

Symposium 'harde bewijzen voor zachte krachten'.

Lezing op de Academie voor Haptonomie te Doorn, 28 november 2018.

Gert A. Klabbers PhD

Haptotherapie | Fysiotherapie | Zwangerschapshaptonomie
Therapiecentrum Ietje Kooi Straweg 25, 7311 GZ Apeldoorn
Lid: vvh/kngf/vhzb | Tel.: 055-5760004 | Mob.: 06-53175514



Inleiding

Een paar maanden geleden vroeg Els de Graaf aan mij of ik een lezing wilde geven en vandaag is het dan zover. Ik zal u in het kort iets vertellen over mijn onderzoek naar het effect van haptotherapie bij bevallingsangst. Het vermeende spanningsveld tussen haptotherapie en wetenschap komt aan de orde. En ik wil graag met u stilstaan bij de mogelijk werkzame factoren van haptotherapie bij bevallingsangst. Tot slot zal ik mijn gedachten met u delen over het mogelijk werkzame mechanisme van haptotherapie bij bevallingsangst.

Effect van Haptotherapie bij bevallingsangst

Aan mijn wetenschappelijk onderzoek naar het effect van haptotherapie bij zwangeren met extreme bevallingsangst namen 555 zwangeren deel. Bij 134 zwangeren werd bovenmatige angst voor de bevalling vastgesteld. Deze groep van 134 zwangeren werd gerandomiseerd en zo ingedeeld in drie verschillende groepen. De eerste groep kreeg Haptotherapie, de tweede groep kreeg Psycho-educatie via Internet en de derde groep kreeg normale verloskundige zorg. In vergelijking met de beide controlegroepen was er in de haptotherapie groep tijdens de zwangerschap sprake van minder angst voor de bevalling. En er waren minder symptomen van stress en depressiviteit tijdens de zwangerschap. Er was minder posttraumatische stress na de bevalling en er was sprake van een toename van de moeder-kind hechting. De conclusie van mijn onderzoek is dat haptotherapie een veelbelovende interventie is voor zwangeren met ernstige angst voor de bevalling. Hiermee is mijn missie echter nog niet volbracht, want nog niet iedere verloskundige en gynaecoloog is bekend met de mogelijkheden van haptotherapie bij bevallingsangst. Er is dus nog volop werk aan de winkel bij de implementatie en organisatie van haptotherapie bij bevallingsangst.

Free Access

Ik zou u nog meer willen vertellen over mijn onderzoek, maar daarvoor ontbreekt de tijd. Als u op YouTube intypt: 'bevallingangst', staat bovenaan de eerste pagina een filmopname van de openbare verdediging van mijn proefschrift en onderdeel daarvan is een presentatie met meer uitgebreide informatie over mijn onderzoek. Op de website van de Tilburg University en in de mediatheek van de Vereniging van Haptotherapeuten is mijn volledige proefschrift digitaal gepubliceerd en vrij toegankelijk. Alle artikelen van mijn onderzoek zijn vrij toegankelijk gepubliceerd bij de betreffende tijdschriften. Om u niet met lege handen naar huis te laten gaan, heb ik voor alle aanwezigen een exemplaar meegenomen van de publieksversie van mijn onderzoek. U ziet dat wetenschappelijk onderzoek vooral ook een kwestie is van organiseren.



Haptotherapie en Wetenschap (1)

