



KOMPAS

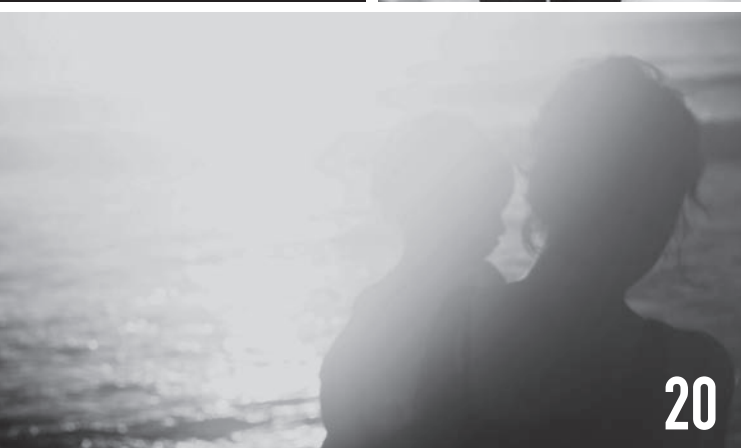
NUMMER 2 - JAARGANG 1 - 1 MAART 2026



13



04



20



44



24



31

Inhoud



- 04** INTERVIEW MET EXPERT LORE DEWULF
HOOGBEGAAFDHEID IS GEEN DIAGNOSE
- 13** LICHAAMSGERICHT TRAUMAWERK
LIJF, HART EN BREIN OP ÉÉN LIJN
- 20** VERHAAL UIT DE THERAPIERUIMTE
IS DE 'GOOD ENOUGH MOTHER' GOED GENOEG?
- 24** THE EXPERT-FILES
CAROLIEN PEETERS OVER SJAMANISTISCH GROEIWERK
- 31** ZADEN ALS JAARTHEMA VAN DE E.A.
**VOEDING VOOR THERAPEUTEN EN ANDERE
KUNSTENAARS**
- 57** OVER STORMEN, RICHTING EN VERBINDING
EEN EINDWOORD VAN BRUNO VAN DEN BOSCH

EN OOK NOG

Poëtische prikkels	10, 18, 28
Boeken door ons verslonden	11, 19, 29
5 x psycho podcast tips	25
Voor Sabien Jagers geen beroepseelt	30
Nieuws van TOUW vzw	36
Verhalen in therapie	42
Co-lab met Katrijn Desteghe	48



Zaadjes planten

TANJA DIERCKX
HOOFDREDACTEUR

Er is een zaadje geplant. Hoe vaak voelen we dat niet na een therapeutische sessie, waarbij we zoiets hebben van: er is iets aangeraakt. Daarom geen doorbraak, maar een aanzet tot. Er is beweging in de transformerende ruimte, er kan iets gaan veranderen... Vaak is dat de eerste betekenis van “zaad” voor therapeuten die in de praktijk staan.

En laat “zaden” nu net het schooljaartheme zijn van de Educatieve Academie. Huiskunstenaar en docent Katrien Cassiers spreekt van zaden als ‘iets dat een potentieel in zich heeft en tot ontwikkeling kan komen. Iets waar je als therapeut actief ontvankelijk op wacht.’ (p. 31)

Psychotherapeuten willen zaadjes ontdekken, ze planten en tot ontwikkeling laten komen. Maar niet te onstuimig liefst. ‘Niets forceren is de boodschap’, zegt Katrien, ‘want de therapeut kan enkel de omstandigheden scheppen’. In de natuur is dat water, zuurstof, licht en goeie potgrond. In therapeutische termen spreken we over aandacht, tijd en ruimte. De therapeut kan het zaad niet sturen noch dwingen tot groei. Het zijn de zaden die het leven in zich dragen en zelf het momentum bepalen...

Spannend, toch? Eigenlijk moeten we niet veel “doen”, maar vooral veel “zijn”. En zoals we allemaal weten: dat is precies de kunst.

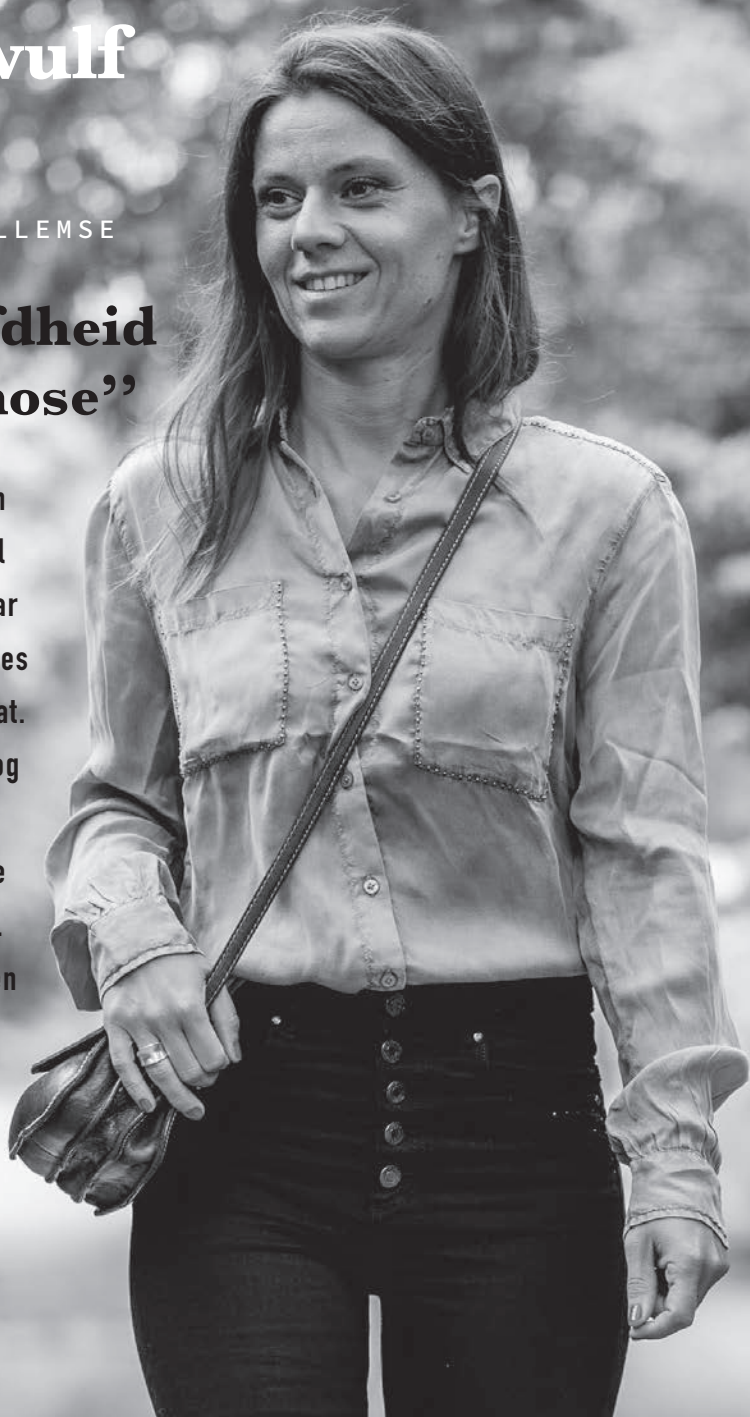
‘Psychotherapeuten willen zaadjes ontdekken, ze planten en tot ontwikkeling laten komen. Maar niet te onstuimig liefst. Niets forceren is de boodschap. De zaden bepalen zelf hun momentum’

Lore Dewulf

DOOR ANNEMIE WILLEMSE

“Hoogbegaafdheid is geen diagnose”

Hoogbegaafde mensen worden misschien wel heel slim geboren, maar dat betekent niet dat alles in hun leven vanzelf gaat. Lore Dewulf is pedagoog en begeleidt in haar praktijk hoogbegaafde kinderen en jongeren. Daarover schreef ze een verhelderend boek.



Hoogbegaafdheid is een begrip waar veel aannames en misverstanden over bestaan. Het wordt geassocieerd met moeiteloos presteren, vanzelfsprekend succes en een leven dat vooral gekenmerkt wordt door intellectuele voorsprong. Maar achter dat simplistische beeld schuilt een veel complexere realiteit, die voor hoogbegaafde kinderen én volwassenen vaak behoorlijk uitdagend kan zijn. In haar praktijk ziet Lore Dewulf, zelf ook hoogbegaafd, hoe hardnekkig die clichés blijven doorwerken en welke impact ze hebben op mensen die zich al van jongs af aan “anders” voelen. Ze schreef er een boek over, *Hoogbegaafd zijn. Wat als 1 + 1 gelijk is aan 3?*

Als je hoogbegaafd bent, dan ben je bijzonder intelligent en begrijp je meteen alles. Dat is althans wat de meeste mensen nog steeds denken. Maar hoogbegaafdheid is duidelijk veel meer dan dat. Wat maakt dit thema zo bijzonder?

“Dat voor een hoogbegaafde alles vanzelf gaat, is een overtuiging die inderdaad nog sterk leeft, ook bij mensen die van zichzelf weten dat ze hoogbegaafd zijn trouwens. Dat maakt het niet altijd gemakkelijk. ‘Ik ben hoogbegaafd, dan moet ik toch minimaal twee diploma’s behalen en een succesvolle job in de wacht kunnen slepen’, is niet bepaald een helpende overtuiging. ‘Jij bent zo slim, dus kan je alles’ ook niet. Ik leg in mijn boek sterk de nadruk op de vaststelling dat net hoogbegaafde mensen bepaalde vaardigheden niet of onvoldoende ontwikkelen, vaardigheden die nochtans nodig zijn om bijvoorbeeld een diploma te behalen, of je nu hoogbegaafd bent of niet. Als je door je schoolloopbaan huppelt omdat alles vanzelf gaat, dan oefen je heel wat vaardigheden niet in. Vroeg of laat ontmoet je een uitdaging en dan wordt het lastig, want je weet helemaal niet hoe je daarmee moet omgaan. Hoe reageer je als je een fout maakt? Als je je gefrustreerd voelt, hoe ga je dan toch door? Als je weerstand ervaart, hoe ga je daarmee om? Hoe vraag je hulp aan mensen? Hoogbegaafden weten vaak niet hoe je dat doet want ze zijn het gewoon dat alles altijd lukt. Het gaat dus over vaardigheden die je vanaf jonge leeftijd veel moet oefenen, op school vooral, maar die kansen missen hoogbegaafden vaak volledig. Als ze dan eens een uitdaging tegenkomen, hebben ze de neiging direct weg te lopen. Want ‘als het niet van de eerste keer lukt, dan zal het wel niet voor mij bedoeld zijn zeker?’ Dat is natuurlijk bijzonder jammer.”

Hoogbegaafde kinderen en volwassenen voelen zich ook “anders” dan andere mensen. Wat betekent dat dan precies?

“Dat gevoel van anders zijn duikt vaak al jong in het leven op. Een hoogbegaafd kind maakt dan ergens de switch naar ‘ik voel mij anders’, of zelfs ‘er is iets mis met mij’. Dat kan verklaard worden als je het procentueel bekijkt. We weten dat ongeveer 3% van alle mensen hoogbegaafd is, wat betekent dat 97% dat niet is en onze maatschappij is logischerwijze op die grootste groep ingericht; dat is als het ware een democratische beslissing. Maar als je niet tot die grote groep behoort, dan is bijvoorbeeld ook het onderwijssysteem niet helemaal ingericht op datgene wat je eigenlijk nodig hebt, en dan zal ook de reguliere werkcontext niet helemaal aangepast zijn aan wat jij eigenlijk nodig hebt. Uiteraard begin je je dan af te vragen hoe een en ander nu eigenlijk in zijn werk gaat en hoe jij daarbinnen kan navigeren. Dat is niet altijd eenvoudig. Bovendien, waar verreweg de meeste mensen beschikken over een filter tussen zichzelf en de buitenwereld, heeft een hoogbegaafde een vergrootglas in zich. Alles komt heel intens binnen, van kritiek tot prikkels. Kijk gewoon al eens naar een schooldag. Normaalbegaafde kinderen komen thuis, verwerken de voorbije schooldag en alles is snel weer oké. Ik hoor ouders van hoogbegaafde kinderen juist heel vaak vertellen dat hun kind volledig over de rooie gaat als het eenmaal thuis is van school, gewoon omdat het zich de hele dag in hoge mate heeft moeten aanpassen, de hele tijd doorhad waar er spanningen waren, zich de hele dag bewust was van wat er verwacht werd, enz. Als ze dan thuiskomen, zijn ze compleet op.”

In jouw praktijk worden hoogbegaafde kinderen en volwassenen getest en begeleid, en je geeft ook lezingen en vormingen rond het thema. Hoe ben jij hier professioneel in terechtgekomen?

“Dat heeft alles te maken met mijn persoonlijke zoektocht. Al van in mijn kindertijd voelde ik me anders en ik wilde weten wat dat precies was. Ik wilde er echt een verklaring voor krijgen en weten waar het vandaan kwam. Ik herkende veel in hoogsensitiviteit maar voor mij was dit toch niet het volledige verhaal. Via een aantal omzwervingen kwam ik uiteindelijk bij hoogbegaafdheid uit en dat voelde heel erg als thuiskomen. Dit was het gewoon! Het was best wel emotioneel en vrij snel kwam er

ook het inzicht dat ik er ‘iets mee wilde doen’. Op professioneel vlak zette het veel in beweging. Ik gaf les in de lerarenopleiding en was bezig met onderzoek maar ik kon het thema hoogbegaafdheid niet meer loslaten. Zo stampte ik uiteindelijk mijn praktijk uit de grond, ook vanuit het besef dat het voor mensen belangrijk is om te weten hoe het zit met hun begaafdheid. Het is belangrijk dat ze, als ze een vermoeden hebben, kunnen laten onderzoeken of ze effectief hoogbegaafd zijn, en dat ze dan bij mensen terechtkunnen die hierrond de nodige expertise hebben. Ik merk dagelijks in mijn praktijk dat mensen vaak een lange weg afleggen vooraleer ze bij hoogbegaafdheid uitkomen, om dan pas dat gevoel te ervaren eindelijk te weten hoe het allemaal in elkaar zit. Hoogbegaafdheid is geen diagnose; ik leg hoogbegaafde mensen uit dat er niets mis is met hen maar dat ze op bepaalde vlakken inderdaad wel anders denken en functioneren, en dat dat helemaal oké is. Maar als ze daar zelf geen verklaring voor vinden, gaan ze die verklaring op heel verschillende plekken zoeken en ontwikkelen ze vaak het idee dat ze dom zijn en dat ze er blijkbaar nooit echt bij horen.”

Zich aanpassen aan die 97% mensen die niet hoogbegaafd zijn, is dat de grootste uitdaging in het leven van een hoogbegaafde?

“Dat durf ik niet beweren maar ik stel wel vast dat ze verschillende strategieën ontwikkelen. Je hebt er die zich altijd aanpassen, waardoor ze zich op volwassen leeftijd soms zodanig aangepast hebben aan de context en aan anderen dat ze eigenlijk niet meer zo goed weten wie ze zelf zijn. Maar je hebt ook hoogbegaafden die volledig authentiek zijn en die ook zo gepercipieerd worden door de buitenwereld. Dat zijn dan vaak de rebellen of degenen die erg betweterig overkomen. Vaak bouwen zij daar hun identi-

‘3% is hoogbegaafd, 97% is dat niet en onze maatschappij is op die grootste groep ingericht. Als je daar niet toe behoort, is het onderwijssysteem of de werkcontext niet aangepast aan wat jij eigenlijk nodig hebt’

teit rond. En dat leidt soms ook tot een buitenstaanderspositie. Maar de grootste groep bestaat wel uit diegenen die zich heel sterk aanpassen. Onvermijdelijk volgt dan ergens in de loop van de volwassenheid de vraag: ‘Ja, maar wat wil jij nu eigenlijk zelf?’ En daar kunnen ze dan geen antwoord op geven. Dat was bij mij eigenlijk ook zo. Ik ging naar een psycholoog en die vroeg mij op een bepaald moment wat ik nu eigenlijk leuk vond om te doen. Ik kon oprecht maar één ding denken: ik weet hier geen antwoord op! Dat is natuurlijk heel intens, op volwassen leeftijd ineens beseffen dat je niet weet waarvoor je staat. Deze mensen moeten dan eigenlijk proberen terug te keren naar zichzelf maar als je je altijd hebt aangepast, is dat niet eenvoudig.”

Je hoort weleens dat hoogbegaafden het sowieso altijd moeilijk zullen hebben in het leven. Klopt dat volgens jou?

“Hoogbegaafdheid op zich is geen probleem en leidt ook zeker niet altijd tot problemen. Heel belangrijk is de omgeving waarin de hoogbegaafde opgroeit. Als hij in een schoolcontext terecht komt die niet aangepast is aan wat hij nodig heeft, kan dat mogelijk een probleem vormen. Zit hij in een werkcontext die niet afgestemd is op wat hij nodig heeft, ook. Maar ik wil toch benadrukken dat als jij als hoogbegaafde wél in een aangepaste context kunt functioneren, je hoogbegaafdheid waarschijnlijk totaal geen probleem vormt. Problemen komen heel vaak voort uit een mismatch tussen wie de hoogbegaafde persoon is en de context waarbinnen hij opgroeit, naar school gaat of werkt. Daar zit vaak de moeilijkheid maar dat betekent anderzijds ook dat als je aanpassingen gaat doen binnen die context, de problemen vaak verdwijnen.”

Dus het heeft ook wel voordelen om hoogbegaafd te zijn?

“Oh jawel, er zijn veel hoogbegaafde mensen die echt floreren! Dat zijn de hoogbegaafden die zich de vraag stellen wat ze nodig hebben binnen de werkcontext en daar dan ook echt naar op zoek gaan. Als je bijvoorbeeld weet dat je veel autonomie nodig hebt, is het uiteraard positief als je een professionele omgeving vindt waarin je autonoom kan en mag functioneren, waarbij dat ook geapprecieerd en zelfs gestimuleerd wordt. Ook aanvaard worden als zeer kritisch persoon is belangrijk. Je collega’s die dat ervaren als iets positiefs en die jou misschien zelfs eens een keer extra beluisteren; dat zijn dingen die jou als hoogbegaafde

echt heel blij kunnen maken. Als je hoogbegaafd bent, ben je nu eenmaal iemand die heel snel denkt en heel snel verbanden legt. Je bent ook iemand die alles intens voelt binnenkomen en je kan snel anticiperen. Dat zijn binnen de juiste randvoorwaarden uiteraard ook allemaal voordelen. Ik ben ervan overtuigd dat het echt wel een kracht is en dat het zeker niet altijd hoeft te leiden tot problemen, maar het is vaak lastig om die randvoorwaarden te creëren. En ze behouden is ook vaak een wat fragiele aangelegenheid. Je moet dus zelf op zoek gaan naar een context waarbinnen je kan floreren. De vraag hoe een hoogbegaafde kan floreren is trouwens ook een zeer belangrijke vraag die we ons als maatschappij zouden moeten stellen, vind ik.”

Gebeurt dat al genoeg? Is er maatschappelijk al voldoende aandacht voor de voordelen die de 3% hoogbegaafden zouden kunnen hebben voor onze samenleving?

“Afgaande op wat ik in mijn praktijk hoor en zie, vind ik persoonlijk van niet. Het begint natuurlijk al binnen de schoolse context. Als men tijdens het opgroeien vooral concludeert dat een hoogbegaafd kind weinig aandacht nodig heeft omdat het toch boven het gemiddelde uitsteekt, terwijl er best veel kinderen zijn die niet zo goed meekunnen en we die natuurlijk wel willen meenemen, dan wordt dat snel duidelijk. Er wordt aan een hoogbegaafd kind soms gezegd dat het gerust nog een bundeltje mag maken of een boek mag gaan lezen, maar eigenlijk zou het actief gestimuleerd moeten worden. Dit is voor alle duidelijkheid geen sneer naar het onderwijs want leerkrachten staan meer dan ooit in een spreidstand voor een heel diverse en vaak zeer grote klasgroep. Maar ik denk dat we als maatschappij meer naar hoogbegaafden zouden moeten kijken als naar een groep mensen die evenzeer ondersteuning nodig hebben om zich goed te kunnen ontplooiën. Het idee dat bij hen alles vanzelf gaat, klopt niet en moeten we loslaten. Als we daarin slagen, zal dat ook winst opleveren voor onze samenleving.”

Is dat waar je op doelt met de ondertitel van jouw boek, ‘als 1+1 gelijk is aan 3’?

“Absoluut! Als we erin slagen om een hoogbegaafde en diens omgeving goed op elkaar af te stemmen, is dat een win-win-situatie. Het betekent winst voor de hoogbegaafde, want die voelt zich beter in zijn vel en kan floreren en zich uiten op een



Lore Dewulf werd geboren in Ieper in 1984. Ze behaalde een master in de Pedagogische Wetenschappen en was ruim tien jaar actief in het onderwijs als onderzoeker, pedagogisch begeleider en lerarenopleider. Vanuit die achtergrond verdiepte ze zich verder in hoogbegaafdheid bij kinderen, jongeren en volwassenen.

In haar praktijk in Mariakerke bij Gent voert ze begaafdheidsonderzoeken uit bij kinderen, jongeren en volwassenen. Daarnaast geeft ze keynotes over uiteenlopende thema's binnen hoogbegaafdheid, zoals hoogbegaafdheid op de werkvloer, opvoeding, identiteit en relaties. Ze combineert dit met een online aanbod en het organiseren van ontmoetingsdagen voor hoogbegaafde volwassenen.

Lore werkt vanuit een holistische benadering die ze samenvat als weten, wenden en waarmaken. Haar manier van werken is nuchter, onderbouwd en gericht op authenticiteit, met bijzondere aandacht voor welzijn, identiteit en verbinding. Ze vertrekt daarbij steeds vanuit wetenschappelijke inzichten, aangevuld met praktijkervaring en een kritische blik op hardnekkige misverstanden rond hoogbegaafdheid.

Lore Dewulf is zelf hoogbegaafd en verweeft haar persoonlijke ervaring met professionele expertise in haar werk. Ze is gehuwd en moeder van twee dochters.

positieve manier. Maar ook voor de omgeving is het absoluut een plus, want de hoogbegaafde kan heel veel bijdragen aan de organisatie of het bedrijf. Ik ben er dus van overtuigd dat we nog veel meer moeten inzetten op het doorbreken van die hardnekkige overtuiging dat een hoogbegaafde zo slim is dat die niets van ons nodig heeft.”

