

stroom

tijdschrift voor gezondheidszorg geïnspireerd door antroposofie |

Antropo Sana
onze gezondheid onze zorg

Themanummer Autisme

Autisme vraagt om
objectieve liefde | 6

Muziektherapie
creëert veiligheid | 12

Autistische mensen
zijn creatiever | 18



Stroom geeft het woord aan... Ria Mathijssen. Ria (1932) is de moeder van Sascha (1971). Sascha is zwaar autistisch en woont in Breidablick, een antroposofische woon- en werkgemeenschap in Middenbeemster voor mensen met een verstandelijke beperking.

Tekst | Petra Essink Fotografie | Heidi Arts

'In mijn jonge jaren, voordat ik kinderen kreeg, werkte ik als tekstschrijver en journalist. Ik was geïnteresseerd in filosofie en religie omdat ik wel eens wilde weten wat nu de zin van het leven was en hoe dat zit met al die verschillende godsdiensten. In die zoektocht stuitte ik op het werk van Steiner. Het antroposofische mensbeeld met al die verschillende lagen was voor mij te ingewikkeld, maar de opvatting dat in ieder mens, hoe zwaar gehandicapt ook, altijd een gave ziel schuilt, met een opdracht en een bestemming, sprak mij aan. Toen al dacht ik: 'Als ik ooit een gehandicapt kind krijg, moet ik bij de antroposofen zijn.' Wij adopteerden Sascha toen hij vijftien maanden oud was. Toen we hem gingen ophalen bij de toenmalige nonnen in Halfweg, keek hij me één moment ongelooflijk doordringend aan. Ik was diep onder de indruk. Vervolgens wendde hij zijn blik af, ongeveer tot aan zijn vijfde. Daarna was er sporadisch oogcontact. Het was heel moeilijk, hij wurmde zich continu uit mijn armen en had de ene na de andere agressieve aanval van autistische paniek. Een kinderarts in het Wilhelminagasthuis voorspelde ons dat hij nooit zou leren praten. 'Oh nee?!', dacht ik. 'Én geadopteerd, én zwaar gestoord én niet kunnen praten, dat kan niet. Hij zal leren praten! Al komt de onderste steen boven.' Ondanks de kleine succesjes die we boekten, zag ik toen Sascha negen was in dat hij te zwaar gestoord was om thuis te kunnen blijven wonen. We klopten aan bij diverse antroposofische zorginstellingen, maar tot onze teleurstelling werd hij afgewezen wegens 'te zware problematiek'. Uiteindelijk wilde, tot onze enorme opluchting, Zonnehuizen in Zeist de uitdaging met Sascha aangaan. In de loop der jaren zag ik bevestigd dat ze, in alles wat ze deden, probeerden om contact te maken met Sascha's gezonde stuk, noem het 'ziel'. Het strakke en voorspelbare dagritme van de instelling deed hem goed. Hij ging naar een intern schooltje waar ze hem heel veel hebben kunnen bijbrengen. Dat bleek bijvoorbeeld



Om de an
ete

uit de mooie plafondschildering van auto's die hij op een onbewaakt ogenblik maakte, nadat de leerkracht had verteld over Michelangelo en diens plafondschilderingen.

Toen hij volwassen werd verhuisde Sascha naar Breidablick. In de vijftientig jaar die hij er nu woont heeft hij ongelooflijke stappen gezet. Bij Breidablick streven ze ernaar iedereen zinvol werk te laten doen. Sascha werkte op het land, in de stal, in de keuken en in de pottenbakkerij en op dit moment in de werkplaats. Hij gaat iedere dag met plezier naar zijn werk. Daarnaast heeft hij wekelijks muziekles, hij blijkt een absoluut gehoor te hebben en produceert ontroerend mooie klanken op zijn viool.

Sascha en ik zijn in de loop der tijd sterk aan elkaar gehecht geraakt. Samen met 'de sofes' heb ik hem helemaal binnen-

stebuiten getrokken, en hij heeft het toegelaten. Hij heeft de nuttige en leuke kanten ontdekt van het een beetje bij de mensen horen. Maar ik heb niet het eeuwige leven en dus is het tijd om mijn zoon los te laten. En hij mij. Daar helpen de mensen van Breidablick ons bij. Omdat het beter is hem niet meer thuis te ontvangen, bezoek ik hem om de andere zondag. Dan eten we een kroketje in de snackbar. Na afloop zet hij de lege bakjes netjes op het dienblad en brengt ze naar de balie. Ik ben ongelooflijk trots op hem.

s | Ria Mathijssen verwerkte de ervaringen met haar zoon in twee boeken *De jongen die uit de lucht kwam vallen* (1996) en *VOLOV* (2010)



ndere zondag
n we een kroketje



Noodlanding

Stel je voor: je maakt een noodlanding in een onbekend land aan de andere kant van de wereld. Het blijkt een plek waar je niets te zoeken hebt. Je spreekt de taal niet en de omgangsvormen zijn je vreemd. Alles komt onverwacht en de verbanden en de redenen van gebeurtenissen die daar plaats vinden ontgaan je volledig. Je voelt geen 'basis' of 'thuishaven'. Geen enkel aanknopingspunt. Het maakt je zenuwachtig. Het enige wat je kunt doen is wat wezenloos en onzeker glimlachen.

Zo ongeveer kun je, volgens de deelnemers aan het onderzoek *Mensen met autisme beter leren kennen**, de 'schrijnende vervreemding van oorsprong en doel' beschrijven die karakteristiek is voor autisme.

'Kinderen met autistische problematiek komen in toenemende mate met bosjes uit de lucht vallen,' constateert kinderarts Edmond Schoorel in een interview in deze Stroom, waarin autisme centraal staat. Volgens hem hebben autistische kinderen twee belangrijke dingen nodig. Het ene is: honderd procent betrouwbaarheid. Dus ouders en verzorgers *die doen wat ze zeggen en zeggen wat ze doen*. Het andere: de onsentimentele objectieve liefde van ten minste één persoon die zegt: 'Ik ga gewoon voor jou, omdat ik nu eenmaal een bondje met je heb'. Met deze 'verzorging', die om een groot uithoudingsvermogen vraagt, kunnen, als je geduld hebt, wonderen gebeuren. Het verhaal van Ria Mathijssen en haar zoon Sascha op de vorige pagina's laat dat zien.

Volgens Schoorel komen kinderen met autisme onze wereld, 'die in feite schreeuwt om objectieve betrokkenheid tussen mensen', ons iets belangrijks leren. Ze stellen conventionele, hier en daar door de tijd flink uitgeholde omgangsvormen op de proef, en laten ons nieuwe manieren van omgaan met elkaar ontdekken. PE

sl * *Mensen met autisme beter leren kennen*, N. Niemeijer en E. Baars, 2003

Colofon

12e jaargang, nr. 1, winter 2016

Redactie Petra Essink (hoofdredactie), Marjolein Doesburg-van Kleffens (bestuur), Kalle Heesen en Guido Smeding (gastauteurs)

Correcties Hendrik Maryns

Redactiesecretariaat Boslaan 15, 3701 CH Zeist

Vormgeving Gerda Peters, www.fingerprint.nl

Drukwerk Zijlstra, Woerden

Oplage 6.500 exemplaren

ISSN 2012-5744

Kopijsluiting 24 maart 2016

Advertenties advertieren@antroposana.nl, 06 486 237 41

Redactie tijdschrift redactiestroom@antroposana.nl

Vragen Antroposana antroposana@antroposana.nl, flexisgroep.nl, (020) 62 60 628

Overige vragen info@antroposana.nl

of bel: (085) 77 31 440, di-wo-do 11-14 u

Bestuur Antroposana Hans Bastianen (penningmeester), Andreas Reigersman (alg. bestuurder/verzekeringen), Wieneke Groot en Marjolein Doesburg-van Kleffens

Office manager Mirjam van Groenestein
Stroom wordt verzonden in afbreekbaar biofolie, mede gefinancierd door Zijlstra Drukwerk



© 2015, alle rechten voorbehouden

Stroom is het tijdschrift van Antroposana, landelijke patiëntenvereniging antroposofische gezondheidszorg. Secretariaat: Boslaan 15, 3701 CH Zeist, (085) 77 31 440, di-wo-do 11-14 uur, leden@antroposana.nl, www.antroposana.nl.

Het lidmaatschap van de vereniging, inclusief een abonnement op Stroom, kost € 35,- per jaar. Het lidmaatschap loopt per kalenderjaar en wordt steeds stilzwijgend met een periode van een jaar verlengd. Opzegging schriftelijk aan bovenstaand adres vóór 25 december.

Disclaimer De inhoud van alle uitingen van Antroposana, landelijke patiëntenvereniging antroposofische gezondheidszorg, zoals website, tijdschrift, brochures, posters, folders, banners en dergelijke, is met de grootst mogelijke zorg samengesteld onder eindverantwoordelijkheid van het bestuur van de vereniging. Deze uitingen beogen bij te dragen aan de realisering van de doelstellingen van de vereniging Antroposana.

Het bestuur van Antroposana kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele, buiten haar schuld ontstane, onjuistheden en evenmin voor de gevolgen van het gebruik van de inhoud.

Het bestuur wijst eveneens elke aansprakelijkheid van de hand voor bijdragen van derden, of voor de inhoud of het functioneren van informatiebronnen waarnaar wordt doorverwezen.





Help, mijn geliefde is een autist!?

