomisch Contact digitaal volgen?

Naast de papieren versie kun je Haptonomisch Contact ook digitaal volgen. En wel op drie manieren:

-Via onze LinkedIn groep: zoek naar de groep Haptonomisch Contact en meld je aan. Wat je daar bijvoorbeeld leest, zijn reacties op het eerste nummer van 2015.

-Via Facebook: zoek onze 'community' Haptonomisch Contact en 'like' ons. Onder de eerste 50 'likers' hebben we een jaarabonnement op HC verloot en Marian Verhoek was de gelukkige.

-En sinds kort ook via ons twitter-account @HaptoContact.

We zien je graag, ook digitaal!

# Kunst en Haptonomie

## De vraag onder de vraag en hoe kunst daarbij kan helpen

Anneke Kempkes Verweij

Op 27 maart 2014 komt een mevrouw van 34 jaar in mijn praktijk. Zij heeft een gerichte hulpvraag. Haar aanmelding op advies van de bedrijfsarts, is van drie weken eerder. Haar fictieve naam is Marian. Zij formuleert haar probleem aldus: 'Hoe kan ik beter luisteren naar mezelf zodat ik niet iedere keer dat ik sport, de dagerna gevloerd ben en geen kant meer op kan?' Voor haar werk bij de politie, op een vrij hoge post, moet ze een goede conditie hebben en veel trainen. Ze heeft twee keer een halve marathon gelopen en wil dit weer kunnen doen. Nu werkt ze dertig uur op therapeutische basis. Dat was vier dagen van negen uur, dus zesendertig uur. Daar wil ze ook weer toe in staat zijn.

Dan komt haar verhaal. In 2011 is er onder narcose een stukje van de baarmoedermond weggebrand. Hoewel zwangerschap door haar gewenst is, lukt dat na een jaar nog niet. Onderzoek naar de uterus en de eileiders laat zien dat er één eileider minder goed open is. Vervolgens krijgt ze hormooninjecties en wordt zaad van haar man in de uterus gebracht. Hierna groeit er een cyste in de eierstok. Bij de operatie ontstaat een

bloeding: eierstok en daarna een eileider worden verwijderd in juli 2013. Vervolgens heeft zij drie maanden met een open wond gelopen, voordat deze uiteindelijk dicht gaat.

Zij is weer gaan sporten, maar dat voelt niet goed. Weer wordt een cyste ontdekt, van 10 cm. Die is in januari 2014 onder narcose verwijderd. Ze krijgt een lucrin-injectie wat de aanmaak van geslachtshormonen remt; bijwerkingen zijn: opvliegers en mogelijk depressiviteit. Op advies van de gynaecoloog wordt IVF opnieuw opgestart; gewoon zwanger worden is volgens hem niet meer mogelijk. Maar eerst dient een menstruatie te worden afgewacht.

'Ik ben altijd sterk geweest,' zegt ze. 'Ik verwacht veel van mezelf. Ik wil het liefst weer honderd procent gaan werken.' Ik vraag: 'Hoe merk je dat, als je teveel gesport hebt?' 'Ik voel mij licht in het hoofd en zwaar vermoeid.'

Na mijn uitleg over wat haptonomische begeleiding inhoudt, zegt ze: 'Klinkt lekker.' We maken een afspraak voor de volgende week. Bij het weggaan, valt



haar oog toevallig op een kunstwerkje over de groei van embryo's, dat bij de uitgang staat. Ik vertel haar dat ik het net klaar heb. Een beetje trots toon ik het haar. Ze zegt dat ze dit op het moment helemaal niet kan zien en loopt snel weg.

Dat een kunstwerkje mij en wellicht ook haar, ineens zoveel duidelijkheid geeft. *Heb ik iets laten liggen door hier niet op in te gaan?* Tijdens ons gesprek heb ik me gericht op het feit dat ze haar grenzen bij de sport niet kan bewaken en daarna twee, soms drie dagen ziek op bed ligt. Haar hulpvraag was immers haar eigen grenzen te leren bewaken.





Marian heeft van onze eerste ontmoeting een verslag gemaakt. Daarin schrijft ze onder meer: 'Het praten over wat ik had meegemaakt ging goed. Dan bedoel ik dat ik me er oké bij voel om er met u over te praten. Wel merkte ik dat het me weer wat deed dat ik erover praatte. Dat had ik even niet gedaan omdat ik me alleen probeer te focussen op herstel en positieve dingen. Het minst prettige van het gesprek vond ik toen u de kunstwerken van de embryo's liet zien'.