Je hebt het meermaals over het afstemmen van de context op de hoogbegaafde. Hoe begin je daaraan, als ouder van een hoogbegaafd kind bijvoorbeeld?

“De sleutel zit vooral in het ontwikkelen van kennis over hoogbegaafdheid. Zo vind ik het eerst en vooral belangrijk dat ouders zeker weten of hun kind hoogbegaafd is. Soms weten ze dat al maar als ik dan peil naar wat ze er precies over weten, of als ik vraag of ze er al iets over hebben gelezen, merk ik vaak dat hun kennis toch niet veel verder reikt dan ‘mijn kind heeft een heel hoog IQ’. Op een bepaald moment loopt dat kind vast in het schooltraject en vragen die ouders zich af hoe dat mogelijk is want ‘mijn kind was toch slim?’. Psycho-educatie is niet alleen voor het kind maar zeker ook voor de ouders enorm belangrijk. Wat betekent dat nu eigenlijk echt: hoogbegaafd zijn? Hoogbegaafde kinderen vormen een behoorlijk pittige uitdaging voor hun ouders omdat ze heel veel vragen stellen en hun ouders als het ware 24 uur op 24 bezighouden. Hen zo veel mogelijk laten zijn wie ze zijn, is superbelangrijk maar niet altijd gemakkelijk. Ze zijn vaak heel intens, een intensiteit die soms net te veel de kop wordt ingedrukt. Als je binnen je gezin veel ruimte kunt laten voor het hoogbegaafd zijn van het kind, is dat heel fijn. Maar er is ook de impact van de schoolse context op het gezinsleven. Vaak ervaar je thuis de weerbots van wat een hoogbegaafd

‘Een hoogbegaafd kind mag weten dat het slim is, maar moet ook weten dat dit niet betekent dat alles vanzelf zal lukken. En dat het misschien wel heel intens is en dat zijn vriendschappen soms wat ingewikkelder zijn’

kind op school meemaakt. Ouders vertellen me vaak dat het op school vanzelf gaat met hun kind maar eenmaal thuis zijn het bommetjes die ontploffen. Ik leg ouders dan uit dat “school” en “thuis” als het ware communicerende vaten zijn. Wellicht is er dan een aanpassing op school nodig.”

Moeten ouders hun hoogbegaafde kind ook niet heel veel input en bezigheden geven om het gelukkig te houden?

“Het zijn inderdaad heel intense kinderen die veel vragen maar dat betekent niet dat je dat als ouder allemaal alleen moet doen. Ik druk ouders altijd op het hart dat het heel belangrijk is om een netwerk op te bouwen. Als je andere mensen om je heen weet te verzamelen, sta je er niet alleen voor en dat is op zich al helpend. Gelijkgestemden zoeken en vinden is dus heel belangrijk. Als je daarentegen aan de schoolpoort staat en eigenlijk altijd alleen maar verhalen hoort waarin je je kind niet herkent, is dat echt geen fijn gevoel en voel je je steeds meer alleen staan als ouder. Nu, als je kind continu en steeds meer vragen heeft thuis, is de kans reëel dat er te weinig aanbod is op school. Als een hoogbegaafd kind op school te weinig of te makkelijke input krijgt, heeft het nood om thuis nog honderd-duizend vragen te stellen, wil het van alles ondernemen en onderzoeken en is de steeds weerkerende vraag ‘wat gaan we doen?’. Die enorme leerhonger en die ondernemingsdrang horen nu eenmaal bij hoogbegaafdheid maar je hoeft daar als ouder echt niet altijd alleen op in te spelen.”

Is het eigenlijk belangrijk dat hoogbegaafde kinderen al op jonge leeftijd vertrouwd geraken met hun hoogbegaafdheid?

“Hoe vroeger, hoe beter zou ik durven stellen maar alleen op voorwaarde dat de omgeving van het hoogbegaafde kind ook goed begrijpt wat hoogbegaafdheid is. Ik hoor te vaak verhalen van volwassenen die als kind te horen kregen dat ze een klas moesten overslaan, en daarmee was de kous af. Geen verdere begeleiding, geen psycho-educatie. Aan wat dat nu precies voor dat kind betekende, hoogbegaafd zijn, een klas overslaan, en hoe dat voelde; daar werden vaak geen woorden aan vuil gemaakt. Dan is het natuurlijk niet interessant noch zinvol om al jong te weten dat je hoogbegaafd bent. Een beetje kennis over hoogbegaafdheid is belangrijk om een genuanceerd verhaal te kunnen brengen. Een hoogbegaafd kind mag weten dat het slim

is maar moet ook weten dat dit niet betekent dat alles vanzelf zal lukken. En dat het ook betekent dat het misschien wel heel intens is en dat zijn vriendschappen soms wat ingewikkelder zijn. Het is belangrijk dat je een jong kind een zo volledig mogelijk plaatje kunt voorleggen.”

Is het moeilijker als mensen pas op volwassen leeftijd te weten komen dat ze hoogbegaafd zijn?

“Dat verschilt van persoon tot persoon. Veel hoogbegaafden begrijpen het cognitieve plaatje vrij snel. ‘Oh, ik ben dus hoogbegaafd?!’ Daarmee vinden ze vaak opeens een verklaring voor heel veel dingen. Juist omdat ze zo sterk zijn in linken leggen en snel doorhebben wat waar vandaan komt, vallen de stukjes van hun puzzel snel in elkaar. Maar als hulpverlener mag je je daar niet door laten misleiden want het stuk dat onder de cognitieve puzzel zit, vraagt emotionele verwerking en zit op een heel andere, veel diepere laag, die ook voor hoogbegaafden een hele opgave vormt. Volwassenen gaan op zo’n moment hun leven evalueren. Ze gaan terugkijken naar wat is geweest: ‘heb ik misschien kansen gemist?’, of ‘wat was er van mij geworden als ik het eerder had geweten?’ Dat zijn de begrijpelijke vragen die zij zich dan stellen en daar komt onvermijdelijk wat verdriet en zelfs rouw bij kijken. Deze persoonlijke processen of gevoelens moeten zeker ook een plaats in hun verhaal kunnen krijgen. Pas als je achter je kijkt en kan zien wat had kunnen zijn, kan je vooruit beginnen kijken: ‘Ok, nu heb ik deze kennis, wat ga ik nu doen met mijn toekomst?’”

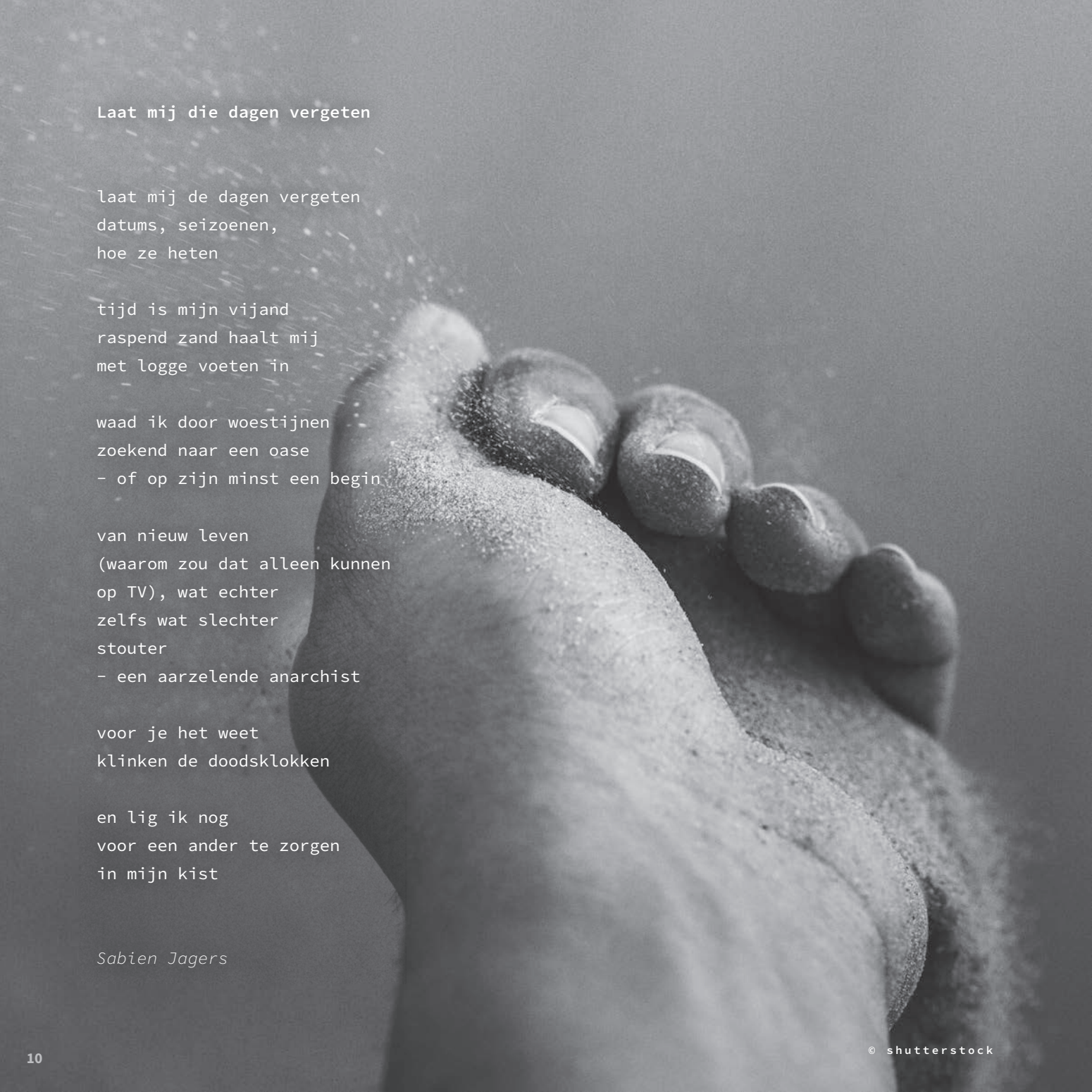
Toch hoor je relatief weinig mensen van zichzelf zeggen dat ze hoogbegaafd zijn. Zit er wat schaamte op? Is hoogbegaafd zijn taboe?

“De angst om arrogant te worden gevonden of elitair over te komen speelt vaak mee. Dat merk ik in mijn praktijk. Als ik het woord zelfs nog maar uitspreek, worden sommige mensen al ongemakkelijk. Ze zeggen ook vaak dat niemand in hun omgeving weet dat ze bij mij langskomen en dat ze het niemand willen vertellen. Het zit dus echt nog wel in de taboesfeer. Er niet over durven spreken met anderen zegt veel over hoe alleen deze mensen zich wellicht voelen. En alleen blijven met je hoogbegaafdheid vergroot de eenzaamheid natuurlijk alleen maar. Ik denk dat we echt af moeten van het idee dat hoog-

begaafdheid met arrogantie of elitair zijn te maken heeft! Een hoogbegaafde heeft gewoon een brein dat anders in elkaar zit waardoor hij ook wat anders in de wereld staat. Vaak zie ik bij hoogbegaafden trouwens juist het omgekeerde van arrogantie. Deze mensen zeggen dan dat ze zich juist heel dom voelen of heel erg onzeker zijn over hoe ze in de wereld staan. Eigenlijk hoef je hoogbegaafdheid echt niet te verstoppen. Het is heel fijn om er samen met anderen open over te spreken, ervaringen uit te wisselen en vast te stellen dat je niet de enige bent. Gewoon openlijk kunnen uitspreken dat je hoogbegaafd bent, dat taboe doorbreken is dan ook echt één van mijn grote missies.”



Hoogbegaafd zijn. Wat als 1 + 1 gelijk is aan 3?, Lore Dewulf (Pelckmans 2025)



Laat mij die dagen vergeten

laat mij de dagen vergeten
datums, seizoenen,
hoe ze heten

tijd is mijn vijand
raspend zand haalt mij
met logge voeten in

waad ik door woestijnen
zoekend naar een oase
- of op zijn minst een begin

van nieuw leven
(waarom zou dat alleen kunnen
op TV), wat echter
zelfs wat slechter
stouter
- een aarzelende anarchist

voor je het weet
klinken de doodsklokken

en lig ik nog
voor een ander te zorgen
in mijn kist

Sabien Jagers



Geraakt door levensverhalen van kinderen met complex trauma

NICOLE VLIEGEN

Geraakt door levensverhalen van kinderen met complex trauma. Een inblik in het werk van kinderpsychotherapeuten.
Nicole Vliegen, Pelckmans, € 32

WIE SCHREEF HET?

Nicole Vliegen is klinisch psychologe, psychotherapeut en professor aan de KU Leuven. Ze is academisch verantwoordelijke voor de postgraduaat Psychodynamische Kinderpsychotherapie en Infant Mental Health en hoofd van het team psychodynamische kindtherapeuten in het praktijkcentrum PraxisP.

WAAROVER GAAT HET?

Geraakt door... is een boek dat je niet zomaar leest, maar dat je langzaam binnenlaat. Het opent een deur naar de praktijk: therapeuten vertellen hoe ze geraakt worden door de verhalen, de angsten, de boosheid en de overlevingskracht van deze kinderen. Geen afstandelijke casussen, maar echte ontmoetingen. Je leest over wantrouwen en verlies, maar evenzeer over hoop, kleine verschuivingen en momenten waarop een kind weer even durft te ademen. De ervaringen van elf kindtherapeuten die werken met kin-

deren die opgroeien met complex trauma vormen in twaalf hoofdstukken een eerlijk, kwetsbaar en tegelijk hoopvol portret. Het boek opent met *Samen zijn: nieuwe ontmoetingen starten vanuit wantrouwen en angst*, waarin voelbaar wordt hoe voorzichtig en traag vertrouwen soms groeit. Hierin lees je hoe nabijheid niet alleen veiligheid brengt, maar ook pijn zichtbaar maakt, een noodzakelijke stap in heling. Verderop toont *Speels therapeutisch contact* hoe spel een taal wordt wanneer woorden tekortschieten, en hoe kinderen via symboliek en verbeelding hun binnenwereld openen. In *Soms opent er zich een poortje, soms gaan alle sluisen open* wordt duidelijk hoe onvoorspelbaar en intens die beweging kan zijn. De latere hoofdstukken richten zich op de therapeut zelf en hoe zwaar dit werk soms weegt. Het boek eindigt met een ode aan de kracht van relatie, aandacht en menselijkheid. De illustraties van Flor Aguilar tillen het geheel nog hoger. Ze was aanwezig tijdens

de gesprekken en tekende wat woorden soms niet vatten: de spanning, de zachtheid, de symboliek die kinderen meebrengen. De beelden zijn sprookjesachtig, maar niet lichtzinnig, ze raken precies waar het moet.

WAT VIND IK ERVAN?

Wat dit boek voor mij bijzonder maakt, is de eerlijkheid. De therapeuten tonen hun twijfel, hun betrokkenheid, hun eigen kwetsbaarheid. Het werk wordt zichtbaar: de nabijheid, het zoeken, het soms niet-weten. En tegelijk de kracht die ontstaat wanneer je als hulpverlener durft geraakt te worden. Dit is geen handleiding, geen stappenplan. Het is een uitnodiging. Een uitnodiging om te kijken voorbij gedrag, om te blijven geloven in verbinding, om te erkennen hoe intens dit werk is en hoe hoopvol.

• Anja Wouters



Lichaamsgericht traumawerk

LIJF-HART-BREIN OP ÉÉN LIJN

|

MARLEEN SCHUURMANS

Marleen Schuurmans, afgestudeerd als I.V.-therapeut in 2011, heeft zich gespecialiseerd in lichaamsgericht traumawerk. In dit artikel wil ze je laten kennismaken met wat Somatic Experiencing (SE) en NARM (Neuro Affective Relational Model) haar hebben gebracht. En hoe de polyvagaaltheorie hierin een centrale rol speelt.

De frustraties die ik in mijn werk in de jeugdzorg tegenkwam vormden de aanleiding om de I.V.-opleiding aan te vatten. Het werken met jongeren deed ik graag, maar verliep niet altijd vanzelfsprekend. Ik vond dat ik te weinig bagage had om die jongeren echt te kunnen geven wat ze nodig hadden. Toen ik afstudeerde als I.V.-therapeut had ik een diploma op zak, nieuwe ervaringen en inzichten en vooral veel goesting om verder aan de slag te gaan. Nu niet meer als leefgroepbegeleider, maar als psychotherapeut in de praktijk die ik oprichtte met Jürgen Peeters.

Niet ontladen

Dankzij de boeken van Peter Levine en de workshops die we bij De Onderstroom met Maggie Kline organiseerden in België, begon ik in 2018 aan de driejarige opleiding tot Somatic Experiencing Practitioner. Als je in een groep van ruim veertig deelnemers start aan een opleiding in verband met trauma wordt snel duidelijk wat een “trauma vortex” precies is. Het beeld van de innerlijke draaikolk die na trauma ontstaat heeft Peter Levine niet voor niets benoemd. Trauma zit niet in de gebeurtenis, maar in de impact die de gebeurtenis heeft op ons hele zijn, met gedachten, emoties en lichamelijke sensaties. Symptomen zijn het gevolg van trauma-energie die zich niet heeft kunnen ontladen. De pijn, de ontregeling van ons zenuwstelsel, onze overlevingsmechanismen komen aan de oppervlakte en nemen ons, als in een draaikolk, mee in de herbeleving. En dat gebeurt natuurlijk ook in een lichaamsgerichte trauma-opleiding, want ons lichaam luistert altijd mee.

Rond de groep deelnemers staat een teacher met een team van assistenten die deze opleiding zelf al een of meerdere keren hebben doorlopen. De omhulling door meer ervaren en, nog belangrijker, beter gereguleerde collega's vormt een belangrijke hulpbron. Peter Levine benadrukt het belang van hulpbronnen die de counter vortex kunnen activeren. Het helpt ons om terug in verbinding met onszelf te komen. Anders gezegd, we komen weer binnen onze window of tolerance en zijn meer gereguleerd. Hulpbronnen zijn mensen of zaken die een helpend effect op ons hebben. Dat kan een hond zijn of de boom die je door het raam ziet, een armbandje waaraan je kan frutselen of een helpende gedachte.

Ze maken ons terug nieuwsgierig en, vanuit de polyvagaaltheorie bekeken, activeren ze onze nervus vagus. SE is een ervaringsgerichte opleiding. Dit betekent dat er naast de theorie veel tijd wordt besteed aan het oefenen en ervaren van dit werk. Naast leersessies en supervisie is er veel ruimte om in oefengroepjes de rol van therapeut, cliënt en observator op te nemen. Dit gebeurt steeds onder begeleiding van een assistent, wat het leerproces intensiveert.

Kleine stapjes

Als we over trauma spreken dan hebben we het over een gebeurtenis die te snel en zonder keuze op ons afkomt en waar we niet op voorbereid zijn. Als dit gebeurt, reageert ons autonome zenuwstelsel bliksemsnel om het gevaar af te wenden en weer veilig te zijn. Onze overlevings- en verdedigingsresponsen verlopen via een bepaalde cyclus. Als we kijken naar een konijn in het wild dan zal het bij een onverwacht geluid eerst even stoppen om te evalueren of er gevaar dreigt. Dit kan een rustige reactie zijn of eerder een schrikreactie die een hogere sympathische activatie in zich heeft. Dan volgt het oriënteren om in te schatten waar gevaar en waar veiligheid is. Daaruit volgt een specifieke verdediging: vechten, vluchten of bevriezen. Eens het konijn terug in veiligheid is, keert de fysiologie terug naar een rusttoestand om vandaaruit een ontspannen waakzaamheid te hebben.

Binnen SE kijken we naar waar in het lichaam spanning zit opgeslagen en waar er geen of minder stroming is. De verschillende fases van de verdedigingsrespons hebben we hierbij als een van de kaders. Energie die ooit klaar zat voor een actie tot bescherming geven we ruimte, laten we een beweging afmaken, mits voldoende hulpbronnen om in het hier en nu te blijven en niet in de herbeleving te gaan. Het afmaken van onze overlevingsresponsen geeft innerlijk opnieuw de ruimte om stap per stap meer veiligheid en levendigheid te ervaren. Ons sociaal betrokkenheidssysteem (ventraal vagaal) treedt meer in werking en onze levendigheid neemt toe. Uiteraard wordt er niet enkel met sensaties gewerkt. Ervaringen worden bekeken vanuit vijf componenten: sensaties, gedrag, emoties, beelden en betekenis. Deze gebruiken we allemaal bij het heronderhandelen van een trauma. Hoewel deze vijf componenten even belangrijk zijn, is het onder

‘Childhood trauma is about heart-break. When a child reaches out to the world for support, kindness and love, and it is met with the tragic reality of attachment and environmental failures, a child is left experiencing helplessness, hopelessness and despair. A survival strategy that children use to protect against the pain of this heartbreak, and further loss, is to disconnect from their heart’

- uit The Practical Guide for Healing Developmental Trauma - Laurence Heller, PhD en Brad J. Kammer, LMFT.

andere Peter Levine zijn verdienste dat de sensaties en de fysiologie een prominentere plek hebben gekregen binnen de therapie. Zijn nauwe samenwerking met Stephen Porges en diens bevindingen in verband met het autonome zenuwstelsel - die zeer bruikbaar bleken binnen het traumawerk - hebben hiertoe bijgedragen. De nadruk verschoof van cognitie en emoties naar biologie en fysiologie met het zelfhelend vermogen van de mens als uitgangspunt.

SE is in de jaren 70 ontwikkeld. Een periode waar er in de therapie nog veel acting-out gedrag werd aangemoedigd. Doordat er meer kennis kwam binnen de neurowetenschappen werd het belang van vertragen en in kleine stapjes werken ook duidelijker. Onze hersenen kunnen kleine stukjes informatie verwerken en registreren waardoor er nieuwe hersenverbindingen kunnen komen. Als we te grote stappen nemen is dat even aangenaam, maar daarna gaat onze oude vertrouwde hersenstructuur verder. Vandaar de ‘less is more’ werkwijze.