Column | Guido Smeding

In mijn therapiepraktijk werk ik met enige regelmaat met paren in crisis. Daarbij komt het niet zelden voor dat één van de partners veronderstelt dat de ander, meestal de man, 'autistisch' is. De behoefte aan contact en wederkerigheid, aan 'begrepen worden' heeft voor één van beiden, meestal de vrouw, een hoge urgentie gekregen en er wordt naarstig geprobeerd om de partner in zijn gedrag 'te begrijpen'.

Emoties laten ons gemakkelijk verdwalen in het mistige niemandsland tussen 'autistische trekjes' en écht autisme. Zeker in de hedendaagse partnerrelatie, waar je gelijkwaardigheid en wederkerigheid verwacht, is het uitermate pijnlijk wanneer je je partner niet kunt bereiken en leeft met vervreemding en onvervulde behoeften.

Hoezeer de mens 'een relationeel wezen' is, ondervind ik vooral in de setting van relatietherapie: ons persoonlijke welzijn en wat we daardoor menselijkerwijs kunnen ontwikkelen, komt in de knel bij gebrek aan kwaliteit in onze intieme verbinding(en). Om deze kwaliteit in partnerrelaties te bereiken is het nodig dat beide partners kunnen 'instappen'; dat er een diepgemeend wederzijds 'ja' is. En dit laatste is precies het probleemgebied voor 'de autist': hij of zij ervaart een onvermogen om 'ja' te zeggen tegen menselijke verbindingen en het aardeleven. In antroposofische woorden zeggen we dat het 'Ik-wezen' van de autistische mens (deels) blijft hangen voor een onzichtbare drempel en zodoende in een 'niet aardse tussenwereld' leeft. In deze 'tussen wal en schip' situatie is de psyche/ziel vaak vol angst en voortdurend op zoek naar hou-

vast en rust. De persoonlijke ontwikkeling verloopt hierdoor trager en 'taal en gebaar van het sociale verkeer' worden niet of moeizaam begrepen en ontwikkeld.

Als je in een intieme relatie 'begrijpt' dat je partner moeite heeft met verandering, met initiatieven, met aanraking en niet of nauwelijks naar jou uitreikt –omdat- hij (of zij) 'autistisch is', dan verzacht dit ieder geval de gevoelens van afwijzing en falen die de situatie tenminste in één van beiden oproept. De vraag in de partnerrelatie 'anno nu' is vervolgens hoe je met de gegeven situatie kunt omgaan.

Daarnaast kun je je afvragen wat wij als mens in de ontmoeting met autisme kunnen ontwikkelen; wat leert autisme ons over menszijn en relatie?

Wetenschappers stellen wel dat autisme is als 'een doorgeschoten variant' van het manlijke brein: het 'vrouwelijke vermogen' om gevoel en gedachten in de ziel te herkennen en te verwoorden ontbreekt, waardoor de zelfkennis die nodig is om de ander te begrijpen zich niet ontwikkelt.

Is het misschien geen toeval dat juist in de grote mensheids-crisis van de tweede wereldoorlog het verschijnsel autisme onderkend en in kaart gebracht werd? In de naoorlogse individualistische wereld zijn inlevingsvermogen en 'begrip van de ander' immers meer dan ooit voorwaarden voor het overleven van mens en aarde.

s | Guido Smeding, antroposofisch psycholoog
en psychosociaal hulpverlener

Als de dagelijkse dingen



Hoe kijkt een antroposofische kinderarts aan tegen de forse toename van het aantal kinderen bij wie de diagnose autisme wordt gesteld? Wat verstaat hij eigenlijk onder autisme? En hoe ziet een antroposofische autismebehandeling er uit?

Aan wie kunnen we deze vragen beter stellen dan aan Edmond Schoorel, kinderarts bij het Kindertherapeuticum te Zeist, een multidisciplinair antroposofisch diagnose- en behandelcentrum voor kinderen. *Tekst | Petra Essink Fotografie | Mathijs IJsseldijk en Shutterstock*

niet vanzelfsprekend zijn

Wat is autisme?

'Autisme is nooit simpel', antwoordt Schoorel op de vraag hoe autisme antroposofisch gezien in elkaar steekt. 'Een Engelse autismedeskundige schreef: *'Als je een kind hebt ontmoet met autisme, heb je een kind ontmoet met autisme'*. Een geweldige uitspraak vind ik, want hiermee geeft hij aan dat autisme helemaal niet bestaat. In de reguliere geneeskunde werkt men met lijsten met kenmerken van autisme. Als er voldoende daarvan staan aangevinkt stelt men de diagnose autisme. Wat opvalt is dat al die kenmerken nooit allemaal bij iedereen aanwezig zijn. Het is niet zo dat kinderen met autisme je *nooit* aankijken. Het is ook niet zo dat ze *nooit* lichamelijk contact maken of dat ze *allemaal* overgevoelig zijn voor tastindrukken. Het is nooit allemaal waar en daarom is het niet zo makkelijk om iets algemeen te zeggen over autisme. En dat zal ik toch wel moeten,' zegt Schoorel lachend, 'want anders wordt dat niks met jullie themanummer.'

Blind voor het sociale

Schoorel: 'De problematiek waar een autist zijn leven lang mee zal worstelen kun je samenvatten in de zin: *hoe moet ik mij gedragen tussen de mensen?* Ik zal uitleggen waarom.' Grappend voegt hij toe: 'Zet je even schrap, want ik ontkom er waarschijnlijk niet aan dat mijn verhaal een wat lezingachtig karakter krijgt: 'Als mens moet je op aarde komen. Wat zo veel wil zeggen als dat je je thuis gaat voelen op de plek waar je bent geboren. Dat thuisvoelen heeft alles te maken met het verwerven van een moedertaal en het 'absorberen' van de omgangsvormen van een cultuur. Die taal en die omgangsvormen bestaan uit verbale en vooral ook een heleboel non-verbale gewoontes. Al die gewoontes, alle onuitgesproken afspraken over *hoe we het hier doen*, zoals wat we bedoelen als we onze wenkbrauwen optrekken of juist fronsen, hoe we iemand uitzwaaien of begroeten, zitten antroposofisch

gezien verankerd in het zogenaamde *etherlichaam*, dat ook wel eens *gewoontelichaam* wordt genoemd. Vanuit de werkzaamheid van dit 'lichaam' zijn we in staat om, als vanzelfsprekend, onze relaties te onderhouden. Het weefwerk van het etherlichaam geeft je de mogelijkheid je veilig te voelen tussen je medemensen. Het is de veroorzaker van het nestgevoel. Het gaat bij het etherlichaam om de onuitgesproken, niet-emotionele dingen die bepalen of je je ergens op je gemak voelt. En dat is nou net wat autisten zelden voor elkaar krijgen: zich op hun gemak voelen.'

Wat zijn hier de afspraken?

'Ieder mens kent momenten van autisme. De meest zelfverzekerde persoonlijkheid kan op een chique receptie in verwijfeling raken of de kleding die hij draagt wel passend is, of hij zich eerst moet voorstellen aan de gastvrouw of dat hij toch alvast een drankje kan nemen? De meeste mensen kennen de ervaring dat je je 'heel autistisch' kunt gaan gedragen in dit soort situaties, bijvoorbeeld door stomme dingen te gaan zeggen. Wat ik hiermee duidelijk wil maken is dat wij allen ergens in het autistische spectrum zitten.

Antroposofisch bezien vertaal ik het probleem zo: bij iemand met autisme is er geen (of een hele dunne) verbinding tussen zijn Ik (of zelfbewustzijn) en zijn etherlichaam.

Bij een 'kernautist' die geen verbinding kan maken met zijn etherlichaam, zijn dit soort ervaringen aan de orde van de dag. In bijna iedere ruimte waar hij binnen komt heeft hij het angstige gevoel: waar ben ik, wat zijn hier de afspraken en hoe moet ik mij gedragen? Hij leeft in de voortdurende onzekerheid over wie hij is en wat hij moet doen.

Soms wordt dat angstige ongemak te groot en zoekt het een uitweg in dwangmatig, vaak repetitief, prikkelzoekend gedrag. Soms worden ze boos en agressief. Andere kenmerken die op de afvinklijstjes voor autisme staan zijn: overgevoelig-

heid voor geluid, tastindrukken, geuren of visuele prikkels. Autistische kinderen zijn ook zeer stemmingsgevoelig en daardoor altijd op hun hoede. Ze nemen feilloos waar hoe je als ouder of begeleider in je vel zit. Een vorm van helder-voelendheid of helderziendheid komt veel voor bij autisten.'

Tijd opknippen tot ruimte

Op de vraag wat het voor ouders betekent om een autistisch kind te hebben antwoordt Schoorel: 'Het verzorgen of begeleiden van een autistisch kind is een heidens karwei. Het appel aan de betrouwbaarheid van de opvoeders is hoog. Deze kinderen eisen: *doe wat je zegt en zeg wat je doet*. Om te beginnen moeten ouders zorgen voor een structuur die zo verschrikkelijk vanzelfsprekend, voorspelbaar en herkenbaar is, dat het voor henzelf, de niet-autistische broers en zussen en andere kinderen erg saai is. In de ideale wereld voor iemand met autisme is het is nooit zaterdag en zondag en ook niet Sinterklaas, want feestdagen zijn een drama. De vakantie kun je het best afschaffen en er kunnen maar beter ook geen mensen dood gaan. Alles wat anders is dan ze gewend zijn geeft problemen. Het werkt goed om de dag in stukjes te hakken door die te visualiseren met pictogrammen. Met die plaatjes van de dagelijkse bezigheden knip je de stroom van de tijd in ruimtelijke blokjes. Een geniale uitvinding!', roept Schoorel enthousiast, 'Want daarmee geef je ze houvast in de fysieke wereld. Ze begrijpen niets van de tijdsprocessen die zich voltrekken in hun etherlichaam. Helaas heeft iemand bedacht dat picto's lelijk moeten zijn. Wij adviseren de ouders om de plaatjes zelf te tekenen; dan zitten hun ziel en aandacht erin. De kinderen pikken dat op. Iets anders is dat je altijd alert moet zijn op je taalgebruik:

overdrachtelijke taal is niet besteed aan deze kinderen. Je moet in de communicatie vaak vertragen om te checken of je kind je nog volgt.'