Tijdens de volgende sessie, een week later op 3 april, deelt ze me mee dat ze na de vorige keer bij thuiskomst rustig nagepraat heeft met haar partner. Ze heeft te lang hardgelopen, is weer over haar grenzen gegaan. Was erg moe daarna en is daardoor drie dagen niet naar haar werk geweest. Ze zegt: 'In het verleden kreeg ik daar energie van. Nu lukt het me niet. Ik ken mijn eigen lichaam niet op deze manier.'

Ik reik haar de eerste sessie aan. Ze voelt wat hard-afwerend aan. Ook als een sterke, goed gespierde vrouw. Bij de omgeving van de schouderbladen geeft ze bij belasting pijn aan. De taille is wat lossier. Op mijn uitnodiging komt ze voelend naar mij toe en kan dit ook weer terugnemen. Ze is verbaasd en glimlacht een beetje.

Voor thuis geef ik de opdracht mee om 'veel te voelen': het stuur van de auto, materialen die je oppakt, zoals boeken, serviesgoed; bij het wassen langs de vormen van je eigen lichaam gaan en de rondingen, de lengten, de dikke en de dunne vormen, de harde en de zachte onderdelen ervan voelen.

Ben ik bewust of onbewust haar reactie op het beeld van de embryo's uit de weg gegaan? Ik weet het niet meer. Ik weet wel dat ik dacht: deze vrouw moet eerst leren voelen. Er is zoveel mechanisch naars aan en met haar lichaam gebeurt, vooral met haar buik, dat ze mogelijk hierdoor niet meer bij haar eigen voelen

stil heeft willen of kunnen staan. Alles is meer op overleven gericht geweest.

De volgende afspraak wil ze pas over vijf weken in verband met vakantie en therapiekosten. Op 9 mei is onze derde ontmoeting.

Marian opent ons gesprek met: 'Ik heb nieuws.'

Intuïtief reageer ik met: 'Je bent zwanger.'

'Ja, en u bent de eerste die het weet, behalve de gynaecoloog.'

De gynaecoloog is degene volgens wie ze niet meer spontaan zwanger kan worden. Hij heeft een menstruatie willen afwachten om daarna met IVF te beginnen.

Ze heeft niet aan sport gedaan in de tussenliggende tijd. Dus praten we deze keer minder over sport en haar vermoeidheid daarna. Het lijkt wel of dit probleem meer naar de achtergrond is geraakt. Ze blijft nu gewoon graag vier maal acht uur werken in plaats van vier maal negen uur.

Ons gesprek gaat over flexibiliteit. Dit is een soort levenskunst. Zij zegt: 'Ik kan dat wel op veel terreinen, maar niet op alle.' Het verslag van de eerste sessie is ze vergeten. Bij mijn vragen over de vorige keer spreekt ze over 'aanraken is een

soort van gewenning'.

Daarom herhaal ik de eerste sessie: het contact maken waarin de uitnodiging van het naar de ander voelen ligt en ook het weer terugtrekken daarna. Het eigen vermogen hiertoe wordt nu duidelijker voor haar. Het 'boetseren van de benen' dat ik vaak als tweede sessie gebruik, doet haar ontdekken dat voelen naar de ander een zachtheid kan doen ontstaan. Ik geef haar een film mee naar huis: 'Het leven voor de geboorte'. Originele titel: L'Odyssee de la Vie. 'Een fantastische en nooit eerder zo compleet in beeld gebrachte onthulling van de geheimen van het leven voor de geboorte, van de bevruchting, de groei van het embryo, het kindje en de geboorte', staat op de cover.

Op de tafel waaraan we zitten te praten, heb ik een beeldje van een moeder neergezet, met een wat groter kind, rustend tegen haar aan. Ik vraag haar wat ze ziet. 'Ik zie een kindje leunend tegen de moeder. Het kindje voelt geborgenheid. De



moeder is met iets anders bezig en heeft een heel natuurlijke houding. Mooi.' Op 13 juni is de vierde ontmoeting. Ze is 11½ week zwanger. De echo van het kindje is goed. In de vakantie heeft ze veel gepraat met haar man en 'dat was wel nodig' zegt ze. Na de laatste echo groeit het vertrouwen dat het wel goed zal gaan met de zwangerschap. Haar man durft zijn bezorgdheid niet te uiten. Ons gesprek gaat over bezorgdheid en liefde. We spreken af dat dit de laatste sessie wordt. Ik maak contact met haar en verdiep dit contact rondom de baarmoeder, de plaats van de placenta, heen. Leg haar uit dat ze dit 's nachts wanneer ze wakker ligt, zelf ook kan doen. Ze gaat het proberen.