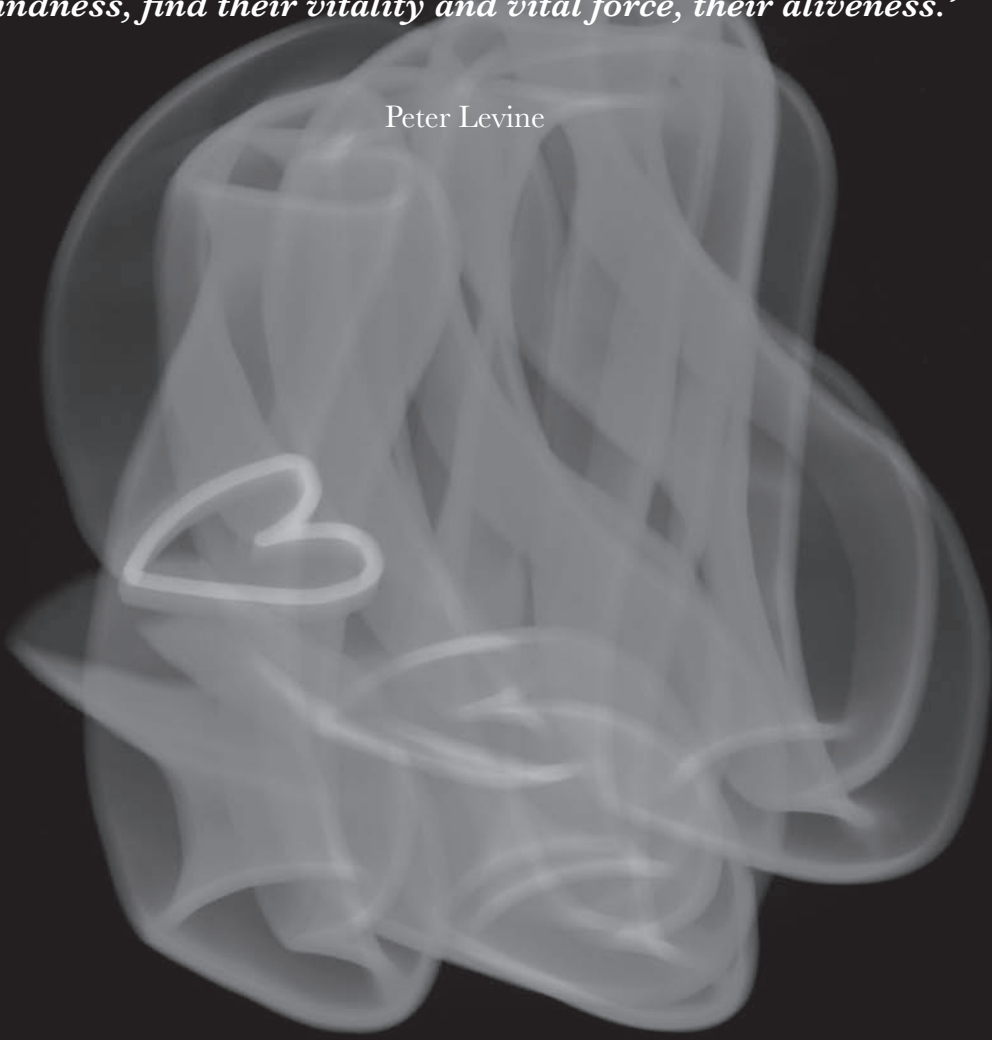
CASUS 1

Jaak is een vijftiger. In zijn tienerjaren is hij seksueel misbruikt door iemand uit de omgeving. Angsten en onveiligheid overheersen zijn leven. We werken al een tijdje samen en hebben het deze sessie over de kwaadheid (emotie) die er is ten opzichte van de dader. Waar ik meestal iemand voor me zie die meer vastzit en weinig energie heeft, zie ik nu meer energie, meer activatie (gedrag) komen. Ik merk vooral zijn handen en vingers op die mee in het gesprek willen komen. Ik vraag hem wat hij zou willen doen indien hij geen grenzen zou krijgen zoals we die natuurlijk wel hebben in de maatschappij.

Na dit een tijdje voor zichzelf te overwegen, zegt hij: ‘Ik zou hem door elkaar rammelen en in zijn kloten stampen’ (beeld). Als we samen de activatie in zijn lichaam opmerken (sensatie) nodig ik hem uit om de beweging te maken die zijn armen en benen zouden willen maken. Zijn handen worden vuisten die knijpen en iemand door elkaar rammelen (gedrag). Er volgt een vloek (gedrag). Ik vraag hem om hier even te pauzeren. Als er bij trauma bevrozing is, dan proberen we dit druppelsgewijs te ontladen om te vermijden dat er te veel activatie vrijkomt die niet te dragen is. Peter Levine spreekt in dit opzicht van titreren. Jaak merkt dat het oplucht en tegelijkertijd spanning oproept (sensaties). Ik normaliseer dit. Dat zijn hersenen en lichaam even aan het kijken zijn hoe ze nu deze nieuwe info een plekje kan geven (betekenis). Of het wel veilig is om dit te laten zien. Na enkele ogenblikken zie ik zijn ogen vochtig worden (sensatie). Het verdriet en de rouw voor wat hem is aangedaan, krijgen wat ruimte (emotie). Na een tijdje komt er terug wat rust. Ik vraag hem om nog even rond te kijken vanuit de innerlijke plek waar hij zich nu bevindt. ‘Is die plant daar nieuw?’ Die plant in de ruimte staat er al een hele tijd, maar nu merkt hij hem en de kleuren die hij mooi vindt op. Hij kijkt vanuit een meer ontspannen waakzaamheid.

'Somatic Experiencing is not about helping a person resolve their trauma. It is about helping them open to their goodness and humanity, receive the milk and honey of human kindness, find their vitality and vital force, their aliveness.'

Peter Levine



Impuls naar heling

In mijn praktijk merkte ik dat deze lichaamsgerichte benadering meer ruimte tot herstel gaf. En zoals dat gaat, loop je dan weer tegen de volgende uitdaging aan. Mensen die een ongeluk of geweld meemaken of welke vorm van shock trauma dan ook, zijn nooit een onbeschreven blad als ze dit meemaken. We hebben allemaal een geschiedenis van waaruit we een manier hebben ontwikkeld om met het leven om te gaan. En we hebben allemaal in meer of mindere mate iets opgegeven. De Amerikaanse psycholoog Laurence Heller is grondlegger van NARM. Hij heeft een psychodynamische en lichaamsgerichte achtergrond, onder andere Somatic Experiencing. Op de achterzijde van zijn boek *Ontwikkelings-trauma helen. Het NeuroAffective Relational Model (NARM) voor het hertstel van verbinding*, dat hij samen met Aline LaPierre schreef lezen we: 'In ons allemaal is een spontane beweging naar verbinding, gezondheid en levendigheid. Ongeacht hoe teruggetrokken en geïsoleerd we zijn geraakt of hoe ernstig het trauma is dat we hebben opgedaan, op het diepste niveau, net zoals een plant spontaan naar het zonlicht beweegt, is er in ons allemaal een impuls om naar verbinding en heling te bewegen. Deze organische impuls is de brandstof voor de NARM-benadering.'

Relationeel

NARM is een relationeel model. Dit betekent dat we, in functie van de therapeutische relatie en het proces, met onze aandacht evenveel bij de cliënt als bij onszelf zijn. Overdracht en tegenoverdracht worden erkend als een natuurlijk gegeven binnen de therapie. Daarnaast vertrekt NARM vanuit vijf biologische basisbehoeftes die essentieel zijn voor ons emotionele en lichamelijke welbevinden: de behoefte aan verbinding, afstemming, vertrouwen, autonomie en liefde-seksualiteit. Deze komen vermoedelijk bekend voor als we denken aan de karakterstructuren in de bio-energetica van Alexander Lowen. Als er op deze vijf terreinen niet voldoende tegemoet wordt gekomen aan de behoeftes als kind of als deze flagrant worden geschonden, ontwikkelen we adaptieve overlevingsstrategieën, strategieën die onze kans op overleven vergroten. Slimme aanpassingen dus. Wanneer basale behoeften van het kind niet vervuld worden,

gaat het kind zich over de behoeften schamen. Omwille van de afhankelijkheid heeft het kind hier geen keuze. Het is biologisch bepaald. Dit leidt tot identificaties zoals 'Ik ben het niet waard om geliefd te zijn' of 'Ik ben te druk'. Deze identificaties liggen aan de wortel van overlevingsstrategieën en beïnvloeden ons vermogen tot zelfregulering in relaties. Maar hoewel ze ons dienen om met zo weinig mogelijk kleerscheuren de volwassenheid te halen, hebben ze een keerzijde. Onze aanpassingen worden ons nieuwe "normaal" om met de wereld om te gaan. Ze hebben een effect op hoe we ons reguleren en bepalen mee onze draagkracht. Binnen de neurowetenschappen is het belang van zelfregulatie uitgebreid onderzocht. Men ziet verbanden tussen relationeel en shock trauma op jonge leeftijd en een beschadigd vermogen om onze emoties en onze autonome functies (ademhaling, bloeddruk, hartslag, spijsvertering en slaap) te regelen. Binnen therapie is het van belang om autonome zelfregulatie en affectregulatie terug op gang te krijgen of te versterken.

Reguleren

Autonome zelfregulatie gaat over de fysieke kant. Tijd kunnen geven om ergens aan te komen en te "landen" zodat we meer aanwezig kunnen zijn, rusten als we moe zijn of dicht tegen iemand aan kruipen als we geborgenheid zoeken. Dit zijn allemaal zaken die onze fysieke gezondheid ondersteunen. Ze brengen ons meer rust en veiligheid en laten ons meer ventraal aanwezig zijn. Vandaaruit kunnen we verbonden met onszelf met de wereld omgaan. We gaan samen spelen, waarbij er ventrale en sympathische activatie is. Of we gaan in het bos op een bankje zitten, waar ventraal en dorsale activatie is. We springen aan de kant voor een auto die voorbijraast, wat sympathische activatie is. Wanneer onze energie geblokkeerd is, hebben we hier minder toegang toe. Door in therapie de lijflijke blokkades te doorwerken, komt onze levensenergie weer vrij beschikbaar. Affectregulatie gaat over de manier waarop we onze emoties reguleren. Onze omgang met blijdschap, verdriet, kwaadheid, opwinding, angst en de hele waaier aan menselijke emoties. Symptomen van disregulatie die hierbij horen zijn bijvoorbeeld angst en paniek, depressie, verslaving, compulsief gedrag enz. Wannner we ons tijdens onze ontwikkeling

hebben afgesloten van bepaalde emoties omdat ze een bedreiging waren voor de relatie met onze verzorgers, dan wordt het later moeilijk om de intensiteit van deze emoties te dragen. Als we daardoor geen of moeilijker toegang hebben tot deze emoties, krijgen we ook geen toegang tot de informatie die ze in zich dragen. We moeten dus met een beperking door het leven, wat de kans op meer trauma en stress vergroot.

Voller leven

Bij NARM vertrekken we vanuit het hartsverlangen van de client. Zonder dit steeds zo te benoemen gaan we ervan uit dat daar de kwetsuren zitten en dat het dus ook de plaats voor heling is. Om de liefde van onze omgeving niet te verliezen hebben we in bepaalde mate afstand moeten nemen van ons hart, ons authentieke zelf. Maar als we weten waar we naartoe willen, welke zijnskwaliteit we willen laten toenemen, dan kunnen we ook kijken naar wat er in de weg zit.

NARM werkt met 4 grote pijlers binnen het therapeutische werk die organisch worden gehanteerd:

- Het uitnodigen van een intentie tot verandering en het verhelderen van het therapeutische contract.
- Het verkennen van het thema en de innerlijke obstakels.
- Het ondersteunen en versterken van 'agency'.
- En ten slotte is er reflectie/embodiment van de psychobiologische shifts.

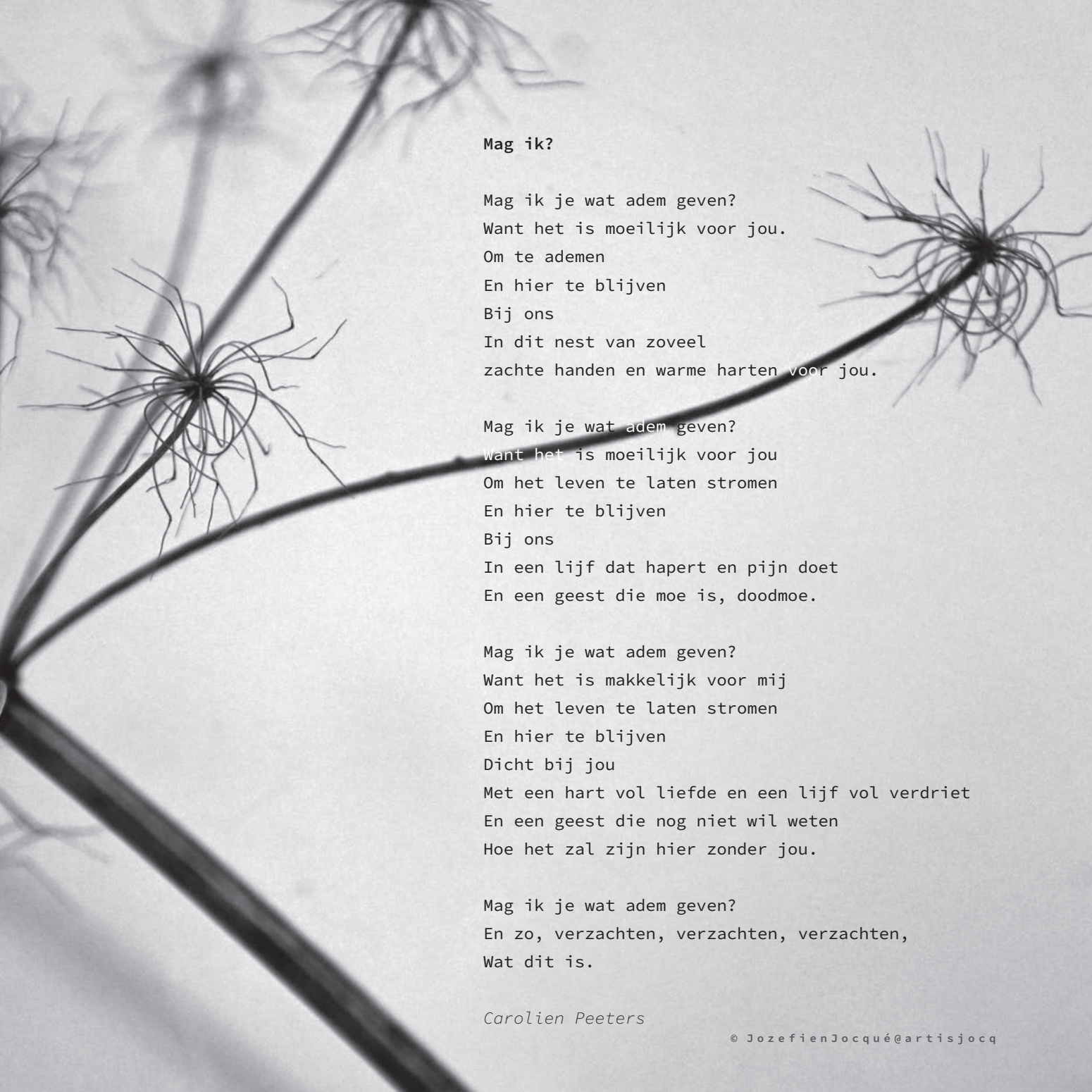
We zijn hierbij nieuwsgierig naar de primaire emotie die speelt en de boodschap die deze draagt. Door deze emotie te uiten geven we ruimte aan dat wat vroeger niet mogelijk was, maar dat als volwassene wel gedragen kan worden. De verandering in gedachten, emotie en fysiologie geven we ruimte om geïntegreerd te worden. "Emotional completion" maakt levensenergie weer vrij. Leven gaat niet over een verlangen naar veiligheid, maar over het verlangen naar groei. Daarvoor dien je, weliswaar vanuit voldoende veiligheid, risico's te nemen. (Als we enkel op veiligheid waren gericht, waren we nooit aan kruipen begonnen.) Groei en ontwikkeling houden risico's in. Zodra onze capaciteit groeit om de complexiteit van het leven, de tegenstrijdige verlangens en emoties te dragen, verruimen onze oevers en kan er een voller leven stromen.

CASUS 2

Sofie heeft een moeilijke relatie met haar vader. Haar vriend heeft gezegd dat haar vader mogelijk autisme heeft en dat hij er niets aan kan doen dat hij zo reageert. We kijken welke emotie er naast machteloosheid nog meer is, er komt kwaadheid. Met een grotere zelfzekerheid zegt ze: 'Ik had wél liefde en aandacht verdiend.' We nemen onze tijd om de kwaadheid die geuit is te integreren. Het volgende gesprek vertelt Sofie dat ze nog heel kwaad geweest is op haar vader. Ze heeft veel woede gevoeld. En ... ze denkt ook wel dat hij autisme heeft en niet anders kan. Vanuit een volwassen perspectief is er ruimte om beiden te dragen.



Marleen is I.V.-therapeut, Somatic Experiencing Practitioner en NARM-practitioner i.o. Binnen De Onderstroom werkt ze als lichaamsgerichte psychotherapeute en supervisor onder andere rond trauma en herstel. Ze geeft bijscholing over de polyvagaaltheorie, *Lijf-hart-brein op één lijn*, met het verlangen om veiligheid en verbinding in de mens en wereld te versterken.



Mag ik?

Mag ik je wat adem geven?
Want het is moeilijk voor jou.
Om te ademen
En hier te blijven
Bij ons
In dit nest van zoveel
zachte handen en warme harten voor jou.

Mag ik je wat adem geven?
Want het is moeilijk voor jou
Om het leven te laten stromen
En hier te blijven
Bij ons
In een lijf dat hapert en pijn doet
En een geest die moe is, doodmoe.

Mag ik je wat adem geven?
Want het is makkelijk voor mij
Om het leven te laten stromen
En hier te blijven
Dicht bij jou
Met een hart vol liefde en een lijf vol verdriet
En een geest die nog niet wil weten
Hoe het zal zijn hier zonder jou.

Mag ik je wat adem geven?
En zo, verzachten, verzachten, verzachten,
Wat dit is.

Carolien Peeters



Witte zorg zwart leed

AMA KISSI

Witte zorg zwart leed. Waarom de mentale gezondheidszorg faalt voor mensen van kleur, Ama Kissi, Borgerhoff & Lamberigts, € 23,99

WIE SCHREEF HET?

Ama Kissi (*1990) is postdoctoraal onderzoeker aan de UGent, ze richt zich op het duiden van factoren die raciale ongelijkheden in de gezondheidszorg kunnen verklaren. Ze werkt als klinisch psycholoog in PRAKTIJK50 in Lokeren, geeft regelmatig workshops en lezingen over de link tussen racisme en gezondheid, en diversiteits-competente zorg. Ze is docent en auteur.

WAAROVER GAAT HET?

Kissi richt haar spots op de enorme impact van racisme in en buiten de zorg en toont aan hoezeer radicaal andere insteken nodig zijn. Het eerste deel beschrijft hoe allesomvattend het fenomeen is. Ogenscheinlijk uitgaand van individuele aannames gebaseerd op huidskleur, culturele achtergrond en land van herkomst, die leiden tot individuele vooroordelen en discriminerend gedrag, blijkt bij nader inzicht dat racisme zowel een politiek als maatschappelijk systeem is. Ook ons

kijken naar de verschillende groepen is gekleurd: etnische of biologische gegevens vormen niet echt de basis van het onderscheidend kijken. Het gemaakte onderscheid is opnieuw een sociaal construct van vooronderstellingen die ook nog eens afhankelijk zijn van tijd en context.

De auteur bespreekt uitvoerig de invloed hiervan op de mentale gezondheid en onderliggende mechanismes die hierbij spelen: structurele ongelijkheden (zoals huisvesting en werkgelegenheid), ondermijnende acties van anderen (criminalisering van psychische klachten, foute diagnoses, framing ...), en persoonlijke processen en responsen.

Kissi kijkt naar raciale en etnische ongelijkheden binnen de mentale zorg, zoals geïnternaliseerde stereotypering die leidt tot raciale aannames bij diagnostiek. De Witte Mens geldt als universele norm. Sommige hulpverleners hanteren gerapporteerde racisme-ervaringen door ze te negeren, te minimaliseren of het als kwetsend ervaren

ervan, als het eigenlijke probleem aan te duiden. Hertraumatisering krijgt een voedingsbodem en racisme blijft inherent aanwezig.

Hoe moet het dan wel? Kissi pleit voor zorgvuldiger onderzoek en onderwijs, meer diversiteit en ondersteuning van gekleurde zorgverleners, bewustwording van de Witte Norm, adequate erkenning van racisme en daaruit voortvloeiende trauma's. Idealiter wordt het hele zorgsysteem herdacht.

WAT VIND IK ERVAN?

Ama Kissi's pleidooi voor een radicaal andere begeleiding komt binnen. De positie van de Ander houdt me al langer bezig, maar in dit kader heeft het me toch weer wakker geschud. Als je bereid bent om kritisch je therapeutisch handelen in dit licht te bekijken, is dit boek een mooie leidraad.

• Karen Terlinck

Is de 'good enough mother' goed genoeg?

JAN JACQUEMYN

CASUS 1

Mijn moeder ... *(verbeten gezicht)*

Zij die ik lang op een voetstuk heb gezet. Zij die mij nodig had, die mij als uitverkorene in haar armen nam, die haar afwezige man - mijn vader, met andere woorden: mijn zwakke dronken onbenul - *(slaat beschaamd de ogen neer)* inruilde voor mij.

Ik heb verdomme nooit beseft dat ik haar perfecte kind was - *better than all the rest* - dat ik haar lieveling was waarmee ze graag op café ging, om met me te pronken.

Ik kan me nog goed herinneren dat ik op een bepaald moment in mijn puberjaren verdrietig was en mij even emotioneel liet gaan (ik liep huilend weg bij mijn moeder, om haar niet te kwetsen, om haar te sparen) waarna mijn vader *(balt de vuisten)* me achterna rende en zich boos maakte (*'Hoe haal je het in je hoofd om je moeder zo beduusd achter te laten'*) en me beval onmiddellijk mijn excuses aan te bieden, wat ik dan - stomme ik - nog deed ook!

