

Parktijk Eigenheid : Parktijk Eigenheid

 praktijkeigenheid.nl/therapeut/

De therapeut en zijn achtergrond

Mijn naam is Sjaak Hauwert, ik ben van 1953. Ik voltooide de studie orthopedagogiek in 1989 en startte, na afronding van de driejarige opleiding transpersoonlijke psychotherapie aan het Boswijk Instituut in 2012, als psychosociaaltherapeut/(ortho)pedagoog met mijn therapie praktijk.

Voor die tijd ben ik 23 jaar werkzaam geweest in de hulpverlening, en heb daarin een ruime ervaring opgedaan als groepsleider, (ortho)pedagoog en therapeut.



Wie ben ik verder als mens en therapeut en wat is mijn visie?

Hoewel ik in mijn leven via opleidingen, cursussen en workshops de nodige theoretische kennis heb opgedaan, beschouw ik mezelf op de eerste plaats als een praktisch, creatief en intuïtief mens. Mijn behoefte aan scholing en theoretische verdieping is altijd een aanvulling geweest op eigen praktische ervaring en inzicht, de praktijk is, zowel in mijn werk als in het dagelijks leven, altijd primair gebleven.

Passie

Mijn werkelijke passie en bestemming heb ik gevonden in de hulpverlening. In 1976 kreeg ik de kans zonder opleiding en ervaring te werken in een kindertehuis voor kinderen met ernstige gedrags- en opvoedingsproblemen – aanvankelijk als vakantiekracht, maar kort daarop via een vaste aanstelling als groepsleider.

Achteraf gezien is dit gebrek aan kennis en ervaring zeker ook een voordeel geweest. Ik was hierdoor gedwongen uit te gaan van mijn eigen observatievermogen en intuïtie, wat goed uitwerkte en ook goed bij me past. De actuele praktijk gaf me hierbij steeds voldoende aanleiding en motivatie om me ook verder theoretisch te verdiepen – gaandeweg groeide mijn persoonlijke ‘hulpverleningsrugzak’.

Studie orthopedagogiek

Deze motivatie om mij op grond van mijn praktische ervaring in de hulpverlening ook verder theoretisch te verdiepen, was de belangrijkste reden om in deeltijd orthopedagogiek te gaan studeren. In dit geval aan de Universiteit van Amsterdam, juist hier omdat de studie zich hier o.m. baseert op de ontwikkelingstheorie. Kort samengevat houdt deze theorie in dat bij een adequate benadering ieder mens de mogelijkheid heeft zich geestelijk verder te kunnen ontwikkelen.

Hoewel ik in deze studie veel heb kunnen leren, was het toch ook een teleurstelling dat ook

de wetenschap geen antwoord had op mijn vragen.

Mij baserend op deze ontwikkelingstheorie ben ik daarom zelf verder op zoek gegaan naar een meer adequate benadering, en ging ik naast mijn studie enkele diep-verstandelijk gehandicapten begeleiden in hun thuissituatie.

Casestudy eigenheid

In een van deze begeleidingssituaties ging het om een van de diep-verstandelijk gehandicapten met wie ik op een dagverblijf had gewerkt. Dit kind, een jongen van zes jaar hadden we in de jaren daarvoor ondanks intensieve stimulering niets kunnen bieden dat bijdroeg aan zijn verdere geestelijke ontwikkeling – hij leek niet op zijn omgeving te reageren.

Deze begeleiding is vanaf 1979 gaandeweg uitgegroeid tot een zeven jaar durende casestudy. Dat deze casestudy op deze 'wie ben ik pagina' een belangrijke plaats inneemt komt voort uit het feit dat deze periode, achteraf gezien, een van de belangrijkste periodes in mijn leven is geweest – zowel voor mijn vorming als hulpverlener als voor mijn persoonlijke (spirituele) groei.

Hulpverleningsvalkuil doorzien

Vanuit mijn vertrouwen in de ontwikkelingstheorie was ik er van overtuigd dat ook dit kind zich geestelijk verder zou moeten kunnen ontwikkelen. Doordat ik absoluut niet wist hoe ik die verdere ontwikkeling zou moeten realiseren was ik feitelijk net als in de beginperiode in het kinderkuis weer aangewezen op mijn eigen observatievermogen en intuïtie.

