

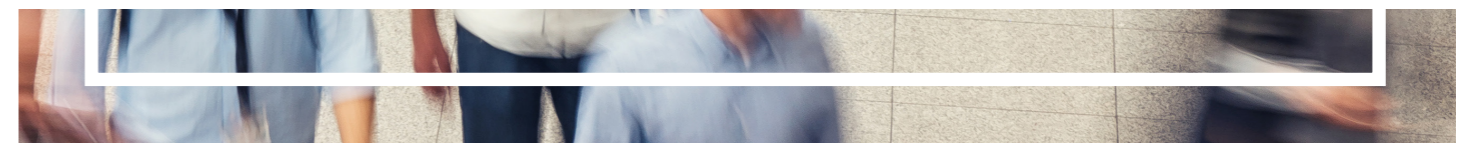
Synergos Amersfoort
Regentesselaan 21
3818 HH Amersfoort

033-4638817
info@synergos.nl



Synergos

“Voelen is van iedereen en van alledag”



INHOUD

3 Haptonomie gaat over...

Je lichaam liegt nooit
Voelen kun je scholen
Het toepassingsgebied van de haptonomie
Voelen, denken, handelen

5 Basisjaar

Themadagen

7 Haptonomische Basiskennis

De cursus leidt tot:

9 Haptonomie binnen je eigen vakgebied

Hulp- en zorgverlener op Haptonomische Basis
Coach op Haptonomische Basis
Leerkracht op Haptonomische Basis
Stervensbegeleider op Haptonomische Basis

15 Persoonlijk Jaar

Themadagen

17 Vakopleiding voor Haptonomie

Doel van de vakopleiding
Haptonomisch vakmanschap houdt in
Werkwijze
Didactische werkvormen
Het project
De studiebelasting van de vakopleiding
De fasen in het begeleidingsproces


Instroomeisen
Studieopbouw en studieduur
Afstudeerrichtingen

Jaar 1
Jaar 2
Jaar 3

Haptonomie gaat over...

“Haptonomie gaat uit van het belang en de kracht van gevoelens in de communicatie”

Haptonomie gaat uit van het belang en de kracht van gevoelens in de communicatie. Gevoelens spelen een grote rol in ons leven: thuis, op het werk, binnen hobby's en sporten. Ze bepalen in belangrijke mate wat we doen, welke keuzes we maken en ook de manier waarop we dat doen. We krijgen een bepaald gevoel bij situaties en mensen die we tegenkomen. Dat gevoel is van invloed op wat we gaan doen, welke keuzes we maken en ook op de wijze waarop we dat doen: als je kwaad bent zul je een situatie waarschijnlijk anders aanpakken dan wanneer je bang bent. Herkennen van je gevoelens en de mate waarin je ernaar luistert, bepaalt de duidelijkheid in jezelf. Bewustzijn van gevoelens maakt keuzes mogelijk en is ook van invloed op de manier waarop je ze expressief maakt naar anderen toe. Daarmee speelt dit bewustzijn een rol in de mate van helderheid van je communicatie met de wereld om je heen.



Synergos organiseert trainingen, cursussen en opleidingen in de haptonomie.

Daarin staan het belang en de kracht van gevoelens centraal.

Je lichaam liegt nooit

Mensen zijn gevoelig voor non-verbale signalen (houding, beweging, klank van de stem e.d.). Deze signalen spelen altijd een rol binnen communicatie en zijn een uiting van gevoelens die we op een bepaald moment hebben. We kunnen nog zo ons best doen om vriendelijk over te komen, als we eigenlijk kwaad zijn, dan is dat toch zichtbaar in onze houding en beweging en hoorbaar in onze stem.

Voelen kun je scholen

Ons denken en doen hebben we goed ontwikkeld met behulp van de lessen die we vanaf de kleuterschool tot en met onze beroepsopleiding hebben gevolgd. Voor voelen hebben we geen speciale lessen gehad. Voelen lijkt iets te zijn wat gegeven is wanneer je wordt geboren en waar je vervolgens weinig meer aan hoeft te doen. Maar ook dit kunnen we ontwikkelen en aanscherpen. Verstand krijgen van voelen helpt om onszelf en anderen beter te begrijpen en is een basis voor emotionele en sociale intelligentie. Daarbij komt dat we in onze beoordeling van elkaar meer belang hechten aan wat we voelen van elkaar dan aan wat we zeggen.

Het toepassingsgebied van de haptonomie

Omdat gevoelens een belangrijke rol spelen binnen communicatie, heeft haptonomie toegevoegde waarde in het brede werkveld van sociaal en emotioneel gedrag. Haptonomische interventies zijn zinvol bij inter- en intrapsychische processen die vastgelopen zijn, haperen of waar ontwikkeling gewenst is. De interventies zijn gericht op ontwikkeling, verdieping en verheldering.

Voelen, denken, handelen

In de haptonomie gaan we bij Synergos vooral uit van de wisselwerking tussen voelen, denken en handelen. Het voelen zien we als de meest basale functie van deze drie. Vóór alles zijn we in de wereld gekomen als 'voelers' en 'bewegers'. Denken ontwikkelen we pas later in ons bestaan. Dat de rol van het denken in de loop van ons leven steeds meer de overhand krijgt neemt niet weg, dat onder alle denken en handelen nog steeds een gevoelslaag zit die invloed uitoefent. Deze invloed is vooral terug te vinden in de beweging, hoe miniem ook. Voelen is bewegen, of dat nu van binnen is of van buiten. De meest primaire beweging is dat iemand ergens naartoe of ergens vanaf beweegt.

“Onze manier van lesgeven, met veel praktijkoefening binnen het leersysteem, vereist volop persoonlijke begeleiding en aandacht.

Wij werken daarom met kleine groepen”

Het basisjaar

- 13 dagen
- Lesdagen 10:00 uur tot 17.30 uur
- Geen toelatingseis
- Geen verplichte thuisstudie-uren
- Start 2 keer per jaar in Amersfoort
- Start 1 keer per jaar in Den Haag

Onze manier van lesgeven, met veel praktijkoefening binnen het leersysteem, vereist volop persoonlijke begeleiding en aandacht. Wij werken daarom met kleine groepen.

Het basisjaar kunnen we in 2 fases verdelen. In de eerste fase (dag 1 tot en met 8) word je je steeds bewuster van jezelf in haptonomisch perspectief en krijg je diepgaand inzicht in je persoonlijke gevoelsontwikkeling.

De tweede fase (dag 9 tot en met 13) gaat over de wijze waarop je gevoelens inzet en mee laat spelen in dagelijkse situaties waarbij ook aandacht is hoe je dit verder kunt ontwikkelen.

- 1 Inleiding in de haptonomie
- 2 Lichamelijke en haptonomische fenomenen
- 3 Emoties
- 4 Waarnemen
- 5 Bewegen en emotie
- 6 Grondpatronen
- 7 Communicatie
- 8 Aanraken
- 9 Sport
- 10 Werk
- 11 Thuis
- 12 Leren
- 13 Evaluatie

Je kunt je op iedere les voorbereiden; het desbetreffende hoofdstuk met theorie van de dag staat in de reader, die je voor aanvang van het basisjaar tot je beschikking krijgt.

Hiernaast wat theorie behorend bij een aantal dagen.

Themadag Lichamelijke

Ons lichaam dat zijn wij zelf. Onze manier van doen is onze manier van zijn. Het is onze enig grijpbare werkelijkheid. Maar welk woord kan duidelijk maken dat het lichaam van een mens en zijn manier van zijn samenvallen? De fenomenologen uit de jaren vijftig van de 20e eeuw probeerden het door middel van ‘bezielde lichamelijke’: je bent je lichaam met al haar gedachten, gevoelens, gewaarwordingen en gemoedstoestanden. Zijn wij echter een op zichzelf staande entiteit, afgesloten van onze omgeving? We zijn altijd ‘mens in een bepaalde situatie’. Wij verlenen bepaalde betekenissen aan de situatie waarin we ons bevinden. Zijn we dan een betekenisverlenende bezielde lichamelijke? Eén ding is zeker: als je een lichaam aanraakt, raak je daarmee een mens aan.