Later, ik was toen 35 jaar, denk ik, heb ik op een feestje te horen gekregen van mijn broers dat ik niet veel te klagen heb, dat ik vooral moet zwijgen, want ik ben altijd voorgetrokken geweest ten aanzien van hen, ik heb nooit vervelende klusjes in huis moeten doen, die waren voor hen.

Toen knapte er iets in mij ... Ik ben me beginnen distantiëren van mijn moeder, dat deed ik zeer drastisch, zeer voelbaar en zichtbaar. Waarschijnlijk verschrikkelijk voor mijn moeder om mee te maken ... maar ik kon niet anders.

Daar stond ik toen, naakt en alleen, zo voelde het. Mijn broers bleven me benaderen zoals ze altijd hadden gedaan ... Ik kon mijn eigenhandig ingenomen positie niet verzilveren, ik kon hen niet overtuigen dat ik naast hen ging staan en niet meer naast moeder en boven hen (wat ik nooit heb gewild of heb beseft).

Het is nog altijd zo, ik krijg het niet voor mekaar die noodzakelijke verbinding te maken. En dat mijn moeder me op haar sterfbed influisterde dat ik nu voor de familie moest zorgen, deed er natuurlijk geen goed aan.

Ik heb het een beetje opgegeven ... vallend tussen wal en schip ... wat had ik moeten doen - wat kan ik doen - mijn moeder had helaas de capaciteiten niet om in te zien wat ze mij aandeed (moet ik boos zijn, moet ik haar vergeven?), maar mijn broers zouden toch beter moeten weten, zij hebben wel, denk ik, de mogelijkheden ...

CASUS 2

Mijn schoonmoeder ... *(vecht tegen opkomende tranen)*

Ik ga al niet meer mee met mijn man, het is altijd hetzelfde liedje daar. Dat ik weer zo laat toekom, dat ik geen rekening hou met haar timing, dat ik weer niet wil dineren, dat ik ...

Mijn man volgt zijn moeder gedwee, durft er niet tegenin te gaan, gehoorzaamt zonder morren. Weet je, hij moet zelfs aan zijn vader (die bullebak met z'n losse handjes) de plannen laten zien voor een lening van een auto die we willen kopen.

Als ik me dan verontwaardigd uit tegen mijn man en zeg dat dat 'onze' zaken zijn en 'niet die van hen' dan haalt hij zijn schouders op en antwoordt onderdanig: 'Och, je kent ze toch, het heeft geen zin tegen te pruttelen ...' Dan word ik woest en maak ik ruzie met mijn man en zeg dat ik dat niet langer kan verdragen (*kijkt verslagen naar beneden*).

Ik hoor zogezegd een vriendin te zijn van zijn moeder, iemand die naast haar gaat staan en tevens voor haar jongen zorgt, een jongen die (haar eigen woorden) 'niet goed voor zichzelf kan zorgen, die neerslachtig is en weinig ruggengraat heeft ...'

Toen ik dat hoorde, heb ik besloten naar een therapeut te gaan, om raad te vragen.

(Ik nodig haar man onmiddellijk uit bij de volgende sessie.)

Welkom Ronny.

Het klopt wat mijn vrouw zegt, ik heb het opgegeven om te rebelleren, het heeft geen zin. Ik ben in mijn jonge jaren altijd aangesproken geweest als dat dikkerdje – ook op familiefestjes – en als ik naar de arts ging moest ik volgens hem wat minder vettig eten (eten dat mijn moeder in grote hoeveelheden op mijn bord kwakte) ...

Ik kreeg in de puberteit ook geregeld te horen dat ik stonk, dat ik teveel beharing had op mijn hele lichaam en dat ik maar eens iets moest doen aan die acné.

Toen ik later ging studeren werd dat met hoongelach onthaald, want dat zou ik toch niet kunnen, daar was ik niet slim genoeg voor ... Mijn vader neemt het altijd op voor mijn moeder, als zij het niet meer aankan dan smeekt ze om zijn hulp ... En dat is roepen en tieren ... Vroeger kwam daar af en toe een flinke mep bij ...

CASUS 3

Mijn moeder ... (stoïcijnse blik)

Ik ben dat kind dat er niet mag zijn, weet ik wel zeker, liefst had ze een meisje gehad en toen mijn jonger broertje overleed, werd ik met alle zonden van Israël beladen ... Mijn broertje was sterker, knapper, verbarer en vooral slimmer ... En hoe ik me nu ook gedraag naar mijn moeder toe (mijn vader zwijgt in alle talen), het is nooit genoeg of nooit goed ...

Als ik bijvoorbeeld het biergebruik van mijn vader aankaart thuis, dan krijg ik de wind van voren. Dat ik het me maar inbeeld, dat ik me niet moet moeien en dat ik hen zeker niet de les mag komen spellen in hun eigen huis ... Zo wordt het wel erg vervelend om een zoon te zijn ...

Ik ben dus blijkbaar iemand die geen recht van spreken heeft of van doen en laten. Ik ben gewoonweg iemand die geen recht heeft op bestaan ...

Mijn vrouw vindt dat ik meer ballen moet tonen, meer lef moet hebben om tegen mijn ouders in te gaan, anders is ze van plan de stekker uit onze relatie te trekken ... en dat wil ik absoluut mijn kinderen niet aandoen ...

Hoe delicaat is het om over je ouders, je vader of je moeder, kwaad te spreken. Er hangt immers een zwaard van Damocles boven je hoofd: ooit zal je worden gestraft want eren en gehoorzamen is je taak als kind. Inderdaad, dit is een zeer religieus dogmatische insteek maar het doet geen afbreuk aan de wijdverspreide connotatie van straf en beloning, van schuld en boete, van 'een ethisch bezwaard zijn' met betrekking tot sterke loyale banden (cultureel, familiaal, interpersoonlijk).

Er is derhalve voorzichtigheid geboden om deze heikele items in therapie te benaderen want het archetypische moederbeeld leeft. Denk maar aan de kracht van afbeeldingen van oermoeders. De liefde, de empathie, de betrouwbaarheid, de veiligheid, het geduld en de geborgenheid stralen van de beelden af en maken een diepe indruk op ons allen. Tegelijkertijd is het in deze tijd een bedreiging (onmogelijk waar te maken of te garanderen), maar ook een na te streven ideaalbeeld (moet fantastisch zijn).

Of moeten we meer de zijnsgeoriënteerde modus aanhalen waarbij een holistische visie de 'zijnsmoeder' minder stigmatiserend en verwachtingsvol benadert of moeten we misschien – naar het voorbeeld van het behalen van een diploma of licentie – ouders onderrichten en leiden naar een certificaat van 'goed moederschap' en 'goed vaderschap' (met een bonus-malussysteem)?

Moeder zijn in deze tijd is een heus engagement en de vrouw als moeder heeft nog steeds helaas vele ballen in de lucht te houden. De combinatie van werk, gezin, familie, vriendenkring en vrije tijd maakt van moederschap een niet evident avontuur. Het is mooi als we lezen dat er een dorp nodig is om een kind op te voeden, maar voor sommigen van mijn cliënten was dat dorp amper aanwezig en als er eentje werd gevonden was het een gesubsidieerde instelling of voorziening die van rechtswege werd aangeduid. En hoe moeten we de 'destructief gerechtigden' dan benaderen als we tevens streven naar een contextuele balans van geven en nemen waarbij ook nog eens de plek in de stamboom (over de generaties heen) moet worden gerespecteerd?

Waar moeten we het dan over hebben?

Over de god en de duivel misschien, over het goede en het kwade, de plus en de min, de beperkingen en de talenten, de fijne kantjes en de scherpe, de licht- en de schaduwkant ... ; het zit in ons allen.

Wanneer nu (door situationele, psychologische en interactionele omstandigheden) bij de - hierboven geviseerde - moeders de negatieve helft de overhand neemt, is het mogelijk dat 'kokergewijs' de focus op het eigen gelijk en het eigen geluk komt te liggen. De zienswijze naar de andere oever ontbreekt, de boot van empathie kan de kade niet verlaten. Het liefdevolle en betrouwbare is 'een dood gestorven' in de onmacht van een persoonlijk verhaal (met z'n persoonlijkheidsstructuur, z'n getraumatiseerde levensgeschiedenis, z'n cognitief vermogen/onvermogen). En de kans dat dit een intergenerationeel fenomeen wordt is groot.

Het is meer 'een niet kunnen' dan 'een bewust niet willen' dat de impasse zo groot maakt, waardoor de kloof tot verbinding een bijna onmogelijke opgave lijkt. Het nefast roulerende effect is (helaas) meestal een 'hier en nu beleven' met 'hier en nu emoties van boosheid, verdriet en erkenningsdrang'.

Als de destructief gerechtigde mens bijgevolg niet geraakt aan de vorige generatie, geen voeling of binding ervaart ... maar alleen maar de negatieve effecten moet incasseren, wordt het moeilijk zijn plaats in het geheel te veroveren of te verkrijgen. Als (zoals in bovenstaande casussen) de moeders de ruimte krijgen om te doen wat ze doen – onder meer door de afwezige en/of slaafs meeheulende vaders – wordt er voor het kind een klimaat gecreëerd van instabiliteit, van onveiligheid en onbetrouwbaarheid. De latere zoektocht naar eigen veiligheid en houvast verloopt in golven van soms tegenstrijdige gevoelens. Als samen met boosheid (die niet kan/mag geuit worden) of verdriet (die geen plek vindt) of contacten (die fout aflopen) 'het niet in staat zijn of bereid zijn tot ontschuldigen' verloopt, kan het juiste spoor lang en pijnlijk onvindbaar blijven. En het vergt niet alleen tijd (wanneer ben je er eigenlijk klaar voor) maar ook veel geduld om naar een of andere reddingsboei te evolueren.

Misschien is dan een containende therapeut een eerste stap naar het installeren van een betrouwbare relatie. Misschien is 'loskomen van het verleden' een oefening in het 'niet loslatend meenemen' van de gebroken stukken. Die stukken kunnen dan gelijmd worden tot op een ander level (doorleefd en 'ervaringswijs'); daar waar kleine vonken van vroegere vreugde kunnen geïntegreerd raken. Het is uiteindelijk de overwinning van het licht (van de eigen lichtkant) die een mens doet groeien, en dat kan m.i. alleen maar door de milde acceptatie van de eigen schaduwkant.

En moeten we het ook niet hebben over vaders?

Misschien een volgende keer.

Heb jij ook een verhaal uit je therapieruimte te delen?

Stuur het naar kompas@vvtiv.be

5 X PODCAST

Vaak gratis en niet zelden interessant. Deze podcasts kunnen een hulp zijn voor cliënt en therapeut.

TANJA DIERCKX & SIGYN ELST



1 | Seks als spiegel

Door intiem met iemand te zijn krijg je een ander soort spanning in die relatie, want *Seks verandert alles*. Rika Ponnet en Johan Terryn praten over de casussen uit Rika's praktijk. Sinds het voorjaar van 2021 zijn er meer dan 40 afleveringen, met thema's als overspel, het gevecht voor de liefde, de helende kracht van intimiteit. Ook concrete aanleidingen, zoals de gelauwerde mini-reeks *Adolescence*, kunnen een onderwerp zijn.

2 | (H)erkenning van trauma

In de achtdelige reeks *Zie mij* praat Veerle Segers met overlevers van trauma: overlijden van een ouder, intergenerationeel trauma, emotionele/fysieke verwaarlozing of misbruik. Ze getuigen over wat hen is overkomen, hoe ze ermee zijn omgegaan en hoe het hun leven van vandaag nog beïnvloedt. Kinderpsychiater Eva Kestens duidt cases en ook andere experts komen aan bod. De boodschap is dat overlevers recht hebben op begrip en erkenning, dat we hen dus echt "zien".

3 | Op zoek naar geluk

In *The Happiness Lab* wikt en weegt psycholoog Laurie Santos, hoogleraar aan de universiteit van Yale, het wetenschappelijk onderzoek naar geluk. Ze kijkt daarbij naar de positieve psychologie en wil de vinger legger op wat mensen écht gelukkig maakt. The Happiness Lab behandelt thema's zoals perfectionisme, negatieve emoties, verveling of angst voor de dood en hoe je daarmee om kunt gaan.


4 | Stress als maatje

Stress als BFF is de podcast van stressexpert Elke Van Hoof, waarin ze haar jarenlange ervaring deelt om stress niet langer als vijand te zien, maar als bondgenoot. Met heldere inzichten, herkenbare voorbeelden en praktische tips helpt ze luisteraars om beter om te gaan met burn-out, overspanning en veerkracht. Geen zweverig gedoe, maar wel wetenschappelijk onderbouwde handvaten om stress te begrijpen, te gebruiken als krachtbron en er uiteindelijk je beste maatje van te maken.

5 | Eigen voorwaarden eerst!

In *Ampersand Rebel Rants* houdt ondernemer Anouck Meier een vurig pleidooi om het brave meisje in de vrouw aan banden te leggen. Ze stelt de mythes en ongeschreven wetten van de traditionele manier van ondernemen aan de kaak. Wég uurtje-factuurtje en *hustle culture* die je voorschrijft dat overuren draaien de enige weg naar succes is, wél werken en leven op je eigen voorwaarden. Je leert hier bij over authentieke marketing, online cursussen maken en verkopen en time- en mind-management.

THE EXPERT-FILES

	NAAM: Carolien Peeters
	LEEFTIJD: 52 jaar
	LOCATIE: Grimbergen
	SPECIALITEIT: Spiritwerk, transpersoonlijke psychotherapie en sjamanistisch groeiwerk
	WEBSITE: www.carolienpeeters.com
CASE NR: H2026001	HANDTEKENING: 

1. [Z]O [I]S HET [B]E[G]ONNEN

Ik ben gevormd als mens (sinds 1973), als criminoloog (sinds 1994), als integratief en transpersoonlijk psychotherapeut (sinds 2011) en als sjamanistisch practitioner en heler (sinds 2011). En het blijft maar gaan ... Op zoek naar mezelf na een scheiding en ook door het verlangen om in mijn job als leidinggevende weer meer in de diepte en 'het ware, het schone en het goede' te kunnen duiken met mijn teamleden, ben ik zo'n zestien jaar geleden in het persoonlijk groeiwerk gerold. Pure onmacht en de nood aan meer regie over mijn leven, een onbestemd maar groot verlangen naar meer zingeving en een beginnende midlife duwden me uit mijn comfortzone en braken me open.

Wat me ongetwijfeld het meest openbrak was een onverwachte éénheidservaring tijdens een nachtje alleen in de natuur op een retraiteweek. Ik kwam spontaan in een zijnsstaat van verruimd bewustzijn terecht die me fundamenteel heeft aangeraakt en veranderd. Tot op de dag van vandaag put ik uit deze ervaring een grote drive en een diep vertrouwen in Spirit, wat helpt om mijn werk te blijven neerzetten in een wereld die daar vaak nog argwanend tegenover staat.

Deze éénheidservaring liet me vlak daarna in het transpersoonlijke groeiaanbod belanden en liet me tegelijkertijd ook durven starten met de jaartraining *Werken vanuit een transpersoonlijke psychotherapie* aan de E.A. en een tweejarige *Sjamanistische Basisstraining* met als sluitstuk een Vision Quest in Griekenland. Voor mij waren deze ervaringen heel complementair. Ze boden me de juiste navigatietools voor het verkennen van een terrein waarin ik me onmiddellijk als een vis in het water voelde. En dat bleef zo in de jaren nadien waarin ik de I.V.-opleiding volgde, me in 2014 voltijds vestigde als I.V.-psychotherapeut en andere thematische of technische therapeutische bijscholingen bleef combineren met sjamanistische trainingen en spiritueel groeiwerk in binnen- en buitenland als practitioner of als begeleider.

Zo ontving ik de laatste vijftien jaar veel scholing in het ervaringsgericht en therapeutisch werken met het grotere

geheel, het Veld van Bewustzijn of Spirit. Ik vond mijn plek als "sjamaniste" en mijn job als I.V.-psychotherapeute evolueerde organisch mee. Dat zorgde voor een nieuwe start omdat ik sinds 2021 bewust niet meer werk op de "klassieke" therapeutische manier(en) rond "klassieke" klachten, maar ervoor kies om mijn sjamanistisch werk - dat (her)verbinding met de levensenergie centraal stelt - expliciet en zichtbaar te integreren in mijn werk als psychotherapeut en supervisor. Ik werk in het overlappend gebied tussen integratieve en transpersoonlijke psychotherapie, persoonlijk groeiwerk en sjamanisme. Dit ervaar ik als een magisch en dynamisch wonderland waarin het niet weten op de troon zit, waardoor het weten zich organisch en waarachtig kan ontvouwen in lichaam, geest en ziel van de therapeut, cliënt én wereld.

2. [D]IT [Z]IJN [M]IJN [C]LIËNTE[N]

Wat mijn cliënten gemeenschappelijk hebben hangt samen met mijn eigen keuze: ik kies er bewust voor om therapeutisch te werken vanuit een spiritueel en sjamanistisch helend perspectief met volwassenen die bezig zijn met bewustzijnsontwikkeling. Dit betekent dat ik uitsluitend werk met volwassenen die zich willen engageren naar hun eigen individuatie, heling of ontwikkeling, of ze nu komen voor een individuele sessie of deelnemen aan één van de cirkels uit mijn groepsaanbod (een trancereis training, een gidsing- of groeitraject, een helingsintensieve of een onlinetraining voor zorgprofessionals). *They show up and face the music.*

Sommigen cliënten zijn nieuw op het sjamanistische pad en anderen wandelen er al vele jaren op of begeleiden ook anderen

op dit pad. De meesten onder hen zijn ook sjamanistisch beoefenaars die zich het trancereizen eigen hebben gemaakt of dat bij mij komen leren. Allemaal voelen ze een sterke verbinding met de natuur en het Leven an sich. Er is altijd al een zeker bewustzijn van 'meer dan zichzelf' aanwezig. De meesten zijn zeer sensitief voor energie in en rondom hen. Ze zoeken naar een manier om hiermee om te gaan in een wereld die deze bedrading niet altijd meer naar waarde schat. Ze ervaren de huidige mensenwereld eerder als ontkrachtend en zoeken vanuit een intrinsieke motivatie bewust naar meer balans en harmonieuze verbinding.

Het zijn volwassenen die niet meer willen wegllopen van hun energetische gevoeligheid of 'diep denken' en er bewust voor kiezen om hun verbinding met Spirit in te zetten als bron van kracht in hun eigen leven of in het leven van anderen. Ze zoeken hun leven bezielde te leven door in verbinding te gaan met een groter geheel dat alles draagt en waarmee ze een wederkerige en levende relatie hebben. Het leren kennen, herstellen of verder verdiepen van deze wederkerige, existentiële relatie met het leven zelf, en meer specifiek met hun eigen levenskracht, is wat ze bij mij komen vinden. Soms naar aanleiding van een impactvolle gebeurtenis in hun leven die schudt aan de fundamenten van hun bedding en snijdt aan de grenzen van hun begrip, soms vanuit een onveilige en negatieve ervaring in het spirituele of therapeutische werkveld, vaak vanuit een persoonlijke zoektocht naar zingeving en een existentiële drive of nieuwsgierigheid, en niet zelden vanuit een dieper voelen of helder innerlijk weten dat 'roept' en dat ze verder willen openvouwen en leren vertrouwen als deel van hun bewustzijnsontwikkeling en menswording.

Voor de meesten biedt het klassieke of eerder mainstream therapeutisch repertorium niet genoeg diepgang. Ze stoten er op grenzen (vaak van de begeleider), blijven er 'vaststeken' of op hun honger zitten. Ze hebben nood aan een ruime en diepe kijk die hun eigen helder weten, voelen en zien helemaal valideert en activeert.

Het is jammer dat cliënten er soms nog lang over doen om de stap naar mij te zetten; vaak uit angst, oordeel of onwetendheid, ook bij collega's, terwijl we prachtig complementair werk kunnen leveren. Eén en één wordt dan daadwerkelijk drie voor de cliënt. Ik probeer bij te dragen aan de professionalisering van het transpersoonlijk therapeutisch werkdomein door specifieke

supervisie en mentoring te voorzien, en een training *Afgestemd leren werken met het veld* aan te bieden. Daarin leer je als begeleider effectief en veilig werken met de relatie 'Spirit-therapeut-client-Spirit' en hoe je deze relatie actief kan inzetten als troef en hulpbron voor jezelf als professional in het werk dat je doet met jouw cliënt, zelfs zonder dat de cliënt zich daarvan bewust hoeft te zijn.

3. DIT IS MIJN VISIE

I show up so you can too. Ik heb een spirit-gedragen visie op het leven. Ik vind het belangrijk om helder en open te zijn in wie ik ben en wat ik doe. Zichtbaarheid ontwapent, normaliseert én verwelkomt. Bij mij vindt de cliënt een veilige plek waarin zijn eigen spirit-gedragen visie op het leven ernstig wordt genomen en zijn unieke beleving daarvan wordt erkend. En waar hij verder kan groeien of verdiepen in deze spirit-verbinding. Ik deel open en direct, vanuit mijn eigen ervaring en expertise, maar ook vanuit mijn eigen mens-zijn en spirit-beleving. Ik zit naast mijn cliënt in de cirkel, als medemens maar ook als voorganger. Ik gebruik daarbij geen holle woorden of zweverige taal en ik zit niet op een verhoog. Wat ik aanbied, heb ik ook mezelf eigen gemaakt en draag ik uit.

Ik werk ervarings- en lichaamsgericht op een integratieve en intuïtieve manier. Vanuit een combi van therapeutische en sjamanistische afstemmingen, schep ik de condities waarin cliënten hun bewustzijn zelf kunnen verruimen en 'meer van zichzelf' kunnen ervaren. Mijn werk begint en eindigt altijd met het voelen en telkens terugkeren naar de eigen connectie met het groter geheel of het contact met de diepste kern. Het is heel aardend werk in het hier en nu. Cliënten worden niet alleen uitgenodigd om voeling te krijgen, maar ook om een positieve en actieve relatie te ontwikkelen met het groter geheel dat hun dagelijks leven draagt en stuurt als een innerlijk kompas en ankerpunt. Het resultaat is een kunnen stappen uit ruis en onrust en een minder versplinterd, meer gecenterd aanwezig zijn in het hier en nu. De cliënt komt zo in contact met waar het écht om

4.

