

# Haptonomie in bedrijf

Ellen Kleingeld

in gesprek met Nicole Strik – van Nijmweegen



Ellen Kleingeld

**Haptonomie kom je overal tegen, is van alle tijden en culturen. Ons vak van haptotherapeut oefenen we uit in de beslotenheid van onze praktijkruimte. Het bedrijfsleven is voor de haptonomie een ingang om ook de weg naar de maatschappij en de mens te bereiken. Mijn nieuwsgierigheid naar haptonomie in het bedrijfsleven bracht mij in gesprek met Nicole. In haar functie als bedrijfsmaatschappelijk werker miste ze iets en verdiepte ze zich onder andere in haptotherapie. Binnen haar in ruim 20 jaar opgebouwde netwerk van bedrijven en managers is zij haptonomie meteen gaan toepassen in de vorm van ervaringsgerichte oefeningen en aanraken.**

*Nicole is haptotherapeut (met traumaspecialisatie), bedrijfsmaatschappelijk werker en systeemwerker met een eigen bedrijf: Bedrijfsmaatwerk Eindhoven (BMW). Zij verzorgt multidisciplinaire trajecten waarin een bedrijfsmaatschappelijk werker werkzaam is samen met onder andere een haptotherapeut, fysiotherapeut en loopbaanbegeleider.*

## **Wat is de kracht van BMW en waarom werk je voor bedrijven?**

Nicole: 'Mijn bedrijf werkt vanuit verbinding. Mensen in het bedrijfsleven worden veel te veel aangesproken op hun denkvermogen. Bij problemen in de communicatie wordt er doorgaans veel geanalyseerd. Het probleem of bedrijfsdoel staat centraal en er wordt vooral ingegaan op inhoud en weinig op de manier waarop we met elkaar omgaan. Mensen reageren vaak op wat ze zien op cognitief niveau, eerder dan op wat ze in hun lichaam gewaarworden en wat daarin gebeurt. Ik ervaar dat er een gebrek aan verbondenheid met zichzelf en met anderen is, waardoor een probleem of klacht blijft voortduren. Het kijken naar wat er in het lijf gebeurt, biedt een kans op het bewust worden van het onderliggende probleem. BMW werkt vanuit een multidisciplinaire aanpak en belicht zowel de lichamelijke als de geestelijke kant. Ik zet

haptonomische begeleiding in als middel om naar het lichaam en de lichaamstaal te kijken en aan de hand daarvan dieper op de communicatie in te gaan.'

## **Is elke haptotherapeut geschikt voor haptonomisch werk binnen het bedrijfsleven?**

'Het is belangrijk dat je affiniteit hebt met het bedrijfsleven, iets afweet van wat er speelt binnen organisaties en van het specifieke bedrijf zelf. Je moet de cultuur en bedrijfsgeschiedenis enigszins kennen; waarvoor het staat, hoe de hiërarchie werkt, of er fusies geweest zijn enzovoorts. Haptonomie in het bedrijfsleven is echt een ander vakgebied', zegt Nicole. 'Het vraagt iets anders van je dan werken in de individuele haptotherapiepraktijk. Zie het als een specialisatie, zoals het werken met kinderen.'\*

## **Hoe anders is haptonomisch werken in een groep?**

'Bij het begeleiden van individuele cliënten ben ik onderdeel van de interactie. Als begeleider in groepen ben ik meer een verbindende observator. Vanuit die positie zie ik makkelijker de interactie tussen de deelnemers onderling', zegt Nicole. 'Ik kies ervoor niet de diepte in te gaan, maar door bijvoorbeeld spanningen te signaleren, maak ik bewust wat er



Nicole Strik - van Nijmweegen

speelt in het team en hoe men contact maakt met elkaar.'

Tijdens workshops zijn ze altijd met z'n tweeën. 'Eén van ons houdt de focus op de groep. De ander kan stilstaan bij individuele kwesties, bij iemand die geraakt is door de oefeningen. We benoemen de emotie en kijken naar wat er in het hier-en-nu gebeurt, ook weer zonder daar diep op in te gaan. Als iemand persoonlijk ergens tegenaan loopt, stellen we individuele begeleiding voor.'

