

Vijfentwintig jaar NBVH

Heel complementair. Eigenheid in verbondenheid

Zaterdag 25 maart 2017, een zonnige dag die perfect past bij wat wij te vieren hebben: het 25 jarig bestaan van de NBVH. Plaats van ons feest: de Reehorst in Ede. Deze dag zal gevuld zijn met sprekers, heerlijke versnaperingen, interessante workshops en een leuk weerzien voor therapeuten. Want het lijkt op een heuse reünie voor velen onder ons.

Door Alice de Wit

Genodigden, therapeuten, en belangstellenden lopen vóór tien de hal binnen van dit congrescentrum. De koffie staat klaar. We worden hartelijk welkom geheten door onze voorzitter Joyce Sauter. Iedereen krijgt een appeltjes-groene tas met een paars logo gevuld met opschrijfboekje, water en het jubileumnummer van de *Teth*, waar het programma instaat.

Joyce Sauter spreekt vanaf het kathedraal aan het officiële begin van deze dag een welkomstwoord uit. Ze begint met een schets van de geschiedenis van de vereniging, waarbij telkens een groot applaus klinkt. Oud-bestuursleden, leden van het eerste uur (1992), medewerkers van de *Teth*, de congrescommissie, iedereen die zijn sporen heeft verdiend wordt hartelijk bedankt. Er is in al die jaren enorm veel werk verzet. In 2005 kwam er het secretariaat Asolution bij met Anita en Paul Buiteman en vervolgens 'onze onvolprezen Miranda'.

De laatste wapenfeiten van de vereniging: 2009 was het jaar waarin zorgverzekeraars hypnotherapie gingen vergoeden en in 2016 met het ingaan van de WKKGZ is hypnotherapie vrijgesteld van BTW. Sauter vervolgt haar speech met: 'De NBVH had nooit kunnen voortbestaan als wij geen trouwe leden hadden gehad.' en zij eindigt haar verhaal met: 'We gaan voor de toekomst verder op de ingeslagen weg van erkenning, onderzoek en professionalisering in combinatie met communicatie, graag betrokkenheid bij de vereniging en een toekomstverwachting gesteld in het stuk *Missie, Visie* van de NBVH te vinden op onze nieuwe website onder het ABC.'

Dan neemt dagvoorzitter Martine Busch, directeur van het Van Praag Instituut, het woord om Sauter in het zonnetje te zetten, die reageert met 'deze zag ik niet aankomen'. Busch kondigt aan voor vandaag onze route-mevrouw te zijn en verzoekt iedereen zijn mobiel uit te zetten op straffe van 25 euro voor de verenigingskas. Hypnotherapie mag van haar een grote rol gaan spelen in het veld van integratieve/integrale zorg. Wat erg belangrijk voor het complementaire veld is, dat je kunt aantonen dat het werkt wat je doet. Dus onderzoek, onderzoek, onderzoek. En dat combineer je met praktijkervaring. Busch kondigt de eerste spreekster aan, Audrey Vanhauzenhuysse, zij houdt zich bezig met onderzoek en zal de resultaten toelichten.

HERSENONDERZOEK

Neuropsycholoog Audrey Vanhauzenhuysse kijkt in haar onderzoek naar wat er in de hersenen gebeurt als mensen in een hypnotische trance zijn. Zij houdt zich sinds 2006 bezig met onderzoek naar een veranderde staat van bewustzijn. Dit doet zij in het Academisch ziekenhuis van de Universiteit van Luik.

Haar verhaal wordt ondersteund door een aantal hersenfoto's en tabellen, waarin de positieve onderzoeksresultaten te zien zijn. Een studie bij chronische pijnpatiënten laat zien dat onder invloed van hypnose pijn; angst; en vermoeidheid minder is aan het einde van de onderzoeksperiode, dan bij de groep, die fysiotherapie kreeg. Ook gaan de proefpersonen uit de hypnotherapie eerder weer aan het werk dan de mensen uit de fysio-groep en ervaren zij een betere kwaliteit van leven.

