

# Uit de Praktijk

## Haptotherapie en pedagogische begeleiding

Ammelie van Beurden  
Haptotherapeut, Pedagoge MEd

### ‘Twee geloven op een kussen’ in het werken met kinderen

In mijn praktijk werk ik als haptotherapeut met volwassenen en met kinderen. Van oorsprong ben ik pedagoge. In de eenmalige sessie met Sanne en haar angst kwamen beide disciplines tot mijn plezier naar voren.

Haptotherapie en pedagogische begeleiding hebben een gezamenlijke kern: de persoon staat centraal. Vanuit die gezamenlijke kern hebben beide disciplines een eigen werkwijze met eigen kennis, wat elkaar zo mooi kan aanvullen. Als haptotherapeut blijf ik dicht bij het kind, en ligt het accent op de gevoelsbelevingen en op de affectieve bevestiging daarvan: *‘je bent goed zoals je bent’*. Daarbij kijk en werk ik vanuit de haptonomische fenomenen. Hoe zit het kind in zijn lijf/velletje, is er basispresentie, hoeveel ruimte heeft het, hoe begrensd of onbegrensd is het nog, hoe gaat het om met afstand en nabijheid en wat is hierin nodig, heeft het uitnodiging of juist sturing nodig, hoe is de verbinding met zijn of haar ouders?

Als pedagoge kijk ik juist naar de motorische, sociaal-emotionele en cognitieve ontwikkeling en koppel deze aan de kalenderleeftijd. Ik kijk naar ontbrekende vaardigheden en naar de mogelijkheden van dit kind binnen het gezin, ik verwoord wat minder gaat en bespreek wat ik denk dat nodig is op die gebieden.

Werken met jonge kinderen is leuk en dankbaar, maar ook anders dan werken met volwassenen. Een chronologische opbouw in de sessie niet altijd mogelijk en de aandachtsspanne van jonge kinderen is vaak kort. Ze zijn nog niet reflectief bezig met het thema waarvoor ze zijn aangemeld. In die zin moet ik voor hen denken. Het vraagt werken en schakelen op drie niveaus: 1) op kindniveau: de gehele sessie speel ik op niveau van het kind. 2) op metaniveau: tijdens dit samen spelen observeer ik vanuit helicopterview om de benodigde therapeutische interventies in te kunnen voegen. 3) op ouder en/of gezinsniveau: tussendoor schakel ik naar de ouder om deze te betrekken of het spelen te vertalen naar het therapiedoel waar de ouder ook mee aan de slag kan. Onderstaand heb ik een deel van de behandelsessie met Sanne beschreven waarin bovenstaande verweven zit. Een sessie waarin Sanne, ik en moeder hebben genoten.

Sanne (6 jaar) is aangemeld met grote angst voor prikken en voor de tandarts. ‘Het dak gaat er af’ als ze een prik moet hebben, en er is niks wat haar op dat moment tot bedaren

kan brengen. Voor andere situaties is ze niet zo bang. Er lijkt sprake van een geïsoleerde angst.

Sanne komt samen met haar moeder. Haar moeder blijft er bij. Dat doe ik meestal met jonge kinderen. Sanne heeft haar barbiepop bij zich waarvan de benen tot mijn verbazing bij elkaar zijn gebonden met een touwtje. Het blijkt een goed aanknopingspunt. Ik steek in bij Sanne en ze verteld dat de benen van de barbiepop zijn vastgebonden zodat ‘ze niet weg kan rennen bij de prik’, want dat is wat Sanne zelf wel doet (met mama er achter aan).

Ze kan goed verwoorden waar ze bang voor is: specifiek voor de naald en voor de boor. Ze kijkt dan naar hoe de naald er aankomt en ze voelt dat de boor in haar mond zeer gaat doen. Zo kletsende (opbouw van vertrouwen, contact toename, informatie) met Sanne over de prik, haar angst (gevoelens) en wat ze dan wel en niet doet (gedrag), merk ik dat er een vaardigheid bij haar lijkt te ontbreken: ze lijkt ze het concept ‘*dapper*’ nog niet te kennen. Dit concept (vaardigheid/gedrag, gevoel en kennis samen) heb je wel nodig om je angst in beheer te kunnen nemen. Moeder beaamt dat ze het woord dapper nauwelijks gebruiken. Wanneer Sanne bang is, blijft ze dan ook letterlijk in haar angst steken. Ze heeft geen ander reactierepertoire dan wegrennen in haar angst. Op haar gezicht is goed te lezen hoe ze de prik verafschuwt maar ook haar plezier na het wegrennen.