Themadag Fenomenologie

Fenomenologie is de leer der verschijnselen. Voor wie meer te weten wil komen over verschijnselen, of het nu gaat om een natuurfenomeen of een verschijnsel op sociaal gebied, is er - naast de natuurwetenschappelijke onderzoeksmethode - de fenomenologische benadering. De fenomenologie benadert een levend wezen op een andere manier dan de natuurwetenschap. Deze laatste analyseert en ontleedt organismen, in een poging door te dringen tot het wezen van plant, dier of mens. De gedachte hierachter is: als ik alle delen ken, dan ken ik het geheel. Zij ontleedt ook dode overblijfselen, teneinde meer te weten te komen over het levende. Er wordt gedetermineerd en daaruit worden conclusies getrokken. De natuurwetenschap gaat uit van een vooronderstelling, stelt hypothesen op en gaat op zoek naar de (on)waarheid van deze hypothesen. Het is een convergerende benaderingswijze. De fenomenologie richt zich juist niet op het ontleden van wezens. Zij richt zich op het wezen in vol ornaat, op de totaliteit, het geheel der gebeurtenissen. Uit een brei van waarnemingen duikt de essentie van het verschijnsel uiteindelijk op als een steeds waarneembaar, toetsbaar, herhaalbaar gegeven. Het verschijnsel wordt ‘voor waar aangenomen’ tot blijkt dat het anders is. Daarbij observeert men zo objectief en onbevooroordeeld mogelijk. Het is een divergerende benaderingswijze.

Over voelen.

Er is een brede laag van zintuiglijke indrukken die je in de wereld opdoet. In de bovenlaag gaat het om het lichaam dat je hebt, wat zijn indrukken opdoet, waarmee je kunt rekenen, analyseren, afstanden schatten. Het doet er niet toe, of jij het bent die waarneemt; het betreft hier een neutraal registreren van prikkels. Daaronder zit een laag die te maken heeft met beleving. Dat is de laag waarover we het hebben als we over voelen spreken. Voelen is de betrokkenheid op de dingen om je heen, wat doet dát wat er is met jou, welke betekenis heeft dat voor jou. Globaal is dat een diffuus gevoel van behagen of onbehagen. Dat wordt zichtbaar en voelbaar in een beweging: heel basaal reageer je door ergens naartoe te bewegen of er vanaf. Eigenlijk zeg je met je lichaam gewoon ergens “ja” of “nee” tegen. Vaak blijft deze beweging voorbewust. Voelen is niet alleen de onderlaag bij tasten, maar ook bij horen, zien, ruiken en proeven, kortom een onderlaag bij alle zintuigen.

Themadag Waarnemen

Aan elke actie en reactie in het contact tussen mensen ligt de waarneming van elkaar en elkaars gedrag ten grondslag. We zijn ons daarvan voor een groot deel niet bewust, maar we treden de ander tegemoet vanuit wat we (onbewust) zien, horen, ruiken en voelen van die ander. Onze waarneming heeft grote invloed op ons gedrag en is dan ook een belangrijke basis voor onze interacties met anderen. Maar ook voor de manier waarop we leren, de hobby die we kiezen, de keuzes die we maken. Dat wij geneigd zijn op een bepaalde manier te handelen en niet anders, hangt voor een groot deel af van hoe wij de ons omringende wereld waarnemen. De manier waarop wij dat doen vertelt iets over hoe wij ons in die wereld voelen. Omdat wat we waarnemen onze keuzes en ons handelen zo aanstuurt, is het van belang om te onderkennen waar en hoe de eigen kleuring in de waarneming komt. Een manier om daar achter te komen is te kijken naar hoe een waarnemingsproces zich stapsgewijs afspeelt, waar de eigen subjectiviteit in het spel komt en waaruit die bestaat. Uitgaande van je vooroordeel (datgene wat je iets doet, beweegt) kun je de feiten gaan onderscheiden (door uitwisselen met anderen). Je kunt dan als het ware een rijtje feiten verzamelen over iets, iemand of een voorval, dat je vervolgens kunt interpreteren. Daarvoor moet je de feiten vaak ook weer terugplaatsen in het geheel. Feit: iemand heeft een baard van 3 mm. Is dit slordigheid of perfectie? Daarover kun je pas iets zeggen als je diverse gegevens over die persoon naast elkaar zet en daar vervolgens de 3 mm baard in plaatst.

Themadag Bewegen en emotie

Alles begint bij ons eigen lichaam. Ons lichaam dat zijn wij zelf. Ons lichaam is het enige, direct kenbare voor ons in deze wereld. Zonder dat lichaam, zonder onszelf in dat lichaam te ervaren, is er geen besef dát we zijn, weten we ook niet wie we zijn, wat de wereld om ons heen ons doet, of hoe wij ons verhouden tot die wereld. We leven door middel van ons lichaam in een tastbare, hoorbare, zichtbare, voelbare, ruikbare en proefbare wereld. Onze identiteit is op de eerste plaats een lichaamsidentiteit. Zelfs de grote man van het psychisch on- en onderbewuste, het ego, het it en het superego,

Sigmund Freud, zei reeds: “ons ego is bovenal een lichaamsego”, zonder het besef van je eigen lijf is er geen duidelijk referentiekader. Impressiekanalen en expressiekanalen. Ons lichaam kun je zien als entiteit met impressiekanalen; de buitenwereld laat haar indruk achter op ons lichaam. Via onze zintuigen komt de informatie over de buitenwereld binnen. Wat die informatie met ons doet, voelen we via de proprioceptie en het vestibulair systeem (evenwichtsorgaan). Wanneer we schrikken, kunnen we dat voelen aan onze spieren die zich spannen, ons hart dat versneld gaat slaan of een achterwaartse beweging die we maken (met je hakken in het zand, verstijfd van schrik). Maar niet alleen de buitenwereld laat haar indruk achter. Ook onze eigen behoeftes, onze gedachten, onze normen en waarden doen dat, als een meer of minder geïnternaliseerde buitenwereld.

Themadag Grondpatronen

Herkenbaarheid. Een grondpatroon is te achterhalen door iemand waar te nemen. We doen deze waarnemingen onder andere op de volgende aspecten: houding, beweging, stem, rollen en posities die iemand inneemt, de manier van waarnemen, de manier van omgaan met conflicten, de manier van denken en relatievorming. Uit de waargenomen aspecten komen herhalingen naar voren, karakteristieken die een grondpatroon vormen. Kortom: het grondpatroon kunnen we waarnemen bij alle expressiekanalen die we tot onze beschikking hebben. “Hij is een rots in de branding”, “ze gaat als een vlinder door het leven”, “een brompot”, “een blok beton”,..... zijn in de spreektaal van alledag omschrijvingen van een mens met een bepaald grondpatroon: je kunt je daarbij een bepaalde manier van bewegen, praten, ruziën e.d. voorstellen. In verschillende persoonlijkheidstheorieën, kom je termen tegen die verwant zijn aan wat wij als grondpatroon zien, zoals karakter, type, temperament, enneagrammen, kleuren. Het begrip grondpatroon onderscheidt zich hiervan, omdat hierin zowel voelen, denken als handelen worden betrokken en het verband hiertussen inzichtelijk wordt gemaakt.

Haptonomische basiskennis

“Naast bewustwording werken we aan het vergroten van kennis en vaardigheid”

Voor wie (nog) geen heel basisjaar wil doen, maar wil leren om haptonomische grondbeginselen toe te passen binnen zijn/haar vakgebied en/of in relaties. Doel van de cursus is het verhogen van je contactuele kwaliteit. Kennis en inzicht van haptonomie maakt dat mensen begripvoller, helderder en effectiever met elkaar in contact kunnen zijn.

Haptonomische Basiskennis

- 3 dagen
- Lesdagen 10:00 uur tot 17.30 uur
- Geen toelatingseis
- Geen verplichte thuisstudie-uren
- Start 2 jaarlijks in Amersfoort/Den Haag

Na afloop ontvang je een certificaat. Om in aanmerking te komen voor de SKB-accreditatie (E.2 156/5,6 EC's) is er een bijkomende literatuurlijst.