DIT IS MIJN GROOTSTE TROEF ALS EXPERT

draait voor hem en in welke verhouding hij daartoe staat.
“*I just stopped being somewhere else. That’s all.*” ~ Stephen
Jenkinson. Ik merk dat ik al een hele tijd weg aan het schuiven
ben van een therapeutische ‘curatieve’ aanpak die veelal gericht
is op verbetering, verandering, verlichting van klachten of
problemen en meer en meer inschuif in een soort van ‘preven-
tieve’ dieptebenadering die focust op (her)verbinding met de
stroom van het Leven zelf als vast onderdeel van ‘a way of life’.
Het valt me altijd op hoe groot het verlangen is van mensen
naar wezenlijke verbinding maar ook hoe moeilijk ze het vaak
vinden om op de kracht van die verbinding te blijven vertrouwen
eens ze die hebben gelegd. Vertrouwen is een keuze. Zoals het
bewust richten van je aandacht een keuze is. Waar aandacht is,
is energie, en kan het leven zich ont-vouwen. Je hoeft niet ‘af’ te
zijn, er tijd voor te maken of al rust te ervaren in je lichaam om je
aandacht te richten. Je hoeft er alleen voor te kiezen om dat nu
te doen. En uit het oordeel te stappen dat dat moeilijk is. Wat er
kan gebeuren eens je ‘ziet’ of ‘voelt’ wat aanwezig is, ja, dat kan
confronterend zijn, maar evenzeer bevrijdend en altijd balance-
rend als je het contact aangaat. Het lichaam weet immers wat
het moet doen om zichzelf te reguleren. Ook ziel laat zich dade-
lijk voelen en/of zien als je ruimte creëert in en voor jezelf.

“*Human beings aren’t born. Human beings are made.*” ~
Stephen Jenkinson

Het is van wezenlijk belang om thuis te kunnen komen in jezelf
en in de wereld, zonder alles te willen begrijpen of oplossen. Om
open, zacht en nieuwsgierig aanwezig te kunnen zijn, zodat er
steeds meer kan ontvriezen en openvouwen in jezelf, en je jouw
leven en lichaam nog meer durft bezielen zodat de levensener-
gie vlot door jou kan stromen. Dat vereist een redelijk grote mate
van bewustzijn, in voelen, denken en doen. Ook om telkens uit
de Verwachting en in het Vertrouwen te kunnen stappen. Dat is,
mijns inziens, één van de grootste geschenken die je aan jezelf
kan geven. Zo leg je immers een sterk fundament en bouw je
gestaag verder aan een liefdevolle en krachtige relatie met jezelf
én de zichtbare en onzichtbare wereld rondom.

Ik ervaar een sterke en directe verbinding met het Levend Veld
en deel vanuit de relatie die ik er mee heb uitgebouwd. Ik vind
het belangrijk dat mensen weten dat deze verbinding geen
complexe hocuspocus is maar normaal, makkelijk en natuurlijk.
Ik denk dat het steeds opnieuw durven aangaan en zichtbaar
voorleven van mijn eigen verbinding met Spirit als gewone
Westerse vrouw én therapeut, mijn grootste troef is. Ik kan dat
eenvoudig en intelligent verwoorden en de cliënt op een veilige
en uitnodigende manier meenemen in een helend proces waarin
hij alle ruimte krijgt om zich deze natuurlijke verbinding eigen te
maken én die zich vlot integreert in zijn dagelijkse leven. Dit past
in mijn streven om mee te bouwen aan een wereld waar mensen
zich goed en vrij voelen en in vertrouwen en met respect kunnen
handelen.

Ondertussen heb ik de nodige maturiteit en ervaring ontwikkeld
om uit een stroom van informatie datgene te pikken waar het
écht om draait. In die zin ben ik in mijn werk quasi altijd met
één been ‘hier’ en één been ‘daar’. Ik betreed en word de ruimte
waarin alles én niets gebeurt, en de cliënt of groep samen met
mij. Samen richten we onze intentie en ons bewustzijn zodat
er meer actief bewustzijn kan ontstaan. Daarbij voel ik me
comfortabel in aanwezigheid van het niet weten. Ik slaag erin
mijn aandacht blijvend open en nieuwsgierig te houden en ik
ben niet lineair gericht, in die zin dat ik geen doel of resultaat wil
bereiken. In essentie draait het om aanwezigheid. Helemaal aan-
wezig te durven komen bij alles wat er is én wat er (nog) niet is.
Oordeelloos luisteren, voelen, meebewegen. Dat blijft een uitda-
ging, ook voor mij. Dat is voor mij de essentie van het proces van
bewustzijnsontwikkeling. Meer en meer durven landen in dat
ongelofelijke krachtveld van bewustzijn en gewaarworden wat
dat met me doet en daarin dan te durven kiezen wat ik daarmee
doe of niet, naar mezelf én naar de ander. Hoe in die verbinding
samen te leven en te co-creëren. *A neverending story.*

FIND THE MAGIC

bestowing
magical might
to my to-do lists
has not worked for me
ever

if i do this
if i finish that
if i plan maybe

if i carry this
endless chaptered curated list
unwritten and carved in stone
with me
to weigh me down

might it

might it
prevent me from truly living
enough to make me feel safe
and loyal to all the whispered warnings

might it
prevent me efficiently enough
from being this magically wild and wonderful creature
that i truly am

oh
and you too yes
we all are
if we drop the weight of todo's

Tris Gilis

© JozefienJocqué@artisjocq



Ethische non-monogamie

JORNA WIERTS

Ethische non-monogamie. Vanuit verbinding naar een veilige en liefdevolle open relatie, Jorna Wierts, Cargo, € 22,99

WIE SCHREEF HET?

Jorna Wierts is een Nederlandse relatiecoach gespecialiseerd in ethische non-monogamie (ENM). Ze is ervaringsdeskundige, geschoold in Emotionally Focused Therapy (EFT) en medeoprichter van de open minded erotische community *Big Little Secrets*. Met dit boek wil ze lezers wegwijs maken in de wereld van vrije liefde en vrije seks.

WAAROVER GAAT HET?

Ethische non-monogamie (ENM) wint aan bekendheid, maar roept ook veel vragen op. Hoe begin je eraan in een samenleving waarin monogamie nog steeds de norm is? Hoe kaart je het aan in je eigen monogame relatie? Ook staat het als een paal boven water dat ENM niet alleen leidt tot meer avontuur en opwindning in je relatie, maar dat er ook moeilijke gevoelens als angst, onzekerheid en jaloezie bij komen kijken.

Wierts geeft uitleg, biedt praktische handvatten en laat koppels getuigen over hun ervaringen. Daarnaast raadpleegt ze experts zoals auteur-leraar Jan Geurtz, tantracoach Afke Reijenga, seksuoloog Eveline Stallaart en pedagoog Jolanda Riedijk, wat het boek een brede en goed onderbouwde basis geeft.

WAT VIND IK ERVAN?

Wierts vertrekt duidelijk vanuit een EFT kijk: een relatie moet veilig en stabiel zijn voor je ze opent, en dat proces vraagt tijd, zorg en goede communicatie. Dat maakt haar advies realistisch en down to earth. Ze benadrukt het belang van kleine stappen nemen, soms een stap terugzetten of zelfs een (tijdelijke) stop inbouwen als dat nodig is. Ze spoort partners aan heel zorgzaam en inlevend met elkaar om te gaan en hulp te zoeken als dat moeilijk is. Het boek is een heldere introductie in de

verschillende relatievormen en de woordenschat rond ENM, en behandelt thema's zoals afspraken, hechtingsstijlen, vreemdgaan (wat ook in een open relatie kan voorkomen) en zelfs: wat vertel je de kinderen? Het advies houdt steek en zet lezers op een realistisch en werkbaar spoor. Ook voor therapeuten die cliënten begeleiden rond relationele diversiteit biedt dit boek een toegankelijke instap en bruikbare taal om gesprekken te structureren.

Af en toe leest het wat promotioneel voor haar coachingstrajecten en de exclusieve feestjes van *Big Little Secrets*, maar dat doet weinig af aan de kern. De boodschap blijft waardevol: voel je vrij, maar neem verantwoordelijkheid, blijf verbinden en communiceer met liefde en compassie.

• Carla Rosseels

Voor mij geen beroepseelt

Sabien Jagers reflecteert over de (niet zo) dagelijkse realiteit



VAN VERWIKKELING NAAR ONTWIKKELING

Je bent afgestudeerd en je begeeft je in Therapieland. Je bent eigenlijk nog geen therapeut, je wordt het gaandeweg. Je maakt kilometers en er is voortschrijdend inzicht. Een métier waarin je rijpt. De cliënten van in het begin zou ik vandaag anders bejegenen. Trager. Geduldiger. Interventielozer.

In het begin wilde ik helpen, redden en oplossen. Het lijden wegnemen. Ik drong aan op beweging. Later besepte ik dat ik zo ook mijn eigen "meelijden" wilde wegnemen. Ik had nog niet door dat therapeuten machteloos moeten leren zijn: bij het lijden zijn zonder het te willen veranderen.

Hoe werkt het dan wel, als we wegblijven van interventies, schema's, adviezen en onze eigen wensen? Een voorzichtige hypothese. De toestand waarin een cliënt aankomt is een van verwikkeling. Er is een vaste knoop van patronen en emoties die om geduldige ontrafeling vraagt. De verwikkeling mondt uit in gestage afwikkeling en ruimt plaats voor ingewikkeldheid: die fase waarin niets nog is wat het was en je oude kaart niet meer overeenstemt met het nieuwe gebied. De knoop wordt losser, oude zaken komen met de knoop mee maar tegelijk nog niets nieuws - een soort tussenstand - om tenslotte over te glijden in een diepgaande en nooit ophoudende fase van ontwikkeling. Ontwikkeling is een mooi en veellagig woord. Voor mij betekent

het ontknoping, ontrafeling, afwikkeling van een lange klos oud, morsig, onnuttig geworden touw. Er schuilt ook groei en wording in. Alle afgewikkelde deeltjes vormen een puzzel die je gegroeide persoonlijkheid vormgeeft en uitdrukt. En ook dat is weer niet voor eeuwig.

VERBONDEN EN TOCH ALLEEN: INGEWIKKELD

Het tweede ingewikkelde aspect is de relatie tussen therapeut en cliënt. Meermaals is aangetoond dat de therapeutische relatie doorslaggevend is voor het succes van de therapie. Een therapeut mag de kneepjes van zijn vak goed beheersen, zijn kennis mag bovennatuurlijk zijn, het zal niets uithalen als de relatie niet goed is. Die verbinding is essentieel. De relatie wordt een veilige haven. Die haven is nodig om jezelf in af te wikkelen. Daarna wordt de relatie een oefenruimte waarin je nieuwe dingen leert. Dit doe je door oude dingen (verlangens, patronen) onbewust over te dragen op je therapeut, het deksel liefdevol maar duidelijk op je neus te krijgen en zo geprikkeld te worden om het anders te proberen. Met een betere uitkomst.

Wat is er dan zo ingewikkeld aan die heilzame relatie? Dat ze tijdelijk is. Afgebakend. Een overeenkomst. En net in die begrensde relatie gebeuren zo'n heerlijke, ontbeerde dingen (aandacht, begrip, oordeelloosheid ...) die je doen verlangen naar de eeuwigdurendheid ervan. Het is dus ingewikkeld om je te verbinden met je therapeut en te beseffen dat het tijdelijk is. Ik merk het vaak in de praktijk wanneer de weg van de cliënt naar een eindpunt gaat. Het is een vorm van verlaten worden, in levens van cliënten vaak niet voor de eerste keer, maar dan zonder verwoestende gevolgen en zonder een aardbeving in het innerlijke landschap. Misschien wel voor het eerst. Ooit zei een cliënt, zowel over haar eigen proces als over de band met mij: 'Voorlopig is dit voor altijd'. Prachtig. Er was groei, er was een rustpunt, maar ze wist dat het niet zou ophouden. Er was connectie, er was een veilige ruimte maar ze wist dat ze die op een dag zou en moest verlaten. Elke heldentocht wordt gevolgd door de volgende. Dàt is ontwikkeling. Het is nooit klaar.

ZADEN

|
KATRIEN
CASSIERS

EEN ARTIKEL VOOR KUNSTENAARS, THERAPEUTEN,
PEDAGOGEN EN WELLICHT VOOR IEDEREEN. IN WEZEN
ZIJN WIJ ALLEN KUNSTENAARS, MENSENWERKERS
EN GROEIERS. 'THE LOVERS, THE DREAMERS AND WE'
ZOU KERMIT ZEGGEN.

Ergens ver voorbij vruchtbare grond en honderdwtintig meter diep in de permafrost onder poolijs, meer bepaald in Spitsbergen, bevindt zich de wereldzaadbank. Een instituut dat op een keurige, wetenschappelijke basis zaden van levende planten verzamelt, bewaart, archiveert en vooral ook beschermt tegen uitsterven. Deze zaden, hoe zorgzaam ook geconserveerd, zullen waarschijnlijk nooit tot groei komen. Ze verblijven expliciet in een niet-transformerende maar liminale ruimte. We bewaren ze voor mogelijke Doomsday-scenario's en in hun koude archief zijn ze stille getuigen van hoe wij als mensheid controle proberen te houden over het leven op deze planeet. De mens als regisseur van een schepping.

Het is een nobele en wetenschappelijke verderzetting van wat wij als mensheid al van bij ons ontstaan doen: zaden verzamelen. We verzamelen zaden omdat ze leven in zich dragen en ons in leven houden. We eten zaden, bessen en granen, noten en vruchten en planten zaden. Niet alleen het letterlijke verzamelen van zaden heeft ons als soort in leven gehouden maar inspireerde wellicht tot het verzamelen van andere zaden. Gedachten, inspiratie, ideeën, verlangens, dromen, impulsen, ontroering, emotie ... wat in en om ons bestaat, een potentieel in zich heeft en tot ontwikkeling kan en/of wil komen. Zaden vormen ook de basis voor onderzoek (onze wetenschappelijke pijler), voor creativiteit, verbinden ons met het transpersoonlijke en laten ons de noodzaak van integrativiteit zien. De zaden in de wereldzadenbank zijn geïsoleerd van alles wat hen kan doen ontwikkelen.

Op onze academie willen we in alle opleidingen zaden aanreiken en misschien nog meer mensen ook leren zelf zaden te zien. Zaden zijn namelijk overal. Maar meer nog willen we dat zaden niet enkel verzameld, geïnventariseerd, geregistreerd en gearchiveerd worden. Vooral ook willen we dat mensen een ruimte scheppen, en misschien zelfs zijn, om het leven dat ze in zich dragen en het leven van hun cliënten tot ontwikkeling te laten komen.

ZADEN ZIEN

Zaden zien vraagt een open en benieuwde blik, een aandacht van alle zintuigen. Zaden tonen zich vaak niet als dusdanig; zaden zien vraagt een niet-weten, een onschuld, een durven vertrouwen op een intuïtie en nog onbekend potentieel. Een lied kan een zaad zijn, een gedicht, een reclamefolder, een woord op een publiciteitsbord, een ontmoeting, een vorm, een



beweging, een uitspraak van iemand, een nieuwsbericht, een tegenslag, een vraag ...

Het lastige is dat het niet alleen een openheid vraagt, maar ook de bereidheid om te wachten, een loslaten en een subtiele aandacht. Wachten niet als een passieve houding maar als een actieve ontvankelijkheid. Niet het zoeken, het najagen of het doelgerichte - we kunnen niet beslissen wanneer, hoe en welke inspiratie komt. Wel kunnen we kiezen om aanwezig te zijn om ze te ontvangen. *Lose your mind and come to your senses.*

Vermits een zaad zich niet altijd presenteert als een zaad, vraagt het bij aanvang vooral een goede bodem. We hoeven nog niet te weten wat eruit zal groeien en wanneer dat klaar zal zijn. We laten bij voorkeur de vorm nog helemaal los. We hoeven zelfs nog niet te beslissen welk zaad al dan niet zal groeien - die keuze ligt sowieso buiten onze persoonlijke invloedssfeer. Sommige zaden komen niet tot bloei of niet bij jou of niet op dit moment. Sommige zaden komen toevallig bij je terecht en tegelijk zijn ze ook niet persoonlijk. We verzamelen zaden best zonder script. Het is het ultieme inzetten van het publiekspunt op de I.V.-driehoek.

Waarnemen zelfs zonder al helemaal te weten wat je waarneemt en zonder verlangen om er al iets mee te doen.

Zaden verzamelen is beginnen bij het begin.

*We begin with everything:
Everything seen,
Everything done,
Everything thought,
Everything felt,
Everything imagined,
Everything forgotten,
And everything that rests unspoken
and unthought within us.*

Rick Rubin



WU WEI EN DE GRONDHOUDING

Bij voorkeur vragen zaden dus een soort onvoorwaardelijke grondhouding. Of het nu in kunst, onderwijs of therapie is. De transformerende ruimte in de therapiekamer, in een relatie of een atelier, of zelfs in jezelf, is de oordeelloze uitnodigende plek waar zaad contact kan maken met het eigen potentieel. Waar (nieuwe) mogelijkheden waargenomen en ontvangen worden. Waar de kunstenaar, leraar, therapeut, mens benieuwd mee verrast wordt door welke vorm zich ontvouwt en tot bloei komt. Dat is spannend, want dat vraagt een bijna transpersoonlijk vertrouwen, een handelen door niet te handelen: *wu wei*. Wu wei gaat om een niet-doen, of een niet-intentioneel, egoloos en inspanningsloos handelen. Een ruimte die groei faciliteert en uitnodigt, als een van-Zelf-sprekend ontvouwen. Waar het ik en jij, het onderscheid tussen schepper en schepping, tussen zaad, bodem en zaaier wegvalt. Naast ruimte is tijd hierin ook een belangrijke component. Zaden hebben een momentum en dat heeft vaker niet dan wel met een lineaire chronostijd te maken. Zaden "weten" zelf wanneer de omstandigheden goed zijn en de tijd rijp. Sommige zaden ontkiemen snel en schieten meteen de hoogte in terwijl andere lang wachten en misschien niet eens verder ontwikkelen dan tot een nieuw zaad. Het idee dat toch geen vorm kreeg is geen minder goed idee. De actie die tot leven komt kan impulsief zijn of heel bedachtzaam. Soms zijn er jaren voorbereiding nodig om een enkele stip op papier te krijgen, een stap te zetten, een inzicht diep te laten landen ... Al het voorgaande is dan bodem voor het kiemen van een nieuw zaad. De kunstenaar, therapeut, docent kan enkel voor de omstandigheden zorgen, voor de tijd en de ruimte. Hij kan het zaad niet sturen of zelfs dwingen tot groei. Sterker nog, door niets te doen dan aandachtig zijn, ontstaat de geschikte ruimte. De kunstenaar, docent, therapeut wordt als het ware mee die ruimte met zijn toeschouwer, student, cliënt. Als een wetend veld. Het maakt het individu van de kunstenaar, therapeut of pedagoog heel nederig. Het gaat niet over zijn persoon, zijn ego maar over dat wat wil ontstaan. Hij wordt de *Homo Ludens*, de spelende mens. Die benieuwd, lichtvoetig en in afgestemde verbinding het zaad ziet en volgt. Zoals de kleuter die schatten vindt in stenen onderweg. Vanuit wat wij zo graag de nieuwe onschuld noemen. Durven niet-weten en de vorm nog niet kennen.



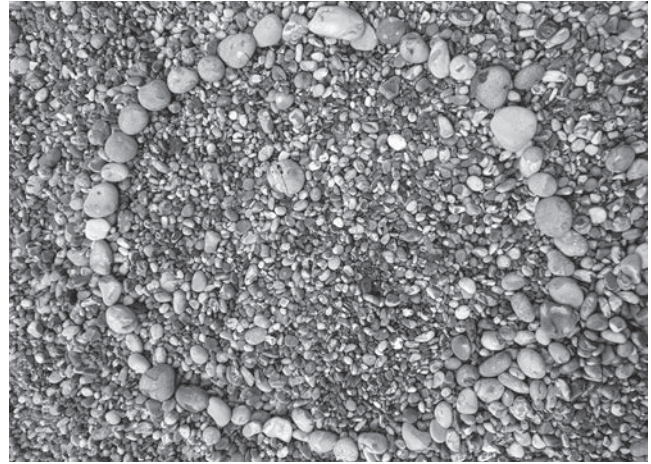
NIET ALLEEN

In een tijdsgeest waarin weten, doelgerichtheid, betekenisgeving het gangbare paradigma zijn en we letterlijk zaden selecteren op rendement om de groei efficiënt te maken, lijkt de wu wei van de grondhouding archaisch en achterhaald. We willen liefst kennis en verandering zo snel mogelijk downloaden en activeren. Zaad moet liefst onmiddellijk vruchtbaar zijn. Een gezonde zwangerschap van een menselijke baby duurt ongeveer veertig weken. In die tijd en in de transformerende ruimte van een baarmoeder ontvouwt zich een volledig mens. Dat eerste cellenpropje "weet" exact op welk moment het longblaasjes, vingertjes en wimpertjes begint te maken. We kunnen als mens dan wel een hoogtechnologisch toestel in de ruimte schieten en verre zonnestelsels onderzoeken, we kunnen smartphones maken die als volwaardige zakcomputers ons van alle digitale comfort voorzien, maar het leven zelf, het wonder van ontwikkelend leven, kunnen we alleen benieuwd, geduldig en egoloos tegemoet treden. We wachten, niet-handelend, tot het zaad ontwikkelt. We hebben daarbij een grondhouding van beschikbaarheid, werkelijke aanwezigheid, zelf-regulatie en *slowfullness* nodig. Zaden die wij op onze academie ook graag planten. We hopen dat we daar ook in deze wereld een goede bodem voor vinden. Want meer dan ooit is duidelijk *'tutto dipende di tutti'*: Zaden hebben andere zaden nodig, ze groeien niet alleen.

Bronnen
Big Magic, Elizabeth Gilbert
The Creative Act: A Way of Being, Rick Rubin
Een vlecht van heilig gras, Robin Wall Kimmerer
Wabi-Sabi for Artists, Designers, Poets & Philosophers, Leonard Koren
Tao van Poeh, Benjamin Hoff



Katrien Cassiers is sinds 2008 docente binnen meerdere I.V.-opleidingen waaronder de I.V.-psychotherapie en I.V.-counseling en de integratieve creatieve opleiding. Ze maakt deel uit van het coördinatieteam van de E.A. en heeft een eigen praktijk sinds 2005. Ze specialiseerde zich verder in systemisch werk, transpersoonlijke psychotherapie, creatieve therapie en ontwikkelingstrauma. Verwondering, verbinding en het niet-weten vormen de basis voor haar artistiek werk als beeldend kunstenaar, in de therapeutische werkrelatie en in het docentschap.