Objectieve liefde

Er is nóg een uitdaging voor de naasten. Die ligt op het leren onderscheiden van subjectieve en objectieve liefde. Schoorel: '*Ik hou van jou en jij van mij en daarom ben ik lief voor jou en jij voor mij*, werkt niet bij autistische kinderen. En hoewel ze er vaak heel mooi uitzien, zijn ze meestal helemaal niet leuk, lief of knuffelbaar. Soms komt er iets terug wat lijkt op affectie, maar meestal pas veel later of op een manier die anders is dan je gewend bent of verwacht. Wil je blijven houden van je kind met autisme, wil je het in je hart dragen, dan moet je in jezelf een heel nieuwe laag aanboren. Een laag waarin je snapt dat je de liefde voor dit kind alleen op een hele objectieve en onvoorwaardelijke manier kunt onderhouden. Eigenlijk kan dat alleen vanuit het gevoel: 'Och kind, wat een klus voor jou om hier te zijn. En wat is het een voorrecht om jou hier een plek te mogen geven.' Dit soort mededogen vraagt om een spirituele visie. Autistische kinderen blijven altijd voor een stukje in de hemel. In de ontmoeting met zo'n kind heb je dus te maken met een stukje hemel op aarde. Als ik dat aan ouders kan uitleggen ben ik blij. Het feit dat je een niet volledig geïncarneerd mens aantreft, maakt dat je de hemel een plek moet geven in je wereldbeeld. Als je dat niet doet, moet je je zien te redden met een kind dat 'gewoon' een handicap heeft. Dat kan enorm teleurstellend zijn. Soms dient zich in het leven van een autistisch kind iemand aan, een opa, een oudere broer of een persoon die iets verder weg staat, die met een volstrekt onsentimentele maar on-

*Wil je blijven houden van je kind met autisme,
wil je het in je hart dragen,
dan moet je in jezelf
een heel nieuwe laag aanboren*

voorwaardelijke trouw gaat voor het kind. Niet vanuit opofferingsgezindheid, maar vanuit een vanzelfsprekend gevoel van 'wij hebben samen een bondje'. Kinderen voelen die trouw en kunnen daardoor stappen zetten, die alle verwachtingen te boven gaan. Ik noem zo'n band een karmische lotsverbintenis. Als je zo iemand vindt, die het kind kan meenemen op zijn route naar de aarde, is dat goud.'

Perspectief

'Zwaar autistische kinderen gedijen in hun volwassen leven het best in een gemeenschap met een hoog gehalte aan structuur: een zorgboerderij of een werkplaats. Als hen voldoende veiligheid geboden wordt, kunnen er in de loop van hun leven allerlei kleine wonderen gebeuren. Veel van deze kinderen vallen voor de techniek. Dat is heel mooi, ze kunnen daar bevredigend werk in vinden. Maar er is ook een risico aan verbonden, namelijk dat ze erin 'verdwijnen' en dat ze het intermenselijke helemaal kwijtraken.'

De meeste mensen kennen tegenwoordig wel iemand met een diagnose in het autistisch spectrum. Is er een verklaring voor de enorme toename van deze 'aandoening'?

Schoorel: 'Deze vraag kun je vanuit verschillende gezichtspunten beantwoorden. Het klopt dat het aantal mensen met aan autisme verwante stoornissen (Asperger, PDD-NOS, etc.) met bosjes uit de lucht komt vallen.

Aan de ene kant kun je de oorzaak zoeken in de wereld: we leven in een op hol geslagen maatschappij, die voor steeds meer mensen te snel, te onvoorspelbaar, te chaotisch, te uitdagend is en die te veel eigen initiatief en zelfwerkzaamheid vraagt. Kinderen met enige vorm van autistische aanleg vallen daarom snel door de mand en krijgen het label autisme. Twintig jaar geleden was dat nog niet zo. Je kunt daarom zeggen dat onze maatschappij autisten creëert. Als je vanuit een weidser, spiritueel perspectief naar onze wereld kijkt, waar in toenemende mate 'iedereen met iedereen vecht', beseft je dat er in feite geschreeuwd wordt om 'objectieve betrokkenheid tussen mensen'. Die betrokkenheid hoeven we niet te verwachten vanuit de politiek of het politieapparaat. Ik ben ervan overtuigd dat autistische kinderen onze cultuur iets belangrijks komen brengen. Iets wat we echt nodig hebben om samen 'geheeld' te worden.'

Autisme en het Kindertherapeuticum

Het Kindertherapeuticum werkt niet met afvinklijsten. Schoorel: 'Wij geven een beschrijvende diagnose en formuleren wat het kind nodig heeft om verder te komen in zijn ontwikkeling. Daarbij sluiten we altijd aan bij waar het kind is. Wij zien niet veel in behandelprotocollen. Die zitten de ontwikkeling van een kind alleen maar in de weg. Je kunt niet voorspellen wat de ontwikkeling van een kind zal zijn. Waar het op aankomt is dat je als therapeut geen gelegenheid voorbij laat gaan om het kind een stap te laten zetten. Dat vraagt om een grote sensitiviteit. Als je een te grote stap verwacht dan krijgt het kind een terugval. Als je een te kleine stap zet, dan heb je een kans gemist.

Alle therapieën in het Kindertherapeuticum zijn bedoeld om verbinding tussen het Ik en het etherlichaam uit te lokken en te versterken. Als dat lukt is er ontwikkeling, met als resultaat dat de ziel rust krijgt.'



Edmond Schoorel, kinderarts



tandartsenpraktijk
Aesculus Cortex

Reguliere en antroposofische tandheelkunde.
Aanvullend antroposofisch consult mogelijk.

Aandachtig - Antroposofisch

www.tandartsborm.nl
Peter Borm

info@tandartsborm.nl Burgemeestersplein 13A
026-3515648 6814 DM Arnhem



'Slapen op puur natuur
en morgen gezond weer op.'

BedAffair is dé nieuwe on- en offline ecologische
beddenspecialzaak met 100m2 showroom in Amsterdam-IJburg
waar u uitgebreid kunt proefliggen en wij u graag persoonlijk
adviseren.

BedAffair biedt u een complete collectie eco slaapproducten,
voor zowel volwassenen als kinderen, die gemaakt zijn van puur
natuurlijke materialen en dus goed zijn voor uw gezondheid. Onze
matrassen en massief houten ledikanten worden op ambachtelijke
wijze in Nederland & Duitsland voor u vervaardigd van de meest
zuivere, puur natuurlijke materialen.

**Matrassen zijn al verkrijgbaar
VANAF € 435,- (90X200 cm)**

**Massief houten 2-persoons ledikanten
verkrijgbaar VANAF € 807,- (140X200 cm)**

**Babymatrassen verkrijgbaar
VANAF € 169,- (60X120 cm)**

Woonwarenhuis Design 020
Pedro de Medinalaan 89-91, 2e etage
1086 XP Amsterdam-IJburg
(gratis parkeren!)

T. 020 - 303 1179
E. info@bedaffair.nl
W. www.bedaffair.nl

**5% korting op alle matrassen
met actiecode Stroom2015**



Alle denkbare zijdezachte
merinowollen basis- en
onderkleding voor het hele gezin

Wij produceren de bekende Coconellezijden
onderkleding tegenwoordig in Nederland.

www.schaapjeschaapje.nl



PURE EN EERLIJKE PRODUCTEN

**BIO LOGISCH VOOR DIER,
PLANT EN BODEM**

www.bio-ron.com • info@bio-ron.com • 0525-656795



**zon en aarde
die ons dit schenken**

**BEZORG
DIENST**

Estafette de biologische eetwinkel kiest voor
100% biologisch en eerlijke prijzen!
Ontdek ons in: Alkmaar, Amersfoort, Amsterdam (Bos en Lommer,
Ceintuurbaan, Zeeburg, Westerpark), Arnhem, Bergen, Breda, Delft,
Den Haag, Dordrecht, Driebergen, Ede, Maastricht, Nijmegen,
Utrecht en Zutphen. Kijk op www.estafettewinkel.nl

De bijdragen van de antroposofische gezondheidszorg aan de behandeling van mensen met kanker

Binnen de antroposofische gezondheidszorg is altijd veel aandacht voor de behandeling van mensen met kanker geweest. Niet in de laatste plaats vanwege de specifieke behandeling met mistelpreparaten. In Europa bestaan verschillende antroposofische ziekenhuizen waar een geïntegreerde reguliere en antroposofische behandeling ('Integrative Oncology') aan patiënten wordt aangeboden. Één daarvan is het 'Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe' in Berlijn (www.havelhoehe.de) die inmiddels door de Duitse 'Krebsgesellschaft' gecertificeerd is voor de behandeling van mensen met darmkanker en mensen met borstkanker. In Nederland wordt de antroposofische behandeling met name in de eerstelijnsgezondheidszorg door huisartsen, therapeuten en verpleegkundigen gegeven.

