

# Haptonomie en Haptotherapie voor kinderen

## Haptonomie

Haptonomie gaat over voelen en contact met jezelf en anderen. Wie zijn eigen lichaam voelt kan voor zichzelf zorgen. Je voelt dan wat je nodig hebt, wat bij je past, wat je tempo is, wat je grenzen zijn en welke kant je op wilt. Dat geldt voor grote mensen en voor kleine mensen.

Volgens de Van Dale is haptonomie 'de leer van de tastzin en het gevoel'.

Haptonomie gaat ook over de gevoelsmatige communicatie tussen mensen. Mensen vertellen met hun houding, beweging en gebaren hoe het met ze is, hoe ze zich voelen. Het lichaam wordt gezien als de drager van die gevoelens. Vanuit deze visie op de mens werkt een haptotherapeut. Met behulp van oefeningen waarbij ervaringen en contact centraal staan. Hierbij gaat het om de gevoelsbeleving, niet om de prestatie.

## Over kinderen en ouders

Ouders raken hun kinderen van nature aan. Zonder woorden weet een kind dat het veilig is. Ouders leggen met dit vanzelfsprekende lichamelijke contact de basis voor het zelfvertrouwen en de zelfverzekerdheid van hun kind.

Kinderen verstaan de taal van de aanraking gemakkelijker dan volwassenen. Zij denken niet na over wat ze voelen. Als kinderen met gevoelens worstelen reageren ze primair en gaan simpelweg ander gedrag vertonen. Soms betekent dat dat ze contact gaan vermijden.

Als de vanzelfsprekendheid van het contact tussen ouder en kind verdwijnt kan dat verschillende oorzaken hebben. Dat kan aan de ouder, de school of omstandigheden van buiten liggen. Maar er kan ook iets met het kind aan de hand zijn. Met het gevolg dat het kind emotioneel in een isolement raakt.

## Haptotherapie voor kinderen

Een kind zal zich, net als een volwassene, alleen openstellen voor contact en aanraking wanneer het zich veilig voelt, wanneer het wordt gezien en wordt verstaan. Dit zijn essentiële voorwaarden om in de therapie vertrouwen op te kunnen bouwen en samen aan de slag te gaan.

Haptotherapie kan kinderen door aanraking bijvoorbeeld aan den lijve het verschil laten ervaren hoe het voelt als je je afsluit voor contact en hoe het lichaam zachter wordt als je je ervoor opent. Zo'n ervaring is voor het kind een aanmoediging om op een andere manier met moeilijkheden om te gaan.

Kinderen verstaan de aanrakingstaal goed omdat hun verstand er nog niet tussen zit. Juist omdat haptotherapie ervaringsgericht is, is het een waardevol instrument bij de behandeling van kinderen.

De reacties van kinderen op haptotherapie zijn heel direct. Als de therapeut niet werkelijk aandachtig en oprecht is in de aanraking, sluiten

kinderen zich af of beginnen over iets anders te praten. Des te jonger het kind, des te lijfelijker en directer het reageert. Maar ook des te sneller het zijn balans weer terugvindt en zonder hulp weer verder kan.

De haptotherapeut heeft een vakopleiding haptotherapie gevolgd en is bevoegd de verschillende fases van persoonlijke groei en ontwikkeling te begeleiden.

### **Bij welke problemen van uw kind kunt u denken aan haptotherapie?**

- Bij terugkerende, soms wisselende lichamelijke klachten als: hoofdpijn, buikpijn, maagpijn, misselijkheid, vermoeidheid en eczeem.
- Als het kind tegen lichamelijke grenzen aanloopt zoals: astma, hyperventilatie of motorische beperkingen.
- Als het kind spanningen uit via bedplassen, constipatie of problemen met slapen.

- Als het kind gepest wordt.
- Als het kind leer- of concentratieproblemen heeft.
- Als het kind overbeweeglijk of overactief is.
- Als er eetproblemen zijn.
- Als het kind (faal)angstig en gesloten is, zich moeilijk staande weet te houden.
- Als het kind niet meer graag aangeraakt wil worden of geen nabijheid verdraagt, snel geïrriteerd of boos is en blijft.
- Als de vanzelfsprekendheid in het contact met het kind door de ouder niet hersteld kan worden.
- Bij ingrijpende of traumatische gebeurtenissen die het kind niet kan verwerken.
- Als de ontwikkeling van het kind niet goed verloopt en het daardoor niet lekker in z'n velletje zit.
- Bij huilbaby's.

### **Werkwijze**

De intake bestaat uit twee of drie sessies en wordt afgerond met een intakeverslag en een gesprek. Tijdens de intake wordt geluisterd naar de aard van de klachten. Deze sessies zijn ook bedoeld om de ouders te laten ontdekken of ze vertrouwen hebben in deze vorm van hulp.

Of haptotherapie geschikt is voor het kind wordt meestal na een aantal behandelingen duidelijk. Ouders worden betrokken bij de therapie. Een goede samenwerking is hier zelfs erg belangrijk. Na iedere 6 tot 8 behandelingen volgt een evaluatiegesprek en desgewenst een verslag. Verslaglegging naar de huisarts of andere verwijzers gebeurt uitsluitend na schriftelijke toestemming van de ouders.

Haptotherapie wordt door diverse zorgverzekeraars geheel of tot een bepaald maximum vergoed.

Nog vragen?

Bel voor informatie of een afspraak:

Praktijk voor Haptotherapie  
Jenny Verwey  
Wijkweg 3  
8434 PG Waskemeer

T 0516 577564  
[info@haptotherapienoord.nl](mailto:info@haptotherapienoord.nl)  
[www.haptotherapienoord.nl](http://www.haptotherapienoord.nl)