Ik vertel haar wat haptonomische zwangerschapsbegeleiding inhoudt en dat dit zo mooi kan zijn voor vader, moeder en kind. Ze luistert goed en zegt dat haar man daar waarschijnlijk niet zoveel voor

zal voelen omdat hij anders is. Ik zeg: 'Zie maar wat en hoe je het doet. Zoek vooral iets wat bij jullie beiden past.' Ik merk dat ik hier een stapje terug doe.

In januari 2015 krijg ik een geboortekaartje: Hun zoon is geboren op 13 januari 2015... Op het kaartje staat: 'Een wens, onzekerheid, geduld, geloof, verbazing, een wonder, een kunstwerk.' Het verslag van de geboorte stuurt ze me op verzoek toe. Ze schrijft daarin het volgende:

*'De zwangerschap verliep zonder noemenswaardige problemen. De bevalling was een ander verhaal. Na de volle 42 weken kreeg ik 3x gel om ontsluiting te krijgen. Dit gebeurde niet. Wel braken na 24 uur eindelijk de vliezen. Niemand begreep waarom de ontsluiting niet voorbij 1 cm ging. Weer een nacht verder met weeën opvangen en zonder slaap. Uiteindelijk bleek toen ze wat hardhandiger*

*gingen voelen dat mijn baarmoedermond door littekenweefsel verkleefd was. Na het vliezen breken heeft het net iets meer dan 24 uur geduurd dat de baby werd geboren met behulp van een ruggenprik, een uur en 20 minuten persen, uitputting en de vacuümpomp. Maar dan... Wat prachtig om voor het eerst je zoon met zijn handjes in de lucht en veel geluid te mogen ontmoeten! Natuurlijk vind ik hem prachtig en lief en is dit het allemaal waard geweest!'*

*\*\*De eerste drie beelden (plus de foto's ervan) zijn van mijn hand. Gemaakt tijdens werksessies op de beeldhouwwerkplaats op het beeldeneiland bij mijn dochter Femke Kempkes.\*\**



Femke Kempkes 2015 | Moeder en kind. Ongeglazuurd porselein. 40-40-10 cm.

Het lijkt me zinvol meerdere ervaringen in de praktijken betreffende zwangerschappen die op een bijzondere, onverwachte manier ontstaan zijn, met elkaar en ook met anderen te delen. Heeft iemand ideeën over hoe we dit kunnen aanpakken?

Mail dan naar [anneke.kempkes@inter.nl.net](mailto:anneke.kempkes@inter.nl.net)



# Voor u bijgewoond

## Lezing ‘Geraakt worden tot zingeving’ door Prof. Dr. Joachim

### Duyndam

Erik te Loo

*In 1985 startte het Instituut voor Toegepaste Haptonomie (ITH). Dat is nu 30 jaar geleden. Het ITH viert die verjaardag op verschillende momenten en manieren. Op 3 juni gaf Joachim Duyndam een lezing met de titel ‘geraakt worden tot zingeving’. Joachim Duyndam is hoogleraar Humanisme en Filosofie aan de Universiteit voor Humanistiek in Utrecht. Daar leidt hij het onderzoeksprogramma Humanist Tradition, Meaning in Life, and Ageing Well. Ook is hij opleidingsdirecteur van deze universiteit.*

In zijn lezing bracht hij naar voren welke kwaliteit hij in de haptonomie ziet: ‘haptonomie is empathie met je handen’. Maar wat is dan empathie? En wat kun je in zijn algemeenheid zeggen van emoties? Vanaf de oudheid tot aan de twintigste eeuw, worden emoties grofweg als irrationeel beschouwd. Sinds halverwege de twintigste eeuw, worden emoties als cognitief gezien; een emotie is een informatiedrager. Duyndam vindt de cognitieve opvatting te beperkt, omdat deze geen recht doet aan het passionele, overweldigende en ontregelende dat emoties kunnen hebben. Met William James probeert hij dit element weer in de theorie onder te brengen. De Amerikaanse psycholoog William James (1842-1910) brengt verandering in de gebruikelijke ‘volgorde’ in emoties: aanleiding > emotie > expressie. James ziet

in zijn onderzoek een andere volgorde: de aanleiding leidt tot een expressie en die expressie leidt tot een emotie. In die benadering huil je niet omdat je verdriet hebt, maar heb je verdriet omdat je gewaar wordt dat je huilt. Of: je vlucht niet omdat je bang bent, maar je bent bang omdat je vlucht. Deze opvatting doet meer echt aan het passionele karakter van emoties.