Na deze 3 dagen ben je bewuster van:

- Je eigen gevoelens en manieren van contact maken
- Je interactie met anderen
- Hoe je overkomt op anderen
- De betekenis van gevoelens op het dagelijks leven.

De cursus leidt tot:

Vaardigheid in:

- Feitelijk kunnen waarnemen van houding, beweging, stem, ademhaling van anderen.
- Het kunnen benoemen van gevoelens en lijfelijke gewaarwording van jezelf.
- Het leren herkennen van bewegingskwaliteiten en patronen.
- Zicht krijgen in de manier waarop iemand beweegt en zich verhoudt tot zichzelf en zijn omgeving.

Kennis over:

- De relatie tussen de verschillende emoties en hun bewegingskwaliteiten.
- De relatie tussen hoe iemand aanvoelt en hoe iemand beweegt.
- De consequenties voor communicatie en welbevinden in fysiek en emotioneel opzicht zowel van jezelf als van de ander.
- Psychologische theorieën over emoties.

Bewust worden van:

- Eigen lijfelijke gewaarwordingen.
- Eigen houding, beweging, stem, interactiemaniër.
- Emotionele aansturing en wat dat voor invloed heeft (betekenisverlening).
- Rem in de expressie van innerlijke bewogenheid, of en hoe er sprake is van (dis)congruentie.



“Op zoek naar jouw grondpatronen en naar hoe dat doorwerkt in alle facetten van je leven. Je persoonlijke coach loopt met je mee.”

“Haptonomie binnen je eigen vakgebied” is een opleiding waarin je Haptonomie leert toepassen binnen je eigen werk of vak. Deze opleiding op HBO niveau wordt afgerond met een certificaat.

In deze opleiding is veel ruimte voor ervaringen en het onderzoeken van je patronen en voorkeuren en wat die bij anderen teweegbrengen. Ook de huiswerkopdrachten dragen bij aan zelfinzicht.

Een opleiding die is opgebouwd uit:

- Basisjaar Haptonomie van 13 dagen
- Persoonlijk coachingstraject van 10 uur
- De opleiding wordt afgesloten met certificaat



Na een afgerond Basisjaar zijn er 4 richtingen waarin je kunt specialiseren:

Hulp- en zorgverlener op Haptonomische Basis
voor mensen werkzaam in de zorg- en hulpverlening.

Coach op Haptonomische Basis
voor teamleiders, vertrouwenspersonen, afdelingshoofden enz.

Leerkracht op Haptonomische Basis
voor leraren in basis- en middelbaar onderwijs.

Stervensbegeleider op Haptonomische Basis
voor mensen die werkzaam zijn in de palliatieve en terminale zorg.

Als je de opleiding afgerond hebt, voldoe je aan een aantal belangrijke voorwaarden als haptonomisch begeleider:

Je kunt afstemmen: gevoel voor tempo, ritme, ruimte, taalgebruik, stemvolume, manier van denken en doen van een ander.

Je bent primair relatiegericht; gericht op de interactie en wat daarin gebeurt.

Je hebt een onderzoekende attitude: er is een voortdurende belangstelling en betrokkenheid naar hoe een ander situaties in het leven aanpakt en zijn leven vormgeeft.

Alle 3 bovenstaande componenten worden aangestuurd door je emotionele grondpatroon en je momentane emoties. Tijdens de specialisatiefase ga je op zoek naar jouw grondpatroon en naar hoe dat doorwerkt in verschillende facetten (bijvoorbeeld je manier van waarnemen, aanraken, gespreksvoering, interactie).

Bovendien krijg je zicht op wat jouw grondpatroon bij anderen bewerkstelligt en krijg je zicht op manieren om het ook anders te kunnen doen.

We omschrijven hiernaast wat onderwerpen die betrekking hebben op een algemeen deel als begeleider. Deze zijn dus voor alle specialisaties van belang en komen aan de orde tijdens de coaching.

Als een rode draad door alle coachingsessies heen komen deze onderwerpen voortdurend aan bod:

Waarnemen

- Vaardigheid ontwikkelen in het waarnemen van jezelf en de ander.
- Het scheiden van de feiten, interpretaties en gevoelens.
- Bewustwording vanuit welke attitude je waarneemt en welke kleuring dat geeft, en daarover expressief zijn.
- Op meerdere gebieden tegelijkertijd waarnemen (bijvoorbeeld stem, houding en inhoudelijke tekst).
- Waarnemen van interacties (stijlen, posities, patronen).
- Feiten ordenen en toetsen zodat je aannames kunt maken over de emotionele aansturing (denken, doen en voelen) van de patiënt/ cliënt en de daaruit voortvloeiende interactiesystemen.
- De waarnemingen kunnen plaatsbinnen het door Synergos gehanteerde theoretisch kader en de diverse cirkels.

Aanraken

- Bewustwording van je manier van aanraken.
- Bewustwording van wat je zelf voelt bij aanraken of aangeraakt worden en dit kunnen verwoorden.
- Keuzes maken in de mate waarin je 'gevoel hebt' voor jezelf of de buitenwereld (wat tastbaar is in je lichaamsspanning en zichtbaar en hoorbaar in hoe je met die buitenwereld en jezelf omgaat).
- Hoe en wat de invloed van de omgeving op jou is.
- Tijdens het aanraken de patiënt/cliënt helpen zijn gevoelens te leren exploreren en verwoorden.

Gespreksvaardigheid

- Bewustwording van je eigen gespreksstijl, de daaraan gekoppelde gespreksvaardigheden en je emotionele aansturing.
- Samenvatten, doorvragen ten behoeve van verbreding en verdieping, ordenen, confronteren, meebewegen, luisteren, concretiseren.
- Het geven van feedback op zowel verbale als non-verbale expressies van de ander.
- Het omgaan met ontvangen van feedback.

Hulp- en zorgverlener op Haptonomische Basis is een opleiding/coaching voor mensen die in de omgang met hun patiënten veel te maken hebben met verzorgen, afstemmen, aanraken, tillen en interactie.



Afstemmen is belangrijk voor een hulp-/zorgverlener. Afstemmen reguleert de lichaamsspanning vanzelf. Deze lichaamsspanning is meer op maat dan wanneer je een patiënt vraagt zich te ontspannen, bovendien kost het de patiënt geen moeite. Afstemming leidt tot overeenstemming.

Als je afstemt beweegt de patiënt met je mee, hij begrijpt je beter, je kunt meer aanspraak maken op zijn eigen vermogen (kracht, beweeglijkheid, zelfstandigheid) en dat betekent dat transfers lichter worden. Je kunt de patiënt makkelijker in de goede houding leggen voor bijvoorbeeld onderzoek omdat de patiënt soepeler en meer ontspannen is. Voor de hulpverlener is het werk minder zwaar.

Tijdens je persoonlijk op maat programma (p.o.m) werk je onder andere aan:

- Haptonomisch verplaatsen, tillen en bewegen.
- Manieren van samenwerken.
- Hoe nodig je de ander uit?
- Gebruikmaken van interactiedynamiek in de samenwerking, hierbij wordt ook aandacht besteed aan de theorie van de Roos van Leary over interactiedynamiek. Wat zet je in en wat is het effect daarvan op de ander? In oefening kun je ervaren wat de diverse stijlen voor verschillen in interactie opleveren.

Onderwerpen die in het kader van afstemming aan de orde komen zijn:

- Hoe stem je af met iemand die je niet kent?
- Hoe kom je tot gedeelde persoonlijke ruimte?
- Hoe zet je in het contact je eigen gevoelens in?
- Hoe nodig je iemand gevoelsmatig uit?
- Hoe maak je de samenwerking optimaal?
- Hoe blijf je voelen als je handelt?
- Hoe blijf je voelen onder druk?

- Omgaan met pijn en blokkades.
- Bevragen en onderzoek.
- Bewegingspatronen en kinesiologicalische principes.
- Eenvoudige manieren om invloed uit te oefenen.
- Faciliteren van beweging.