Bij aanvang van mijn onderzoek ben ik gewoon begonnen en ik kwam er pas na een tijdje achter dat ik mij de academische mores moest eigen maken. Ik moest leren om vanuit de wetenschap naar de haptotherapie te kijken en niet andersom vanuit de haptotherapie naar de wetenschap. Is je vertrekpunt datgene wat je zelf ergens van vindt, of ga je je eerst verdiepen in wat anderen allemaal al onderzocht hebben? Dit was voor mij echt even wennen, want ik had in het begin van mijn onderzoek nog niet meteen interesse in wat anderen onderzocht hadden en ik wilde eerst zelf onderzoeken. Dat is gaandeweg veranderd, met name bij het onderbouwen van de data-analyse en het toelichten van de resultaten heb ik veel steun gehad aan bestaand wetenschappelijk onderzoek en heb ik geleerd dat je niet alles zelf moet bedenken, maar dat je op de wetenschappelijke schouders mag staan van alle onderzoekers die je zijn voorgedaan. En dan: Wat is de definitie van haptotherapie? U zult zich afvragen wat dit te maken heeft met haptotherapie en wetenschap, maar stelt zich voor hoe je iets zou moeten onderzoeken wat je niet kunt definiëren, wat heb je dan onderzocht? Ik kom daar zo op terug. De organisatie van het beroep haptotherapie zou wat mij betreft ook een bespreekpunt kunnen zijn, maar dat voert nu te ver. En onderzoek je de praktijk of creëer je een laboratoriumsituatie?

Haptotherapie en Wetenschap (2)

Vanuit academisch perspectief wil je de werkzaamheid van een therapie bij voorkeur testen op proefpersonen in een laboratoriumsituatie onder gelijke omstandigheden met proefpersonen die volkomen gelijk zijn. In de klinische praktijk heb je geen laboratoriumsituatie en word je meteen geconfronteerd met ongelijke proefpersonen en hun verschillende omstandigheden en wil je de behandeling van een cliënt op maat uitvoeren, aangepast aan het individu en aan de omstandigheden en daarbij rekening houdend met allerlei contextuele factoren. Dat is een uitdaging voor een haptotherapeut die wetenschappelijk onderzoek verricht. In mijn onderzoek werd ik geconfronteerd met een aantal zwangeren die op eigen initiatief uit de controlegroepen overstapten naar de groep die haptotherapie kreeg. De georganiseerde laboratoriumsituatie werd daardoor veranderd en dientengevolge moest ik een andere analyse toepassen. Mijn studie werd hiermee minder gecontroleerd, maar klinisch meer relevant. In mijn dissertatie hebben we dit benoemd als ecologische validiteit van mijn onderzoek.

Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS)

Wat hier mooi op aansluit is het rapport van de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving. Voorzitter Pauline Meurs, zegt in haar voorwoord dat de Raad hoopt op een vruchtbare discussie over de kracht van verschillende genres van goede zorg en de noodzaak om daar verschillende soorten van kennisbronnen aan te verbinden. Hier liggen kansen voor de haptotherapie. Concreet wordt in het rapport een perspectief geschetst dat de context als vertrekpunt kiest en het verabsoluteren van bewijs afwijst. Het gevaar hiervan is dat wij als beroepsgroep zouden denken dat gerandomiseerde effectonderzoeken helemaal niet meer nodig zijn, maar dat is volgens mij nou ook weer niet het geval. Er wordt gezegd dat bewijs gerelativeerd moet worden, maar niet dat bewijs volledig overbodig is. Voordat de haptotherapie haar bewijs gaat relativeren, moeten we dat nog wel leveren voor meer dan alleen bij bevallingsangst. Het rapport van de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving dateert overigens van juni 2017. Inmiddels is er op 5 juni 2018 een symposium geweest over de toekomst van evidence-based-medicine en recent is daarvan het verslag gepubliceerd. Uit dat verslag blijkt een discussie tussen evidence based practice versus context based practice en die discussie speelde ook tijdens mijn onderzoek op het punt van de data-analyse. Oorspronkelijk was het namelijk de bedoeling om een intention-to-treat analyse uit te voeren op basis van de gerandomiseerde indeling. Maar, rekening houdend met de vrije wil van zwangeren om zelf te kiezen voor

haptotherapie, hebben we ook de as-treated-analyse uitgevoerd op basis van het werkelijke verloop. Een oplossing voor deze problematiek is een andere onderzoeksopzet met een cross-over design. Bijvoorbeeld, als zwangeren met bevallingsangst gerandomiseerd in twee groepen worden ingedeeld en de ene groep krijgt dan eerst haptotherapie en daarna EMDR en de andere groep andersom. Momenteel loopt er een onderzoek naar het effect van EMDR bij bevallingsangst en als dat afgerond is, dan hoop ik dat er een vervolgonderzoek komt met zo'n cross-over design van HT en EMDR bij zwangeren met bevallingsangst.