Los van de 'kenniscultuur' en relatieve grootschaligheid van het dagverblijf, kreeg ik in deze eenvoudige thuissituatie (enig kind in eenoudergezin) de kans om het kind geheel anders te benaderen dan daarvoor. Gaandeweg begon ik de hulpverleningsvalkuil te doorzien – dit kind is in het verleden altijd aangesproken op zijn onmogelijkheden in plaats van benaderd te worden vanuit zijn (resterende) mogelijkheden.

Via zeer intensieve participerende observatie ontdekte ik, vanuit lichaamstaal en oogbeweging, dat er toch wel enige reactie was op de buitenwereld. Naast basale en moeilijk waarneembare reacties (bijv. reageren op lichtstralen, bewegende objecten enz.) ging het ook om reacties die als 'ongewenst gedrag' in het verleden juist werden afgeremd of vermeden.

Vanuit eigen kracht/eigenheid

Het gaat te ver op deze plaats inhoudelijk dieper in te gaan op deze casestudy naar Eigenheid. Samengevat komt het er op neer dat we al deze subtiele eigen reacties op de buitenwereld consequent zijn gaan erkennen als uitingen van de persoonlijke eigen kracht of eigenheid – zoals ik het later ben gaan noemen – van het kind. Zonder doel of verwachting zijn we al deze reacties op een voor hem veilige manier gaan beantwoorden. Zowel de pedagogische begeleiding en verzorging als de gehele fysieke leefomgeving werd nauwkeurig aangepast aan zijn begrip van die omgeving op dat moment.

Hiermee werd de valkuil gedempt en werd de situatie omgedraaid – het hulpverleningsaanbod werd nu aangepast aan het begrip en de (resterende) mogelijkheden van het kind. Doordat hij nu wel in interactie kon treden met zijn omgeving

werd verdere geestelijke ontwikkeling, na vijf jaar stilstand, alsnog mogelijk. Hoewel vertraagd, ging het kind een sensomotorische ontwikkeling doorlopen die grotendeels overeenkomt met die van een niet-gehandicapte baby en peuter.

Film 'Uit Eigen Kracht'

De gunstige resultaten uit de casestudy, die een sterke bevestiging vormden van de ontwikkelingstheorie, hebben de faculteit doen besluiten om dit vast te leggen in de vorm van een film, getiteld 'Uit Eigen Kracht'. Deze film wordt voor een gering bedrag verkocht door de mediatheek van het 'HET DOLHUYS, Museum van de Geest' in Haarlem.

De casestudy eigenheid is onderdeel geworden van mijn afstudeerspecialisatie, waarbij ik afgestudeerde op wat ik indertijd extreem individueel/extreem structureel benaderen heb genoemd.

Het fenomeen eigenheid

Mijn leven heeft, zoals bij veel mensen, mede in het teken gestaan van een (spirituele) zoektocht naar mijn persoonlijke eigenheid. Toch heb ik het belang en de betekenis van het fenomeen eigenheid pas echt leren kennen tijdens deze casestudy.

Hoewel het voor ieder mens (en levend wezen) belangrijk is om zich zoveel mogelijk te kunnen ontwikkelen vanuit deze uniek persoonlijke kern, bleek verdere geestelijke ontwikkeling voor dit kind alleen mogelijk (en daarmee noodzakelijk) bij een benadering en omgeving die perfect aansluiten bij zijn uniek persoonlijke eigenheid. Hoe hoger ons verstandelijk niveau, des te beter zijn we in staat ons aan te passen aan eisen en verwachtingen die verder afstaan van onze persoonlijke eigenheid.

Natuurlijk zelfcreërend/zelfgenezend vermogen

Voor mij is duidelijk geworden dat het natuurlijk zelfcreërende en zelfgenezende vermogen, dat overal in de natuur is terug te vinden, onlosmakelijk verbonden is met die persoonlijke eigenheid. In de aanpak van de casestudy is het kind feitelijk niets specifiek geleerd of getraind, we hebben alleen de benadering en omgeving steeds aangepast aan zijn begripsvermogen op dat moment.