Persoonlijke Coaching is een opleiding/coaching voor mensen die te maken hebben met instrueren of coachen van anderen, aanspreekpunt of vertrouwenspersoon zijn voor anderen, voor mensen die veel vergaderingen leiden en willen leren over de werking van aansturen en adviseren, en voor mensen die zich willen verdiepen in de werking van contact. Je gaat de interactiedynamiek gebruiken ten gunste van het contact.



We onderkennen verschillende stijposities in een gesprek:

- Meebewegende stijl (gericht op meedenken).
- Kritische stijl (vooral aangeven wat er ontbreekt en niet logisch is).
- Ontwijkende stijl (geeft aan wat er niet klopt).
- Verdrietige stijl (geeft aan wat je beleeft aan wat de ander zegt).

Tijdens je persoonlijk op maat programma (p.o.m) werk je onder andere aan:

- Werken via het gesprek.
- De relatie tussen wat je van jezelf voelt en waarneemt van de ander.
- Non-verbale en verbale inhoud van het gesprek
- Beïnvloeding door de gesprekstijl.
- Benutten van interactie in het gesprek.

Je gaat onderzoeken welke stijl jij normaal gesproken hanteert en wat voor stijl een gesprek heeft (planmatig, ontdekkend, onderzoekend, confronterend, uitnodigend gesprek, machtsgegesprek). Je leert je attitude congruent te laten zijn met de stijl die je denkt gekozen te hebben. Gesprekken stagneren vaak op elkaars stijl en komen niet meer aan de inhoud toe, afgestemde gesprekken worden leuk, zelfs als het ruzie en confrontatie betreft. Er is veel aandacht voor het onderzoeken van je eigen voorkeursstijl en grondpatroon en hoe je daarmee bij anderen overkomt, wat je bij ze teweeg brengt. Je leert om ook op kritieke momenten (onder druk/confrontatie) in contact te blijven met de ander.

- Werken via oefenvormen.
- Onderzoek en waarneming.
- Oefenvormen ter ondersteuning van het gesprek.
- De relatie tussen bewegen en verbaliteit.

Haptonomie in het onderwijs is een opleiding/coaching voor iedereen die met kinderen werkzaam is in het onderwijs, zowel op de basisschool als in middelbaar onderwijs. Deze specialisatie is gericht op groepsdynamiek en interactie.



In deze specialisatie werken we veel met de emotiekring. Synergos heeft een model ontwikkeld waarmee gevoelens, gedachten en gedrag makkelijk (h)erkenbaar worden. We noemen dit de emotiekring. Bij gebruik van dit model is het van belang goed te kijken naar hoe een kind zich beweegt. Het bewegingspatroon van een kind geeft veel informatie over kwaliteiten, leerstijl, denkpatronen en voorkeuren van een kind.

De emotiekring en het kind

Ieder mens, dus ook ieder kind, heeft een specifieke emotionele aansturing. Bij tegenslag voelt de één zich angstig, de ander wordt verdrietig en weer een ander wordt boos. Wie vaak boos is, wordt misschien als 'dominant' ervaren, wie vaak verdrietig is, voelt zich misschien machteloos en wie vaak bang is, zou wel eens nieuwe (positieve) ervaringen kunnen mislopen.

De emotiekring en de groep

De emotiekring kan veel inzicht bieden in de interactie en de groepsdynamiek. Hoe een klas wordt ervaren door docenten, kan bijvoorbeeld afhangen van de interactie die leerlingen hebben met de klasgenootjes waarbij ze zitten. Een groepje 'leiders' bij elkaar kan voor veel geluid en actie zorgen. Misschien kun je je voorstellen dat een leerling die een angstige aansturing heeft, niet zo snel vertrouwt op zijn/haar gevoel en het dus fijn vindt om veel visueel waar te nemen. Een leerling met een blijde aansturing daarentegen, voelt zich misschien het meest in zijn/haar element op een plek midden in het lokaal; op een plek met meer prikkels, meer omringd door klasgenoten.

Tijdens je persoonlijk op maat programma (p.o.m) werk je onder andere aan:

- Observeren van kinderen.
- Emotionele aansturing koppelen aan houding en bewegingen.

De emotiekring en jij als docent

Wanneer je als docent weet wat jouw emotionele voorkeur is, kun je ook kijken naar het effect hiervan op je stijl van lesgeven en op je interactie met de leerlingen. Je eigen grondpatroon bepaalt met welk soort leerlingen je wel of geen aantrekkingskracht ervaart. Je grondpatroon wordt bepaald door je eigen ervaringen in het leven. Het bepaalt de karakteristieke manier waarop jij overkomt. Je kunt echter je grondpatroon verbreden. Dan nemen je contactuele mogelijkheden toe. Door haptonomie word je je bewust van je emotionele aansturing en ook hoe je andere mogelijkheden kunt bijleren.

Maatwerk gebaseerd op persoonlijke voorkeursystemen levert op dat je meer gezien wordt (de leraar heeft me door en begrijpt mij). Het levert op dat er rust komt, een gunstig klimaat om te leren op grond van het feit dat iedereen zich gerespecteerd weet. De leraar met overwicht is de leraar die passend kan acteren op de stijl van zijn leerlingen. In de groepsdynamiek van de leeromgeving heeft iedereen zijn eigen rol en functie, die gebaseerd is op eigen voorkeuren en emoties. Door recht te doen aan de persoonlijke gevoelens leert ook de leerling zijn mogelijkheden te verbreden. Voelend leren en rationeel leren gaan hand in hand.

- Verschillende materialen met hun emotionele appèl.
- Relatie gedrag en emotionele aansturing.
- Oefenvormen om te ontdekken en te helpen.
- De dynamiek in de groep.
- Invloed van de groep op interactie.
- Besturing van de groep op interactie.
- Interactie die helpt of niet helpt.

Haptonomie bij stervensbegeleiding is een opleiding/coaching voor iedereen die werkzaam is in de palliatieve en terminale zorg, ook voor thuiswerkers en vrijwilligers.



Loslaten en verbinden

Het proces van loslaten bij sterven speelt bij zowel degene die gaat overlijden als bij degenen die zullen achterblijven. Ontkenning, vechten, gelatenheid en acceptatie kunnen afwisselend of opeenvolgend optreden. Hoe houd je verbinding met elkaar, in een proces waar angst (die de neiging oproept tot isolatie) een grote rol speelt? Elk van de betrokkenen is bij dit loslaten bezig met zijn eigen proces: wat betekent het voor mij als partner, kind, moeder, vader van, etc., en voor degene die gaat sterven: wat betekent het voor mij om dood te gaan?

Ontkenning

Als de angst voor het sterven en afscheid nemen slecht hanteerbaar is en daardoor groter wordt, is het moeilijk in verbinding te blijven met anderen. Iedereen heeft zijn eigen snelheid, waardoor de fases van loslaten niet synchroon gaan en ook verschillend verlopen voor de diverse betrokkenen. Als de één bijvoorbeeld in een ontkenningsfase zit terwijl de ander zich meer in een acceptatiefase bevindt, is het lastig met elkaar in verbinding te blijven.

Het is voor alle betrokkenen van belang om zich steeds bewust te zijn van de fases waarin hij en de anderen zich bevinden. Dan pas kun je de zo noodzakelijke erkenning geven aan die fases en, minstens zo belangrijk, erkennen dat iedereen in een verschillende fase zit. Voor de betrokkenen zelf is het niet mogelijk dit hele proces steeds scherp te hebben; de pijn is daarvoor te groot. Vaak hebben ze ook niet volledig zicht op hun eigen grondpatroon en emotionele aansturing. Hiervoor is het overzicht en de ondersteuning van een buitenstaander -de begeleider- nodig.

Tijdens je persoonlijk op maat programma (p.o.m) werk je onder andere aan:

- Verliesgeschiedenis.
- Gebruik maken van interactiedynamiek in de samenwerking.
- Welke beweging maak je in het proces van loslaten.

Angst voor loslaten kent 3 basisbewegingen (afhankelijk van grondpatronen):

- Totale gerichtheid op de omgeving (bezig zijn met hoe het alle anderen vergaat, en niet met eigen gevoelens).
- Naar binnen gekeerd zijn, gericht op eigen angstgevoelens.
- Apathie, gericht op eigen denken.