Haptotherapie en Wetenschap (3)

De meeste haptotherapeuten hebben als vooropleiding een hogere beroepsopleiding in de gezondheidszorg of welzijnszorg afgerond, hetgeen een prima vooropleiding is voor de post-hbo opleiding haptotherapie. Echter, om voor een promotieplaats in aanmerking te komen, wordt verwacht dat je een wetenschappelijke vooropleiding hebt genoten in de vorm van een Masteropleiding binnen het kader van de BAMA structuur die in 2002 is ingevoerd. Op praktisch niveau is onze HBO-achtergrond uiteraard zeer bruikbaar, maar op academisch niveau missen we de juiste vaardigheden en dat maakt dat er voor een promotieonderzoek in onze eigen beroepsgroep niet veel potentiële kandidaten zijn. De enige uitzondering hierop is als je een Bachelor diploma hebt van voor de invoering van de BAMA structuur en een hoogleraar garant staat voor jouw potentie als wetenschappelijk onderzoeker en Ad Vingerhoets was voor mij die hoogleraar. De inschrijving bij de Tilburg University was de formele start van mijn onderzoek. Feitelijk had de echte start al daarvoor plaatsgevonden, want de inschrijving was op een bepaalde manier een formaliteit, maar het was wel een inschrijving op basis van mijn bachelor diploma fysiotherapie. Ik kon mij niet inschrijven op basis van mijn opleiding haptotherapie, omdat de opleiding haptotherapie nog niet is ingebed in de BAMA structuur. Dat is overigens iets waar ik toekomstgericht wel voor zou willen pleiten. Bij de uitvoering van mijn onderzoek met name, maar ook daarvoor al en ook daarna ben ik er keihard tegenaan gelopen dat het zo moeilijk is om een eenduidig antwoord te geven op de vraag: 'Wat is haptotherapie? Ik heb dat zojuist al eerder genoemd en ik heb beloofd dat ik daar op terug zou komen en dat is aanstaande. Eerst nog twee andere puntjes, namelijk bij de publicatie van mijn eerste artikel ben ik er tegen aangelopen dat haptotherapie vaak nog gezien wordt als alternatieve therapie. Mijn protocolartikel was aangemeld bij een tijdschrift voor zwangerschap en geboorte en werd afgewezen met als argument dat het niet relevant was met

betrekking tot zwangerschap en geboorte en ik werd doorverwezen naar het tijdschrift voor complementaire en alternatieve geneeskunde. Dat was wel even lastig voor mij, want het was meteen bij mijn eerste artikel al, maar ik ben doorgedaan en het heeft zich later goed opgelost. Tot slot is er nog de implementatie van haptotherapie bij bevallingsangst. Er ligt nu een richtlijn die onderbouwd is door een wetenschappelijk onderzoek met positieve uitkomsten, maar de implementatie daarvan is nog een uitdaging. Kortom, er is nog genoeg te doen. Nu zal ik mijn belofte inlossen op terug te komen op de definitie van haptotherapie. Tijdens mijn onderzoek werd gevraagd: Wat is haptotherapie? Wat doet een haptotherapeut? En wat is de werkwijze van een haptotherapeut? Duidelijke antwoorden op deze vragen zijn nodig als basis voor een brainstorm over mogelijk werkzame factoren.