In tegenstelling tot de periode daarvoor stonden we hem niet langer in de weg, maar werd zijn natuurlijke zelfcreërend/zelfgenezend vermogen van lichaam en geest juist ondersteund – waardoor hij zich na vijf jaar stilstand alsnog van binnenuit geestelijk verder kon ontwikkelen.

Deze casestudy heeft voor mij het belang van deze ondersteuning nog eens extra onderstreept als meest basale en cruciale aspect van individuele hulpverlening. Deze ervaring heeft me als hulpverlener ook geleerd kennis pas (intuïtief) uit de 'kennisrugzak' te halen op basis van (lichaams)signalen van de cliënt op dat moment en niet andersom – dus niet op basis van een vooraf gestelde diagnose en een behandelingsprotocol.

Mindfulness training

Doordat dit kind gedurende de situatie van de casestudy stoïcijns niet reageerde op datgene dat niet aansloot bij zijn persoonlijke eigenheid, heeft hij mij jarenlang voortdurend geconfronteerd met mijn eigen onbewuste (en maatschappelijk bepaalde) normen en

verwachtingen, waarmee ik zijn ontwikkeling feitelijk in de weg stond.

Om hem echt te kunnen helpen moest ik letterlijk alles loslaten en in volle aandacht, zonder doel, verwachting en oordeel, zuiver observeren. Hoewel mindfulness, als Boeddhistisch basis principe, al meer dan 2500 jaar oud is, was het in de jaren 70 in Nederland nog niet bekend als een belangrijke hulpverleningsstrategie. Zonder dit toen te beseffen, is deze casestudy achteraf gezien voor mij een zevenjarige training in mindfulness geweest.

Meditatieve hulpverlening

Het toepassen van mindfulness is in de hectiek van het dagelijks leven ook voor mij een moeizaam te bewandelen spirituele levensweg. Toch heb ik als hulpverlener/therapeut (tijdelijk) leren schakelen naar wat je (in tegenstelling tot meer rationeel gerichte hulpverlening) een vorm van meditatieve hulpverlening kunt noemen. Bij meditatieve hulpverlening worden kennis, ervaring en strategie tijdelijk geparkeerd.

Door via mindfulness technieken, in hier en nu, alle gedachten los te laten kom je meer bij jezelf, dichterbij je eigenheid, en daarmee automatisch juist ook meer in verbinding met de ander. Hierdoor heb je meer oog voor de lichaamssignalen waarmee je als hulpverlener beter in staat bent het zelfgenezend vermogen van de cliënt te ondersteunen. Mindfulness is in dit kader méér dan een bruikbare techniek voor de cliënt – bij (lichaamsgerichte) meditatieve hulpverlening is mindfulness een basaal uitgangspunt voor zowel therapeut/hulpverlener als cliënt.

Eigenheid, praktijk voor psychosociale therapie en levenswegbegeleiding

Na mijn afstuderen werd mij snel duidelijk dat ik als orthopedagoog meer therapeut ben dan wetenschapper en daarmee niet achter een bureau en computer wilde verdwijnen. Om zo onafhankelijk mogelijk te blijven ben ik via korte contracten, 'probleemprojecten' en uitzendbureaus in de hulpverleningspraktijk blijven werken. Op deze manier heb ik met deze vorm van meditatieve hulpverlening ervaring kunnen opdoen in verschillende richtingen van de hulpverlening.

Gaande weg merkte ik dat dit meditatief benaderen vanuit de eigenheid goed werkte in allerlei probleem situaties en dat ik mezelf hierin steeds beter kon bekwamen. Ik werd daarin bovendien geholpen door het beoefenen van mijn secundaire passie, het bewerken van hout – feitelijk een soort meditatieve arbeid.

Inmiddels ben ik vanaf 2012 als lichaamsgericht meditatief therapeut werkzaam in mijn eigen therapie praktijk. Ik combineer dit met het bewerken van hout – een combinatie van afwisselend werken met lichaam en geest die ik als bijzonder prettig en als elkaar goed aanvullend ervaar.