Onderzoek

Inmiddels komt er ook steeds meer onderzoek naar de antroposofische behandeling. In Nederland en Duitsland wordt gewerkt aan het beschrijven en testen van zogenaamde multimodale therapieën. Hierbij wordt een geïntegreerde behandeling aangeboden, die niet alleen gericht is op het verminderen van de tumor, maar ook op bijvoorbeeld het versterken van het zelfherstellend vermogen, het beter leren omgaan met het feit dat iemand kanker heeft, de behandeling van extreme vermoeidheid, slapeloosheid en/of de bijwerkingen van de reguliere behandeling (zoals chemotherapie of bestraling).

In Duitsland is door het Forschungsinstitut Havelhöhe in Berlijn het Netwerk Onkologie (www.fih-berlin.de/netzwerk-onkologie.html) opgericht om zoveel mogelijk gegevens van antroposofisch behandelde patiënten met kanker, inmiddels

- Het lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg (AG) aan Hogeschool Leiden verricht sinds 2008 praktijkonderzoek op het terrein van de AG. Het lectoraat helpt daarmee om de AG zorgpraktijk (a) verder te ontwikkelen, (b) wetenschappelijk te verantwoorden, (c) verantwoorde communicatie over AG mogelijk te maken, (d) de integratie met de reguliere gezondheidszorg optimaal mogelijk te maken, en (e) de AG opleidingen inhoudelijk te ondersteunen. Het lectoraat heeft momenteel 11 medewerkers en werkt samen met (inter)nationale partners en financiers binnen en buiten de AG.

s | www.hsleiden.nl/antroposofische-gezondheidszorg

zijn dat er 15.000, (geanonimiseerd) in kaart te brengen. Sinds vorig jaar wordt aan dit project ook door het lectoraat AG van Hogeschool Leiden en de Nederlandse Vereniging van Antroposofische Artsen (NVAA) bijgedragen. Tenslotte is er steeds beter onderzoek naar de veiligheid en effecten van de mistelbehandeling, met goede resultaten. Zo is onder meer aangetoond dat bij mensen met ernstige alvleesklierkanker de mistelbehandeling de kwaliteit van leven kan vergroten en de levensduur kan verlengen.

s | *Literatuur:* Tröger, W., Galun, D., Reif, M., Schumann, A., Stanković, N., & Milićević, M. (2014). *Quality of life of patients with advanced pancreatic cancer during treatment with mistletoe*. *Deutsches Arzteblatt international*, 111(29-30), 493-502.

IJkema, K., Bruin, A. de (2014). *Een goed idee... in de praktijk, Het organiseren van diagnose gebonden zorg in de eerstelijns multidisciplinaire antroposofische gezondheidszorg* (handboek).



Muziek

Fijngevoeligheid opent deuren

Het therapeutisch helpen en begeleiden van autistische kinderen vraagt om een heel precieze en subtiele afstemming. De ervaring heeft geleerd: alleen als ze zich veilig en geaccepteerd voelen lukt het hen om, soms verrassende, sprongetjes te doen in hun ontwikkeling. Bijna altijd onverwacht. Iedere therapie heeft zo zijn manier om die 'finetuning' tot stand te brengen. Hieronder vertellen een muziektherapeut, een sensomotorische integratie (SI-) therapeut en een orthopedagoog hoe zij autistische kinderen uitdagen stapjes te zetten in de voor hen uiterst ingewikkelde wereld van het intermenselijke contact.. *Tekst | Kalle*

Heesen Foto's | archief Kindertherapeuticum

woont in de hemel

'Kinderen met autisme wonen nog een beetje daar', muziektherapeut Anne Margreet Muller wijst omhoog, 'de vraag die aan mij gesteld wordt als kinderen hier komen is of ik ze een beetje uit de hemel los kan peuteren en mee kan nemen naar de aarde.'

Muziektherapie is in het kindertherapeuticum één van de eerste behandelingen die een jong kind met autisme kan volgen. Het wordt hier gegeven door muziektherapeut Anne Margreet Muller. Na jarenlang als docent op de vrije school te hebben gewerkt, is de nu éénnenzestigjarige Anne Margreet zeven jaar geleden begonnen in Zeist bij het Kindertherapeuticum. Hoewel ze zowel de opleiding tot muziektherapeut als beeldend therapeut had gevolgd, was wat haar betreft de stap naar muziektherapie niet van tevoren gepland: 'Sommige dingen gebeuren gewoon. Er werd opvolging gezocht en ik kende degene die hier werkte'.

Dat voor kinderen met autisme haar muziektherapie vaak de eerste behandeling is, is volgens Anne Margreet niet gek: 'Ook muziek woont in de hemel. Daarom zingen moeders altijd voor hun baby's. Vooral voor kinderen met autisme is muziek ook op latere leeftijd nog hun ingang. Vanuit de muziek probeer ik ze dan langzaam mee te nemen richting de aarde.'

De reis die Anne Margreet en een kind samen maken, gaat niet via een vastgestelde route: 'Ik heb heel wat plannen en ervaring in mijn rugzak, maar als een kind binnenkomt ga ik eerst op zoek naar zijn enthousiasme. Weet hij nog wat we de vorige keer hebben



gedaan? Wat vond hij leuk? Meestal weten kinderen uiterst scherp wat ze nodig hebben. Wat ik doe is ze het vertrouwen geven dat ze dat inderdaad weten. Van daaruit ontstaan de dingen vanzelf. Ik zoek hoe ik ze meer in het luisteren kan krijgen, en hoe ik voorzichtig toch contact met ze kan maken.'

Hoe breed muziektherapie is, is nauwelijks te beschrijven. Naast dat het een ingang is om contact te maken, bevat muziek ritme. Omdat ritme een vorm is van tijd, kun je daarmee de verbinding maken met het etherische lichaam. Die verbinding maken is essentieel in de behandeling van autistische kinderen. Daarnaast heeft muziek de eigenschap dat een toon weg is nadat die gespeeld is. Of de toon 'goed' of 'fout' was, is nooit meer te achterhalen. Dat geeft veel kinderen een gevoel van veiligheid.

Ook de 'eerlijkheid' van een instrument – zoals jij speelt zal de toon worden – kan een veilig gevoel geven, maar dat heeft ook een andere kant: 'Ook je lichaam is een instrument', legt Anne Margreet uit, 'en vooral voor autistische kinderen kan dat nog wel eens een beetje eng zijn omdat ze niet verbonden zijn met hun lichaam. Op een snaarinstrument tokkelen is dan een eerste stap. Daarna kun je een lange strek maken. Dat levert een mooie volle toon op, maar daarvoor moet je wel durven 'ademen'. Je moet je groot durven maken en je moet de ruimte durven innemen.'

Muziek kan, naast therapeutisch, volgens Anne Margreet ook goed ingezet worden in het dagelijkse leven van een kind. Niet alleen kunnen rituelen met muziek, zoals een liedje voor het slapen of het eten, kinderen veel houvast geven, ook overgangen tussen bijvoorbeeld spelen en naar buiten gaan kunnen makkelijker gaan met muziek: 'Een dwingende opdracht is voor een autistisch kind lastig. Vooral als hij net in zijn spel zit. Dan is muziek een handig hulpmiddel. Door een opdracht zingend te brengen 'we gaan nu lekker naar buiten, dus ruim je spulletjes maar op', haak je aan bij de leefwereld van het kind, en geef je hem de ruimte om met je mee te bewegen.'

De meeste autistische kinderen die Anne Margreet ziet zijn tussen de zes en dertien jaar oud. 'Één keertje had

ik een kind van drie, maar dat was een uitzondering', vertelt ze. De muziektherapie wordt meestal in blokken van acht sessies gegeven. Dat is aan de ene kant omdat alle opvolgende therapieën ingepland moeten kunnen worden, maar dat is niet het enige: 'Je ziet dat er na acht sessies vaak

ook echt een start is voor een nieuw begin. Ik ben erg blij als het de kinderen in die acht keer is gelukt om echt verbinding te maken met een instrument en om ook vertrouwen te krijgen in mij als speelmaatje. Dat is namelijk ook een vorm van verbinding maken. Van de ouders krijg je dan

meestal terug dat er thuis meer rust en ontspanning is.' Hoewel ze al heel veel kinderen heeft gezien, blijft dat voor Anne Margreet bijzonder om terug te horen: 'Zo'n halfuurtje spelen hier', concludeert ze met een glimlach, 'werkt dus toch wel flink door.'

Eerst moet het

'Wederkerig contact', dat is waar en sensomotorische-integratietherapeut (zie kader) Lonneke Winters aan werkt bij kinderen met autisme. 'Deze vorm van contact is voor deze kinderen het moeilijkste wat er bestaat,' zegt Winters. 'Om ze uit 'hun tentje te lokken', moet de buitenwereld allereerst veilig zijn.' In de veilige sfeer van haar met natuurlijke materialen en zachte kleuren ingerichte therapieruimte gebeuren soms wonderen.