Hoe komt die verbetering tot stand?

Vanhauzenhuysse legt uit dat door hypnose pijn en een onplezierig gevoel minder wordt ervaren. Het pijnnetwerk dat gestimuleerd wordt door een pijn prikkel, voel je niet als je onder hypnose bent. De copingstrategieën, het beter kunnen reguleren van emoties, dragen bij aan een afname van het medicijngebruik. Zij laat ook positieve onderzoeksresultaten bij PDS-patiënten zien.

In een andere studie krijgen 90 patiënten met borstkanker drie interventies: zelfhypnose; yoga en cognitieve gedragstherapie. Hier scoort zelfhypnose het hoogst. Nog een paar studies passeren de revue, zoals angst voor de tandarts en onderzoek naar angst bij zwangere vrouwen voor de bevalling. Vanhauzenhuysse benadrukt het belang van het informeren van artsen en verpleegkundigen over de positieve resultaten van hypnose.

Door deze onderzoeksresultaten te bekijken kun je precies zien wat hypnose doet in de hersenen. De behandelaar die hypnose toepast, kan dat dus zien. Al het onderzoek wat tot nu toe gedaan is, kun je gebruiken naar het reguliere veld toe.

INTEGRATIEVE PSYCHIATRIE

Aan het woord is nu de tweede spreker Rogier Hoenders, hij is psychiater en leidinggevende van het Centrum Integrale Psychiatrie (CIP) van Lentis GGZ Groningen, dat tien jaar bestaat. Hij is mede-organisator van congressen Integrale Psychiatrie en hij feliciteert ons met het 25 jarig bestaan van de NBVH. Vervolgens schetst hij de geschiedenis van de integrale psychiatrie, hoe deze is ontstaan vanuit de reguliere hoek. Ze wilden een brug slaan naar de complementaire hulpverlening en om daarmee het beste van twee werelden in te kunnen zetten voor hun patiënten. Eigenlijk was Hoenders al jong bezig met IP. Hij hield op zijn veertiende jaar een spreekbeurt over Freud, maar snapte er geen hout van. Freud noemt hij nu 'de schakel tussen uw dagelijkse werk en dat van mij.'

Als aanloop op het CIP is Hoenders vanaf 2005 bezig geweest om de barrière te slechten tussen regulier en complemen-



Audrey Vanhauzenhuysse

tair. Hij werd gesteund door zijn mentor Wim Bloemers en zij werden door het *Dagblad van het Noorden* geïnterviewd over hun plannen. De interviews verschenen met zulke zweverige koppen, dat niemand het serieus kon nemen. Toch kregen zij veel positieve reacties. Zij waren mede geïnspireerd door het Consortium of Academic Health Centers for Integrative Medicine in Amerika. Dat waren negen ziekenhuizen die een andere benadering in de reguliere geneeskunde voorstonden. Ondertussen bestaat het Consortium uit 70 ziekenhuizen.

Vier hoofdpunten van Integrative Medicine

1. Het herwaarderen van de therapeutische relatie
2. De gehele persoon zien, een brede kijk
3. Gebruik maken van EBM (Evidence Based Medicine)
4. Vergroten van veerkracht, gezondheid en welzijn

Vervolgens heeft het CIP een vertaalslag ontwikkeld naar de Nederlandse psychiatrie. Daarvoor hebben zij een protocol ontwikkeld.

In 2006 waren er 1200 mensen naar het eerste congres gekomen, waarin de plannen werden ontvouwd van een model van

breed werken, veilig en met verstand van zaken.

Het CIP bestaat uit een algemene polikliniek, zij doen onderzoek, hebben een opleiding en het is een kenniscentrum. Er zijn 34 medewerkers. Hun behandel-aanbod is zeer breed: medicatie en supplementen; psychotherapie; creatieve therapie en drama; Mindfulness; leefstijl-modules; verbindende communicatie; advies bij consultatie alternatief therapeuten. Hypnotherapie staat nog niet in het aanbod, maar dat wil Hoenders graag. Alle mogelijkheden worden besproken. Er zijn in Nederland totaal vijf CIP's.