Duyndam komt vervolgens tot een nieuwe benadering van emoties. In die benadering (samen te vatten met: “ik voel me v tot x”) zit de zelfgewaarwording van James én de cognitieve kant van de aanleiding die tot de emotie leidt. Cognitief mag in dit verband niet verward worden met rationeel: veel angsten zijn bijvoorbeeld irrationeel. Omdat ik zelf bekend ben met vliegangst, is deze benadering van emoties voor mij heel herkenbaar uit de behandeling tegen vliegangst die ik in 2006 volgde.

Empathie van een mens gaat over de zelfgewaarwording van een ander mens. Dat hoeft niet automatisch te betekenen dat je de emotie zelf als ‘terecht’ ervaart. Wie zelf geen vliegangst heeft, kan zich waarschijnlijk niet goed voorstellen wat die angst betekent. Maar je kunt wel begrip hebben voor de mens die zich daarvoor angstig voelt. Als je naar een vel papier kijkt, dan zie je één kant van dat vel. Dat is de actuele waarneming. Maar

je weet dat er ook een achterkant aan dat vel papier zit. Dat is de potentiële waarneming. Empathie is dan je vermogen om potentieel te voelen wat de ander actueel voelt. Zonder oordeel over de waarde van de actuele emotie. Net zoals de bevestiging van empathie kan de haptonomie, zonder te (ver)oordelen, aan iemand zijn of haar beleving, en vooral de zelfbeleving, teruggeven. De haptonomie doet dit met de handen.

In Haptonomisch Contact nr. 2 uit 2006 schreef Joachim Duyndam een artikel over empathie met als titel ‘onderhuids en bovenhuids – empathie voor haptonomisch geschoolden’. U kunt dit artikel teruglezen via het archief op onze website: <http://www.haptonomischcontact.nl/hc-in-pdf-voor-archief-site/hc-2006-2-voor-archief.pdf>

*Redactie en Bestuur feliciteren het ITH met de 30e verjaardag!*



Joachim Duyndam

# Haptonomie bij Alzheimer

## Van ingesloten, opgesloten naar omhuld en in contact

Agnes van den Hoogen



Agnes van den Hoogen

**Agnes van den Hoogen (60) begon na vijftien jaar in het maatschappelijk werk met de Haptonomie opleiding bij Frans Veldman. Sinds 20 jaar heeft zij haar Praktijk voor Haptonomie: Haptonomie center in het Medisch Centrum Aalsterweg in Eindhoven. Haar grootste passie is om de mens in zijn wezen te mogen ontmoeten en een tijdje naast de persoon te mogen lopen om deze mens zichzelf te laten ontmoeten in zijn of haar wezen. Ze werkt met kinderen en volwassenen plus geeft zwangerschapsbegeleiding.**

Ik maak - naast mijn behandelbed- al 10 jaar dankbaar gebruik van het door Math Hansen ontwikkelde muziektherapie-waterbed. Ik werd hiertoe geïnspireerd door kinderpsychiater Jan Hermans. Toen ik mij vorig jaar afvroeg of ik ook iets zou kunnen betekenen voor de dementerende mens, meldde zich precies in die week Monique, dochter van mevrouw A.

*Voorjaar 2014. Mijn moeder woont met Alzheimer in een Eindhovens tehuis. Zojuist zijn er een paar geweldige vrijwilligers verdwenen in het kader van reorganisaties. Ik besluit op zoek te gaan naar iemand, die haar manueel kan gaan begeleiden. Want iets in mij zegt: aanraking is de sleutel! En zo vind ik Agnes van den Hoogen, haptonomie, op 10 minuten lopen van mijn moeder.*

Het blijkt een vreugdevol proces te worden en te zijn. Vanuit de haptonomie raak ik vanuit mijn hart deze vrouw aan in haar wezen. Ik be-doel deze mens. Zij komt in deze uitnodiging in contact met haar zelf.



Er ontstaan woorden, namen, gezichtsuitdrukkingen. Monique herkent en benoemt.