Het is een soort omgekeerde routekaart: het einddoel, wederkerig contact, is bekend. De vraag is hoe de weg ernaartoe loopt. Voordat er wederkerig contact mogelijk is, moet het kind eerst 'gewoon' contact maken. Voordat het contact kan maken, moet eerst de buitenwereld 'veilig' zijn en voordat het kind de buitenwereld als veilig ervaart moet er een balans zijn

in de hoeveelheid prikkels die het kind binnenkrijgt en kan verwerken. Het moet thuisraken in zijn lijf. Dat is waar de therapie van Lonneke start.

'In het begin van de therapie probeer ik het kind te helpen in zijn onderste zintuigen een ontwikkelingsstapje te maken,' legt ze uit. 'De onderste zintuigen zijn de tastzin, bewegingszin, evenwichtszin en de levenszin. Deze zintuigen gebruik je om je thuis te voelen in je lijf.

Autistische kinderen zijn vaak heel gevoelig voor prikkels in één of enkele zintuigen. Dat heeft iets heel moois want ze zien, voelen of horen details die wij niet waarnemen, maar het zorgt er ook voor dat ze snel overspoeld raken door indrukken.' Lonne-

ke spreekt de onderste zintuigen als eerste aan, zodat de prikkelverwerking beter in balans kan komen.

Daarna kijkt ze via welk zintuig ze contact kan maken met het kind: 'Soms is horen nog te spannend, dus dan moet je niet tegen ze gaan praten. We hadden laatst een meisje hier die alleen maar rondjes wilde lopen. Bij dit meisje was haar ingang de bewegingszin. Ik ben mee gaan lopen. Ik stap daarmee in haar wereld zodat ik van daaruit dingen kan aandragen om haar zintuiglijke informatieverwerking iets meer in balans te brengen.' 'Wat ik opzoek, is plezier,' legt Lonneke uit, 'Daarom kijk allereerst welk zintuig voor het kind veilig is om als ingang te gebruiken. Ik zoek altijd de dingen die leuk zijn om te doen, en ik stop nooit zolang het nog plezier geeft. Blijkbaar laaft het kind zich er nog aan, en dat betekent dat het zich er nog aan kan ontwikkelen.'

Als er meer balans komt in de verwerking, en het kind meer thuis raakt in



tentje open

zijn lichaam, kan het zich ontspannen en wordt de wereld vanzelf minder eng: 'Ik weet dat 'diepe druk' vaak rustgevend werkt voor autistische kinderen. Bijvoorbeeld de druk die een hangmat op je maakt. Ik heb dit meisje naar de hangmat gelokt. Daar kon ze in zichzelf komen en om zich heen kijken. Toen was er opeens contact. Dat is wat ik de ouders graag wil laten zien: kijk, ze kan contact maken!'

Als dit eerste contact er eenmaal is, kan Lonneke gaan werken aan het wederkerig contact maken. Dat is zeker geen vanzelfsprekende vaardigheid: 'Kinderen moeten leren dat ze zich tot iemand anders kunnen wenden met een boodschap. Je ziet bij autistische kinderen vaak dat als er iets niet lukt, het proces stopt. Ze gaan dan weer

terug in hun tentje. Ik probeer ze te leren dat ze het probleem ook kunnen oplossen, of hulp kunnen vragen. Dat leerproces is niet makkelijk: het vraagt om een tussenweg tussen hel-

pen en terughouden. Als je teveel van ze vraagt, trekken ze zich terug. Maar als je het probleem voor ze oplost, leren ze niks. Je moet het kind helpen om het zelf te gaan doen.'

Wat is sensomotorische-integratietherapie?

De antroposofische sensorische informatieverwerkingstherapie is zo'n negen jaar geleden ontwikkeld vanuit de reguliere vorm van deze therapie. Het verschil zit hem in de visie ten aanzien van de zintuigen en de grotere subtiliteit van de aangeboden spel oefeningen. De antroposofie gaat uit van twaalf zintuigen, in plaats van zeven. De therapie is gericht op het in balans brengen van de onderste vier zintuigen: de tastzin, de levenszin, de bewegingszin en de evenwichtszin.

s | Zie verder *De twaalf zintuigen* van A. Soesman of *Zorg voor mens en omgeving - Het Zintuig als Maatstaf* door I. Bakker en J. de Boon

Krijg je kind weer 'aan de lijn'

Soms stelt ze hem, de diagnose 'autisme', maar liever doet ze het niet. Orthopedagoog Mirjam van den Wildenberg vertelt veel liever aan ouders wat het beeld is wat ze van hun kind heeft gekregen, en wat de adviezen zouden zijn. Los van welk etiket dan ook. Volgens haar is het belangrijk dat je als ouder je kind weer 'aan de lijn' krijgt.

Na de assistente die de administratieve gegevens noteert, is de orthopedagoog één van de eerste mensen die een ouder bij het Kindertherapeuticum tegenkomt. Mirjam van den Wildenberg is één van die zogenaamde 'intakers': 'Eerst heb ik een intakegesprek met de ouders. Ook zie ik het kind waar ik de casus van coördineer altijd zelf. Daarna zijn er andere therapeuten die meekijken naar dat specifieke kind. Aan het einde van de dag leggen we onze indrukken naast elkaar. Samen bouwen we een beeld op van het kind. Naar aanleiding daarvan komt er een advies op tafel dat ik meeneem in het volgende adviesgesprek met de ouders.'

Tijdens dit gesprek kan de zestigjarige Mirjam bogen op een jarenlange ervaring als orthopedagoog, preventief ambulant begeleider en docent op vrijescholen, EMDR-therapeut, antroposofisch psychotherapeut en lichaamsgericht therapeut. 'Een voorrecht', zo omschrijft ze die goedgevulde rugzak zelf.



Het adviesgesprek dat Mirjam met de ouders heeft, is vaak het begin van een behandeltraject, wat niet altijd stopt bij het kind: 'Aan de problematiek van het kind zit vaak, naast het kind-deel ook een ouder-deel', legt Mirjam uit. Vooral het ouder-deel is het stuk waar zij zich mee bezig houdt: 'Vaak gaat het kind naar de therapie en begeleid ik parallel aan de therapie ondertussen de ouders.'

Psycho-educatie is voor de ouders één van de eerste stappen: 'Ouders zijn vaak door de school of het kinderdagverblijf gewezen op kanten van hun kind die 'anders' zijn. Als ik ze dan als intaker vertel dat er sprake is van autisme, is vaak de eerste vraag:

'en wat betekent dit voor het verdere leven van mijn kind?' Door de vragen van de ouders te beantwoorden, kan ik veel onzekerheid wegnemen. Daardoor kunnen ze weer krachtig hun rol van ouder vervullen. Daarnaast help ik ze met een stuk acceptatie van het hele proces.'

Mirjam houdt deze voorlichting zo praktisch mogelijk: 'Ik houd de psycho-educatie in mijn achterhoofd, maar vraag ze vooral om met situaties van thuis te komen. Dát is ons werkmateriaal. Op die manier werken is zo plezierig. Hoewel ik het mezelf daardoor moeilijk maak omdat ik geen standaard adviezen geef. De concrete situaties en de antwoorden erop worden hier met elkaar gemaakt. Dat is een heel mooi scheppend proces.'

'Sociaal-emotioneel gedrag en autistische kinderen zich jonger dan hun kalenderleeftijd', legt Mirjam uit. Op school is het vaak niet mogelijk om aan te sluiten bij de jongere kant van het kind. Tijdens de speltherapie kan





ik dat wel. Ik probeer om daar aan te haken en om dan het kind de kans te geven in dat stukje te groeien.'

Voor ouders is het de uitdaging om hun kind weer 'aan de lijn' te krijgen:

'Sommige autistische kinderen kijken je niet aan, maar luisteren wel goed. Andere zijn juist gevoelig voor lichamelijke aanrakingen. De eerste stap die je als ouder moet maken is zorgen dat je contact met ze krijgt. En vooral belangrijk: wees daarin niet dwingend. Voor deze kinderen is contact eng, dus zorg ervoor dat het voorspelbaar is. De boodschap zelf brengen is pas de tweede stap. Dat moet heel gestructureerd gebeuren. Zorg dat je een kind meerdere informatiebronnen geeft, zeg bijvoorbeeld iets en beeld het ook uit met je lichaamstaal.'

Voor autistische kinderen zijn ouders die vertrouwen hebben in zichzelf van groot belang: 'Het werkt voor een autistisch kind goed als hij ouders heeft

die, bijvoorbeeld doordat ze inzicht hebben in de problematiek, niet bang zijn voor de toekomst van het kind. Voor het kind is het dan veilig om, figuurlijk, samen met zo'n ouder 'op pad te gaan'.'

Hoeveel gesprekken Mirjam met de ouders heeft, is van tevoren niet te zeggen: 'Er zijn ouders die aan twee of drie gesprekken genoeg hebben, anderen komen vaker. Ik ben tevreden als de ouders aangeven dat ze het weer zelf aankunnen. Dan heb ik mijn doel bereikt. Soms komen ouders in een andere leeftijdsfase van het kind weer terug omdat er zich dan andere vragen aandienen. Dat is het mooie van dit vak: een hulpvraag kan afgerond zijn, maar de ontwikkeling van een kind is tegelijkertijd nooit af.'

Wat doet het Kindertherapeuticum voor autistische kinderen?