Hypnose is tot aan de jaren 80 onderdeel geweest van de psychiatrie. Nu wordt het te weinig gewaardeerd, omdat een meer verklaarbaar mechanisme meer acceptabel is. Op de kernvragen wat is geest, ziel en bewustzijn is moeilijk antwoord te geven. Wat is gezondheid? En wat is geestelijke gezondheid? Waar hebben we het eigenlijk over?

Als oorzaak voor de scepsis tegenover hypnotherapie noemt Hoenders het feit dat Nederland een calvinistisch land is met regels. Ook de vereniging tegen de kwakzalverij heeft veel invloed. Aan het einde van zijn verhaal vat Hoenders zijn betoog samen: IP is het beste

van twee werelden. Regulier, leefstijlveranderingen en een selectie van complementair. Gebrek aan model wat is mind en wat is mental health speelt een rol. Hypnose heeft in de geschiedenis binnen de psychiatrie wel een plek gehad.

ZIE DE MENS

Manu Keirse is de derde spreker, die volgens hemzelf op een ongemakkelijk moment het podium betreedt, aangezien het publiek wel toe is aan een pauze. Hij noemt dit een crisissituatie, waarbij hij opmerkt dat hij daar wel aan gewend is. Deze vlotte spreker begint met een verhaal uit 1968. Hij is in opleiding en moet een casus bespreken van een patiënt, Ronnie, die al jaren bij zijn leermeesters in behandeling is zonder enig resultaat. Na een uitvoerige bespreking krijgt hij de vraag wat hij voorstelt ter behandeling. Hij noemt hypnose, waarbij het hele gezelschap dubbel ligt van het lachen. Toch is dit de enige behandeling waar deze man nog in gelooft. Keirse heeft de man behandeld en Ronnie gaat weer aan het werk en maakt carrière. Hypnose heeft wel degelijk effect gehad!

Met een kwinkslag relateert hij wetenschappelijke bewijsvoering in de reguliere geneeskunde. Het komt op het volgende neer: ook al is het bewezen dat de snelste manier om van het dak af te komen naar beneden springen is, het gezonde verstand zegt, dat je het beter anders kunt doen.

Van hieruit komt hij op: wat de winst van zien kan zijn. Kijken op een andere manier, in drie dimensies. De horizontale, de verticale dimensie en van de buitenkant naar de binnenkant. Keirse heeft zijn boek *Zie de mens* als antwoord geschreven op het boek *Borderline times* van zijn opvolger aan de universiteit Dirk de Wachter. De Wachter noemt onze samenleving een 'borderline samenleving', alleen Keirse denkt: wat doe je eraan en schreef toen zijn boek. Daarin betoogt Keirse dat we anders moeten gaan kijken. Met horizontaal bedoelt hij: waar komt deze persoon vandaan en waar gaat hij naartoe? Verleden, heden en toekomst. Zonder geschiedenis heb je geen toekomst. Welbevinden

is volgens Keirse de 'wel' vinden. Terugkeren naar de bron van het begin. In het verleden kijken en kunnen vergeven. Keirse geeft een voorbeeld van een hulpverlener, die inzit over hoe een vrouwelijke patiënt (met een trauma) in zijn behandelkamer zal verschijnen, daardoor luistert hij niet naar de patiënten die eerder in zijn agenda staan. Keirse geeft aan dat het ook anders kan, door open te staan voor de patiënt en niet bang te zijn voor zijn verhaal. 'Om te kijken moet je hier zijn en niet ergens anders.' Zo kun je het verschil maken in het leven van anderen.