De therapeut en zijn achtergrond

Mijn naam is Sjaak Hauwert, ik ben van 1953.

Ik voltooide de studie orthopedagogiek in 1989 en startte, na afronding van de driejarige opleiding transpersoonlijke psychotherapie aan het Boswijk Instituut in 2012, als psychosociaaltherapeut/(ortho)pedagoog met mijn therapie praktijk.

Voor die tijd ben ik 23 jaar werkzaam geweest in de hulpverlening, en heb daarin een ruime ervaring opgedaan als groepsleider, (ortho)pedagoog en therapeut.



Wie ben ik verder als mens en therapeut en wat is mijn visie?

Hoewel ik in mijn leven via opleidingen, cursussen en workshops de nodige theoretische kennis heb opgedaan, beschouw ik mezelf op de eerste plaats als een praktisch, creatief en intuïtief mens. Mijn behoefte aan scholing en theoretische verdieping is altijd een aanvulling geweest op eigen praktische ervaring en inzicht, de praktijk is, zowel in mijn werk als in het dagelijks leven, altijd primair gebleven.

Passie

Mijn werkelijke passie en bestemming heb ik gevonden in de hulpverlening. In 1976 kreeg ik de kans zonder opleiding en ervaring te werken in een kinderdhuis voor kinderen met ernstige gedrags- en opvoedingsproblemen – aanvankelijk als vakantiekracht, maar kort daarop via een vaste aanstelling als groepsleider.

Achteraf gezien is dit gebrek aan kennis en ervaring zeker ook een voordeel geweest. Ik was hierdoor gedwongen uit te gaan van mijn eigen observatievermogen en intuïtie, wat goed uitwerkte en ook goed bij me past. De actuele praktijk gaf me hierbij steeds voldoende aanleiding en motivatie om me ook verder theoretisch te verdiepen – gaandeweg groeide mijn persoonlijke ‘hulpverleningsrugzak’.

Studie orthopedagogiek

Deze motivatie om mij op grond van mijn praktische ervaring in de hulpverlening ook verder theoretisch te verdiepen, was de belangrijkste reden om in deeltijd orthopedagogiek te gaan studeren. In dit geval aan de Universiteit van Amsterdam, juist hier omdat de studie zich hier o.m. baseert op de ontwikkelingstheorie. Kort samengevat houdt deze theorie in dat bij een adequate benadering ieder mens de mogelijkheid heeft zich geestelijk verder te kunnen ontwikkelen.

Hoewel ik in deze studie veel heb kunnen leren, was het toch ook een teleurstelling dat ook de wetenschap geen antwoord had op mijn vragen.

Mij baserend op deze ontwikkelingstheorie ben ik daarom zelf verder op zoek gegaan naar een meer adequate benadering, en ging ik naast mijn studie enkele diep-verstandelijk gehandicapten begeleiden in hun thuissituatie.

Casestudy eigenheid

In een van deze begeleidingssituaties ging het om een van de diep-verstandelijk gehandicapten met wie ik op een dagverblijf had gewerkt. Dit kind, een jongen van zes jaar

hadden we in de jaren daarvoor ondanks intensieve stimulering niets kunnen bieden dat bijdroeg aan zijn verdere geestelijke ontwikkeling – hij leek niet op zijn omgeving te reageren.

Deze begeleiding is vanaf 1979 gaandeweg uitgegroeid tot een zeven jaar durende casestudy. Dat deze casestudy op deze ‘wie ben ik pagina’ een belangrijke plaats inneemt komt voort uit het feit dat deze periode, achteraf gezien, een van de belangrijkste periodes in mijn leven is geweest – zowel voor mijn vorming als hulpverlener als voor mijn persoonlijke (spirituele) groei.

Hulpverleningsvalkuil voorzien

Vanuit mijn vertrouwen in de ontwikkelingstheorie was ik er van overtuigd dat ook dit kind zich geestelijk verder zou moeten kunnen ontwikkelen. Doordat ik absoluut niet wist hoe ik die verdere ontwikkeling zou moeten realiseren was ik feitelijk net als in de beginperiode in het kindershuis weer aangewezen op mijn eigen observatievermogen en intuïtie.