TOUW vzw in relatie met de zes levensdomeinen van kansarmoede

BERTI PERSOONS

Dit klinkt je waarschijnlijk bekend in de oren, TOUW vzw biedt kosteloze psychotherapie aan mensen die het financieel moeilijk hebben. Tijdens de Algemene Vergadering van 26 november 2025 benadrukte Marleen van Laere dat de werking van TOUW vzw nauw aansluit bij de zes verschillende levensdomeinen van kansarmoede. Dat maakt de organisatie een belangrijke schakel in het doorbreken van kansarmoede. Laten we het niet negeren: psychische kwetsbaarheid én beperkte financiële middelen versterken elkaar vaak.

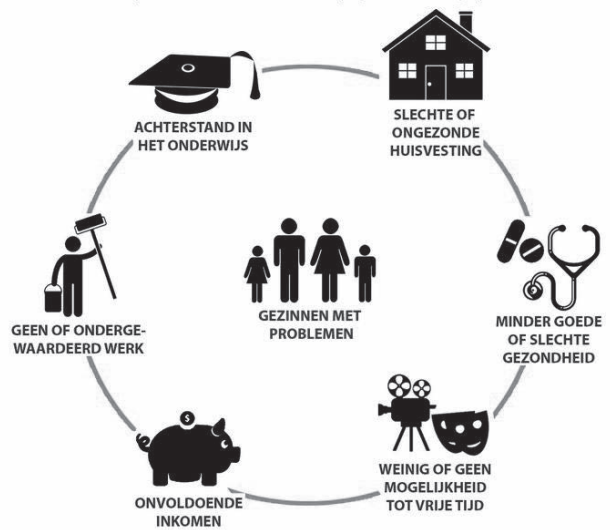
Wanneer spreekt men van kansarmoede?

Een gezin bevindt zich in kansarmoede wanneer het op minstens drie van zes domeinen onder de drempel scoort.

- Maandinkomen
- Opleidingsniveau
- Arbeidssituatie
- Kwaliteit van de huisvesting
- Gezinssituatie en -dynamieken
- Gezondheid

► TOUW vzw en het inkomen

Mensen in kansarmoede hebben vaak onvoldoende financiële middelen om noodzakelijke zorg te betalen. TOUW vzw speelt hier rechtstreeks op in door *kosteloze therapie* aan te bieden aan wie te weinig financiële draagkracht heeft. Het financieel aspect speelt uiteraard een belangrijke rol in het afbakenen van cliënten. Cliënten met voldoende financiële middelen worden naar de reguliere hulpverlening doorverwezen.



Bron: DIVA (Diversiteit in actie).

► TOUW vzw en de gezondheid, mentaal en emotioneel

Mentale gezondheid is een cruciale pijler van welzijn. Het zal je waarschijnlijk niet verbazen dat psychische problemen vaker voorkomen bij mensen in kansarmoede, maar ze krijgen minder snel toegang tot hulp. TOUW vzw verlaagt deze drempel door aangepaste psychotherapie aan te bieden. Cliënten kunnen hun veerkracht herstellen en versterken.

► TOUW vzw en de toegang tot hulpverlening

Veel mensen in kansarmoede botsen op lange wachttijden of complexe procedures. TOUW probeert deze kloof

DIT KAN JIJ DOEN OM DEZE HEFBOOM MEE IN BEWEGING TE KRIJGEN

Op woensdag:

- Touwtherapeut worden: minstens twee uurtjes om de veertien dagen therapie geven (ochtend, middag of avond).
- Verbindingstherapeut zijn: de onthaalmedewerkers, maar vooral de therapeuten ondersteunen.
- Af en toe groepssupervisie geven.
- Onthaalmedewerker worden (agendabeheer en administratie).
- Een inhoudelijke Touwavond/vorming geven (max. drie uurtjes).
- Groepstherapie mee organiseren en/of geven.

Wanneer je maar wil:

- Administratie (vrijwilligerslijsten bijhouden, formulieren, nieuwsbrief...).
- Financiën opvolgen en contact houden met de boekhouder.
- Registratie van dossiers (ons werk in grafiekjes steken).
- Sociale kaart in orde houden als leidraad om door te verwijzen.

- Touw als deel van het maatschappelijk hulpverleningslandschap promoten.
- Contacten met verwijzers onderhouden en Touw kenbaar maken.
- Sponsoring zoeken en het administratief werk daarvoor doen.
- Een ludieke actie opzetten ten voordele van Touw.
- Individuele supervisie geven aan een Touwtherapeut i.f.v. de Touwcliënten (kosteloos of verminderd tarief).
- Touwplustherapeut zijn: in je eigen praktijk, op een moment dat het jou past, minstens één cliënt om de twee weken een afspraak geven.
- Lid van de Beheerraad worden om meer beleidsmatig werk te doen.
- Ontwerpen van folders.
- Zelf een idee?

Zin? Vragen? Voorstellen?

Mail naar touw.marleenvanlaere@gmail.com

Een vrijgevinge gift?

Graag storten op rekeningnummer: BE47 5230 8092 7680

te overbruggen door een laagdrempelige aanmeldingsprocedure en door expliciet te werken voor mensen die elders geen toegang vinden.

► TOUW vzw en de kwetsbaarheid van cliënten

Kansarmoede gaat vaak gepaard met isolement, stress en een gebrek aan ondersteunende netwerken. De therapeutische aanpak van TOUW vzw waarbij de cliënt centraal staat en therapie op maat wordt aangeboden, helpt de cliënt om de sociale verbondenheid en het zelfvertrouwen te vergroten.

Een hefboom

Psychotherapie bij TOUW vzw is meer dan een "behandeling". Het is een *hefboom* tot een aangenamer leven. Door de mentale veerkracht van cliënten te versterken, krijgen mensen meer ruimte om andere domeinen van hun leven op een positieve wijze aan te pakken: relaties, werk, opvoeding, gezondheid, toekomstperspectief... Kortom, TOUW vzw kan ertoe bijdragen dat cliënten die anders uit de boot vallen, structurele kansen voor heilzame verandering of aanvaarding kunnen aangrijpen.

JAAROPLEIDINGEN 2026-2027

TRAUMAVERVERKING



Jaarlijks worden duizenden mensen geraakt door ingrijpende gebeurtenissen. Bij velen is het vertrouwen in de ander zwaar beschadigd en staan angst, wantrouwen, schuld en schaamte voorop. Vertrouwen is de basis van de therapeutische relatie, maar hoe bouw je een vertrouwensrelatie op met iemand die zo diep geschonden is? Als begeleider leren we meer inzicht te krijgen in het proces dat zich afspeelt in de cliënt, in onszelf en in de interactie tussen ons beiden. We leren overdracht en tegenoverdracht begrijpen, kijken naar macht en onmacht, en dissociatie als overlevingsmechanisme. Vanuit een theoretische achtergrond gaan we praktijkgericht vanuit eigen ervaring aan de slag.

Begeleider: Anne Vandenbroucke - 10 dinsdagen

THERAPEUTISCH WERKEN MET SEKSUALITEIT VANUIT I.V.

Seksualiteit is verweven met onze identiteit, onze behoeften en angsten. Willen we onze cliënten in hun volledigheid benaderen, dan moeten we ook met hun seksualiteit aan de slag gaan. Deze jaaropleiding streeft naar het vergroten van kennis, vaardigheden en zelfreflectie met betrekking tot seksualiteit. Therapeuten kunnen zo op een meer zelfverzekerde en natuurlijke wijze spreken over seksualiteit, het integreren in hun therapeutische praktijk, zowel bij individuele als koppeltherapie. De opleiding is gebaseerd op het therapeutisch kader van I.V. Het programma omvat o.a. inzichten en methodieken uit oplossingsgerichte sekstherapie, systeemtherapie, EFT, contextuele therapie, hechtingstheorie. De opleiding combineert theoretische inzichten met ervaringsgericht leren en met ruimte voor casuïstiek.

Begeleider: Charlotte Benoot - 8 dinsdagen

INTEGRATIEF LICHAAMSGERICHT WERKEN MET VOLWASSENEN

Het inzetten van het lichaam als instrument in therapie biedt een krachtige bron van informatie en geeft directe toegang tot zowel bewuste als onbewuste gebieden van de cliënt. Deze opleiding biedt technieken aan opgebouwd vanuit verschillende lichaamsgerichte therapiekaders, de Gestalttherapie, opstelingswerk, meditatie, psychodrama, bewegingsleer, lichaamsexpressie en zelfs gewoon spiegelen. We gaan op een concrete manier aan de slag om binnen de integratieve benadering het procesgebied te betreden en te integreren, zowel binnen bewuste als eerder onbewuste lagen van diepte. We leren het lichaam beschouwen als een instrument dat we als het ware leren bespelen.

Begeleider: Nadine Bloemen, Dorien Coeckelbergh en Moïra Nauwens - 10 donderdagen

INTEGRATIEF LICHAAMSGERICHT WERKEN MET KINDEREN EN JONGEREN

Met boegbeelden als Gabor Maté, Bessel van Der Kolk, Peter Levine en Maggie Kline komt het belang van lichaamsgericht werken steeds meer naar voren, niet enkel in de context van trauma, maar in elke situatie waarbij het lichaam ons signalen geeft (stress, spanning, burn-out, hyperactiviteit ...). Aangezien in deze opleiding theoretische inzichten worden afgewisseld met bijzonder veel ervaringsgericht leren en het uitwisselen van deze ervaringen in groep, vraagt deze opleiding van studenten een grote openheid tot zelfreflectie en introspectief denken. Kan jij thuiskomen in je eigen lichaam? Wat voelt veilig en wat niet? Wat is jouw relatie met aanraken en aangeraakt worden? Kan je een (eigen) grens aanvoelen en respecteren? Wat met eigen spanning en ontspanning?

Begeleiders: Maia Van Landeghem en Dorien Coeckelberghs - 12 dinsdagen

- Je vindt op p. 41 een schema dat weergeeft welke vooropleidingen vereist zijn voor welke jaaropleidingen.
- Je vindt op educatieve-academie.be alle info over deze jaaropleidingen: inhoud, doelgroep en vereiste vooropleiding, docent, data en prijs, net als meer uitleg over KMO-portefeuille, opleidingscheques en accreditatiepunten.
- Je geniet t.e.m. 30 april 2026 van 10% vroegboekorting.
- Je geniet van 10% getrouwheidskorting (ook in combinatie met de vroegboekorting) als je succesvol een opleiding tot I.V.-psychotherapeut, I.V.-counselor of I.V.-coach op EA hebt afgerond, of de voorbije drie jaar succesvol drie Jaaropleidingen op EA hebt afgerond.



KOPPELTHERAPIE VANUIT I.V.

Deze intensieve opleiding biedt therapeuten de tools om koppels op een integratieve manier te begeleiden naar een diepere verbinding en betere communicatie. Je leert omgaan met vaak voorkomende uitdagingen, zoals moeilijke communicatie, verlies van verbinding, twijfels over blijven of weggaan, ontrouw, seksualiteit, nieuw samengestelde gezinnen en destructieve relaties. Deze opleiding is geworteld in het I.V.-kader en integreert inzichten uit o.a. systeemtherapie, contextuele therapie, EFT, hechtingstheorie en meer. De focus ligt op het ondersteunen van een gezonde balans tussen autonomie en verbinding, zowel voor beide partners afzonderlijk als binnen de relatie. Wat de opleiding extra waardevol maakt, is het ervaringsgerichte karakter.

Begeleiders: Hilde Geuens, Charlotte Benoot en Sebila Ozturk - 10 maandagen

INTEGRATIEVE CREATIEVE JAAROPLEIDING

CREA

Deze praktijkgerichte opleiding wordt integratief opgebouwd en verbindt de vier disciplines van de creatieve therapie (beelden, de werkvormen, dans, drama en stem) met begeleiding van personen. De stafdocenten verbinden deze vier werkvormen met de basisprincipes van de Interactionele Vormgeving, die als kader voor deze opleiding fungeren. Deze opleiding is eveneens toegankelijk voor mensen uit de zorg- en onderwijssector.

Begeleiders: Suzanne Kempeneers, Katrien Cassiers, Pat Van Lantschoot en Luc Van Nyvelseel - 18 dinsdagen

CREATIEVE THERAPIE MET HET MEDIUM ZAND

CREA

Het werken met zandspel past mooi in een integratieve cliëntgerichte aanpak waarin het zoeken naar betekenis van de cliënt, de ruimte voor zijn proces en het vormgeven aan nieuw handelen elkaar aanvullen en versterken.

Door het uiterlijk neerzetten van wat binnenin leeft, ontstaat een afstand die overzicht, inzicht en bewegingsmogelijkheden zichtbaar maakt. Er ontstaat letterlijk bewegingsvrijheid die ruimte schept voor iets nieuws waardoor het individuatieproces vorm kan krijgen.

Begeleider: Katrien Cassiers - 8 dinsdagen

LEREN WERKEN MET FAMILIEOPSTELLINGEN

Thema's waar we als individu mee worstelen, vinden dikwijls hun oorsprong in de familie waarin we zijn opgegroeid en openbaren zich in onze huidige relaties. Op respectvolle wijze therapeutisch werken met een persoon, relatie of gezinstherapie vraagt om specifieke technieken, strategieën en aandachtspunten. Het tussenmenselijke verkeer en de verbindingen tussen individuen krijgen meer aandacht. Met behulp van familieopstellingen kunnen spanningsvelden in een systeem op een eenvoudige en ontroerende manier zichtbaar gemaakt worden. Dit kan de start zijn voor een proces van integratie en heling. Deze opleiding is eveneens toegankelijk voor mensen uit de zorg- en onderwijssector.

Begeleider: Katrien Cassiers en Katrijn Desteghe - 15 maandagen

JAAROPLEIDINGEN 2026-2027

BEGELEIDEN VAN ROUW VANUIT I.V.



Tijdens deze jaartraining gaan we dieper in op hoe je op een integratieve manier met rouw en verlies kan omgaan, met aandacht voor ervaren (voelen), betekenis geven (denken) en gericht handelen (doen). Je krijgt een antwoord op vragen zoals: wat is een normaal rouwproces en wat niet, hoe kan ik ondersteunend werken, welke mogelijke interventies kan ik doen. We gaan ook uitgebreid in op andere vormen van verlies dan door de dood. Daarnaast is er ruimte voor het inbrengen van eigen casussen en gaan we heel praktisch een aantal tools oefenen.

Begeleider: Katrin Derboven - 10 vrijdagen

HET CONTEXTUELE VERHAAL MET VISUAL IMPRINT TECHNIQUE

In acht lesdagen krijg je een concreet instrument om met je cliënt in interactie vorm te geven aan contextuele begrippen, zodat de cliënt zelf meer de regie in handen krijgt van de invloed van het familiesysteem op zijn functioneren, denken en voelen. Bovendien kan de cliënt zich zo vollediger uitdrukken en helpt de methodiek de therapeut of hulpverlener deze invloed te begrijpen.

Je leert in deze jaaropleiding je cliënt uit te nodigen een beeld op te bouwen in zijn thema, welke interventies en vragen ondersteunend zijn om beweging te brengen. De vijf dimensies van het contextuele gedachtegoed komen aan bod, het werken met subpersonen en een procesopstelling.

Begeleider: Freya Van den Bossche - 8 dinsdagen

THERAPEUTISCH WERKEN MET MINDFULNESS EN COMPASSIE

Mindfulness valt als methodiek niet meer weg te denken in het brede welzijnslandschap. Deze opleiding legt de focus op hoe je op een verantwoorde en integratieve manier met mindfulness aan de slag kan gaan in de individuele praktijk. We besteden ook veel aandacht aan het werken rond acceptatie en zelfcompassie.

Het zelf ervaren, oefenen en trainen van mindfulness is onontbeerlijk voor een goede en doorleefde implementatie in je werk met cliënten. Dit vormt, naast het leren en trainen van praktische vaardigheden een belangrijk deel van de opleiding. Voor deze Jaaropleiding dien je een eerste ervaring met mindfulness te hebben gehad als deelnemer aan de achtweken training (op de E.A. of elders). Zie ook Co-Lab op p. 50.

Begeleiders: Vanessa Kersemans en Jan Jacobs - 8 vrijdagen

THEATER THERAPIE



Via drama en theater kunnen zowel innerlijke als tussenmenselijke processen worden vertaald, waardoor er opnieuw beweging kan komen waar stilstand was. Er kan een bron ontspringen in de leegte, een stilte kan een stem krijgen en chaos vindt structuur.

Vanuit de visie van Interactionele Vormgeving worden verschillende theatervormen verkend. Hierbij besteden we aandacht aan diverse theoretische achtergronden, maar gaan we het ook aan den lijve ondervinden. We oefenen en nemen daarbij de verschillende basisposities in als regisseur, acteur, publiek. De werkvormen richten zich zowel op werken met groepen als op individueel werk.

Begeleider: Suzanne Kempeneers - 10 maandagen

STROOMSCHEMA – Jaaropleidingen (JO) en je vereiste vooropleiding

Specialisatiejaar PLUS:

Traumaverwerking
Therapeutisch werken met seksualiteit vanuit I.V.
Integratief lichaamsgericht werken volwassenen
Integratief lichaamsgericht werken kinderen & jongeren
Koppeltherapie vanuit I.V.

Je kan deze JO starten indien je vooraf de vierjarige psychotherapieopleiding in de interactionele vormgeving (I.V.), de driejarige counselingopleiding in de Interactionele Vormgeving (I.V.) en/of een vier- of driejarige volwaardige therapieopleiding elders hebt gevolgd en na goedkeuring van de docent.

Specialisatiejaar:

Integratieve creatieve opleiding
Creatieve therapie met het medium zand
Leren werken met familieopstellingen
Begeleiden van rouw vanuit I.V.
Het contextuele verhaal met Visual Imprint Technique

Je kan deze JO starten indien je:

- Een meerjarige opleiding (I.V.)(psycho)therapie, counseling of coaching volgde
- Het basisjaar 'Integratieve psycho-sociale begeleider' volgde
- Eerder een JO bij de Educatieve Academie volgde
- Als psycholoog, (ortho)pedagoog of afgestudeerd aan een menswetenschappelijke richting zonder aanvullende meerjarige therapieopleiding, vooraf de tweedaagse basismodule 'therapeutische werkrelatie' volgt.

Andere:

Therapeutisch werken met mindfulness en compassie
Theatertherapie

De eventueel vereiste vooropleiding staat telkens bij de JO zelf vermeld.

4-JARIGE THERAPIEOPLEIDING IN DE INTERACTIONELE VORMGEVING *Zie pagina 53*

3-JARIGE COUNSELINGOPLEIDING IN DE INTERACTIONELE VORMGEVING *Zie pagina 54*

BASISMODULE - DE THERAPEUTISCHE WERKRELATIE

Deze tweedaagse werkt rond de grondhouding binnen de specifieke eigenheid van een therapeutische werkrelatie. De basismodule is bestemd voor deelnemers met een opleiding psychologie, klinische orthopedagogie of een gelijkaardige menswetenschappelijke opleiding die geen praktische therapieopleiding genoten hebben.

Begeleider: Sabien Jagers

BASISOPLEIDING - INTEGRATIEVE PSYCHO-SOCIALE BEGELEIDER

Deze basisopleiding geeft voor mensen zonder therapeutische vooropleiding én zonder opleiding psychologie, klinische orthopedagogie of een gelijkaardige opleiding een stevige en degelijke basis voor therapeutische en praktische verdieping in de jaaropleiding die erop aangesloten wordt. Deze opleiding staat niet op zichzelf.

Begeleiders: Gitte Beaupain, Katrien Cassiers, Sabien Jagers en Moira Nauwens.

Verhalen in therapie

Verhalen zijn al jaren mijn passie. Als I.V.-therapeut maakte ik er mijn eindwerk over, wat leidde tot mijn eerste boek *Als woorden spreken – over verhalen en metaforen in psychotherapie*. Ik kreeg vaak de vraag waar ik mijn verhaaltjes vandaan haalde en of ik een goed boek kon aanbevelen. Maar er was niet één goed boek; in zoveel verschillende boeken vond ik interessante verhalen! Zo ontstond het verlangen om zelf dat ene boek te schrijven. Twintig jaar later is er *Als verhalen raken – 101 verhalen als instrument in coaching, training en therapie*. Graag neem ik jullie mee in mijn verhalen én mijn therapiekamer.

|
Suzanne Kempeneers



HET VERHAAL

Er was eens een handelsreiziger die midden in de nacht een lekke band kreeg, ergens op een eenzaam landweggetje. Toen hij zijn band wilde vervangen, realiseerde hij zich dat hij geen krik had. Wat moest hij doen? Op zoek gaan naar een krik natuurlijk. Er zat niet veel anders op.

In de verte zag hij een lichtje. Dat betekende wellicht dat daar een huis was.

De man begon te stappen. Met een beetje geluk hadden ze daar een krik in huis. Maar ja, misschien hadden ze wel geen krik? Of misschien zouden ze niet wakker worden? Ze zouden wel slapen, want het was al zo laat. Of misschien zouden ze wel wakker worden, maar de deur niet openen. Want wie zou er nu in het midden van de nacht zomaar voor een vreemdeling de deur openen? Ze zouden natuurlijk achterdochtig zijn. Mensen vertrouwen tegenwoordig niemand meer. Ze zouden wel denken dat hij slechte bedoelingen heeft. Misschien zouden ze wel denken dat hij hen komt overvallen, dat hij gewapend is ...

En zo ging het maar door in zijn hoofd.

Uiteindelijk arriveerde hij aan het huis. Stevig drukte hij op de bel. Net zo lang tot het raam op de bovenverdieping werd geopend. Nog voor de man, die zijn hoofd door het raam stak, iets kon zeggen, riep de handelsreiziger: 'Weet je wat, hou uw krik maar!'