Ouder worden

Keirse: 'Zien echt zien waar het om gaat, omdat beeldvorming en vooroordeel maken dat we niet echt zien waar het in de werkelijkheid om gaat.' Als voorbeeld noemt hij beeldvorming over het ouder worden in onze samenleving. 'Oud worden wordt gezien als een gebrek en een heel nare ervaring. Afgezien van de dood zijn we nergens banger voor dan voor de ouderdom. Het grootste compliment dat je iemand kan geven van boven de dertig is, zeker als het een vrouw is, dat zij er jonger uitziet dan haar leeftijd.' Keirse ziet vooral jonge mensen op de tv en merkt op: 'je zou niet verwachten dat er zoveel tachtigers in ons land zijn.' Ouderen moeten gezien worden. Hun wijsheid en ervaring is een schat aan rijkdom.

Keirse vindt het bijzonder dat kinderen zo helder kunnen zien. Hij geeft een aantal voorbeelden hoe kinderen kijken naar ouderen. 'Een grootmoeder is een dame die zelf geen kinderen heeft, daarom houdt ze van de dochttertjes van anderen.' 'Ze dragen brillen en grappig ondergoed. Ze kunnen hun tanden en hun tandvlees uit hun mond lichten.' 'Ze kunnen vragen beantwoorden zoals waarom honden katten haten en hoe het komt dat God nooit aan een vrouw geraakt is.' 'Grootmoeders zijn de enige volwassenen die tijd hebben.'

Om echt te zien moet je niet alleen omkijken naar het verleden, in het heden zijn, maar ook naar de toekomst kunnen kijken. Horizontaal kijken. Pas als je kunt



Rogier Hoenders

kijken met het einde voor ogen, kun je pas goed zien. Keirse schetst het beeld van een begraving van jezelf, waarbij je de vraag stelt: Wat zou ik willen dat ze op mijn uitvaart over mij zouden vertellen? Je kunt opschrijven wat en het iedere keer bijwerken.

Het verticale kijken is in de diepte kijken zonder vooroordelen zien wat er onder water gebeurt. Hij geeft als voorbeeld de man die met drie jonge kinderen de bus instapt waar ook andere passagiers zitten. De man gaat met gebogen hoofd zitten en de kinderen breken de tent af. Later blijkt dat hij net te horen heeft gekregen dat zijn vrouw is overleden. Het is dan ook belangrijk om naar deze man te luisteren en niet alleen een oordeel te hebben over het feit dat hij zijn kinderen niet corrigeert.

Als je vanaf de hoogte kijkt zie je de verbinding en zie je ook vergezichten. Iemand met een visie is iemand met een vergezicht. En de derde dimensie is het naar binnen kijken. In contact komen met je eigen innerlijk. Hiermee sluit Keirse zijn verhaal af, want zijn spreektijd is voorbij.

Na een heerlijke lunch gaan de congresgangers naar de workshops, die in verschillende ruimtes in het gebouw plaats vinden.

REACTIES CONGRESGANGERS

Hier volgen een aantal reacties van bezoekers:

Op het jubileumcongres heeft het thema Eigenheid in verbondenheid mij het meest aan het denken gezet. Al deze leden die aanwezig zijn op deze dag waarvan ik er maar enkele persoonlijk ken.

Sommige zijn mijn leraar of lerares geweest, anderen mijn mede studenten en uiteindelijk zijn we nu allemaal collega's. Het is fijn elkaar weer te ontmoeten en te ZIEN. Hypnotherapie en het geloof in de werkzaamheid ervan is onze verbondenheid. Als je goed rondkijkt zie je de eigenheid van al deze therapeuten. Maar dan mogen we kijken zoals Manu Keirse dat beschrijft in zijn boek Zie de mens. Zijn lezing als 3^e spreker deze ochtend raakt mij diep en naar wat ik rondom mij heen zag weet hij de hele zaal te boeien. Hij geeft duidelijke voorbeelden en opent ogen die misschien wat gesloten waren. Niet zo gek in deze maatschappij van regels en fragmentatie! Ik besluit zijn boek aan te schaffen om mijzelf zo nu en dan te herinneren aan de kracht van het echte kijken naar elkaar. Vooral hoe blij ik daar van wordt.