Sanne vertelt vrij wanneer ik haar wat vraag en kijkt daarnaast nieuwsgierig en onderzoekend rond. Aan haar lijfje is te zien dat ze op onderzoek wil, ze reikt al uit naar wat er nog meer is in mijn praktijk. Terwijl ze rondscharrelt, op wat materialen die er liggen zoals de tol en de wiebelplank, zie ik voldoende basispresentie en motorische vaardigheden bij haar. Ik werk met haar vanuit de VAT principes van de pedagogiek: Volgen, Aansluiten, Toevoegen. Ik volg haar beweging/spel/gevoel, ik sluit hier bij aan, doe een greep in mijn eigen creativiteit en voeg nu steeds het thema ‘angst voor prikken’ in, op zowel haptotherapeutische als pedagogische wijze. Door haar angst te bevestigen (je mag bang zijn), haar angst samen te onderzoeken en het nieuwe concept ‘dapper zijn’ op allerlei manieren te oefenen.

Samen bespreken Sanne en ik wat dan ‘dapper zijn’ is. We komen uit op: ‘bang mogen zijn voor iets ... en besluiten het toch te gaan doen’. Maar hoe doe je dat dan? Ik geef mama een seintje en die gaat nu ook hardop meedenken. Zij blijft steeds betrokken bij wat er gebeurt. Zij moet Sanne immers later helpen. We bedenken gedrieën wat je bijvoorbeeld ook kunt doen als je schrikt of bang wordt bij de dokter of de tandarts in plaats van weg te rennen:

- 1) Voelen dat je bang mag zijn en besluiten het toch te gaan doen.
- 2) Naar iets anders kijken i.p.v. naar de naald (gedragsmatige vaardigheden)

3) 'Je fietsband een paar keer leegblazen' (flink uitblazen en rustig worden)

4) Stop zeggen met je hand of je mond als het teveel voor je wordt.

Nu moet er natuurlijk ervaren worden hoe ze zich voelt als ze bang is en hoe je dan dapper kunt zijn. Steeds bevestig ik haar dat ze bang mag zijn. Ik geef haar de ruimte om te kunnen gaan kiezen voor het nieuwe concept.

Sanne en de barbiepop gaan eerst samen ontdekken wat bang zijn en schrikken in je lijf doet. Kan je dat ook uitbeelden? Ze trekt haar 6 jarige lijfje strak samen.

Met een lang gekleurd trek elastiek zoeken we samen het gevoel van angst en spanning op en ik oefen met haar daarbij de vaardigheden die we bedacht hebben. Ook ervaart ze hoe het helpt 'als je goed op je eigen pootjes gaat staan'.

Mamma leeft bij deze oefening aan de zijkant mee, ze moedigt aan, is trots en geeft op juiste momenten Sanne de ruimte.

We staan tegenover elkaar. Sanne gaat trekken aan de ene kant van het elastiek, ik aan de andere, en dan kunnen we het, op afspraak, ook nog laten schieten.

Dat idee is op zich al spannend. Ze heeft er zin in, ik zie een opgewonden lach op haar gezicht en wat spanning in haar lijfje. Het is nog leuk spannend. We voeren de spanning op. Steeds gaat Sanne bij het strakker worden van het elastiek in haar lijfje voelen en met haar handen aangeven hoe groot haar angst is, of hoe groot haar schrik is wanneer ik het elastiek heb laten schieten. Ik let goed op haar gezicht en lijfje of ze nog een stap verder durft te gaan of het elastiek nog strakker mag om het dan te laten schieten. Ik voel in mijn eigen lijf mee of we al bij haar breekpunt qua angst zijn of dat het nog leuk spannend voor haar is. Blijft ze nog op haar eigen beentjes staan, in haar eigen kracht of zie ik dat ze het alleen uit opdracht gaat doen? Wordt ze wankel op haar benen?

Kan ze echt gaan voelen wanneer ze het eng vindt worden en dan haar nieuw bedachte vaardigheden gaan oefenen?