Als begeleider heb je de belangrijke taak te helpen bij het doorbreken van dit 'vastzittende angst voor loslaten'-patroon. Bij de drie grondpatronen passen drie verschillende manieren van aanpak, waaraan in de specialisatie uitgebreid aandacht wordt besteed.

Omdat dit van de begeleider specifieke kennis en kunde vraagt, komen de volgende onderdelen aan bod:

- Het proces van loslaten
- Grondpatronen en het waarnemen daarvan
- Effectieve inbreng door het inzetten van je persoonlijke stijl. Hiervoor is inzicht in je eigen grondpatronen en emotionele aansturing nodig.

Ook de mogelijkheid om te verbinden kent 3 basisbewegingen:

- Verbinden door zelf actief wegen te zoeken om het stervensproces een plaats te geven (zingeving), waardoor moeilijke gevoelens verminderen.
- Sfeer tot stand brengen waarin moeilijke gevoelens de ruimte krijgen in een reactieve instelling.
- Afwisselen in sferen en zingeving. Opdat je als begeleider helpend en stimulerend kunt zijn in dit proces van verbinden, bieden we je de benodigde kennis aan over zingeving, maatvoering en ondersteuning op haptonomische wijze.

- Het proces van loslaten.
- Grondpatroon en het waarnemen daarvan.
- Groepsdynamiek en het beïnvloeden daarvan.

“Waar het basisjaar vooral een inventarisatie is van je kwaliteiten en valkuilen, krijg je nu de ruimte om persoonlijke thema’s waarmee je aan de slag wilt, uit te werken op jouw tempo, in jouw maat”

Persoonlijk jaar

- Instroomeis minimaal Basisjaar Haptonomie
- Traject van 7 tot 10 dagen
- Lesdagen 10:00 uur tot 17.30 uur in Amersfoort en op locatie
- Start bij voldoende inschrijvingen

Je doet dit persoonlijk jaar op advies van docenten; eerst nog een jaar aan jezelf werken voordat je voldoende toegerust bent om verder te gaan met de Vakopleiding.

In het persoonlijk jaar werken we met themadagen, soms op locatie.

Voorbeelden van themadagen:

- **Aikido:**
Een Japanse martial art waarbij niet het omgaan met het conflict de leidraad is maar hoe komen we binnen een conflict tot samen bewegen.
- **Stem:**
Een stemtherapeut geeft les op Synergos waarin het werken met stem, emotionele expressie en theater wordt gecombineerd.
- **Werken met paarden:**
Deze dag gaat over flexibiliteit en creativiteit, duidelijk zijn, direct en consequent zijn, maatvoering, timing en meebewegen.
- **Klimmen:**
Je wordt begeleid door vakkundige instructeurs, die bekend zijn met haptonomie. Angst, vertrouwen, samenwerken, glorieuze momenten, zijn nog maar een paar aspecten die je deze dag zult beleven.

Waar het Basisjaar vooral een inventarisatie is van je kwaliteiten en valkuilen, krijg je nu de ruimte om persoonlijke thema’s waarmee je aan de slag wilt, uit te werken op jouw tempo, in jouw maat. Het proces dat je doorloopt is net zo intensief als jij wenst. Er is geen einddoel, er zijn geen eisen waaraan je moet voldoen. Met de groep ben je dit jaar regelmatig op een ludieke manier ‘op locatie’ aan de slag, denk aan: Monte Cervino beklimmen (klimrots) en de golfbaan in Zeewolde. Je kunt daarmee in je eigen ervaringen en leermomenten stappen, zonder druk om ‘het’ onder de knie te krijgen. De aangeboden oefening is een middel voor jou, niet het doel. Iets goed of fout doen is niet aan de orde; je doet, probeert, ontdekt, oefent en er dienen zich kansen en mogelijkheden aan voor je verdere ontwikkeling.

Het persoonlijk jaar kenmerkt zich dus vooral door speel- en leerruimte, waarbij we uiteraard reflecteren op ontdekkingen die je over jezelf doet. Je zult zien dat je in al die totaal verschillende situaties elke keer weer je eigen thema(s) tegenkomt. Hierdoor herken je ze steeds sneller en makkelijker, óók in je dagelijks leven en werk! Dit versnelt je leerproces.

Er is veel stimulans en ondersteuning, zowel van de docenten als van je groepsgenoten, zo kies je uit de groep ook een persoonlijke buddy. De blik is gericht op uitbouwen van wat je wél kunt. Daarbij hoort de volgende stap: het anders doen; ook daar staan de schijnwerpers op. Als je flexibel bent en van stijl kunt veranderen heb je een mijlpaal in je leven bereikt die niet veel mensen bereiken, en een enorme stap gezet in je persoonlijke ontwikkeling.

Samen met een groep werk je aan je eigen intensieve, persoonlijke ontwikkelingstraject. Je kunt aan dit persoonlijk jaar meedoen als je bij Synergos - of bij een andere erkende haptonomie opleiding - tenminste het basisjaar hebt afgerond.



“De begeleider kan benoemen wat er in de wisselwerking tussen hemzelf en de cliënt gebeurt”

Doel Vakopleiding

Het doel van de Vakopleiding is de student op te leiden tot een zelfstandig, vakbekwame haptonomische begeleider.

Dat wil zeggen dat de begeleider in staat is tot:

- Het vaststellen van de hulpvraag van de cliënt en het opstellen van een behandelplan in een dynamisch proces, samen met de cliënt.
- Het inzetten van haptonomisch vakmanschap bij het begeleiden van de cliënt richting het in het behandelplan geformuleerde doel.
- Het tussentijds, in samenspraak met de cliënt, evalueren van hulpvraag, behandelplan en doel en, indien nodig, dit bijstellen.
- Reflectie op eigen begeleidingsvaardigheden, interacties en de invloed hiervan op de dynamiek van de begeleiding.



Haptonomisch vakmanschap houdt in:

- De begeleider is in staat de cliënt inzicht te verschaffen in de manier waarop de cliënt omgaat met wat hij op zijn levenspad tegenkomt (zowel zijn eigen gevoelens, denken en doen als situaties buiten zich). Deze manier van omgaan met, is eigen aan de cliënt (grondpatroon) en brengt handigheden en onhandigheden met zich mee, gevoelens van meer of minder welbevinden, afhankelijk van de situatie waarin de cliënt zich bevindt.
- De begeleider onderzoekt samen met de cliënt door middel van gesprekken, bewegingsvormen en/of aanraken, de relatie tussen grondpatroon en hulpvraag. De begeleider faciliteert en ondersteunt het groei- of veranderingsproces, zodat de cliënt zelf weer verder kan.
- De begeleider helpt de cliënt zijn repertoire uit te breiden zodat hij ook andere manieren van omgaan met gevoelens, gedachten en handelingen ter beschikking krijgt en meer keuzemogelijkheden heeft.
- De begeleider kan benoemen wat er in de wisselwerking tussen hemzelf en de cliënt gebeurt en dit inzichtelijk maken indien dit bijdraagt aan helderheid voor de cliënt.
- De begeleider heeft een betrokken, relatiegerichte en onderzoekende attitude, waarbij hij cliënt zoveel mogelijk de ruimte biedt om te exploreren en te leren.
- De begeleider kan eigen (voor)oordelen herkennen en streeft naar een oordeelvrije attitude.
- Waar 'cliënt' wordt geschreven kan ook 'team' of 'coachee' gelezen worden.

Haptonomische begeleiding kan zinvol zijn voor preventie van klachten, bij ontwikkelingsvragen (optimalisering van mogelijkheden) en in de therapeutische hulpverlening. De Vakopleiding voor haptonomie is bestemd voor mensen die werken in mensgerelateerde beroepen, zoals de gezondheidszorg, HRM, onderwijs, en voor hen die daarin willen gaan werken. Wanneer een student de Vakopleiding heeft afgerond, is hij/zij in staat om individuen of kleine groepen zelfstandig te begeleiden, met gebruikmaking van de grondbeginselen van de haptonomie. De Vakopleiding van Synergos volg je op de hoofdvesting in Amersfoort.

