



praktijk voor haptotherapie

# Welkom!



# Even voorstellen...



# Vragen?

- Chat
- [leefhaptotherapie@gmail.com](mailto:leefhaptotherapie@gmail.com)
- DM via Facebook of Instagram

Tanja Helderma n - Balans

# Wat is haptonomie/ haptotherapie?

- Hapsis – nomos
- Gevoelsbeweging









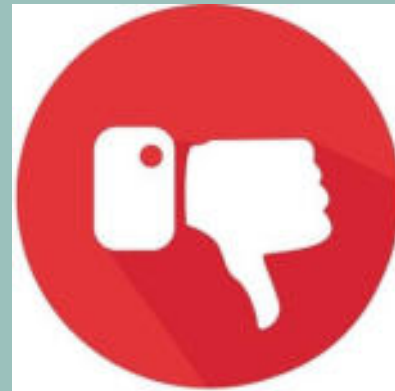






# Wat is haptonomie/ haptotherapie?

- Hapsis – nomos
- Gevoelsbeweging
- JA / NEE







praktijk voor haptotherapie



# Doel van haptotherapie

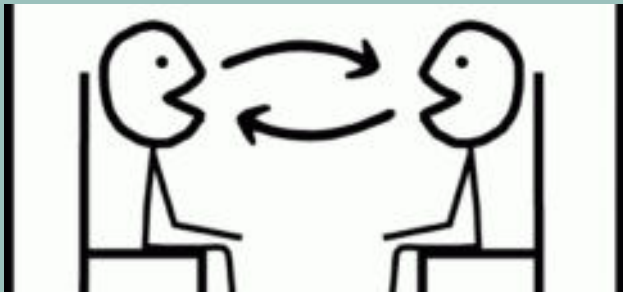
- Bewustwording gevoelsbeweging
- Lichamelijke signalen verstaan (verstrakken/verzachten)





# Op welke manier?

- In contact brengen met het basale voelen



# Positieve effecten van aanraken

- Vitaliteit
- Betere reflexen, minder stresshormonen bij prematuren
- Minder angst en minder klachten bij chronisch zieke kinderen
- Minder angst en minder disfunctioneel gedrag bij dementen
- Meer herinneringen, meer emotie toelaten
- Bescherming tegen desintegratie



# Eventuele negatieve effecten bij

- Vermoeide therapeut
- Therapeut niet goed in zijn vel
- Bij agressieve gevoelens
- Als er een seksuele lading spelt
- Overbetrokken therapeut
- Niet authentiek
- Te vroeg of onverwacht