*5-9-'14 We komen binnen in de praktijk van Agnes, en in het gezicht van mijn moeder voltrekt zich per direct een verjongingskuur. Zodra ze op bed ligt zegt ze 'Ik zal beleefd zijn'. Oeh, wat ken ik die blik, die houding. Vastbesloten, zonder plezier, bitter. Die houding heeft haar als een vreemdsoortige wandelstok, haar hele leven ondersteund; als was het haar manier om haar plekje te garanderen. Bij haar vader, familie, werk, autoriteiten, en zelfs later als moeder.*

*Door dit alles in die ene zin te herkennen, vertel ik aan Agnes én aan haar, dat wat ik ken aan verhaal en emoties rond dit thema. Agnes blijft, ook tijdens het gesprek, in contact aanwezig. Mijn moeder ligt, luistert en aan het veranderen van de kleur in haar gezicht zien we, hoe de informatie opgenomen wordt, verwerkt en losgelaten.*

Opgesloten geraakt in haar lichaam kan mevrouw A. zelf niet meer eten en nauwelijks praten; drinken en bewegen doet ze nog minimaal. Begeleid met woorden die ik uitspreek als "je bent veilig", "ik nodig je uit, en jij doet het zelf", ontstaat er een dankbare glimlach. Door de ontmoeting in aanraking wordt deze mens geraakt in haar zijn en een interactie ontvouwt zich. 'Je mag ontvangen' wordt beantwoord met 'Leuk he!'; 'Je mag genieten' met 'Yesss'. Mevrouw A. zet stappen: van angst naar vertrouwen, van zich terugtrekken naar overgave, van verkrampte benen naar autonoom bewegende benen.

*2-10-'14 Vandaag toont mijn moeder zonder meer zichzelf. Er is een knoop ontward waar ze tot nu toe in verstrikt zat; merkbaar in verdwijnen, terugtrekken, onzekerheid in de ogen, vergeten dat het écht is. Dat ZIJ echt is, welkom en veilig. Vandaag is er concentratie en zelfs wanneer Agnes en ik even met elkaar praten, blijft mijn moeder volledig aanwezig.*

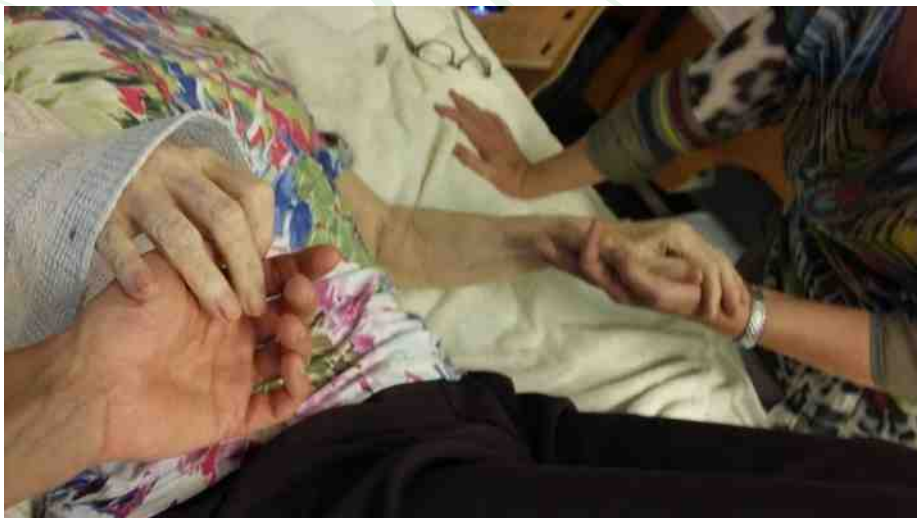
Een nieuwe bedoeling ontstaat, geheel ontspannen gedragen door het waterbed, de trillingen van de muziek en de aanraking door mij. Een depasseren van het lichaam ontstaat: vanuit ingeslotenheid naar omhulling. De beperking verdwijnt en er verschijnt een gelukkig zijn.

*Iedere sessie geeft een andere ingang, een nieuwe ontwikkeling. Ik zie dat mijn moeder verder gaat, steeds weer. Zo dankbaar ben ik om te mogen zien hoe zij steeds zichtbaarder wordt. Het wonder van menswording; dwars door de neurologische feiten heen komt zij tevoorschijn.*

*Tijdens de sessie van 29 juli 2014 hebben we het over 'oprichten'. Mijn moeder zegt in klare taal: 'Ik weet niet hoe'. Een jaar en diverse sessies later, zou het gebeuren.*

*26 juni 2015: Vorige week is het lichaam van mijn moeder in beweging gekomen. Haar benen gingen op en neer, en er was geen houden aan. Later, weer terug in de rolstoel, richtte ze steeds weer haar romp op tot een mooie, fiere houding, haar rug los van de rolstoel. Vandaag heeft ze zich, liggend op het muziekwaterbed, met haar romp opgericht. Met de uitnodiging van Agnes, uit eigen beweging.*

Deze vrouw, levend met de diagnose Alzheimer, haar taal nog maar sporadisch aanwezig, kijkt me recht aan en zegt: 'Dankjewel'.





