**Hechting: Het Lichaam Als Verhaal**

*Affectief contact maken met ingelijfde kindstukken*



## Lijfelijk ervaren van hechtingspatronen

We weten dat vroege hechtingspatronen doorwerken in het latere leven, maar hoe kan hiermee gewerkt worden in therapie vanuit lijfelijk ervaren? De eerste die onderscheid maakte tussen veilige en onveilige hechting was Bowlby (1969). Zijn theorie wordt ook door recentelijk neurobiologisch onderzoek ondersteund. Hechtingservaringen zijn de basis voor het latere psychisch functioneren. Deze ervaringen leiden ertoe dat er ‘innerlijke werkmodellen’ worden gevormd die het kind gaat gebruiken om te anticiperen op en in contact te komen met de buitenwereld. De innerlijke werkmodellen zijn niet alleen mentale representaties, maar ook belichaamde representaties, die bepalen hoe het ‘zelf’ in relatie tot anderen beleefd en waargenomen wordt. Is het zelf competent en om van te houden; zijn anderen beschikbaar en veilig – of niet? Deze theorie staat de laatste tijd weer volop in de belangstelling bij diverse therapeutische stromingen zoals in de Schematherapie, Cognitieve Gedragstherapie, Emotionally Focused Therapy en in de Relatie - en Systeemtherapie. Ook is er meer aandacht voor de therapeutische relatie waarbij de hechting tussen therapeut en cliënt centraal staat. Tijdens deze dag willen wij jullie meenemen in het hechtingsproces vanaf het begin (prenataal) tot het eind. Wij willen vooral benadrukken wat er in het affectief contact van belang is en hoe belangrijk daarbij het lijfelijk ervaren is.

## Wat kun je verwachten?

In de ochtend wordt de theoretische basis van de dag gelegd, wat verzorgd zal worden door **verschillende sprekers**. Els Plooij zal samen met de dagvoorzitter de dag inleiden. Lidy Cornelissen beschrijft de persoonlijke blauwdruk die je ontwikkelt in contact en in relaties met anderen. Dit begint in de prenatale fase, waarin er via de navelstreng fysieke, psychische en emotionele wisselwerking en beïnvloeding is tussen moeder en kind. Deze ervaringen worden in het lichaam van het kindje opgeslagen en neemt het de rest van zijn leven mee. Monica Pollmann zal het in haar lezing hebben over het optimaliseren van het affectief contact tussen ouders en hun opgroeiende kind. Zij geeft voorbeelden van begeleiding bij kinderen met mild probleem gedrag en hun ouders met opvoedingsvragen en legt uit waar aanraken van toegevoegde waarde is voor het doen toenemen van het affectieve contact in het gezin. Myriam Hoornick zal stil staan bij de problemen die kunnen ontstaan wanneer er geen veilige hechting tot stand kan komen en wat dit kan betekenen in de volwassenheid met betrekking tot persoonlijkheidsvorming en –problematiek. Ook staat zij stil bij de therapeutische mogelijkheden op dit gebied. Marcel van Duursen zal jullie aan het eind van de ochtend meenemen in wat er zo allemaal lijfelijk te ervaren valt bij jezelf en in contact met een ander. In de middag vinden diverse workshops plaats, waarin wij jullie willen laten ervaren wat mogelijk is om het hechtingsproces te verdiepen of eventueel te herstellen.
In de middag vinden drie workshoprondes plaats. Klik hier voor meer informatie over deze workshops.

**Wanneer**: donderdag 26 april, 09:00-17:00
**Locatie**: Academie voor Haptonomie te DOORN, Jan Ligthartlaan 1, 3941 BG Doorn

**Kosten** (incl koffie en thee, lunch zelf meenemen): studenten €20,-; starters €30,-; NIP-leden €45,- en niet-leden €90,-

**Programma** Body@Work-dag 09:00-17:00

9:00 Inloop, koffie & thee

9:30 Welkom en inleiding
10:00 Hechting, tijdens zwangerschap
10:30 Hechting, in het gezin
11:15 Hechting in de volwassenheid
11:45 Oefening: aan den lijve ervaren

12:30 Lunchpauze
 *Workshops*
13:15 Hechting binnen het gezin
14:15 Een ontmoeting met het kind in ons
15:30 Affectieve verbondenheid in relaties
16:30 Afsluiting

**Doorkliklink verschillende sprekers**

## Sprekers/Workshopleiders

**Els Plooij** is psycholoog, GZ-haptotherapeut en staat geregistreerd als Lichaamsgericht Werkend Psycholoog NIP. Zij was jarenlang verbonden als docent aan de Academie voor Haptonomie in Doorn.  **Lidy Cornelissen** is GZ-haptotherapeut en docent aan de Academie voor Haptonomie in Doorn. Daarnaast is zij Haptonomisch zwangerschapsbegeleidster. Lidy is van origine psychiatrisch verpleegkundige. Zij werkt in Haptotherapiepraktijk Wijk bij Duurstede.