Werkwijze

Een haptonomisch begeleider moet kunnen beschikken over een breed scala aan:

1. Ervaringen.
2. Vaardigheden.
3. Kennis.
4. Procesinzicht.



De leerstof wordt als volgt aangeboden:

1. Het opdoen van ervaringen:

- Werken met gevoelens als therapeutisch gereedschap vraagt om vertrouwd zijn met eigen emoties en inzicht in de invloed die deze gevoelens hebben binnen interacties.

2. Het oefenen van vaardigheden:

- Gespreksvaardigheid, waarbij zowel de verbale-, als de non-verbale en de metacommunicatie worden belicht.
- Handvaardigheid: de vaardigheid om door middel van aanraken een cliënt zijn mogelijkheden en beperkingen te laten ervaren en perspectief aan te reiken voor ontwikkeling.
- Vaardigheid in het aanbieden van bewegingsvormen aan een cliënt zodat deze zijn mogelijkheden en beperkingen kan ervaren en ander gedrag kan oefenen.
- Vaardigheid in het waarnemen van individuele en interactiepatronen.
- Vaardigheid in het ontwerpen van een interventieplan, dit toepassen en evalueren.

3. Kennis:

- De student leert om de theorie van de haptonomie op eigen wijze te verwoorden en zijn ideeën te toetsen aan andere opvattingen of nieuwe gedachten in zijn vakgebied.
- De student leert om zijn handelen te onderbouwen aan de hand van theoretische inzichten.
- De student leert het begeleidingsplan duidelijk te maken met gebruikmaking van theoretische inzichten en dit plan inzichtelijk en onderbouwd met belanghebbenden te communiceren.

4. Procesinzicht:

- De cursist ontwikkelt inzicht in processen en fenomenen die zich voordoen in het contact bij therapie, begeleiding, ontwikkeling en training.
- De cursist krijgt zicht op de consequenties van verschillende interventiemogelijkheden.
- De cursist ontwikkelt het vermogen om knelpunten te herkennen in de begeleiding, zowel bij zichzelf als bij cliënten.

Didactische werkvormen:

Werkvormen die gebruikt worden binnen de opleiding zijn:

- Ervaringsoefeningen.
- Vaardigheidsoefeningen.
- Individuele opdrachten: het schrijven van verslagen en evaluaties.
- Groepsopdrachten (in theorie- of oefengroepen).
- Voordrachten (theoretische) van de studenten.
- Ieder opleidingsblok vindt een begeleidde intervisie plaats, volgend op presentaties van groepsopdrachten en voordrachten, in de vorm van bijvoorbeeld nabesprekingen of de fishbowl methode, met gebruik van video opnames.
- Colleges.
- Coaching door tweedejaars studenten;
- Casuïstiek.
- De Ronde van Nederland: elke student begeleidt in de loop van het tweede jaar elk van zijn medestudenten met een hulpvraag in de eigen praktijkruimte. Van elke sessie wordt een verslag gemaakt, zowel door de begeleider als door de cliënt.

Het Project

Van de groep tweedejaars studenten wordt gevraagd een gezamenlijk product te maken dat een inhoudelijk thema heeft dat van toegevoegde waarde is voor het werkveld van de haptonomie.

Leerelementen in deze opdracht zijn enerzijds vakinhoudelijke verdieping en productontwikkeling en anderzijds groepsdynamisch(e) ervaring en inzicht.

De studiebelasting van de vakopleiding:

In het **cursorische gedeelte** bestaat de studiebelasting uit:

- Verplichte aanwezigheid op alle contactdagen en geïntegreerde oefenavonden.
- Deelname aan een theoriegroep en een praktijkgroep.
- Literatuurstudie.
- Uitvoeren van opdrachten. Ook buiten de cursorische dagen om worden van studenten inspanningen verwacht: studenten zijn verplicht om tussen de cursusmodules in, theoretisch en praktisch, in werkgroepen met elkaar te oefenen rondom aan de modules verwante thema's. Tijdens de opleiding krijgen studenten verschillende opdrachten. Deze opdrachten moeten worden ingeleverd en worden beoordeeld door de docenten.



In het **praktijkgedeelte** bestaat de studiebelasting uit:

- Supervisie.
- Intervisie.
- Overige activiteiten.

Een studiedag wordt voor 3/4 ingevuld met praktijk en voor 1/4 met theorie. Leertherapieën; gedurende de eerste 2 jaar van de vakopleiding wordt van studenten verwacht dat zij minimaal 5 leertherapieën per studiejaar volgen bij één of meerdere leertherapeuten die op de lijst van interne leertherapeuten staan. De overige 5 leertherapieën moeten worden gevolgd bij een externe leertherapeut. De leervraag betreft een persoonlijk thema. In het tweede jaar aangevuld met deze vormen: het 3 keer coachen van een eerstejaars student.

De fasen in het begeleidingsproces:

Eerste contact, intake

De eerste ontmoeting, kennismaking, waarin zowel cliënt als therapeut onderzoekt "willen wij verder met elkaar"? De bedoeling is het ontstaan van wederzijds vertrouwen te stimuleren. Centraal staat: doorvragen, waarnemen. Eventueel m.b.v. checklist. Het wederzijds vertrouwen kan makkelijk gerealiseerd worden als er snel en zoveel mogelijk openheid is. Eerlijkheid over de gevoelens van dat moment is belangrijk. Hierdoor wordt meteen gewerkt aan de eerste voorwaarde voor een helende relatie: het opbouwen van een voor de cliënt veilige situatie.

Relatieopbouw, gezamenlijke doelstelling, behandelcontract

Vertrouwen opbouwen. Het probleem van de cliënt uitdiepen. Vaak weet hij/zij wel te benoemen wat het probleem is. Anders wordt het wanneer er wordt doorgevraagd op de beleving. Wat doet het probleem met je, welk gevoel krijg je erbij? De cliënt wordt uitgenodigd om bij de beleving te komen en deze te uiten en te delen. Zo wordt de werkelijkheid van de cliënt aangescherpt en in zekere zin bloot gelegd. Daarna kunnen cliënt en therapeut samen doel van de therapie verhelderen en beleven. Doel is een 'contract' te sluiten.

Beginfase behandelplan: zelfreflectie, zelfinzicht

De therapeut zet een aantal middelen in om zo helder mogelijk te maken of de cliënt over tactiele vermogens beschikt.

- wie ben ik, hoe beleef ik mezelf, hoe beleef ik het contact met de ander, welke emoties ervaar ik.

- de directe aanraking om vast te stellen welke positie de cliënt inneemt ten opzichte van zichzelf en ten opzichte van de ander, of de cliënt zich opent of sluit, toewendt of afwendt.

Gezamenlijke diagnose

Van belang is dat de cliënt met ondersteuning een juist beeld van zichzelf schetst. Een grote valkuil door de therapeut is eenzijdig een diagnose te formuleren. Vanuit een gezamenlijke diagnose zal in overleg helder worden gemaakt wat de cliënt wil. Zo wordt opnieuw het doel van de therapie helder neergezet.

Oefenen van nieuw gedrag; profileren; presentie

In deze fase wordt de cliënt uitgenodigd actief aan de slag te gaan. De aanraking is hierbij een manier om actief met voelen aan de slag te gaan en verdere beleving te ontlokken. De cliënt wordt uitgenodigd te onderzoeken hoe hij dit nieuwe gedrag in zijn dagelijks leven kan oefenen. De therapeut helpt door de juiste voorwaarden te creëren om te oefenen. Bijvoorbeeld door druk en pijn te laten ervaren, waardoor de cliënt van hieruit kan leren een nieuwe weg te vinden om hiermee om te gaan. De cliënt wordt gestimuleerd om een vast patroon van reageren te doorbreken.

Groei; keuze en beslissen; herijken

Groei van zelfvertrouwen door bevestiging van de therapeut. Hoe meer zelfvertrouwen des te minder is de cliënt afhankelijk van de omgeving voor het realiseren van veiligheid. Is deze veiligheid er dan kan de cliënt meer van zichzelf tonen, en durft een cliënt bewust te kiezen voor het delen van diepere gevoelens, beleving. De haptotherapeut kan de cliënt helpen bij de bewustwording van zichzelf, van wie hij is en hoe hij dit toont aan zijn omgeving. Samen kunnen ze zoeken naar nieuwe ontwikkelingsmogelijkheden en het hervinden van een juiste manier van omgaan met zichzelf.