Veel ouders van autistisch kinderen zijn overbelast en daarom wordt er meestal begonnen met het stutten en steunen van het dagelijks leven. Als dat weer voldoende op orde is, wordt begonnen met therapie. Afhankelijk van de leeftijd van het kind, de klachten en de eerdere ervaringen met een therapievorm worden, in overleg met de ouders, één of meerdere van de beschikbare therapieën ingezet: beeldende therapie, muziektherapie, sensorische integratie therapie, euritmie of massagetherapie. Naast de kinderarts kijkt meestal één van de orthopedagogen mee. Als er buikproblemen zijn, of een kind groeit niet goed doet de voedingskundige mee. Grotere kinderen beslissen zelf mee over hun therapie.

Hoe zit het met de vergoedingen van de therapieën van het Kindertherapeuticum?

Muziektherapie, kunstzinnige therapie en euritmitherapie worden volledig vergoed door de aanvullende zorgverzekering van Antroposana en ook geheel of gedeeltelijk door aanvullende verzekeringen van diverse andere aanvullende zorgverzekeringen. Het is wel van belang dat mensen kiezen voor de restitutiepolis, die een vrije keuze van artsen en therapeuten waarborgt. De therapeuten zijn lid van erkende beroepsverenigingen.

De vergoedingen voor GZ psychologie en de orthopedagogische zorg zijn per 1 januari 2015 overgegaan naar de gemeenten. Het Kindertherapeuticum heeft met 16 van de 39 bestaande gemeenten contracten kunnen sluiten, wat betekent dat deze zorg voor inwoners van deze gemeenten geheel of gedeeltelijk wordt vergoed. Zie voor actuele informatie op de websites www.kindertherapeuticum.nl en www.antroposanapolis.nl

nws

Nieuwsberichten verzorgd door Petra Essink

Mensen met autistische trekjes zijn bovengemiddeld creatief

Dat melden Britse onderzoekers in het wetenschappelijk tijdschrift *Journal of Autism and Developmental Disorders*. De wetenschappers kwamen tot hun bevindingen door 312 proefpersonen een online test te laten maken waarbij ze zo veel mogelijk manieren moesten bedenken om een paperclip of een baksteen te gebruiken. Alle ideeën werden blind beoordeeld op originaliteit door een onafhankelijke jury. In totaal hadden 75 van de 312 deelnemers ooit de diagnose autisme ontvangen van een psycholoog. Een deel van de proefpersonen kwam dan ook op de site van het experiment terecht via advertenties op websites voor mensen met autisme. Voor aanvang van de test vulden alle deelnemers een vragenlijst in waarmee ze werden getest op eventuele autistische trekjes.

Na afloop van het experiment bleek dat de deelnemers met kenmerken

van autisme relatief weinig toepassingen konden bedenken voor bakstenen en paperclips. Maar dat wat ze verzonden was wel origineler dan de ideeën van deelnemers zonder autistische trekjes. Ze bedachten bijvoorbeeld dat je een paperclip kunt gebruiken als stabiliserend gewicht aan een papieren vliegtuigje of als een draadje om bloemen bij elkaar te binden.

De wetenschappers benadrukken dat er vele vormen van autisme zijn en dat niet iedereen met de aandoening per definitie buitengewoon creatief is. Aan het onderzoek deden vooral mensen met autisme mee die sociaal gezien goed functioneren.

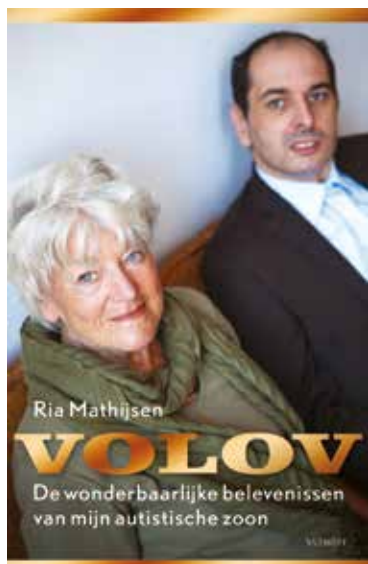
s | C. Best, S. Arora, F. Porter, M. Doherty, *The Relationship Between Subthreshold Autistic Traits, Ambiguous Figure Perception and Divergent Thinking*, 2015.



boe

Niets is normaal in de wereld van Willem

Willem wordt verliefd op dingen. Die zijn een stuk betrouwbaarder en beter te begrijpen dan mensen of dieren. Zijn hart gaat sneller kloppen van auto's. Met name Volvo's oefenen een onweerstaanbare aantrekkingskracht op hem uit. Alles klopt aan die auto, behalve de naam. Daarom verwijderd hij in een onbewaakt ogenblik de mooie metalen letters V-O-L-V-O van een exemplaar een paar straten verderop, om ze thuis met plakband in 'de juiste' volgorde te zetten: VOLOV! Hoe leg je dit als moeder uit aan de eigenaar van de auto? Dit is slechts één van de wonderbaarlijke avonturen in VOLOV, die moeder Anna met een zwaar autistische zoon beschrijft. Auteur Ria Mathijssen, zelf moeder van een zwaar autistisch kind, daalt keer op keer met een groot inlevingsvermogen en vol verwondering af in het vreemde parallelle universum van haar zoon. Volov is een ontwikkelingsroman. Mathijssen laat je als lezer meejuichen met alle kleine en grote successen van haar zoon, die tegen alle voorspellingen in toch gaat praten en kleine maar duidelijke uitingen van wederkerigheid laat zien. Naast alle frustraties die horen bij het opvoeden én loslaten van een autistisch kind laat het boek het geluk zien van



een moeder en een zoon die door wederzijdse hardnekkige vasthoudendheid, noem het liefde, toch een stukje op elkaars weg zijn geraakt. Een bijzonder en humorvol hart onder de riem en een wegwijzer voor alle ouders met een vergelijkbare zware opgave. PE

s | *VOLOV, de wonderbaarlijke belevenissen van mijn zoon, Ria Mathijsen, Uitgeverij Sijthoff, 2010. Verkrijgbaar als eBook. € 9,99 De boekversie is tweedehands beschikbaar. VOLOV is het vervolg op De jongen die uit de lucht kwam vallen, 2009.*



Het elastiek tussen lichaam en ziel

Stevig gestut op ervaring legt Hans Lemmens, GGZ-psycholoog, in dit prettig leesbare boek uit dat er een belangrijk verschil bestaat tussen *autistisch gedrag* en *het autistische innerlijk*. Lemmens leerde veel van zijn avonturen als groepsleider in een antroposofische zorginstelling. Hij ontdekte dat achter het bijzondere, vaak slecht bij de gangbare omgangsvormen aansluitende doen en laten van (zwaar) autistische kinderen (en ook volwassenen), uiterst gevoelige persoonlijkheden schuilgaan. Zo gevoelig dat ze zich noodzakelijkerwijs moeten wapenen tegen hun omgeving, die ze wel heel goed waarnemen, maar niet goed kunnen begrijpen. Met behulp van uitstapjes naar 'de geschiedenis van de mensheid', 'autisme als uiting van een cultuurprobleem' en de biografieën van Albert Einstein en Bob Dylan, legt hij

de lezer uit dat het kernprobleem van autisme een *te losse verbinding tussen de ziel en het lichaam* is. Een verbinding als een elastiek, dat in onveilige situaties te ver uitrekt met vaagheid, niet-beleving of overbeveelgijkheid tot gevolg. Op andere, veiligere momenten, wanneer mensen met autisme zich sterker met hun lichamelijkheid kunnen verbinden, kunnen ze zich juist zeer sensitief tonen. Lemmens ziet die overelastische ziel-lichaam-verbinding, zij het veel minder problematisch, ook terug bij hooggevoelige mensen. En zo concludeert hij aan het eind van het boek dat autisme een extreme vorm is van hooggevoeligheid, en daarom logischerwijze om een hooggevoelige, dus niet-protocolaire aanpak vraagt. Een aanpak die veiligheid biedt, vanuit respect voor de autonomie van de hooggevoelige persoon. Door het hele boek staan ontroerende en leerzame praktijkvoorbeelden beschreven die aan het eind worden samengevat in negentien tips voor de omgang met hooggevoeligheid, waar ouders en verzorgers die te maken hebben met hooggevoeligheid of autisme hebben écht wat aan kunnen hebben. PE

s | *Het elastiek tussen lichaam en ziel, verkenningen in het grijze gebied tussen hooggevoeligheid en autisme, Hans Lemmens, Uitgeverij Andromeda, 2008. € 17,90*



Antroposofische geneeskunde

Arnhem, Steenderen, Zutphen

Loes Klinge, Antroposofisch Arts Gelderland | Consultatieve praktijk Steenderen: www.loesklunge.vpweb.nl | Consultatiebureau Zutphen: www.anthrocbzutphen.nl | Consultatiebureau Arnhem: www.therapeuticumaquamarijn.nl zie huisartsen

Rotterdam

Therapeuticum Helianth Antroposofisch gezondheidscentrum | T 010 420 17 01 | www.helianth.nl

Zutphen

Margaret Vink Consultatief antroposofisch arts | Therapeuticum De Rozenhof | T 0575 574 466 | www.margaretvink.nl

Muziektherapie

Bosch en Duin/Leersum

Praktijk voor muziektherapie, muziekles en klankmassage Specialisatie kind en jeugd | AnnaMaria van Keulen

| 06 248 010 74 | www.muziektherapieheuvelrug.nl

Groningen

Balans-Muziek, praktijk voor muziektherapie | Gooyke van der Schoot | Gerard Doustraat 91, 9718 RH Groningen | T 050 527 8453 | www.Balans-Muziek.nl