# VHKB, Digitaal dossier

## Haptonomische Zwangerschapsbegeleiding meer in beeld

Maaïke van Leur en Annette Vermeulen



Maaïke van Leur en Annette Vermeulen vormen het bestuur van de VHKB, Vereniging Haptonomische Zwangerschapsbegeleiding. Maaïke is haptotherapeut en heeft haar eigen haptotherapiepraktijk in Delft: [www.haptonomie-delft.nl](http://www.haptonomie-delft.nl). Annette Vermeulen is haptotherapeut en werkt als haptonomisch zwangerschapsbegeleider vanuit haar praktijk: [www.haptozeist.nl](http://www.haptozeist.nl)



Annette Vermeulen

Een voortdurende intentie ... en een wens dat: 'heel zwanger Holland haptonomisch wordt voorbereid op het verwelkomen van nieuw leven'.

Dit houdt de leden van de VHKB (Vereniging Haptonomische Zwangerschap Begeleiders) al jaren bezig.

Zoekend naar hoe we ons onderscheiden, zoekend op welke wijze we zichtbaar kunnen maken dat het contact tussen ouders en hun kind al vroeg in de zwangerschap invloedrijk is op het hechtingsproces en op het zo natuurlijk mogelijk verlopend geboorteprocess. En dat we ook na de zwangerschap ouders een handreiking bieden hoe hun kindje te ondersteunen in zijn ontwikkeling naar wie het kindje in wezen is.

Dit heeft in 2013 geleid tot het ontwikkelen van een 'gestandaardiseerd dossier'. Met dit dossier kunnen we data verzamelen die kunnen leiden tot het ondersteunen van stellingen of onderzoek naar de bijdrage van haptonomische zwangerschapsbegeleiding voor, tijdens en na de zwangerschap. Het dossier is tot stand gekomen in samenwerking tussen een

grote groep leden/collega's. Aan de basis van dit dossier ligt ook de wens om het breed te gebruiken. We kunnen er niet omheen dat dit doel alleen bereikt wordt als we meegaan in de digitale wereld. In 2015 is dit gerealiseerd: een gestandaardiseerd én digitaal dossier. Onze leden hebben het met groot enthousiasme ontvangen. Willen we er iets mee gaan ondernemen in de toekomst (zoals het opzetten van onderzoek of om statistische gegevens te gebruiken) dan is het nodig om zoveel mogelijk data te verzamelen. Met andere woorden: zoveel mogelijk haptonomische zwangerschapsbegeleiders bereid vinden het dossier te gaan gebruiken.

Daarom nodigen wij alle leden uit van de VVH, de NVPA en de NFG die haptonomische zwangerschapsbegeleiding geven, om dit digitale dossier te gaan gebruiken. Dit kan door je aan te melden bij het bestuur ([info@vhzb.nl](mailto:info@vhzb.nl)). Je krijgt dan een inlogcode en een handleiding. Om het dossier te gebruiken log je in via de site van de VHKB. Daar vind je dan je eigen

administratie. Na invulling van het dossier kun je er op elk gewenst moment een pdf-versie van downloaden voor je eigen praktijkadministratie. Overigens blijft het dossier te allen tijde alleen voor en door jou bewerkbaar.

We hopen degenen die nog geen lid zijn van de VHKB, maar wel zwangere stellen haptonomisch begeleiden, te verwelkomen op het digitale dossier én enthousiast te maken om bij te dragen aan deze database. Ook ieder die een onderzoeks-onderwerp heeft, gerelateerd aan haptonomische zwangerschapsbegeleiding, is van harte welkom om gebruik te maken van de data (na toestemming van het bestuur) om daardoor mede de haptonomische zwangerschapsbegeleiding beter in beeld te brengen.

Als je meer wilt weten over het digitale dossier kun je een mail sturen naar [info@vhzb.nl](mailto:info@vhzb.nl).



Maaïke van Leur

# Inspiratiebronnen

## Onderwerpen die je raken!

Samenstelling redactie

Aanraders die je raken: films, boeken, tentoonstellingen en andere zaken.  
Hebt u tips? Meld het ons via [eindredacteur@haptonomischcontact.nl](mailto:eindredacteur@haptonomischcontact.nl)



## Hallo Muur

### Verslag van een leven tot op de bodem

*Erik Jan Harmens; uitgever Lebowsky 2015*

Hallo Muur, is een eerlijk en ontroerend boek waarin de schrijver, bijna luchtig vertelt over de jaren die achter hem liggen. Jaren waarin hij een burn-out kreeg, te maken kreeg met het overlijden van zijn vader en een dierbare vriend, een echtscheiding meemaakte, maar bovenal zijn alcoholverslaving de baas werd.