DE THERAPIERUIMTE

Dit verhaal haalde het niet bij de selectie voor het boek. Maar het zat wel al jaren ergens klaar. En dan is er deze situatie. Oona is een jonge vrouw die al een hele tijd geen relatie heeft. Daar gaat de sessie over, want ze is ontzettend verdrietig over haar goede vriend, die net weer iemand ontmoette. Het is op zich al een bijzonder verhaal hoe ze Constantin leerde kennen: ze ontmoetten elkaar voor de eerste keer en drie uur later zaten ze nog steeds aan die tafel. Het klikte voor 100%. Die ontmoeting is het begin van een intense vriendschap. Hij is de steun wanneer zij haar relatie verbreekt met haar partner en omgekeerd. Wanneer ze beiden single zijn, hebben ze dagelijks contact. Ze gaan mee naar elkaars familiefeestjes en zijn elkaars steun en toeverlaat.

En of ze dan niet een relatie met hem wil?

En of ze eigenlijk niet verliefd is?

Goh ja, daar gaat het nu precies over. Lang dacht ze van niet. Maar de pijn die er was toen hij een vriendin had en hun contact stevig minderde! Ook hij had haar gemist, zei hij. Daarna had hij met stelligheid beweerd dat dat nooit meer zou gebeuren. Dat hij altijd tijd en ruimte zou maken voor haar. Dat hij wel zou uitzoeken hoe.

Maar nu er een nieuw vriendinnetje was, leek hij toch weer wat te verdwijnen. Alhoewel, hij had zelf gezegd dat het maar een oppervlakkig gevoel was en dat wat hij voor dat meisje voelde in het niets verzonk bij de liefde die hij voor haar voelde. Maar ja, liefde? Misschien was het eerder vriendschap?

Oona voelde zich op het punt waarop er iets diende te gebeuren: gewoon toekijken deed te veel pijn. Maar haar gevoelens uitspreken zou het einde van hun vriendschap betekenen. Want het was toch onmogelijk dat het wederkerig zou zijn.

Dit zijn we dus aan het onderzoeken, maar we lijken altijd op die overtuigingen vast te lopen. En op dat moment moet ik denken aan de krik. Ik zeg spontaan: 'Ik hoor jou dat zeggen en dat zou natuurlijk kunnen. Maar ken jij het verhaaltje van de krik? Het doet me daaraan denken.' En natuurlijk is ze meteen nieuwsgierig. Dus vertel ik het verhaal. En dan komt er lucht. En dan is er herkenning. Erkenning van wat er gebeurt.

'Ja, ja, de krik – dat herken ik wel! Die neem ik mee!'

En opeens komt er ruimte. Om verder te kijken, te voelen, te denken. Ruimte om beweging mogelijk te maken.

KORTE TRAININGEN 2026



LEARN TO BREATHE AND COME TO YOUR SENSES

Tijdens deze training doorlopen we het mechanisme van de ademhaling, ontdekken we wat een gezonde ademhaling is en oefenen we samen de verschillende stappen om dit te bereiken. We gaan ook ervaren hoe we ontspanning en balans in ons systeem kunnen brengen. Verder leren we ook hoe we deze technieken kunnen toepassen tijdens sessies met cliënten en gaan we nog een stapje verder richting activeren en transformeren met verschillende ademtechnieken.

Begeleider: Vanessa Kersemans

Data: 6 en 20 maart 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

ROUW- EN VERLIESVERWERKING

In het therapeutisch werk worden we heel dikwijls geconfronteerd met rouw en verlies. De laatste jaren is er een nieuwe visie op rouwen ontwikkeld: het duale procesmodel. Het gaat niet om loslaten en verwerken, maar eerder om een andere verbinding vinden met wat men verloren is. Tijdens deze twee dagen krijg je meer inzicht in wat rouwen is. Je krijgt een antwoord op vragen zoals: wat is een normaal rouwproces en wat niet, hoe kan ik ondersteunend werken, welke reacties en emoties kan een rouwende uiten? We kijken ook naar een aantal werkvormen waarmee je het rouwproces kan begeleiden.

Begeleider: Ann Bilsen

Data: 6 en 13 maart 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

SPIRITUALITEIT & PSYCHOTHERAPIE

Verlang je ook naar oriëntatie over hoe je op ethische, verantwoorde en effectieve wijze spiritualiteit in je praktijk kunt

verweven? Zoek je naar vertrouwen in het voeren van gesprekken over God(en), religie, betekenis, doel en zin van het leven? Ben je op zoek naar hulp bij vragen als: 'Hoe spreek ik over spiritualiteit in therapie? Naast een bespreking van een gepaste therapeutische grondhouding, krijg je een raamwerk aangeboden waarmee het avontuur kan beginnen. Doel is je een basis en een structuur te geven zodat je vol vertrouwen, respectvol, verbindend en transformerend aan de slag kunt gaan.

Begeleider: Gitte Beaupain

Data: 10 en 24 maart 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

DE TOCHT VAN DE HELD IN DE ZANDBAK

Zandspel spreekt op een oorspronkelijke manier een diepere laag aan en maakt deze dankzij de vorm (de opstelling van zand, water en eventuele figuren) concreet en zichtbaar. Onbewuste processen kunnen vorm krijgen en zich op een speelse manier ontwikkelen. Hoewel het neerzetten van een tafereel in zand en daar samen naar kijken op zich al een ritueel vormt, zoomen we tijdens deze tweedaagse nog meer in op de weg van de held. Een wonderlijke werkvorm met een warme uitnodiging in de wereld van het archetypische en universele.

Begeleider: Katrien Cassiers

Data: 19 en 20 maart 2026 - 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

LICHAAM IN EXPRESSIE

Als therapeut/begeleider is lichaamsbewustzijn een belangrijk instrument. Via oefeningen verkennen we de mogelijkheden van dit instrument als expressiemiddel. Hoe beïnvloedt de innerlijke beweging onze lichaamsexpressie en omgekeerd? We observeren elkaar en ervaren hoe deze processen zich

voltrekken. Door hier bewuster van te worden, kunnen we in therapie/begeleiding deze dialoog gaan gebruiken, als bron van informatie, als vormgever in de therapeutische relatie, of als therapeutische interventie/techniek. Voor therapeuten en begeleiders van intermenselijke processen, zeker ook voor wie met jongeren werkt.

Begeleider: Moïra Nauwens

Data: 23 en 24 maart 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

MUZIEK EN KLANK IN THERAPIE

‘Music is a world within itself, it’s a language we all understand’ zingt Stevie Wonder. Dit illustreert meteen ook de kracht die muziek in zich heeft. Ook in een therapeutisch kader kan muziek een dankbaar medium zijn om verbinding te maken tussen therapeut en cliënt. Het kan, zonder enige muzikale voorkennis. We reflecteren over wat muziek in jezelf teweegbrengt, waartoe je uitgenodigd wordt of waarheen je geleid wordt. We worden ook bewust van valkuilen. Een korte training die een non-verbaal, vaak onontgonnen domein in de therapeutische setting aanboort.

Begeleider: Maia Van Landeghem

Data: 20 en 27 april 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

COMPASSION FOCUSED THERAPY

Compassie wordt soms tegenover empathie geplaatst als voorbeeld van hoe het niet moet, of verkeerd vertaald als “medelijden”. Met deze training nodigen we hulpverleners uit om compassie of mededogen vanuit een ander perspectief te leren kennen, als een zijnskwaliteit die we kunnen cultiveren om beter tot zelfacceptatie te komen, en tot acceptatie van omstandigheden die we niet kunnen controleren. Compassie-training krijgt de laatste jaren veel aandacht. Niet zonder reden: uit onderzoek blijkt dat zelfcompassie het gevoel van emotio-

neel welzijn significant doet toenemen, terwijl stress, angst en depressie afnemen.

Begeleider: Vanessa Kersemans

Data: 8 en 22 mei 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

LICHAAMSGERICHT WERKEN MET KINDEREN EN JONGEREN (wachtlijst)

Vaak worden kinderen aangemeld met lastig gedrag en moeite met emotieregulatie. Meer en meer zien we dat hieronder vooral een hulpvraag naar spanningsregulatie zit. In deze tweedaagse komen methodieken aan bod om weer een lichaamsgevoel te ontwikkelen, spanning te herkennen en te releasen. Er is aandacht voor traumasensitief werk en beweging als hulpbron voor het lijf. We staan stil bij de rol van ouders en begeleiders. We doen oefeningen uit Polyvagaal, Somatic experience en psychofysiek werk aangevuld met creatieve speelse werkvormen. Voor ieder die met kinderen en/of ouders werkt.

Begeleider: Maia Van Landeghem en Dorien Coeckelbergs

Data: 15 en 29 mei 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

VERWERKING VAN MISHANDELING OF MISBRUIK, EEN EERSTE BLIK OP TRAUMA

Hoe bouw je een vertrouwensrelatie op met iemand die juist zo diep geschonden is in vertrouwen? Hoe krijg je, op een begripvolle manier, beweging in hardnekkige patronen? Hoe krijgt de cliënt de regie over het eigen leven weer in handen en creëren we meer keuzevrijheid? In deze korte training leer je kijken naar de opbouwende bedoeling van patronen en gaan we op zoek naar constructievere manieren om hiermee aan te slag te gaan.

Begeleider: Anne Vandenbroucke

Data: 30 mei en 6 juni 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

KORTE TRAININGEN 2026 - 2027

Actiegerichte hulpverlening. Hoe actief aan de slag met cliënten?

Ademen: Learn to breathe and come to your senses

Als verhalen raken

Creatieve werkvormen in de individuele therapie

De helende werking van therapeutisch boksen

De schaduw van de hulpverlener samen met Webinar Groei sterk door schaduwwerk

De stem: van onmacht naar kracht

De tocht van de held in de zandbak

Door het oog van de lens

Eetstoornissen, eetverslaving, emotie-eten

Focusing

Integratief contextueel werken

Oosterse krijgskunsten in de therapieruimte

Leidinggeven vanuit I.V. in de hulpverleningssector (voor teamleiders)

Lichaam in expressie

Lichaamsgericht werken met kinderen en jongeren

Lichaamsgericht werken met trauma

Met middelenmisbruik omgaan in de hulpverlening

Ontwikkelingstrauma, perinatale en vroegkinderlijke imprints

Rouw- en verliesverwerking **NIEUW**

Rouw bij kinderen

Tekenend in beweging

Therapeutisch werken rond het thema seksualiteit

Verbindend werken met het thema eenzaamheid

Verbindend werken met koppels in crisis

Werken met de I.V.-modellen - oprissing voor I.V.-therapeuten, -mentoren en -supervisors

- Op www.educatieve-academie.be vind je vanaf 27 maart alle informatie over deze Korte Trainingen: inhoud, docent, data en prijs.
- Vanaf 27 maart kan je ook van een korting van 15% genieten wanneer je voor academiejaar 2026 – 2027 inschrijft voor twee Korte Trainingen en/of Co-Lab-trajecten.



Laat je stem je medicijn zijn

Katrijn Desteghe vertelt hoe ze ontdekte dat ze geen stem heeft, maar net als iedereen, in haar stem woont. Je spreekstem onthult veel over je zijn en kan ook je medicijn zijn.

“Het thema *Mijn Stem/Mijn Medicijn* is niet ontstaan uit een plan, een methodiek of een doordachte strategie. Het is gegroeid. Langzaam. Vanuit ervaring. Vanuit mijn lichaam. Vanuit mijn stem.

Lange tijd dacht ik dat mijn stem iets was wat ik *had*. Een vaardigheid die ik kon inzetten wanneer het paste. Om te zingen. Om te spreken. Om te begeleiden. Gaandeweg werd duidelijk dat mijn stem geen instrument is dat ik hanteer, maar een plek waar ik in woon. En dat telkens wanneer ik haar negeer, inhoud of terugtrek, ik ook mezelf gedeeltelijk verlaat.

Als kind was mijn stem vanzelfsprekend. Ik was vijf en zat in de laatste kleuterklas toen de juf van het tweede leerjaar binnenkwam. Ze kreeg haar klas niet stil, zei ze. ‘Het zal Katrijn wel lukken.’ Voor ik het goed en wel besepte, stond ik daar, klein van gestalte, voor een klas vol oudere kinderen. Ik zong een liedje. En het werd stil. Rustig. Alsof mijn stem iets raakte dat geen uitleg nodig had.

Enkele jaren later, bij mijn grootouders thuis, kreeg mijn stem een ander verhaal. Grootma haalde de bandrecorder boven en gaf me de microfoon. Ze wist dat ik een mooi *stemmeke* had. Ik voelde vooral schaamte en verplichting. Ik zong snel, haastig, alsof ik mezelf wilde verstoppen in het tempo. Bang om gezien te worden. Bang om belachelijk te zijn. Grootma merkte op dat het jammer was dat ik zo snel zong, dat je zo niets hoorde van mijn stem. En ik zweeg.

Jaren later, zwanger van mijn dochter, vond mijn stem opnieuw een bedding. Ik zong voor haar. Steeds hetzelfde lied, *Annie's Song*. Na een lange, moeizame bevalling was het mijn stem die haar tot rust bracht, nauwelijks een minuut oud, op mijn borst. Dat lied bleef, als teken van veiligheid. Van herkenning. Van verbinding. Tot op vandaag stuurt ze het me soms door. En telkens opnieuw geniet ik.

Er waren momenten waarop mijn stem onverwacht weer voluit mocht klinken. In de auto, met muziek op de radio. Ik zong mee, zonder nadenken. Tot ik plots merkte hoe diep het raakte. Ontroering. Stilte. En opnieuw: zwijgen.

Rond mijn dertigste begon iets te kantelen. Ik merkte dat wanneer ik zong of sprak, mensen geraakt werden. Dat mijn stem dieptes en hoogtes bereikte waar woorden alleen niet kwamen. Ik liet me dragen door mijn sjamanendrum en de shrutibox. Door ritme. Door trilling. Ik liet me horen.

Vandaag, jaren later, geef ik les. Ik spreek. Ik zing. Ik luister. En ik geniet.

Gaandeweg begreep ik iets fundamenteels: heling zit niet in het verhaal dat we vertellen, maar in de trilling die we toelaten. In het moment waarop stem, lichaam en bedding samenvallen. Wanneer iemand durft klinken zoals hij is, zonder te moeten presteren of verdwijnen, gebeurt er iets wat niet te maken heeft met doen, maar met zijn.

Daar is dit thema geboren. In het besef dat onze stem een directe ingang is tot regulatie, tot waarheid, tot verbinding. Dat ze feilloos laat horen waar het stukt en waar het opnieuw kan stromen.

Dit werk is geen techniek die je moet leren beheersen, maar een herinnering die je opnieuw mag toelaten. Aan wat er al is. Aan wat wil klinken. Aan wat je lichaam al lang weet. Je stem liegt niet. Ze wijst je de weg, telkens opnieuw.

En het gaat niet (enkel) over zingen, ook over spreken. Gewoon jezelf laten horen, vanuit jouw unieke binnenkant. Naar die unieke buitenkant.”

WIE IS KATRIJN DESTEGHE?

Katrijn Desteghe studeerde in 1999 af als maatschappelijk werker en in 2025 als I.V.-psychotherapeut. Sindsdien is ze steeds verder in ontwikkeling blijven gaan. Zo volgde ze opleidingen en trainingen in emotioneel lichaamswerk, systemisch werk, familieopstellingen, gezinscounseling, brainspotting ... Haar passie ligt in het weer verbinden van het hoofd en het lichaam. Ook bij complex trauma. Stemmewerk, een systemische kijk en transpersoonlijke methodieken zijn daar dan voor haar ook belangrijke schakels in. Katrijn streeft in haar begeleidingen naar (her-)bezieling van haar cliëntsysteem. Katrijn heeft een eigen praktijk (Become YOU) in Jeuk/Gingelom. Ze werkt daar met volwassenen, koppels en groepen.

PRAKTISCH:

De tweedaagse Mijn Stem/Mijn Medicijn maakt deel uit van het nieuwe Co-Lab-aanbod dat open is voor iedereen. Het vindt plaats op dinsdagen 28 april en 19 mei 2026, telkens van 10u tot 17u, op de Educatieve Academie. Prijs: € 230 euro of € 190 voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden.





Wens jij in het kader van je persoonlijke ontwikkeling (weer) in contact te komen met jezelf, je essentie, je creativiteit, je eigen proces, de thema's die bij je leven? Onze 'Co-Lab' workshops en trajecten vormen een open aanbod voor iedereen die zichzelf als persoon op een of andere manier wil ontwikkelen of herinneren. Ze nodigen je uit om jezelf liefdevolle aandacht te geven. Voel je van harte welkom!



FAMILIEOPSTELLINGEN

Thema's waar iemand mee worstelt zijn ingebed in de context van de persoon. Er is een wisselwerking tussen het systeem waarin iemand leeft en werkt, de familie van herkomst en de persoon zelf. Uitgangspunt in het werk met familieopstellingen is dat families een systeem vormen waarin zaken als binding, ordening, evenwicht in geven en nemen van groot belang zijn. Een verstoord familiesysteem kan generaties lang doorwerken en voor problemen zorgen, zelfs al is er geen contact. Ieder familielid heeft recht om erbij te horen. Wordt iemand buitengesloten, geminacht of vergeten, dan zal een ander familielid, soms zelfs generaties later, het evenwicht onbewust willen "herstellen" door deze persoon en diens lot te gedenken en te herhalen.

Begeleider: Katrijn Desteghe

Datum: 6 juni 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 130 eigen opstelling – € 75 representant

MIJN LEVENSLIJN – ONTDEK DE RODE DRAAD VAN JOUW BESTAAN

Iedereen draagt een verhaal in zich. Een verhaal van hoogte- en dieptepunten, van onverwachte wendingen en stille groeimomenten. Vaak bewegen we vooruit zonder écht stil te staan bij de weg die we al gegaan zijn. Maar wat als jouw verleden niet iets is om achter je te laten, maar een bron van kracht die je verder kan dragen? Tijdens een ervaringsgerichte reis word je uitgenodigd om de rode draad van jouw leven zichtbaar te maken. We verkennen jouw levenslijn – van de eerste wortels tot de dromen die nog voor je liggen – en onderzoeken welke kwaliteiten, overtuigingen en patronen zich onderweg gevormd hebben. Wat heeft je groot gemaakt? Wat hield je klein? Welke lessen liggen te wachten om erkend te worden?

Begeleider: Katrijn Desteghe

Datum: 4 maart (19u tot 21u online), 9 en 10 maart 2026 (10u tot 17u op de E.A.)

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

HOE DE CHAOS IN DE WERELD ONDER OGEN TE ZIEN DOOR MIDDEL VAN ACTIEVE HOOP

Maak jij je soms ook zorgen over de staat van de wereld en waar onze maatschappij naartoe gaat? Tijdens deze inspirerende tweedaagse ontdek je hoe we om kunnen gaan met de pijn die we voelen over de destructie van de natuur, toenemende ongelijkheid en disconnectie tussen mensen, en hoe we deze gevoelens kunnen inzetten voor herstel en verandering. Via de methode *Het Werk dat weer Verbindt* van eco-filosoof, boeddhist en systeemdenker Joanna Macy, onderzoeken we samen hoe we onze verbondenheid met de natuur kunnen verdiepen en hoe het omarmen van pijn ons kan versterken in onze passie voor het leven. Deze training is voor iedereen die zich geraakt voelt door de urgentie van ecologische en klimaatproblemen en zich meer verbonden wil voelen met zichzelf, de natuur en anderen in tijden van verandering.

Begeleider: Eveline Tijs

Data: 14 & 15 maart 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

MIJN STEM/MIJN MEDICIJN

Er leeft een stem in jou. Soms luid en aanwezig, soms bijna verstild. Misschien is ze ooit ingehouden, ingeslikt, stilgevalen. Misschien wacht ze al lang om weer gehoord te worden. Misschien versmoren jouw woorden nog voor je ze uitgesproken kreeg. Of misschien klink jij niet op die manier die voor jou helpend is. Tijdens deze tweedaagse innerlijke reis word je uitgenodigd om terug te keren naar jouw eigen klank. We gaan ervaren hoe het met dat stemgebied, dat keelgebied gesteld is. We gaan op verkenningstocht in ons eigen lichaam. We werken niet naar zang toe, we volgen wat zich wil tonen. Via lichaamsgerichte oefeningen openen we de ruimte in je keelgebied. Je ademt, je voelt, je luistert van binnenuit. Je stem mag weer tastbaar worden — rauw of verrijnd, helder of hees, stevig of fragiel. Alles is welkom.

Begeleider: Katrijn Desteghe

Datum: 28 april en 19 mei 2026 – 10u tot 17u

Prijs: € 230/€ 190 (voor I.V.-studenten en V.V.T.I.V.-leden)

(Lees ook het artikel van Katrijn Desteghe op p48.)

MINDFULNESS IN 8 WEKEN

Je bent op zoek naar meer balans in je leven. Je hebt vaak last van stress, vermoeidheid of een vol hoofd. Je wenst je levenskwaliteit te verhogen en beter om te gaan met uitdagingen. Herken je je hierin? Dan biedt deze 8-weken training *Mindfulness* (MBCT) je een gestructureerde aanpak om: je innerlijke rust te vergroten, effectief om te gaan met stress en spanning en je draagkracht te versterken en veerkrachtig te blijven bij tegenslagen. Je leert onder begeleiding van ervaren mindfulness-trainer Jan Jacobs op methodische wijze bewust contact te maken met je gedachten, gevoelens en patronen, je geest te observeren en beperkende gewoonten te doorbreken, acceptatie en innerlijke vrede te vinden zodat je heldere keuzes kunt maken. Deze training combineert westerse psychologie met oosterse wijsheid

Begeleider: Jan Jacobs

Datum: 8 september tot 27 oktober 2026 – 19u tot 21u30

Prijs: € 450 of in pakket met de Jaaropleiding Therapeutisch werken met mindfulness en compassie € 1490 (zie ook p.40)

THE ARTIST'S WAY

In dit jaartraject staan de bestseller én methodiek *The Artist's Way* van Julia Cameron centraal. In het door De Nieuwe Creatieven vormgegeven programma leer je weer te spelen en in vrijheid verbinding te maken met je creatieve bronnen. In twaalf bijeenkomsten geef je vorm aan jouw creativiteit. De opdrachten geven je meer focus en aandacht. Je komt in een natuurlijke flow om je dromen te concretiseren. Het boek, de aangereikte materialen en technieken, het schrijven van de ochtendpagina's en je wekelijkse kunstenaarsafspraken helpen je om je creativiteit te laten stromen. Je transformeert beperkende overtuigingen naar ongekend potentieel, heft je blokkades op en (her)ontdekt je diepste verlangens. Verborgene talenten worden ontsluitend, scheppingskracht gaat stromen door elke vezel in jouw lichaam.