Los van de ‘kenniscultuur’ en relatieve grootschaligheid van het dagverblijf, kreeg ik in deze eenvoudige thuissituatie (enig kind in eenoudergezin) de kans om het kind geheel anders te benaderen dan daarvoor. Gaandeweg begon ik de hulpverleningsvalkuil te voorzien – dit kind is in het verleden altijd aangesproken op zijn onmogelijkheden in plaats van benaderd te worden vanuit zijn (resterende) mogelijkheden.

Via zeer intensieve participerende observatie ontdekte ik, vanuit lichaamstaal en oogbeweging, dat er toch wel enige reactie was op de buitenwereld. Naast basale en moeilijk waarneembare reacties (bijv. reageren op lichtstralen, bewegende objecten enz.) ging het ook om reacties die als ‘ongewenst gedrag’ in het verleden juist werden afgeremd of vermeden.

Vanuit eigen kracht/eigenheid

Het gaat te ver op deze plaats inhoudelijk dieper in te gaan op deze casestudy naar Eigenheid. Samengevat komt het er op neer dat we al deze subtiele eigen reacties op de buitenwereld consequent zijn gaan erkennen als uitingen van de persoonlijke eigen kracht of eigenheid – zoals ik het later ben gaan noemen – van het kind. Zonder doel of verwachting zijn we al deze reacties op een voor hem veilige manier gaan beantwoorden. Zowel de pedagogische begeleiding en verzorging als de gehele fysieke leefomgeving werd nauwkeurig aangepast aan zijn begrip van die omgeving op dat moment. Hiermee werd de valkuil gedempt en werd de situatie omgedraaid – het hulpverleningsaanbod werd nu aangepast aan het begrip en de (resterende) mogelijkheden van het kind. Doordat hij nu wel in interactie kon treden met zijn omgeving werd verdere geestelijke ontwikkeling, na vijf jaar stilstand, alsnog mogelijk. Hoewel vertraagd, ging het kind een sensomotorische ontwikkeling doorlopen die grotendeels overeenkomt met die van een niet-gehandicapte baby en peuter.

Film ‘Uit Eigen Kracht’

De gunstige resultaten uit de casestudy, die een sterke bevestiging vormden van de ontwikkelingstheorie, hebben de faculteit doen besluiten om dit vast te leggen in de vorm van een film, getiteld ‘Uit Eigen Kracht’. Deze film wordt voor een gering bedrag verkocht door de mediatheek van het ‘HET DOLHUYS, Museum van de Geest’ in Haarlem.

De casestudy eigenheid is onderdeel geworden van mijn afstudeerspecialisatie, waarbij ik afgestudeerde op wat ik indertijd extreem individueel/extreem structureel benaderen heb genoemd.

Het fenomeen eigenheid

Mijn leven heeft, zoals bij veel mensen, mede in het teken gestaan van een (spirituele) zoektocht naar mijn persoonlijke eigenheid. Toch heb ik het belang en de betekenis van het fenomeen eigenheid pas echt leren kennen tijdens deze casestudy.

Hoewel het voor ieder mens (en levend wezen) belangrijk is om zich zoveel mogelijk te kunnen ontwikkelen vanuit deze uniek persoonlijke kern, bleek verdere geestelijke ontwikkeling voor dit kind alleen mogelijk (en daarmee noodzakelijk) bij een benadering en omgeving die perfect aansluiten bij zijn uniek persoonlijke eigenheid. Hoe hoger ons verstandelijk niveau, des te beter zijn we in staat ons aan te passen aan eisen en verwachtingen die verder afstaan van onze persoonlijke eigenheid.

Natuurlijk zelfcreërend/zelfgenezend vermogen

Voor mij is duidelijk geworden dat het natuurlijk zelfcreërende en zelfgenezende vermogen, dat overal in de natuur is terug te vinden, onlosmakelijk verbonden is met die persoonlijke eigenheid. In de aanpak van de casestudy is het kind feitelijk niets specifiek geleerd of getraind, we hebben alleen de benadering en omgeving steeds aangepast aan zijn begripsvermogen op dat moment.