In bijna columnachtige hoofdstukken beschrijft hij zijn jeugd en periodes uit zijn volwassenheid; heel gewoon en toch ook heel schrijnend. (AH)

**In het programma ' De wandeling ' van maandag 2 maart 2015, is een prachtig interview met de schrijver te zien, naar aanleiding van dit boek.**

[http://dewandeling.kro.nl/seizoenen/seizoen\\_2015/afleveringen/02-03-2015](http://dewandeling.kro.nl/seizoenen/seizoen_2015/afleveringen/02-03-2015)

## Doodgewoon

*Bette Westera (tekst) & Sylvia Weve (illustraties)*  
*Uitgeverij Gottmer 2014*



Een zwaar thema (de dood), licht weergegeven in een aantal troostrijke gedichten, maar vooral prachtig geïllustreerd en vormgegeven.

Alle gezichten van de dood komen aan bod; van het gemis, zelfmoord, tot het verdelen van de erfenis. In het laatste hoofdstuk wordt uitleg gegeven over de thema's. Een boek bedoeld voor volwassenen, jongeren én kinderen. (AH)

# Tentoonstelling: Het Depot, beeldengalerij in Wageningen

Thema van de tentoonstelling is Dood en Leven. Toegang gratis. Nog tot en met zondag 20 september 2015.

Het Depot is een museum dat vooral beelden van moderne, nog levende kunstenaars in zijn beheer heeft. Beelden die te maken hebben met het menselijk lichaam of delen daarvan. Ieder zomer is er een speciale thematentoonstelling. Dit jaar gaat het over dood en leven. Hedendaagse maar ook enkele heel oude kunstwerken zijn er te zien. Zoals een grafkist van kalksteen van de Etrusken van 100-200 voor Christus. Heel modern is een verzameling doorzichtige geblazen glazen bollen met een grote rode tepel als een groot veld om in weg te dromen. Openingstijden donderdag t/m zondag Van 11 tot 5 uur.

## Dood en Leven

Uitgegeven door Het Depot

Een boekwerk van 136 blz. met prachtige illustraties. De catalogus bij de tentoonstelling Dood en Leven. Het bevat niet zomaar een opeenstapeling van foto's van de beelden met informatie over de maker, nee het is een compleet boek waarin, naast de objecten van de tentoonstelling, ook indrukwekkende verhalen, verhandelingen en gedichten (waaronder Der Erlkönig van Goethe) over dood en leven staan. Zoals: Dood en Leven. De dood, een metgezel, door Loek Dijkman; Wat is een bestaan zonder duur, door Paul Sars; Symbolen van de dood; Ook de dood is niet meer dan een blad dat neerduwarrelde om een nieuw blad te doen ontspruiten door Sylvia de Munck; Laatste woorden, de kunst van leven met de dood van Gijsbert van Es. Zonder de tentoonstelling gezien te hebben waardevol om te bestellen. Kosten: € 19,95. Kan op verzoek worden toegestuurd.



## Wetenschappelijk onderzoek Gert Klabbers

In Haptonomisch Contact nr. 2 van 2014 vertelde Gert over het wetenschappelijk onderzoek naar bevallingsbeleving. Onderzocht wordt of er een verband bestaat tussen hoe de zwangerschap wordt beleefd en hoe het verloop van de bevalling is en of bij vrouwen die veel angst hebben voor de bevalling, deze angst verminderd kan worden met een haptotherapeutische behandeling. Voor wie belangstelling heeft in het verloop van dit onderzoek plaatsen wij de samenvatting en de link naar het volledige artikel waarin de onderzoeksopzet wordt beschreven:

### **Treatment of severe fear of childbirth with haptotherapy: design of a multicenter randomized controlled trial**

*Gert A Klabbers, Klaas Wijma, K Marieke Paarlberg, Wilco HM Emons and Ad JJM Vingerhoets*

About six percent of pregnant women suffer from severe fear of childbirth. These women are at increased risk of obstetric labour and delivery interventions and pre- and postpartum complications, e.g., preterm delivery, emergency caesarean section, caesarean section at maternal request, severe postpartum fear of childbirth and trauma anxiety. During the last decade, there is increasing clinical evidence suggesting that haptotherapy might be an effective intervention to reduce fear of childbirth in pregnant women. This study has been designed to evaluate the effects of such intervention.