# Ervaring



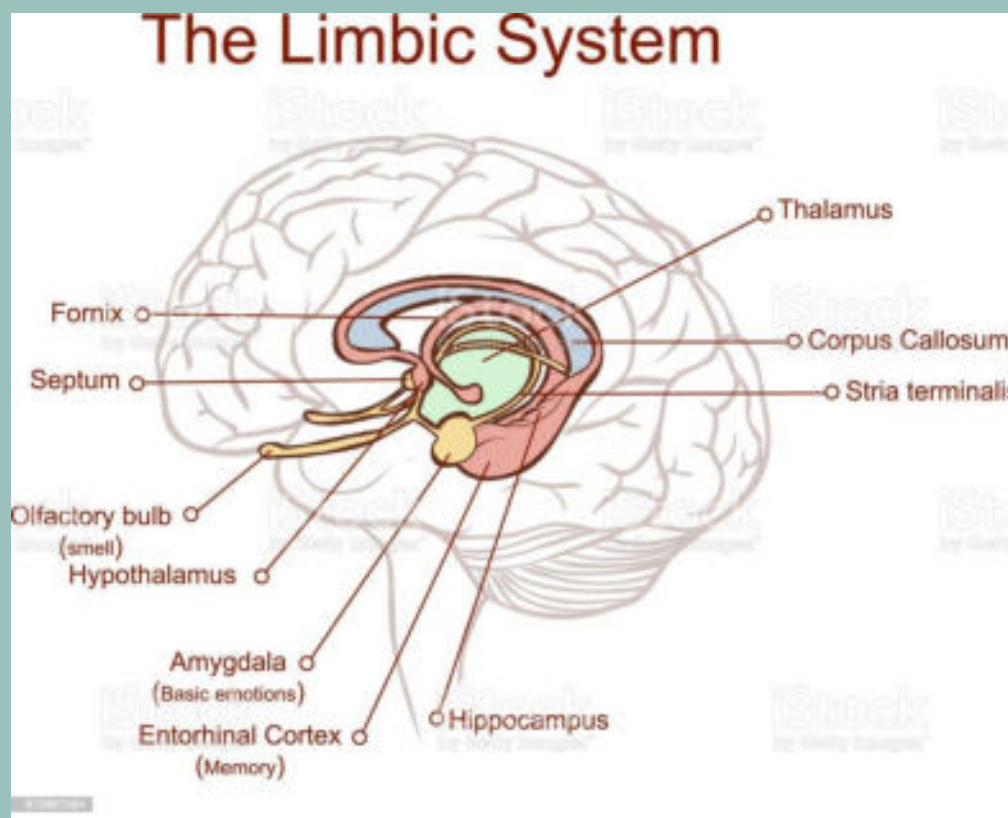
# Hechting

- Basis
- Tast
- Ervaring
- Voelen om te weten dat je een lichaam hebt



# Limbisch systeem

Meer aanraking  
en beelden, dan  
woorden en  
argumenten



# Hersenontwikkeling

- Gevoel
- Motorisch
- Verstand
- Nieuwe verbindingen



# Hechting

- Bevestiging
- Hechtgedrag
- Voorspelbaarheid
- Sensitief en responsief





# Onveilige hechting

- Spiegelen
- Gevoelservaringen
- Gevolgen:
  - ik-gericht / wilskracht
  - fundamentele onzekerheid
  - minderwaardigheid
  - onderdrukken van emoties
- Veilig met onveilige elementen



# Consequenties

- Voor je cliënt
- Voor jezelf



# Trauma

- Wat is het?
  - Type I en Type II
- Sociaal appèl



# Geheugen

- Traumatische ervaringen: opslag in limbisch systeem
- Normale, cognitieve en talige ervaringen: neocortex



- Veilige relatie met zorgverlener
- Affectieve aanraking
- Hertraumatisering
- Kijk naar de ander!



# Basis

- Bekkengebied
- Verkrampte alertheid
- Contact met kindje



# Ervaring



# Praktisch

- Begin bij jezelf, PTP principe
  - Presentie
  - Transparantie
  - Prudentie





# Praktisch

- Maak bewust contact
  1. Hoe bezet ben je?
  2. Laat je zien wat je zegt?
  3. Met wie maak je contact?
  4. Is de boodschap aangekomen?
  5. Let je op de reactie van de ander?



# Praktisch

- Vertrouwensband
- Ventraal vagale ankers
  - Wie
  - Wat
  - Waar
  - Wanneer



# Dissociatie

- Beschermingsmechanisme
- Symptomen
  - Verwarring
  - Geheugenverlies
  - Angst- of paniekaanval
  - Verdoofd gevoel
  - Niet of nauwelijks voelen van emoties
  - Gevoel van onwerkelijkheid
  - Hoofd vol watten
  - Alsof je buiten bewustzijn bent



# Wat kun je doen bij dissociatie?

- Veiligheid
- Prikkels verminderen
- Stem
- Evt juist wel zintuiglijke stimulatie
- Fysieke aanraking (maar...!)
- Praten





28 november 2022  
6 maart 2023  
5 juni 2023

# Voel (weer) dat het werkt!

## Daarom volg je deze nascholing:

- Gezonder werken met meer plezier en voldoening
- Beter aansluiten bij je cliënt én bij jezelf!
- Basiskennis opdoen van haptonomie
- Ervaren wat jouw aandeel in het contact doet met de ander
- Ervaren om bewust te worden van jouw patronen
- Werken met vertrouwen in je cliënt en in jezelf
- Accreditatie KNOV: 7 punten categorie A

*Meer informatie en inschrijven:*  
[leefhaptotherapie.nl/nascholing](http://leefhaptotherapie.nl/nascholing)  
[leefhaptotherapie@gmail.com](mailto:leefhaptotherapie@gmail.com)

06-28340464