Elise Mink

Mijn ervaring en terugblik

Ik ben lid bij de NBVH sinds november 2016 en dit was mijn eerste bijeenkomst. Na acht jaar als Integratieve psychotherapeut en hypnotherapeut gewerkt te hebben in mijn praktijk in Amsterdam ben ik van 2012 tot 2016 werkzaam geweest in en voor verschillende organisaties. Ik ben erg blij dat ik weer terug ben in het vak en dat ik weer kan werken in dit ambacht. Met volle teugen heb ik



Manu Keirse

dan ook genoten van het 25-jarig jubileum van de NBVH.

Positief verrast was ik door de presentatie van dr. Rogier Hoenders die, in tegenstelling tot mijn beperkte ervaring met de psychiatrie, een beeld schetste van een vakgebied waar de mens centraal staat en niet de medische wetenschap. En ook dat er allerlei complementaire therapieën worden aangeboden, omdat er vanuit een holistische visie wordt gewerkt. Ik herinnerde mij nog de moeder van een cliënt die was opgenomen op de afdeling psychiatrie van het AMC en hoe zij vertelde dat ze alleen medicijnen kreeg en de artsen niet de tijd namen om naar haar te luisteren. Ik ben blij dat ik dat beeld van toen kan bijschaven.

Het meest geraakt werd ik door de presentatie van Manu Keirse. Zie de mens, dat is waar het wat mij betreft echt over gaat in ons vak. Verbinding maken met de mens achter de klacht en iemand weer verder op weg helpen in zijn of haar leven. Te zien waar het in werkelijkheid om gaat. En dat je het verschil kunt maken voor mensen, door ze in contact te brengen met zichzelf. Hij vertelt over het wel-bevinden, het terugvinden van de well of bron om je daar aan te laven. Zijn levendige voorbeelden deden bij mij de tranen over mijn wangen biggelen van ontroering en dankbaarheid.

Geïnspireerd werd ik door de workshop van Lucas Derks, bekend van het sociaal panorama. Hij demonstreerde en vertelde over

de depressie in de mentale ruimte. En legde uit dat de ruimte het 'operating system' van het brein is. En dat de mentale ruimte ook het primaire ordeningssysteem is binnen de psychotherapie. Mensen maken gebaren, waarmee ze aanduiden hoe ze iets voor zich zien. Dat gebruikt hij als ingang om via het probleemgevoel toe te gaan naar de achterliggende oorzaak. Je gebruikt als het ware de natuurlijke navigatie van mensen en helpt ze daarmee trauma of depressie op te lossen. Mensen met een depressie hebben moeite om naar de toekomst te kijken, ze zien daar vaak donkere beelden opdoemen. In die zin lijken trauma en depressie op elkaar. De cliënt weet niet wat hij er mee moet en hij lijdt er onder. Derks laat vervolgens zien hoe hij depressie in 1 sessie helpt oplossen. De cliënt is aan het eind zichtbaar ontdaan als hij vraagt of ze de depressie weer terug wil in haar leven. Echt niet!

Jacqueline Evers



'Rogier Hoenders: een interessante spreker. Een bruggenbouwer tussen reguliere en alternatieve en complementaire geneeswijzen, maar ook een koorddanser: behoedzaam manoeuvrerend binnen de GGZ, rekening houdend met alle protocollen en regels van KMG, OM, beroepsverenigingen etc. Ruimte zoeken voor 'alternatieve inzichten' en daar een inbedding aan geven binnen het Centrum Integrale Psychiatrie.'

Vera Slot

Achtergronden van de sprekers en workshopgevers zijn te lezen in het congresnummer Teth 1-17.



Heeft iemand nog een andere suggestie voor een tekst op dit tasje?

Mail dan naar de redactie: teth@nbvh.nl

Alice de Wit is hypnotherapeut en heeft een zelfstandige praktijk Tussen de wilgen in Utrecht en Rijpwetering. Haar specialisatie is rouwtherapie na traumatisch verlies.

www.tusendewilgen.nl