**Monica Pollmann** is werkzaam als pedagoog opvoedingsondersteuner, Infant Mental Health (IMH) generalist en haptotherapeute, waarbij zij werkt als docente aan de academie voor haptotherapie en in haar eigen praktijk met kinderen en hun ouders. Zij combineert de IMH-visie met de inzichten vanuit de haptotherapie die betrekking hebben op het optimaliseren van het affectief contact tussen ouders en hun kind.

**Myriam Hoornick** Myriam is psycholoog, psychotherapeut, relatie en systeemtherapeut GZ-haptotherapeut, gespecialiseerd docent relatietherapie op haptonomische basis aan de Academie voor Haptonomie. Als psychotherapeut is gespecialiseerd in de behandeling van vroegkinderlijk trauma en persoonlijkheidsstoornissen. Als haptotherapeut is zij gespecialiseerd in relatietherapie, waarbij zij intensief samenwerkt met Marcel.

**Marcel van Duursen** GZ-haptotherapeut, docent aan de Academie voor Haptonomie. Gespecialiseerd docent relatietherapie op haptonomische basis. Hij begeleidt mensen met relatie- of systeemproblemen en specialiseerde zich in het werken met mensen met vroegkinderlijk trauma.

**Ralph Evers** is werkzaam als psycholoog NIP en gestalttherapeut in Utrecht. Hij heeft ruim 10 jaar ervaring met diverse doelgroepen en combineert gestalttherapeutische en psychologische interventies op zo'n manier dat ze vloeiend in elkaar overlopen.

**Doorkliklink workshops**

**De workshops**

**Hechting binnen het gezin, door Monica Pollman**

In haar workshop neemt zij jullie mee in een aantal ervaringsgerichte oefeningen waarbij de nadruk vooral ligt op daar waar aanraken van toegevoegde waarde is voor het doen toenemen van het affectieve contact in het gezin.

**Affectieve verbondenheid in relaties, door Marcel van Duursen en Myriam Hoornick**

Een gevoel van veilige verbinding tussen liefhebbende partners is de sleutel tot een liefdevolle relatie en een diepe bron van kracht voor de afzonderlijke deelnemers aan zo’n relatie. De EFT therapie van Sue Johnsson, is hier volledig op ingericht. In deze workshop demonstreren Myriam en Marcel hoe zij haptonomie integreren in de relatietherapie. Haptonomie is een benaderingswijze die zich richt op het ontwikkelen van contact met jezelf en de ander. Binnen de begeleiding van paren richten we ons op de gegroeide verstoringen in de communicatie en het contact waardoor de liefde niet meer kan stromen. Door oefeningen te doen en situaties te creëren, doen partners ervaringen met elkaar op die de bestaande patronen in communicatie en contact binnen de relatie verhelderen. Door de opgedane inzichten kun je veranderingen gaan aanbrengen in deze patronen. Hoe maak je problemen met thema’s als macht, vertrouwen, intimiteit, afhankelijkheid en vrijheid tastbaar en voelbaar? Hoe maak je destructieve patronen inzichtelijk? Hoe krijg je helder hoe ieders familiegeschiedenis en hechtingstijl meespeelt? Hoe begeleid je paren naar affectieve verbondenheid in dynamische balans met persoonlijke vrijheid?In persoonlijke vrijheid affectief verbinden.
Bekende haptonomie-onderwerpen komen langs: afstand en nabijheid, harmonie en conflict, verbinding of isolement, controle en overgave, geven of nemen.
Het paar kan hierdoor meer bewust worden van eigen patronen. In de liefdesrelatie wordt vooral het spanningsveld gevoeld tussen autonomie en verbondenheid, Wat gebeurt er non-verbaal? De therapeut is vooral waarnemer en reflecteert met het paar op wat zich voordoet. In deze workshop willen wij jullie vooral meenemen in het ervaren.

**Sprookjes en gestalt - een ontmoeting met het kind in ons**, door Ralph Evers

Voor kinderen is de taal van sprookjes een levende taal, die hen direct aanspreekt. Wanneer we volwassen worden, raken we die geraaktheid kwijt. Sprookjes zijn dan vaak amusante verhalen, die - vaak - een duidelijke boodschap en moraal overbrengen. Dat die taal veel rijker blijkt, is wat we gaan ervaren in deze workshop. Aan de hand van een bekend sprookje gaan de deelnemers zich actief inleven in het sprookje. Niet alleen in woord, maar ook in daad. Wat past bij het personage van de prinses? Waar leeft de prinses in mij? Welke taal hoort daarbij? Welk lichaam hoort daarbij? En hoe resoneert de prinses in mij op dit moment? Dezelfde vragen kunnen gesteld worden voor de visser, de vader, het lelijke eendje, de vrijer, etc.

Middels de taal van het sprookje ondergaan we een reis in onszelf, waar we onder andere plezier, pijn, verrassing en nieuwsgierigheid tegenkomen. Laat je betoveren door oeroude wijsheden en je eigen sprankelende interesse.