Begeleider: Het team van De Nieuwe Creatieven

Datum: 12 lesdagen, 2 per maand vanaf 24 september 2026

– 10u tot 17u

Prijs: € 1800

ZINGEVING

Iedereen wordt wel eens geconfronteerd met de vraag naar zingeving. We zoeken naar zin, naar een begrijpen en aanvaarden, naar het plaatsen van de gebeurtenissen en onze bijgaande emoties. Iedereen zal eigen antwoorden vinden, deels in contact met zichzelf en deels in het universeel overstijgende. Deze existentiële thema's in interactie met anderen bespreken, brengt verdieping. Iedereen die persoonlijk en professioneel wil groeien door met de groep op pad te gaan, is welkom. De opleiding is geïnspireerd door de diverse wereldfilosofiën, -godsdiens, -verhalen en -mensbeelden.

Begeleiders: Gitte Beaupain & Marleen Van Laere

Data en prijs zullen binnenkort op onze website staan.

Drie opleidingsstromen

GEEF JE VERLANGEN OM ANDEREN TE BEGELEIDEN
OP MEER DAN ÉÉN MANIER INVULLING OP DE E.A.

Wil je mee iets wezenlijks veranderen in deze woelige wereld? Voel je al een tijdje dat mensen begeleiden in veranderingsprocessen je raakt? Wil je graag een professionele opleiding in het ambacht van het hart? Ben je een verbinder - tussen hoofd, lichaam, hart en ziel en van mens tot mens? Geloof jij ook dat wie zichzelf in liefde leert helen, ook liefdevoller in de wereld kan staan? En dat een kwalitatieve opleiding een belangrijke basis vormt om anderen mee te dragen in hun ontwikkeling? Lees dan zeker verder: je kan op de Educatieve Academie (E.A.) meer dan één kernopleiding in de Interactionele Vormgeving (I.V.) volgen.

Eenzelfde bedding doorheen alle kernopleidingen

De drie opleidingsstromen in de Interactionele Vormgeving richten zich tot I.V.-psychotherapeuten, I.V.-counselors en I.V.-coaches in spe. Binnen welk werkveld een psychotherapeut, een counselor of een coach zich bewegen, vind je op het schema hiernaast.

In alle drie de opleidingsstromen zijn

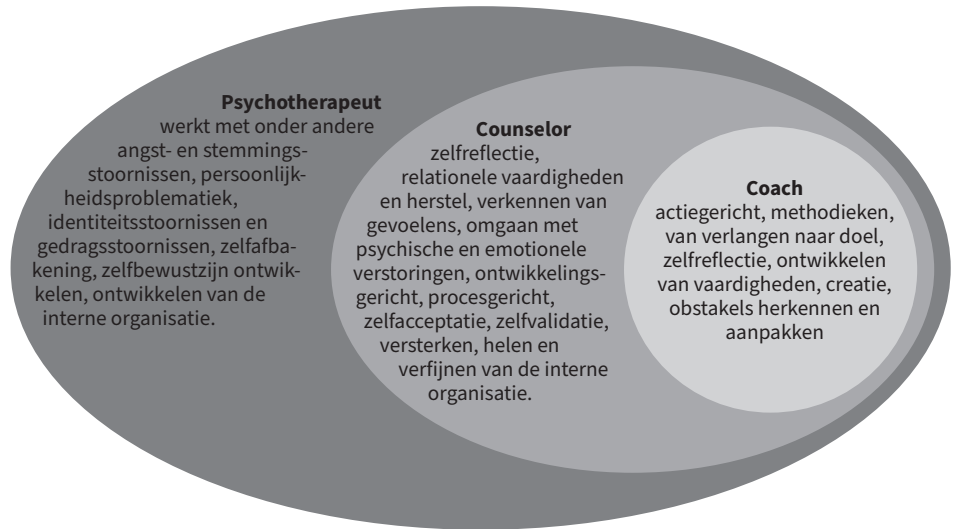
een dynamische leeromgeving, ervaringsgericht leren en praktijkoefeningen ingebed in een veilig professioneel kader. Studenten oefenen met elkaar en ervaren, verdiepen en integreren de aangeboden leerinhoud.

Aan de hand van onze vier basispijlers - integratief, wetenschappelijk, creatief en transpersoonlijk - verbinden we lichaam, hoofd, hart en ziel, het individuele en het

collectieve. Professionele verdieping gaat hand in hand met de persoonlijke groei van studenten.

Specialisatie en vervolgopleidingen

Na deze drie kernopleidingen kan je aansluitend specialisatiejaren of vervolgopleidingen volgen. Je vindt deze op p. 38 in dit magazine.



Het schema hierboven geeft aan binnen welk werkveld de therapeut, de counselor en de coach zich bewegen.

VIERjarige opleiding I.V.-psychotherapie

De vierjarige psychotherapieopleiding in de Interactionele Vormgeving (I.V.) is een postgraduaat in samenwerking met Hogeschool Vives en bestaat uit 120 ECTS-punten. Het is sinds 1989 een integratieve, wetenschappelijk onderbouwde therapiebenadering met cliëntgerichte experiëntiele basis.

De Educatieve Academie vzw is door de EAP of European Association Psychotherapy geaccrediteerd tot EAPTI of European Accredited Psychotherapy Training Institute. De vierjarige the-

rapieopleiding in de Interactionele Vormgeving voldoet volledig aan de strenge kwaliteitseisen die de EAP op Europees niveau aan psychotherapieopleidingen oplegt en samenvat in de ECP-norm. ECP staat voor European Certificate for Psychotherapy. Kortom, als je bij de Educatieve Academie als I.V.-psychotherapeut afstudeert, kan je het ECP-certificaat aanvragen waarmee je in verschillende Europese landen officieel als psychotherapeut erkend bent.

De opleiding stoelt op en onderscheidt zich door volgende pijlers:

- Ervaringsgericht leren, theoretische kaders en praktisch/technisch oefenen komen evenredig aan bod.
- De werkalliantie en de grondhouding zijn de bedding van deze integratieve psychotherapieopleiding.
- Heldere integratieve kaders ondersteunen onze methode: I.V.-driehoek, vier kwadranten, integratief en integraal ontwikkelingsmodel, hypothesemodel.
- De docenten zijn integratieve therapeuten gespecialiseerd in één of meerdere basisrichtingen in de psychotherapie (experiëntieel georiënteerde, cliëntgerichte, systeem georiënteerde, cognitieve gedragstherapiegeoriënteerde, analytisch georiënteerde) en/of een bepaalde specialisatie zoals traumaverwerking, koppeltherapie, lichaamswerk. Alle docenten doen ook therapeutische begeleidingen, meestal binnen een eigen praktijk.



Scan voor meer info over de
I.V.-PSYCHOTHERAPIEOPLEIDING



Wat na de vierjarige I.V.-psychotherapieopleiding?

Psychotherapeuten in de Interactionele Vormgeving kunnen lid worden van verschillende vakverenigingen:

- V.V.T.I.V. (Vlaamse Vereniging voor Therapeuten in de Interactionele Vormgeving)
- V.I.T. (Vereniging voor Integraal Therapeuten)
- NFG (Nederlandse Federatie Gezondheidszorg)

Therapie door I.V.-psychotherapeuten wordt regelmatig en regionaal erkend door een aantal van de onderstaande ziekenfondsen. Gelieve contact op te nemen met V.V.T.I.V. voor meer informatie.

Als I.V.-psychotherapeut die zich verder wil ontwikkelen:

- kan je meteen in het tweede jaar starten van de Driejarige opleiding I.V.-counseling kinderen en jongeren
- kan je alle Jaaropleidingen volgen
- kan je alle Korte Trainingen volgen, zeker die zich specifiek tot therapeuten richten.



DRIEjarige opleiding I.V.-counseling

Deze nieuwe opleiding richt zich tot iedereen die het verlangen voelt om op een professionele wijze in de psycho-relatieve gezondheidszorg, vanuit een holistisch mensbeeld, mensen te begeleiden in hun ontwikkelingsproces. Er zijn twee afstudeerrichtingen: volwassencounselor en kinder- en jongerencounselor. De driejarige opleiding tot I.V.-counselor is ook een antwoord op de door de overheid opgelegde beperkingen voor de vierjarige psychotherapieopleiding. De voormalige tweejarige opleiding Integratieve Kinder- en Jongerentherapie is voortaan opgenomen in de driejarige opleiding tot Kinder- en Jongerencounselor.

Je wil je tot volwassen cliënten richten

In deze opleiding maak je je op een gerichte en intensieve manier de theorie en praktijk van I.V. eigen met betrekking tot counseling van volwassenen. Je verruimt je kennis, vaardigheden en basishouding in het omgaan met en begeleiden van levensprocessen. Je leert de specifieke rol van een counselor met alle mogelijkheden en grenzen kennen, ervaren en integreren. Tijdens de opleiding wordt aandacht besteed aan de persoonlijke groei van de cursist. De klemtoon komt gedurende de loop van de opleiding steeds meer te liggen op de begeleidingsrol: het counselor worden en zijn.

Docenten: Katrien Cassiers, Katrijn Desteghe, Elke Humblet, Sabien Jagers, Moïra Nauwens en Karen Segers

Gastdocenten: Gitte Beaupain en Lynn Jespers



Scan voor meer info over
VOLWASSENENCOUNSELING

Je wil je tot kinderen en jongeren richten

Ieder kind, iedere jongere, ieder gezin is uniek. In hun uniek zijn, lopen ze soms ook vast in overweldigende emoties of angsten, trekken ze zich terug in zichzelf, tonen zich in moeilijk gedrag, krijgen last van lichamelijke klachten of overbeweeglijkheid... Heel vaak zijn dit signalen van onverwerkte emotionele situaties.

Kinderen begeleiden vraagt een andere taal: een doe-taal, een voel-taal, een speeltaal, een woordeloze taal... In deze opleiding zoeken we samen naar manieren om het zelfhelend vermogen van kinderen terug aan te wakkeren zodat het gezonde innerlijke kind meer draagkracht kan bieden aan het gekwetste stuk. Je leert hen omgaan met o.a. verdriet, boosheid, rouw, trauma, emotionele pijn en spanning.

Docenten Jaar 1: Katrien Cassiers, Sabien Jagers en Moïra Nauwens

Docenten Jaar 2 en 3: Kizzy Cools, Dorien Coeckelbergs, Kirsten Mintjens, Jürgen Peeters en Maia Van Landeghem.

Opmerking: afgestudeerde I.V.-psychotherapeuten kunnen meteen in het tweede jaar starten. Hiervoor nemen ze contact op met het secretariaat.



Scan voor meer info over KINDER- & JONGEREN
COUNSELING

TWEEjarige opleiding I.V.-coaching

Deze opleiding richt zich tot iedereen die graag coachend met mensen aan de slag wil. De nadruk ligt op het leren opbouwen van een vertrouwensvolle werkrelatie met cliënten, het leren kennen van coachende kaders en het inoefenen van coachende methodieken. De doelgroep waar coaches na hun opleiding mee aan de slag gaan, ligt bij mensen die een stabiel en afgebakend zelf hebben, in staat zijn tot regie over hun eigen leven en zelfreflectie, en van daaruit doelen kunnen formuleren. (Life-)coaching zit in de lift. De I.V.-visie met zijn integratieve modellen en methodieken leent zich goed tot coaching *pur sang* dat met inzichten en gedrag werkt. Onze gedragscognitieve componenten worden echter beïnvloed, gemotiveerd en gestuurd door diepere (existentiële) lagen én door de omgeving. Coaching die iemand een blijvende ontwikkeling biedt, moet dan ook gestoeld zijn op de pijlers van de Interactionele Vormgeving: wetenschappelijke kennis, creativiteit, transpersoonlijke perspectieven en integratie, die borg staan voor een integrale benadering van de mens.

De coachende relatie als kern van de begeleiding

I.V.-coaching is een dynamisch, doelgericht proces waarbij de cliënt aan de hand van integratieve methodieken uitgedaagd wordt om de regie en het eigenaarschap van zijn levenspad te versterken.

De coachende relatie is de kern van de begeleiding en ontstaat door de interacties tussen de coach en de cliënt. Van daaruit begeleiden we als I.V.-coach de cliënt om eigen, nieuwe antwoorden en inzichten te vinden die hem in contact brengen met zijn kracht en potentieel om zo in beweging te komen opdat groei, verandering en ontwikkeling zich in zijn leven manifesteren.

Wat kan je na de opleiding tot I.V.-coach?

- werken met diverse integratieve coachingstechnieken waarbij telkens de coachee centraal staat;
- een keuze maken uit integratieve interventietechnieken op maat van elke specifieke coachee;
- een zicht leren krijgen op de complexiteit van een proces;
- coaching en coachende vaardigheden gebruiken in een begeleiding naast en in dialoog met een therapeutisch traject
- oog hebben voor een existentiële onderlaag;
- door integratie van de verschillende lagen en aspecten duurzame (gedrags)veranderingen faciliteren.

Docenten: Gitte Beaupain, Elke Van Heuven en Inge Wouters



Scan voor meer info over
I.V.-COACHING

PRIKBORD

SECRETARIAAT

Tijdens de paasvakantie zal het secretariaat op Paasmaandag 6 april gesloten zijn. Van dinsdag 7 april tot en met vrijdag 17 april 2026 zal het secretariaat telefonisch en per mail bereikbaar zijn van 11u tot 15u. Op maandag 20 april 2026 hervatten de lessen en is het secretariaat weer open van 9.00 tot 16.30.

AFSTUDEERDAG

Na vier jaar opleiding zwaaien wij op zaterdag 13 juni onze studenten van de I.V.-psychotherapeutenopleiding uit. Die dag presenteren de afstudeerders hun eindwerk en ontvangen ze tijdens een feestelijk slotritueel hun getuigschrift.

Ben je (psycho)therapeut, hulpverlener, arts, counselor, coach? Ben je I.V.-student? Of heb je gewoon een gezonde interesse in alles wat met psychisch welbevinden te maken heeft? Voel je van harte welkom.

Houd zeker onze website, Facebook- en Instagram-pagina in het oog voor meer info. De afstudeerdag gaat door in het Provinciaal Vormingscentrum van Malle, Smekensstraat 61, 2390 Malle.



DUBBELEXPO

What Remains – An Art of Presence
Going to pieces without falling apart

Nog tot 3 april kan je op de Educatieve Academie tijdens de openingsuren van het secretariaat de dubbeleexpo van Hilde Vleugels en Bruno Van den Bosch bezichtigen.

De sculpturen van Hilde Vleugels tonen een beweging van uiteenvallen naar herverbinding - een stille meditatie over wat aanwezig blijft wanneer alles verandert.

In de foto's en het videowerk van Bruno Van den Bosch ontvouwt zich hetzelfde gebaar: wat uiteenvalt, vindt een nieuwe vorm. Kunst als antwoord op verwoesting, uit liefde voor de wereld die blijft ademen.

Over stormen, richting en verbinding

Bruno Van den Bosch

We leven in een tijd waarin de wereld nauwelijks nog pauze lijkt te nemen. Oorlogen schuiven grenzen op - niet alleen op landkaarten, maar ook in ons innerlijk. Klimaatverandering is geen toekomstscenario meer, maar een dagelijkse werkelijkheid die het gevoel van veiligheid aantast. Macht verschuift, verhardt en polariseert; het publieke gesprek wordt sneller, scherper en soms mens-arter. Veel mensen ervaren een onderstroom van onrust: 'Wat kan ik nog vertrouwen? Waar hoor ik bij? Wat heeft zin, als de wereld zo wankelt?'

In zulke tijden verschijnt er een subtiele verleiding: om ons terug te trekken. Om klein te maken wat te groot voelt. Om onszelf te verdoven met drukte, meningen, gelijk of cynisme. Maar net daar, in die reflex van afsluiten, ligt misschien het grootste risico: dat we de verbinding verliezen - met onszelf, met elkaar en met dat wat ons mens maakt.

Verbinding is geen zachte luxe. Het is een noodzakelijke voorwaarde om als samenleving én als individu overeind te blijven. Verbinding is wat ons helpt het verschil te verdragen zonder de ander te ontmenselijken. Wat ons toelaat verdriet te dragen zonder het door te geven als agressie. Wat ons in staat stelt om angst te erkennen, zonder erdoor bestuurd te worden. En wat hoop mogelijk maakt - niet als naïef optimisme, maar als relationele kracht: het vertrouwen dat we elkaar kunnen blijven ontmoeten, ook wanneer de wereld rammelt.

Hier ligt een duidelijke opdracht voor de therapeutische wereld. Niet als redder van de maatschappij, maar als hoeder van menselijkheid. In therapie oefenen we - vaak in stilte, vaak in traagheid - precies datgene wat in het publieke domein onder druk staat: luisteren zonder meteen te antwoorden, voelen zonder te



‘In therapie oefenen we precies datgene wat in het publieke domein onder druk staat: luisteren zonder meteen te antwoorden, voelen zonder te overspoelen, verantwoordelijkheid nemen zonder te verharden’

overspoelen, verantwoordelijkheid nemen zonder te verharden. We leren mensen hun eigen binnenwereld opnieuw te bewonen, zodat ze minder afhankelijk worden van externe vijanden, snelle verklaringen of absolute zekerheden. We begeleiden het herstel van nuance: dat iemand tegelijk boos én kwetsbaar kan zijn; dat er meerdere waarheden naast elkaar kunnen bestaan; dat pijn niet altijd opgelost moet worden, maar soms eerst gezien.

Therapeuten, opleiders en studenten staan daarbij op een kruispunt. We werken met individuen, maar we bewegen in een collectief veld. De oorlogen “daar” zitten in onze lichamen “hier”: in slaapproblemen, stresssystemen, relationele breuken, verlies van toekomstbeeld. Klimaat is niet enkel een dossier van cijfers, maar ook van rouw: om landschappen, om zekerheden, om toekomstbeelden. Macht en polarisatie raken aan identiteit en veiligheid: wie mag spreken, wie wordt geloofd, wie wordt uitgesloten. Als we dat bredere weefsel negeren, riskeren we therapie te reduceren tot symptoombestrijding. Als we het erkennen, kan therapie een plaats worden waar persoonlijke heling en maatschappelijke bewustheid elkaar ontmoeten - zonder dat de therapieruimte een debatpodium wordt.

Verbinding vraagt ook iets van ons als beroepsgroep. Dat we elkaar blijven opzoeken over scholen, stromingen en instellingen heen. Dat we bereid zijn tot dialoog waar het schuurt. Dat we de complexiteit van deze tijd niet verdelen in kampen, maar benaderen als een gezamenlijke oefening in volwassenheid. En

dat we, juist wanneer het wereldnieuws ons overspoelt, niet alleen vaardig blijven, maar ook “aanwezig”: als mens tegenover mens.

Misschien is dat uiteindelijk waar een tijdschrift als KOMPAS voor kan staan: geen instrument dat alle antwoorden geeft, maar een plek die richting helpt houden. Een kompas werkt niet omdat de wereld stil is, maar omdat er magnetische krachten zijn die we kunnen leren lezen. Verbinding is zo’n kracht. Ze wijst niet naar een simpele oplossing, maar naar een manier van bewegen: met open ogen, met een bewoonbaar hart, met een taal die niet breekt maar overbrugt.

Laat dit eindwoord dus geen afsluiting zijn, maar een uitnodiging. Om in een tijd van fragmentatie het relationele radicaal ernstig te nemen. Om ons vak niet kleiner te maken dan het is. En om - tegen de stroom van verharding in - steeds opnieuw te kiezen voor de menselijke ontmoeting: als therapeutische daad, als ethische houding, als maatschappelijke noodzaak. Als we dat blijven doen, is KOMPAS niet zomaar een nieuw tijdschrift. Dan is het een teken dat we, midden in de storm, samen blijven zoeken naar richting.

HET MAGAZINE

KOMPAS is een uitgave van de E.A. of Educatieve Academie en van de V.V.T.I.V. of de Vlaamse Vereniging voor Therapeuten in de Interactionele Vormgeving. Het magazine verschijnt vier keer per jaar en wordt gemaakt door I.V.-therapeuten en gedrukt door Universitas, www.universitas.be.

Je kan KOMPAS gratis digitaal lezen op www.educatieve-academie.be/over-ons/kompas

Je kan je gratis op KOMPAS abonneren op www.educatieve-academie.be/contact/in-schrijven-nieuwsbrief/



INTERACTIONELE VORMGEVING is een therapievorm waarbij, vertrekkend vanuit een integratieve visie, verschillende therapeutische stromingen in interactie worden gebracht tot een nieuw model. In het nieuwe geheel dat I.V. vormt, bevruchten, verdiepen en verrijken de oorspronkelijke vormen elkaar zonder hun eigenheid te verliezen. I.V. beweegt zich in het spanningsveld tussen de universaliteit van de menselijke problemen en de eigenheid van iedere mens, heeft oog voor de mens in ontwikkeling en voor zijn existentiële en spirituele dimensie.

I.V. integreert experiëntiële met systemische elementen, en lichaamsgerichte en creatieve benadering met gesprekstherapie. I.V. sluit aan bij de vernieuwingen in psychotherapie omdat het oog heeft voor de grotere context en een meerspoorbeleid voert.

Reacties en bijdragen zijn welkom op: kompas@vvtiv.be

DE MENSEN

Hoofredactie: Tanja Dierckx

Layout: Ruth Nachtergaele

Cover: Shutterstock

Redactie: Christophe Batens, Ann Ceulemans, Carolien Peeters, Carla Rosseels, Diane Van Zegbroeck, Annemie Willemse en Inge Wouters

Verantwoordelijke uitgever: Bruno Van den Bosch

Werkten ook mee aan dit nummer:

Katrien Cassiers, Katrijn Desteghe, Sigyn Elst, Tris Gilis, Jan Jacquemyn, Sabien Jagers, Suzanne Kempeneers, Berti Persoons, Marleen Schuurmans, Karen Terlinck, Anja Wouters



KOMPAS is het magazine van de E.A. en de V.V.T.I.V.

Meer info op educatieve-academie.be en vvtiv.be