Flexibiliteit in gedragsrepertoire

Als aan de voorwaarden is voldaan om zich veilig te voelen, de eigen gevoelens en belevingen te herkennen en deze te delen is er sprake van zelfstandigheid. De zelfstandige mens staat voor wie hij is en toont zichzelf vol zelfvertrouwen. Hij kan in verschillende omstandigheden kiezen welke van zijn eigen mogelijkheden hij al dan niet inzet.

Evalueren en afscheid nemen

De cliënt bepaalt het einde van de therapie. Door een terugblik kunnen de wel en niet bereikte doelen besproken worden. Soms wordt er afgesproken dat een cliënt met een lage frequentie, bijv. 1 x in de paar maanden langskomt om het verworvene vast te houden.

■ Instroomeisen voor het eerste jaar vakopleiding

Om toegelaten te worden tot de vakopleiding haptonomie gelden de volgende toelatingseisen:

- Afgerond Basisjaar Haptonomie bij Synergos of bij één van de andere Haptonomieopleidingen.
- HBO werk- en denkniveau.
- Positief advies na het volgen van de instroomdag van de Vakopleiding van Synergos.

Tijdens de instroomdag voor de Vakopleiding van Synergos wordt getoetst op:

- Haptonomische basisvaardigheden: waarnemen, communicatieve vaardigheden, lichamelijkebesef, aanraken.
- Zelfreflectie en zelfinzicht.
- Onderzoekende attitude, lerende instelling.
- Expressiviteit; herkennen en uiten van eigen gevoelens.
- Een zekere mate van emotionele stabiliteit, vertrouwen in eigen voelen, denken en handelen, eigen verantwoordelijkheid en een eigen geluid.

Deze eisen moeten aan een bepaald niveau voldoen dat gekoppeld is aan de verwachting dat studenten die dit niveau hebben, zich de stof in de Vakopleiding eigen kunnen maken in een bestek van 3 jaar.

Voor de aanstaande student is dit ook een dag om (beter) beeld te krijgen van wat de Vakopleiding inhoudt en kennis te maken met de leermethode en de Synergosvisie.

De instroomdag vindt jaarlijks in juni plaats op de hoofdvestiging van Synergos in Amersfoort.

■ Studieopbouw en studieduur

De studieduur van de vakopleiding tot haptonomisch begeleider bedraagt minimaal 3 jaar. De eerste 2 jaren zijn cursorische jaren, waarin de studenten één groep vormen. In het derde modulaire jaar vindt de opsplitsing naar afstudeerrichting plaats.

Je kunt als je een jaar met goed gevolg hebt afgelegd -inclusief de aanraaktoets die aan het einde van het eerste en tweede jaar (tijdens de lesdagen) worden gehouden- doorstromen naar het volgende jaar.

In het eerste en tweede jaar volgt de student vaardigheidsmodules en overige modules (persoonlijke ontwikkeling, 1e jaar en cliëntbegeleiding, 2e jaar). In de vaardigheidsmodules wordt de student geschoold in vaardigheden die een haptonomisch begeleider in zijn beroepsuitoefening hanteert.

In de modules persoonlijke ontwikkeling van het eerste jaar ligt de nadruk op de persoonlijke ontwikkeling van de student. Per module van 2 dagen wordt een thema behandeld, dat gerelateerd is aan een ontwikkelingsfase in de levensloop van de mens. Dat geldt ook voor de modules cliëntbegeleiding in het tweede jaar.

In het 1e en 2e jaar worden zowel de vaardigheidsmodules als de overige modules steeds op twee aaneengesloten dagen gehouden, op donderdag en vrijdag. Bij de overige modules is er op donderdag van 18.00 uur tot 21.00 uur tevens een avondprogramma (werkopdracht) zonder docenten. Per maand vallen twee - en in een aantal gevallen vier - lesdagen. Het is mogelijk om elk cursorisch jaar uit te spreiden over 2 kalenderjaren. Het eerste kalenderjaar volgt de student dan de vaardigheidsmodules, het tweede kalenderjaar de modules persoonlijke ontwikkeling (bij het eerste cursorische jaar) of de modules cliëntbegeleiding (bij het tweede cursorische jaar).

In het derde jaar van de vakopleiding vinden de modules plaats op maandagen en dinsdagen (soms aaneengesloten). Gemiddeld genomen vallen er twee lesdagen per maand. In dit derde jaar kies je een afstudeerrichting.

■ Afstudeerrichtingen

1. De afstudeerrichting tot haptotherapeut

De haptotherapeut heeft zijn werkveld onder meer in de gezondheidszorg. Hij richt zich op mensen die fysiek dan wel psychosociaal vastgelopen zijn. Daarnaast kan hij zich ook richten op het begeleiden van persoonlijke ontwikkelingsprocessen. Deze afstudeerrichting heeft als 'toegangseis' dat de student een relevante vooropleiding heeft in de gezondheidszorg, dit is een eis van de zorgverzekeraars, zodat behandelingen deels gedeclareerd kunnen worden.

Deze afstudeerrichting is Post HBO geaccrediteerd door het CPION en de SKB. Studenten die deze afstudeerrichting met succes hebben afgerond kunnen zich aanmelden bij diverse de beroepsverenigingen, waaronder de VVH en de NVPA.

Na afronding van de vakopleiding haptotherapeut kan de student zich specialiseren als haptotherapeut met de aantekening begeleiden van kinderen, zwangerschapsbegeleiding of relatietherapie.

2. De afstudeerrichting tot haptonoom

De haptonoom is een begeleider van mensen in ontwikkelingsprocessen in brede zin. Hij is vooral gericht op kansen en mogelijkheden bij persoonlijke processen. Dit kan zijn op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, in relatiebegeleiding, zwangerschapsbegeleiding, communicatievraagstukken, sport e.d. Afhankelijk van de interesse kan de student zich in het derde jaar meer richten op een bepaald werkveld.

De haptonoom kan zich zelfstandig vestigen in een eigen praktijk voor haptonomie of zich als haptonomisch begeleider presenteren binnen het eigen beroep.

Studenten die als haptonoom afstuderen kunnen zich o.a. aansluiten bij de beroepsvereniging NFG of bij de eigen beroepsvereniging van het oorspronkelijke beroep.

Afhankelijk van je afstudeerrichting ga je jezelf in het derde jaar bezighouden met de meer therapeutische, ontwikkelingsgerichte en/of groepsdynamische processen. Je volgt de specialisatiemodules (op wisselende dagen) en kan eventueel beginnen met het praktijkgedeelte. Alles bij elkaar een intensief jaar waarin je jezelf verder ontwikkelt tot een haptonomische professional, die kan terugvallen op een degelijke basis van kennis, kunde en persoonlijke stijl. Je toepassingsmogelijkheden van haptonomie kennen het brede perspectief zoals dat door de unieke Synergosvisie wordt uitgedragen en onderbouwd.



1

Het eerste jaar waarin de nadruk ligt op zijn/haar persoonlijke ontwikkeling volgt de student 13 modules :

- 6 vaardigheidsmodules.
- 7 modules persoonlijke ontwikkeling.

De vaardigheidsmodules:

- Waarnemen 1
- Aanraken 1
- Bewegen en emoties 1
- Belasten 1
- Vaardigheden in gespreksvoering 1
- Kinesiologie 1

Persoonlijke ontwikkeling/Procesgroep

Bij de 7 modules persoonlijke ontwikkeling (procesgroep) ligt de nadruk op je eigen ontwikkeling. Door ervaringen op te doen met de andere groepsleden geef je vorm aan je eigen plaats in de groep. Hierdoor krijg je steeds meer zicht op je eigen rol en functie en de mogelijkheden om jezelf verder te ontwikkelen.