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at:

<http://www.biomedcentral.com/1472-6882/14/385>



# Agenda

## Academie voor Haptonomie

10 september	De Ambachterij
15 september	Open avond
17 en 18 september	Haptotherapie & zwangerschap
21 september	Studiedag Ouder worden en levenskunst
30 september (start)	DSM-5
1 oktober	Workshop voor seksuologen
2 oktober (start)	Basisjaar Haptonomie
2 oktober (start)	Cursus Persoonlijke Ontwikkeling
8 oktober	Vitaal lesgeven
8 oktober	Opening Academiejaar met Jenny Slatman
9 oktober (start)	Groepsbegeleiding
15 oktober	Workshop Stralend werven
27 oktober	De Ambachterij
17 november	Praten over seks
Najaar	Cursus Zwangerschap in contact



## Instituut voor Toegepaste Haptonomie

12 augustus	OWS-2 Positiebepaling oefendag
24 augustus	OWS-3 Aanraking oefendag
29 augustus	Informatiebijeenkomst ITH (gratis)
5 september	Bijeenkomst Toegepaste Haptonomie (gratis)
7 september	OWS-4 Casuïstiek en Supervisie
11 september (start)	Driedaagse nascholing 'Werken met groepen'
16 september	Informatiebijeenkomst ITH (gratis)
22 september (start)	Haptonomische Ouder- en Relatiebegeleiding
24 september	Bijeenkomst Toegepaste Haptonomie (gratis)
26 september (start)	Driedaagse nascholing haptotherapeutisch proces en stembevrijding: 'Zing, leef, lach, voel en verwonder'
30 september (start)	Opleiding tot Haptotherapeut
30 september (start)	Opleiding tot Haptonomisch Counselor
5 oktober	OWS-1 Ontwikkelingsschema als ontmoetingsruimte
8 oktober	Lezing Jeroen de Jong: 'Vaders, verlangen en voorleven'
19 oktober	OWS-2 Positiebepaling oefendag
26 oktober	OWS-3 Aanraking oefendag
6 november (start)	Tweedaagse nascholing 'Omgaan met kanker'



# Instituut voor Toegepaste Haptonomie

Vervolg

9 november OWS-4 Casuïstiek en Supervisie  
Najaar Nascholing Post Traumatische Stress Stoornis

## STH - Water

26 september en 10 oktober Module 6; verticalisatie en dragen in het water (vervolg van module 5)

3 oktober, 31 oktober en 14 november Water Kennismakingscursus (module 1).  
Geaccrediteerd door de VWH



Scholingscentrum voor Toegepaste Haptonomie

## Synergos

Nascholingsaanbod nog niet bekend



## Colofon

### REDACTIE:

Erik te Loo, Paulien Pinksterboer  
Annemieke Harmens, Gerda Ponte,  
Anneke Kempkes-Verweij

### EINDREDACTIE:

Petra Steffens, Petra tekst&taal  
eindredacteur@haptonomischcontact.nl

### ABONNEMENTEN

secretaris@haptonomischcontact.nl  
Opzeggingen vóór 1 november

### ADVERTENTIES | SPONSORING:

hoofdredacteur@haptonomischcontact.nl

### SLUITINGSDATA KOPIJ:

1 september, uitgave oktober  
1 oktober, uitgave december

### Omslagontwerp:

Nicky Duin, Ontwerpbureau Nikitis

### Drukker:

Editoo B.V. te Arnhem

## Aan het roer

Stichting  
Haptonomisch Contact  
heeft een nieuw bestuur!

Nieuwsgierig?

In het volgende nummer stellen we ze voor!

## Een neus voor taal

Een neus voor taal?

Liefhebber van het geschreven woord?

Of meer getalenteerd in het poetsen van komma's of de puntjes op de i?

Haptonomisch Contact zoekt talent voor het versterken van de redactie!

Nieuwe mensen worden van harte uitgenodigd zich te melden op

[redactie@haptonomischcontact.nl](mailto:redactie@haptonomischcontact.nl)



Gezocht, in verband met verhuizing naar elders in het land:

### haptotherapeut

met interesse in overname (op termijn) van praktijk voor haptotherapie en haptonomische zwangerschapsbegeleiding (samen ca. 20 uur p.w.) in Utrecht centrum.

Eventueel te combineren met fysiotherapie (ca. 10 uur p.w.).

[www.watervogel.com](http://www.watervogel.com) | [dewatervogel@hotmail.com](mailto:dewatervogel@hotmail.com) | 06 – 20 394 397



Port Betaald  
Port Payé  
Pays-Bas



[www.editoo.nl](http://www.editoo.nl)

Indien onbestelbaar: Westdijk 28  
1704 AK Heerhugowaard



HAPTONOMISCH  
CONTACT