Chirofonetiek

Eindhoven, Zutphen

Praktijk voor chirofonetiek (en kunstzinnige therapie) | Floor de Boer, te Zutphen en therapeuticum Mercuur te Eindhoven | T 06 483 021 63 | www.chirofonetiek-zutphen.nl | Alternatieve oplossing t.a.v. vergoeding mogelijk

Lochem - Zutphen

Praktijk voor Chirofonetiek Angelique M. Petersen | Burg. Dijkmeesterweg 14, 7201 AL Zutphen | T 06 165 120 41 | www.praktijkvoorchirofonetiek.nl

Psychosociale therapie

Velp/Zwolle

Biografiegesprekken **Praktijk digame** (zeg het me). Waarom loop ik steeds tegen hetzelfde aan? Wat wil ik met mijn leven? Wie ben ik...? | Hilde Hooiberg | www.digame.nu | T 06 273 11 283

Gooi eo, Amsterdam eo, Zeist eo (af en toe in andere regio's)

Mr. Laurien van Egeraat **Counseling praktijk** | Gesprekken (vergoed door sommige aanvullende zorgverzekeringen) en geschilbeslechting (MfN geregistreerd mediator) vanuit een antroposofisch mensbeeld | www.eerlijkheidsfabriek.nl | T 035 628 49 92

Apeldoorn, Deventer, Zutphen

Gezondheidszorg- psycholoog - Praktijk voor Antroposofische Diagnostiek, Gespreksterapie en Psychotherapie (NVAP). Ook: Psychosociale zorg ten behoeve van Oncologiepatiënten (NVPO) | Johan Littel | T 06 440 489 14 | www.johanlittel.nl

Kunstzinnige therapie - beeldend

Arnhem e.o.

'Ik ontwikkel' | ambulante kunstzinnigetherapie + kleuradvies en sluiswerk | Hugo Tijssen | T 06 233 259 98 | yhugot@gmail.com

Eindhoven

Praktijk voor medische schildertherapie op basis van licht, kleur en duisternis | Karin Lamers | T 06 520 74 800 | karinlamers@planet.nl | www.medischeschildertherapie.nl

Soest

COLORIET - Praktijk voor beeldende kunstzinnige therapie - kind & volwassene | Odette Aalhuizen | www.coloriet.info | T 06 46315345 of 035 5337744

Wageningen

Vitaalkunst helpt je om als een wijzer en rijker mens uit je burnout te komen | Elske Hoen | T 0317 412 996 | www.vitaalkunst.nl

Culemborg

Lijken **gesprek en kunst** je een goed idee om sterker te worden, ergens doorheen te gaan of het leven meer richting te geven? Kijk eens op www.artesana.nl of bel 03454 761 04 | Anneke Weeda Soest

COLORIET | Praktijk voor beeldende kunstzinnige therapie | een weg naar heel worden | Odette Aalhuizen | www.coloriet.info | contact@coloriet.nl | T 06 463 153 45 of 035 533 77 44

Euritmitherapie

Zutphen/Warnsveld

Praktijk voor euritmitherapie | Wieger Veerman | Sint Martinusstraat 9, 7231 CK Warnsveld | T 0575 572 124

Rotterdam

Katrin Beise | Euritmitherapeute in Therapeuticum Helianth | Rotterdam | T 010 226 37 88 | www.euritmierotterdam.nl | www.helianth.nl

Tandheelkunde

Arnhem

Aesculus Cortex, tandartsenpraktijk Reguleer en antroposofische tandheel-

Lijden, Dood en Opstanding
7 & 14 maart 13:30-17:00 uur.
met **Christine Gruwez** kosten: €70,00



Twee maandagmiddagen met inleiding en gesprek.
S.v.p. aanmelden bij:

De Zonneboom

De Laat de Kanterstraat 5,
2313 JS Leiden 071-5123137
info@dezonneboom.nl
www.dezonneboom.nl

kunde | P.J.M. Borm | T
026 351 56 48 | www.tandartsborm.nl | info@tandartsborm.nl | Bur-
gemeestersplein 13A,
6814DM Arnhem | vlakbij
centraal station | goede
parkeergelegenheid

Overige therapieën

Delft/Zoetermeer/Den Haag
Auryn Acupunctuur
Acupunctuur op antropo-
sufische basis, Sericathe-
rapie | Renny | Wiegerink
| Ramaerstraat 26, 2612
ER Delft | Bosbesstraat 20,
2564 PB Den Haag | T 06
430 604 33 | [www.auryna-
cupunctuur.nl](http://www.auryna-
cupunctuur.nl)

Rotterdam/Dordrecht
**AsmaraKlank Stemprak-
tijk**

Stemvorming, (Werbeck)
Zangtherapie, Oorsuizen/
tinnitus | Brigitte van Bour-
gonje | T 010 420 93 71 |
www.asmaraklank.nl

Natuurlijke Kraamzorg
biedt aandachtige zorg met
natuurlijke middelen voor
moeder en kind. Vraag er
naar bij uw kraambureau
of kijk op [www.natuurlijke-
kraamzorg.eu/aanbod-nkz](http://www.natuurlijke-
kraamzorg.eu/aanbod-nkz)

Uw praktijk in deze rubriek
opnemen? Prijs: € 1,50 per
woord. Bel 06 486 237 41
of mail [adverteren@antropo-
posana.nl](mailto:adverteren@antropo-
posana.nl)

O & Co

opleidingen

Voed je inspiratie en verruim je
inzicht in aarde, voeding en ge-
zondheid bij **KRAAYBEEKERHOF
ACADEMIE** | Lavende voeding
voor lichaam, ziel en geest |
www.kraaybeekershof.nl

ONDERZOEK JE LEVENSLIOP |
Opleiding Biografisch Coachen |
Cursussen en workshops | www.biografiek.nl

**Maak kennis met GEZICHTS-
PUNTEN** | Brochures over ge-
zondheid van lichaam, ziel en
geest | www.gezichtspunten.nl

Samen
kunnen wij de
antroposofische
gezondheidszorg
een stem geven

Word lid!

De antroposofische gezondheidszorg
biedt verrassende nieuwe inval-
shoeken. Daarom schenken wij ieder
nieuw lid, én ieder bestaand lid dat
een nieuw lid aandraagt, het boek
Warmte door Edmond Schoorel.
Tevens ontvangt u 4 x per jaar het
blad Stroom.



Ga naar www.antroposana.nl om u
aan te melden en zie wat wij voor onze leden organiseren.
Daar vindt u ook alle informatie over onze Antroposananapolis.

☐ Ik _____ (vul hier uw relatienunder in)
draag dit nieuwe lid aan:
Voorletters _____ m/v
Achternaam _____
PC + Woonplaats _____
Tel _____
E-mail _____

Invullen en sturen naar Antroposana, Boslaan 15, 3701 CH Zeist of meld u aan
op onze site. Het lidmaatschap van Antroposana kost € 35 per jaar.
Deze actie loopt tot 16 april 2016.

Antropo & Sana
onze gezondheid  onze zorg

Afscheid

Per 1 januari 2016 verlaten Aad Meijer en Mieke Linders de redactie van Stroom. Zij hebben elf jaar lang met veel enthousiasme, door weer en wind, meegeholpen het blad van Antroposana, dat eerder de namen Evenwicht en Antroposana droeg, te ontwikkelen tot wat het nu is: Stroom. Antroposana bedankt Aad en Mieke voor hun grote trouw en inzet.



Mieke Linders



Aad Meijer

Antroposanapolis groeit

Voor de verzekering over 2016 hebben wij door onze afstemming met Avéro een beperking van de gedekte zorg op de Antroposanapolis kunnen voorkomen. Met de huidige polis hebben we een goed aanbod als de prijs (premie) wordt afgezet tegen de omvang van de dekking. Het blijft moeilijk vergelijken tussen alle soorten zorgverzekeringen die worden aangeboden en er bestaat geen verzekering die voor ieder individu als een maatpak past. Toch is het onze ambitie om de dekking te verbreden naar in principe alle zorgverleners en therapeuten die zijn aangesloten bij de NVAZ (Nederlandse Vereniging voor Antroposofische Zorgaanbieders) en een verruimde dekking voor geneesmiddelen via de Schlossapotheke in de polis opgenomen te krijgen. De Antroposana verzekering wil binnen de wettelijke mogelijkheden en de beleidskaders van zorgverzekeraars, zo veel mogelijk de ruimte pakken voor vergoeding van de zelfgenezende kracht van mensen.

Groei bij Avéro: 508 verzekerden naar een totaal van 2.571. Op de oude Antroposanapolis bij De Amersfoortse zitten nog 739 (teruggang van 140) verzekerden; in totaal nu op beide polissen tezamen nu 3.310 verzekerden.

Wij hopen u in de loop van het jaar te kunnen berichten over verdere verbreding van de dekking. Daarnaast krijgen we ook inzicht in de zorgkosten die op de nieuwe polis bij Avéro zijn geboekt. Als deze kosten lager uitpakken dan bij vergelijkbare polissen, hebben we weer een belangrijke indicatie dat mensen die gebruik maken van complementaire zorg in het algemeen minder hoge zorgkosten hebben.