Aan Sanne's wangen kun je mooi zien hoe ze het beleeft: als het eng wordt worden ze steeds dunner, strakker, haar mond gaat richting streepje en haar ogen worden wat groter. Ze voelt haar buikje strak trekken. Aan haar bewegelijke schouder tjes zie je hoe ze zich ontlad, hoe ze zich wat strakker maar met de borst vooruit herpakt en hoe ze trots omhoog steken als ze zichzelf heeft overwonnen. Haar wangen glimmen dan bijna en haar huid wordt zacht. Je zou haar zo willen knuffelen. Sanne gaat ook voelen wat er in haar lijfje gebeurt als ze 'haar fietsband leegblaast'. Ze voelt dat haar angst dan kleiner wordt, dat ze 'dapper' durft te zijn, en ook dat ze steeds meer spanning aan kan zonder weg te rennen.

De vaardigheid *stop* te mogen zeggen geeft haar haar eigen macht, en geeft haar hersteltijd en ruimte om opnieuw de spannende situatie aan te gaan als zij zich weer dapper genoeg voelt. Hoewel zij alleen beslist, doen we dit toch samen. Ik luister immers naar haar.

Daarnaast spelen we ook de angst na die ze heeft ervaren (die moet immers een plek krijgen) en rennen hard gillend achter elkaar aan zoals Sanne gewend is in zo'n situatie te doen. Met een nepspuit geef ik als de dokter Sanne steeds prikjes waarbij ik best pittig duw en zij het dapperheidconcept uitprobeert. Wanneer ze opeens geïnteresseerd raakt in mijn hoog-laag behandelbank schakel ik, en toveren we deze samen om tot een tandartsstoel, mijn theedoek dient opeens als spuuglapje. Je ziet aan haar geconcentreerde gezichtsuitdrukking hoe hard ze aan het werk is op de spannende momenten maar ook hoe ze merkt dat ze door 'dapper te zijn' meer aankan dan ze dacht.

Ik zoek als pedagoge enkele ondersteunende attributen: een dapperheidsteentje en de Barbie. Waar de naald en het geluid van de boor de trigger voor paniek zijn, kunnen deze attributen haar helpers zijn bij het gevoel van 'dapper'.

Tijdens al dit speels beleven van haar angst en oefenen zie ik dat Sanne de nieuwe vaardigheden van angstregulatie in haar lijf gaat automatiseren. Door herhaling kan de oude, angstige gevoelslading er wat af gaan. Sanne en ik genieten van deze sessie waarin we veel lol hebben. Het blijkt namelijk heel leuk om dapper te kunnen zijn, daar kan je trots op zijn. Moeder ziet haar dochter groeien in haar ontwikkeling.

Met moeder bespreek ik later telefonisch wat de paniek van haar dochter op zo'n moment met haar doet. Het blijkt moeder te raken in haar eigen oude pijn, zij heeft vroeger het gevoel van paniek te goed gekend. Deze paniek wil zij Sanne nu besparen maar ze geeft haar daardoor onbedoeld de ruimte om 'ten volle in de angst te kunnen schieten, dit soms uit te buiten en de situatie niet aan te gaan'. Door in te zien dat Sanne's angst niet dezelfde is als háár oude angst kan ze Sanne in de toekomst beter begeleiden en haar de stevigheid bieden 'dat bang zijn mag, maar dat je dat kunt leren beheren'. 'Net als leren fietsen', en dat snapte Sanne.

Sanne moet de komende jaren elke 2 maanden naar de tandarts. Is ze nu helemaal vrij van angst? Nee, natuurlijk niet. De angst is wel minder en Sanne belde me na de eerste keer trots op dat ze dapper was geweest. Moeder heeft met Sanne en de tandarts de nieuwe vaardigheden besproken. De tandarts heeft ze op een groot vel geschreven en hangt ze op als Sanne komt. Ze hebben nu gezamenlijke handvatten die Sanne helpen haar angst in beheer te nemen.

Lopen al mijn behandelingen zo? Nee, dit had zeker te maken met Sanne zelf en met haar ouders. Sanne heeft genoeg basispresentie mee gekregen, eigenheid mogen ontwikkelen en een goede motorische, cognitieve en sociaal- emotionele ontwikkeling waardoor ze dit nieuwe concept kon ontvangen, aangaan en implementeren.