In tegenstelling tot de periode daarvoor stonden we hem niet langer in de weg, maar werd zijn natuurlijke zelfcreërend/zelfgenezend vermogen van lichaam en geest juist ondersteund – waardoor hij zich na vijf jaar stilstand alsnog van binnenuit geestelijk verder kon ontwikkelen.

Deze casestudy heeft voor mij het belang van deze ondersteuning nog eens extra onderstreept als meest basale en cruciale aspect van individuele hulpverlening. Deze ervaring heeft me als hulpverlener ook geleerd kennis pas (intuïtief) uit de ‘kennisrugzak’ te halen op basis van (lichaams)signalen van de cliënt op dat moment en niet andersom – dus niet op basis van een vooraf gestelde diagnose en een behandelingsprotocol.

Mindfulness training

Doordat dit kind gedurende de situatie van de casestudy stoïcijns niet reageerde op datgene dat niet aansloot bij zijn persoonlijke eigenheid, heeft hij mij jarenlang voortdurend geconfronteerd met mijn eigen onbewuste (en maatschappelijk bepaalde) normen en verwachtingen, waarmee ik zijn ontwikkeling feitelijk in de weg stond.

Om hem echt te kunnen helpen moest ik letterlijk alles loslaten en in volle aandacht, zonder doel, verwachting en oordeel, zuiver observeren. Hoewel mindfulness, als Boeddhistisch basis principe, al meer dan 2500 jaar oud is, was het in de jaren 70 in Nederland nog niet bekend als een belangrijke hulpverleningsstrategie. Zonder dit toen te beseffen, is deze casestudy achteraf gezien voor mij een zevenjarige training in mindfulness geweest.

Meditatieve hulpverlening

Het toepassen van mindfulness is in de hectiek van het dagelijks leven ook voor mij een

moeizaam te bewandelen spirituele levensweg. Toch heb ik als hulpverlener/therapeut (tijdelijk) leren schakelen naar wat je (in tegenstelling tot meer rationeel gerichte hulpverlening) een vorm van meditatieve hulpverlening kunt noemen. Bij meditatieve hulpverlening worden kennis, ervaring en strategie tijdelijk geparkeerd.

Door via mindfulness technieken, in hier en nu, alle gedachten los te laten kom je meer bij jezelf, dichterbij je eigenheid, en daarmee automatisch juist ook meer in verbinding met de ander. Hierdoor heb je meer oog voor de lichaamssignalen waarmee je als hulpverlener beter in staat bent het zelfgenezend vermogen van de cliënt te ondersteunen. Mindfulness is in dit kader méér dan een bruikbare techniek voor de cliënt – bij (lichaamsgerichte) meditatieve hulpverlening is mindfulness een basaal uitgangspunt voor zowel therapeut/hulpverlener als cliënt.

Eigenheid, praktijk voor psychosociale therapie en levenswegbegeleiding

Na mijn afstuderen werd mij snel duidelijk dat ik als orthopedagoog meer therapeut ben dan wetenschapper en daarmee niet achter een bureau en computer wilde verdwijnen. Om zo onafhankelijk mogelijk te blijven ben ik via korte contracten, ‘probleemprojecten’ en uitzendbureaus in de hulpverleningspraktijk blijven werken. Op deze manier heb ik met deze vorm van meditatieve hulpverlening ervaring kunnen opdoen in verschillende richtingen van de hulpverlening.

Gaande weg merkte ik dat dit meditatief benaderen vanuit de eigenheid goed werkte in allerlei probleem situaties en dat ik mezelf hierin steeds beter kon bekwamen. Ik werd daarin bovendien geholpen door het beoefenen van mijn secundaire passie, het bewerken van hout – feitelijk een soort meditatieve arbeid.

Inmiddels ben ik vanaf 2012 als lichaamsgericht meditatief therapeut werkzaam in mijn eigen therapie praktijk. Ik combineer dit met het bewerken van hout – een combinatie van afwisselend werken met lichaam en geest die ik als bijzonder prettig en als elkaar goed aanvullend ervaar.