Per module van 2 dagen wordt een thema behandeld, dat gerelateerd is aan een ontwikkelingsfase in de levensloop van de mens:

- Beginnende relatie.
- Vormgeving relatie; creativiteit; conceptie.
- Zwangerschap; geboorte; balansverstoringen; veranderende relaties.
- Kindertijd; puberteit; adolescentie; groep versus individu.
- Jong volwassenheid; rijpe volwassenheid; groei, stabilisatie en herijking.
- Volwassenheid in relatie tot het begeleiden van anderen, overdracht van kennis en kunde.
- Ouderdom; evaluatie; afscheid nemen.

In de benadering van de thema's ligt de nadruk op de ontwikkeling van voelend vermogen en de invloed daarvan op denken en handelen.

Daarnaast is er een zelfstudie-gedeelte bestaande uit het maken van een verslag na iedere 2 aaneengesloten lesdagen dat door een medestudent van feedback wordt voorzien.

De volgende onderdelen zijn gekoppeld aan de 7 modules persoonlijke ontwikkeling:

- Een deel van de verplichte leertherapieën. Leertherapieën zijn sessies van 1 (tot 3) student(en) met een leertherapeut. Hier onderzoek je de ontwikkeling van je eigen grondpatronen.
- Drie coachingsessies bij een student van het tweede jaar.
- Deelname aan een theorie- en een praktijkgroep. Deze groepen worden onderling gevormd door studenten uit de groep en elke student moet ofwel in het eerste of tweede jaar voor de groep een presentatie houden over een passend thema.
- Een tentamen ontwikkelingspsychologie op basis van opgegeven literatuur.

Aantal studiebelastinguren	
6 verplichte vaardigheidsmodules	104
Verslaglegging modules	20
7 modules persoonlijke ontwikkeling van 5 dagdelen	140
Verslaglegging modules	40
Werkgroepen theorie en praktijk	80
Literatuurstudie	120
Coaching	12
Schrijven van evaluaties van medestudenten	20
Tentamen	50
Opdrachten	10
Leertherapieën 5	10
Totaal eerste jaar	606

2

Het tweede jaar waarin het accent verschuift naar het leren van vaardigheden en inzichten die een haptonomisch begeleider inzet in begeleiding en therapie volgt de student 13 modules:

- 6 vaardigheidsmodules.
- 7 modules cliëntbegeleiding.

De vaardigheidsmodules:

- Waarnemen 2
- Aanraken 2
- Bewegen en emoties 2
- Belasten 2
- Vaardigheden in gespreksvoering 2
- Kinesiologie 2

Cliëntbegeleiding/Procesgroep

De 7 modules cliëntbegeleiding staan in het licht van de ontwikkeling van anderen. Vanuit je persoonlijke stijl en mogelijkheden leer je om jezelf in stijl en invloed in te zetten ten dienste van het ontwikkelingsproces van de ander. Je leert vorm te geven en ordening te houden in een proces waarbij je andere mensen verder helpt.

Per module van 2 dagen wordt een thema behandeld:

- **Eerste contact:**
Psychologische thema's: vertrouwen en wantrouwen.
- **Opbouw van de begeleidingsrelatie:**
Beginfase: behandelovereenkomst; komen tot een gezamenlijke doelstelling.
Psychologische thema's: autonomie, initiatief, inpassen en aanpassen.
- **Beginfase begeleidingsproces:**
Inzicht en bewustwording patronen.
Psychologische thema's: identiteit, rolverwarring, intimiteit, zelfbewustzijn.
- **Veranderingsprocessen**
Psychologische thema's: stabilisatie, groei, ontwikkeling, regressie.
- **Zoeken naar een nieuw evenwicht**
Psychologische thema's: zelfwaardering en waardering van anderen, generativiteit, stagnatie.
- **Casuïstiek**
Psychologische thema's: productiviteit en creativiteit.
- **Evaluatie en perspectief**
Psychologische thema's: relativeren, afscheid nemen.

Daarnaast is er een zelfstudie-gedeelte bestaande uit het maken van een verslag na iedere 2 aaneengesloten lesdagen dat door een medestudent van feedback wordt voorzien.

De overige onderdelen zijn gekoppeld aan de 7 modules cliëntbegeleiding:

- Ronde van Nederland: elke student geeft en ontvangt tijdens dit jaar een haptonomiesessie aan/van iedere medestudent en maakt daarvan verslagen.
- Het laatste deel van de verplichte leertherapieën. Leertherapieën zijn sessies van 1 (tot 3) student(en) met een leertherapeut. Hier onderzoek je de ontwikkeling van je eigen grondpatronen.
- Drie coachingsessies aan een student van het eerste jaar
- Deelname aan een theorie- en een praktijkgroep. Deze groepen worden onderling gevormd door studenten uit de groep en elke student moet ofwel in het eerste of tweede jaar voor de groep een presentatie houden over een passend thema.
- De studenten voeren gedurende het tweede jaar een gezamenlijk project uit.
- Tentamens Haptonomische fenomenen en Persoonlijkheidstheorieën op basis van opgegeven literatuur.

Aantal studiebelastinguren	
6 verplichte vaardigheidsmodules	104
Verslaglegging	20
7 modules cliëntbegeleiding van 5 dagdelen	140
Verslaglegging	40
Opdrachten behorende bij het vaste gedeelte	10
Literatuurstudie	120
Coaching	12
Schrijven van evaluaties van medestudenten	20
Ronde van Nederland	50
Afstudeerproject	100
Tentamen	20
Leertherapieën 5	10
Totaal tweede jaar	646

3

In het derde jaar volgt de student:

- 7-8 (afhankelijk van afstudeerrichting) specialisatiemodules van 1 of 2 dagen.
- 2-3 (afhankelijk van afstudeerrichting) casuïstiekdagen.
- 2 bijscholingsdagen (per jaar).

Tijdens de praktijkfase doe je ervaring op met proefcliënten en optimaliseer je jouw kwaliteiten in de begeleiding. Je krijgt informatie over het opzetten van je eigen praktijk, aansluiting bij een beroepsvereniging en het vormgeven van je eigen pr-activiteiten.

Je volgt in de praktijkfase:

- 12 supervisies (cliëntbehandelingen onder toezicht van een supervisor).
- 2 begeleidde intervies met je intervisiegroep. Tijdens de bijscholingsdagen kun je leermomenten uit de supervisies uitwerken
- 4 overige activiteiten.

Je kunt de afstudeer- en praktijkfase gelijktijdig starten.

Modules uit de afstudeerfase:

h=haptotherapeut
c=haptonoom/coach

- Conflictantering (h/c) (2 dagen)
- Casuïstiek 1 (h/c) (1 dag)
- Psychopathologie (h/c) (1 dag)
- Crisissituaties (h) (2 dagen)
- Pijn & Blokkades (h) (2 dagen)
- Casuïstiek 2 (h/c) (1 dag)
- Gezin & relatie (h/c) (2 dagen)
- Psychopathologie 2 (h) (2 dagen)
- Groepsdynamiek 1 (c) (2 dagen)
- Leerprocessen (c) (2 dagen)
- Casuïstiek 3 (h/c) (1 dag)
- Praktijk starten (h/c) (1 dag)
- Intimiteit (h/c) (2 dagen)
- Interventiekunde (c) (2 dagen)

Aantal studiebelastinguren	
17 dagen specialisatiemodules	144
Verslaglegging specialisatiemodules	40
Tentamen	20
Bijscholing	16
Supervisies	18
Intervisies	60
Overige activiteiten	32
Totaal derde jaar	330



Nog even in het kort:

Het eerste jaar waarin de nadruk ligt op zijn/haar persoonlijke ontwikkeling volgt de student 13 modules :

- 6 vaardigheidsmodules.
- 7 modules persoonlijke ontwikkeling.

Het tweede jaar waarin het accent verschuift naar het leren van vaardigheden en inzichten die een haptonomisch begeleider inzet in begeleiding en therapie volgt de student 13 modules:

- 6 vaardigheidsmodules.
- 7 modules cliëntbegeleiding.

In het derde jaar volgt de student:

- 7-8 (afhankelijk van afstudeerrichting) specialisatiemodules van 1 of 2 dagen.
- 2-3 (afhankelijk van afstudeerrichting) casuïstiekdagen.
- 2 bijscholingsdagen (per jaar).