## **Wat voor randvoorwaarden creëer je?**

'Het waarborgen van de veiligheid is heel belangrijk. Deelnemers kunnen dan zichzelf zijn. Ik zorg daar op verschillende manieren voor; door te benoemen dat alles wat besproken wordt in de groep blijft en dat emoties er mogen zijn. Alles wat gevoeld en ervaren wordt, is oké. Deelnemers mogen en kunnen hun grenzen aangeven. We blijven voeling houden met de groep, ook als er heftige dingen gebeuren', benadrukt Nicole. 'We blijven present, merken op wat er speelt en benoemen dat. Minstens zo belangrijk is dat ik mijn eigen grens goed ken. Tegelijkertijd mag zo'n dag leuk zijn, er mag een

## “Belangrijk is het om stil te staan bij de vraag: "Wat maakt dat iemand zich ziekmeldt met de klacht die ze hebben?"”

ontspannen sfeer zijn en er mag gelachen worden.’

### Hoe verloopt een workshop?

‘Aanleiding voor mijn hulp kan iets zijn dat de manager signaleert of een klacht over de communicatie vanuit het team zelf. Een themavoorbeeld: “drie teamleden komen altijd te laat”. Dit werken we in de workshop uit met behulp van ervaringsoefeningen.

Bijvoorbeeld: in tweetallen een ballon tussen je in klemmen en zo, zonder praten, door de ruimte bewegen. De oefening maakt de communicatie tussen de teamleden zichtbaar. Door vragen te stellen, ontstaat bewustwording: “ben je met de groep bezig of alleen met jezelf?”, “loop je samen of in je eentje?” of “wat gebeurt er als je anderen op je pad tegenkomt?”.

Je kunt de leidinggevende ook samen met het team opstellen. Je ziet soms letterlijk iemand klein worden of ten opzichte van de leidinggevende in een kind veranderen, of je ziet de werknemer de werkgever in een ouderrol duwen. Het kan erg gecompliceerd worden als partijen in een overdracht – tegenoverdracht terecht komen. Bij ernstige complicaties is het raadzaam deze thema’s individueel in therapie nader uit te werken.’

### Heb je altijd contact met de leidinggevende?

‘Ik betrek de manager met open communicatie bij het groeiproces. Belangrijk is het om stil te staan bij de vraag “Wat maakt dat iemand zich ziekmeldt met een klacht?” Ik ben benieuwd naar de interactie tussen manager en medewerkers naar de onderlinge dynamiek van de medewerkers. Ik merk dat iemand die zich niet veilig of gehoord voelt of niet communicatief op één lijn zit met ande-

ren, zich eerder ziekmeldt. Met een betrokken manager kan eerder gesignaleerd worden wat er werkelijk speelt.’

### Wat zijn de voordelen van jouw haptonomische aanpak?

‘Van teams en bedrijven krijg ik terug dat *stilgezet worden* heel leerzaam is. Velen ervaren het werk en soms ook het leven als erg snel. Ze zijn zich niet meer zo bewust van hun positie in de interactie met anderen. Door het stilzetten van het gehele team, komen ze tot bewustzijn. Voelen is daarbij enorm belangrijk.’

### Heb je nog een tip voor haptotherapeuten?

‘De cliënt in onze haptotherapiepraktijken heeft relaties met partner, kinderen en ouders. Je kunt ook stilstaan bij de relaties die iemand op het werk heeft. Voor sommige mensen is dit een belangrijk onderdeel van hun leven. Belangrijk om te belichten dus.’



“Door het stilzetten van het gehele team, komen ze tot bewustzijn. Voelen is daarbij enorm belangrijk.”

Fotograaf: Marije Kuipers

nicole@bmwe.nl

\*Redactie: verschillende haptonomie-opleidingsinstituten bieden scholingsmogelijkheden om je verder te bekwamen in het haptonomisch werken binnen bedrijven.