Andreas Reigersman, Bestuur Antroposana



antroposana bij u in de buurt

Aquamarijn (Arnhem) Gerard Rotteveel | T 026 3512712 | g.rotteveel50@upcmail.nl

Artaban Hoorn | Ron Biesot | T 06 241 041 89 | artaban@antroposana.nl

Duindoorn (Den Haag) H. Michielssen | T 070 7371333 | duindoorn@antroposana.nl

Bergen | bergen@antroposana.nl

Eindhoven Henk Verboom | T 040 24 50 147 | eindhoven@antroposana.nl

Fryslân (Leeuwarden) Ria Dijkstra | T 058 2664746 | rietje_50@hotmail.com

Helianth (Rotterdam) Mathilde van Mil | helianth@antroposana.nl

Jaspis (Driebergen-Zeist e.o.) Bernard Heldt | T 030 6953621 | jaspis@antroposana.nl

Keerkring (Haarlem) Hilda Rijkmans | T 023 5518640 | keerkring@antroposana.nl

Aurum (Zoetermeer) Lydian Visser | T 079 322 99 82 / 06 183 791 12 | aurum@antroposana.nl

Meander (Breda) Hans van Gennip | T 076 587 88 34 | meander@antroposana.nl

Noordelijke afdeling (Groningen) Nienke Boschman | T 06 208 193 55 | noordelijke.afdeling@antroposana.nl

Steden3hoek (Apeldoorn, Deventer, Zutphen) Roland Harten | T 0575 492 138 | steden3hoek@antroposana.nl

Symphytum (Vlaardingen) Ivonne van Buuren | T 06 150 445 10 | symphytum@antroposana.nl

Wilg (Alkmaar) Tine Verhagen | T 06 239 437 63 | dewilg@antroposana.nl

Zonneweg (Dordrecht) Annemieke van Oostveen | T 06 34456996 | secretariaat.zonneweg@antroposana.nl

Regio's

Regio Zuid (Brabant) Jan Frima | T 040 2450147 | jfrima@kpnplanet.nl

Gastvereniging

VOAG (Leiden) Tromp de Vries | T 071 541 6732 | trompdevries@casema.nl

agenda

Bergen, 14 februari + 12 maart
Een dag om op verhaal te komen! Ondersteuning in verwerking van verlies en rouw Tijd: 10-15.30 u | Lokatie: Meerweg 51 | Info: Nelie Tjalingii | 072 581 85 56 | www.cursusinbergen.nl

Dronten, 15 februari
Hooggevoeligheid is een mooie kwaliteit Cursus o.l.v. kunstzinnig therapeut Marijke de Vries. Hooggevoelige mensen kennen een rijk innerlijk leven, een groot gevoel voor schoonheid en harmonie en een sterke intuïtie. Maar zijn ook snel overprikkeld. Luister en beleef hoe je hooggevoeligheid tot een mooie kwaliteit in je leven kunt maken Tijd: 20-21.45 u | Lokatie: Warmonderhof Hofzaal, Wisentweg 12 | Info: www.kunsttherapiehaarlem.nl

Rotterdam, 16 februari
Informatieavond over euritmitherapie door Katrin Beise. Over de werking van euritmitherapie aan de hand van kleine oefeningen. Met gelegenheid tot vragen stellen Entree: 5,- | Antroposanaleden: 2,50 | 20-21.30u | Lokatie: Wooncentrum Helga, Hendrik Staetsweg 15 | Info: 06 1016 4981

Bergen, 16, 23 februari en 1, 8 en 15 maart
Verzorgen van de medemens met massage Tijd: 20-22 u | Lokatie: Therapeuticum Egelantier, Prinsesseweg 52 | Info: info@fysiotherapievree.nl | Chris Vree | 072 589 66 99 | www.fysiotherapievree.nl

Den Bosch 17 februari
Temperamenten en karakters Voordracht door Geert van

Brakel. De temperamenten en het karakter hebben ieder hun kwaliteit, maar kunnen ook eenzijdig gaan werken. Hoe kunnen we daar mee omgaan? Tijd: 20 u | Lokatie: Studiecencentrum voor Antroposofie, Waalstraat 30, Den Bosch | info: walrik@improvecare.eu

Eindhoven, 25 februari
In gesprek over... SOLK SOLK staat voor: Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten, ook wel als vage klachten omschreven. Spreker is Peter Staal, Antroposofisch huisarts in Tilburg Tijd: 20-22 u | Lokatie: Novaliscollege, Sterrenlaan 16 | Bijdrage: leden van Antroposana 5,-, niet leden 7,50 | Info: Henk Verboom | henkwilliemverboom@gmail.com | 06 150 554 71

Amsterdam, 25 februari
De kostbare schat tussen de veelheid van dingen Lezing door Jacques Meulman, psycholoog. In onze tijd is het aanbod en de mogelijkheid om te kiezen op talloze gebieden onbegrensd. Hoe kun je als opvoeder kinderen helpen hun schat, datgene wat ze hier komen doen op aarde, wat hun leven zin zal geven, helpen ontdekken? Tijd: 20.15-21.45 u | Lokatie: De Christengemeenschap Andrieskerk, A.J. Ernststraat 869 | Bijdrage: 5,- | Info: 020 642 0769

Den Haag, 1 maart
Dementie schrikbeeld of kans Lezing door Clasina van den Berg, verpleeghuisarts. Wat vraagt dit dramatische ziektebeeld van ons? Hoe kunnen wij het benaderen? Biedt het misschien ook kansen? Toegang: 10,- | Tijd: 20 u | Lokatie: De Zalen, Riouwstraat 1 | Info: 06 5327 1035

Dordrecht, vanaf 2 maart en Rotterdam, vanaf 17 maart
Mediteren maar dan anders... Jezelf ontwikkelen d.m.v. de Naamsoefening, o.l.v. Brigitte van Bourgonje Tijd: 19-20 u | Lokatie: Gezondheidscentrum Lage Land te Rotterdam | Tijd: 09.30-10.30 u | Locatie: Trinitatiskapel Dordrecht | Bijdrage: blok 3 lessen: 49,50 | Info: Brigitte van Bourgonje | 010 420 93 71 | www.asmaraklank.nl

Bergen, 9 maart
Een liefdesrelatie hebben en houden, hoe doe je dat? Door Wytse Vonder Tijd: 19.30 u | Lokatie: Therapeuticum Egelantier | Opgave en info: w.vonder@planet.nl | 072 581 6000

Bergen, 10, 17, 24 maart
Workshop voor ouders/verzorgers van een kind met een handicap Door Chris de Vree Tijd: 20-22 u | Lokatie: Therapeuticum Egelantier | Opgave: info@fysiotherapievree.nl | 072 589 6699 | Info: www.fysiotherapievree.nl

Rotterdam, 12 maart en 9 april
Aan de slag met oorsuizen Praktische handvatten en oefeningen, o.l.v. Brigitte van Bourgonje om meer grip te krijgen op oorsuizen/tinnitus en het beter leren hanteren ervan Tijd: 10-12 u | Lokatie: Gezondheidscentrum Lage Land, Blondeelstraat 15 | Bijdrage: 45,- per dag | Info: Brigitte van Bourgonje | 010 420 93 71 | www.asmaraklank.nl

Bergen, 12 maart
Workshop liefdevolle zorg geven aan een zieke o.l.v. Joke Appelman en Tiny Ros, ver-

pleegkundigen antroposofische zorg, voor mantelzorgers, vrienden en familieleden die iets extra's voor een zieke willen doen Tijd: 9-16 u | Lokatie: Voert 15 | Bijdrage: € 65,- | Info: Joke Appelman 072 589 9685 of Tiny Ros 06 551 900 56 | info@opnieuwwinbalans.nl

Dordrecht, vanaf 16 maart en Rotterdam, vanaf 17 maart
Ontdek je stem en zing je vrij Een ontdekkingsreis, o.l.v. Brigitte van Bourgonje, in de wereld van stem, klank & beweging waarbij plezier en ontspanning voorop staan Dordrecht tijd: 11-12.15 u in de Trinitatiskapel | Rotterdam tijd: 20.15-21.15 u in het Gezondheidscentrum Lage Land | Bijdrage: blok 4 lessen: 65,- | Info: Brigitte van Bourgonje | 010 420 93 71 | www.asmaraklank.nl

Zoetermeer, 20 april
Houden van de aarde Een lezing door Michiel Rietveld, auteur van het boek Houden van de aarde Hoe kunnen we vanuit een nieuw bewustzijn aan een vitale aarde werken? Tijd: 20.15-22 u | Lokatie: Vrijeschool Vuurvogel, Schansbos 5-6 | Bijdrage: 10,- | Info: 06 4936 5158 / 079 321 1837 | www.stanzo.nl

Amsterdam, 22 april
De spanningsboog van leren kiezen Voordracht door Anne Rijke, psycholoog en pedagoog. Hoe zit dat eigenlijk, met willen en kiezen en de ontwikkeling van kinderen? Tijd: 20-22 u | Lokatie: Ita Wegmanhuis, Weteringschans 74 | Info: www.antroposofieamsterdam.nl



WELEDA

Since 1921

Wilt u ook zorg op maat?

Dat kan met de natuurlijke
geneesmiddelen van Weleda.

Weleda kijkt op een holistische manier naar de mens, vanuit de gedachte dat elke mens een uniek individu is. Weleda produceert in Nederland meer dan 800 verschillende geneesmiddelen volgens farmaceutische standaarden om dit voor u in passende gezondheidszorg om te zetten. De antroposofische huisarts benadert u op dezelfde wijze en maakt daarbij gebruik van Weleda's doeltreffende geneesmiddelen.

Ga nu naar www.weleda.nl/apotheek en vind een antroposofisch huisarts bij u in de buurt. Voor vragen kunt bellen naar 079 - 363 13 13 of mailen naar contact@weleda.nl.