Haptotherapie

- Op de website van de Academie voor Haptonomie staat dat haptotherapie een **persoonsgerichte therapie** is, waarbij mensen geholpen worden zich (weer) te openen voor hun gevoelsleven en dat van anderen.
- De website van het Instituut voor Toegepaste Haptonomie vermeldt dat haptotherapie een **haptonomische begeleiding** is binnen een professioneel kader in situaties waarin een mens geblokkeerd wordt in zijn menselijke ontplooiing door het ontbreken van, of een tekort aan bevestigende stimuli in het samenspel met zijn omgeving.
- De website van de Vereniging van Haptotherapeuten zegt dat haptotherapie een **'haptische' therapie** is, waarbij de positieve werking van (aan)geraakt worden een belangrijke rol speelt.
- Het document Kernwaarden Haptotherapie' vermeldt dat haptotherapie een **persoonsgerichte therapeutische toepassing** is, gebaseerd op de haptonomie."
- Frans Veldman heeft opgeschreven dat haptotherapie een **therapeutische begeleiding** is, die een mens gidst op zijn weg tot ontplooiing en rijping naar de Extentus Affectus en de bevrijding van zijn begrenzingen.
- In het boek van collega Els Plooij staat dat haptotherapie een **therapievorm** is, die in Nederland is ontstaan als een van de toepassingen van de basisprincipes van de haptonomie.

De afzonderlijke definities zal ik niet in detail bespreken. Ik wil slechts het probleem op tafel leggen, namelijk, dat er werkelijk niet één tekst hetzelfde is. En dit zijn niet zomaar definities, maar de definities van vooraanstaande stakeholders. Als ik op de websites van collega's speur, dan kom ik nog een aantal varianten tegen.

Taaldrama

Samenvattend kan op z'n minst gesteld worden dat het niet handig is om haptotherapie te duiden als: een persoonsgerichte therapie, een haptonomische begeleiding, een haptische therapie, een persoonsgerichte therapeutische toepassing, een therapeutische begeleiding, een therapievorm. Wat is het nou? Voor wetenschappelijk onderzoek is dit een ramp, want er zijn zoveel definities en verschillende werkvormen dat er voortdurend verwarring ontstaat, waardoor je telkens moet uitleggen wat haptotherapie is en wat je nou precies doet en hoe je werkt. Noodgedwongen heb ik mijn eigen tekst moeten ontwerpen en daarbij heb ik uiteraard deels ook gebruik gemaakt van bestaande definities. Maar het is een vicieuze cirkel, want mijn definitie is slechts de zoveelste in de rij en er kan pas een einde komen aan deze verwarring als we het met z'n allen ergens over eens kunnen worden.

Indicaties haptotherapie (1)

De achterliggende problematiek van het taaldrama wordt mogelijk veroorzaakt door het feit dat de indicaties voor haptotherapie – zoals deze zijn beschreven in de domeinbeschrijving – nogal ruim geïnterpreteerd kunnen worden en iedereen er zijn eigen invulling aan kan geven en verschillende visies op de mogelijk werkzame mechanismen leiden waarschijnlijk ook tot verschillend taalgebruik.

Indicaties haptotherapie (2)

Op basis van mijn onderzoek zou bevallingsangst overigens toegevoegd kunnen worden aan de indicaties. Deze indicatie onderscheidt zich doordat bevallingsangst objectief kan worden vastgesteld met een gevalideerde vragenlijst en er is een richtlijn beschikbaar voor haptotherapie bij bevallingsangst én mijn onderzoek heeft statistisch significante en klinisch relevante resultaten aangetoond van haptotherapie bij bevallingsangst.

Wat is haptotherapie?

Haptotherapie is een vakgebied in de gezondheidszorg, waarbinnen de haptotherapeut zich richt op het welzijn en de gezondheid van de mens. Hiermee wordt de positionering en de doelstelling van haptotherapie omschreven.

Wat doet de haptotherapeut?

De haptotherapeut helpt de patiënt zich te openen voor zijn gevoel en dat van anderen. Dit is een operationalisering van de doelstelling op patiëntniveau.

Wat is de werkwijze van de haptotherapeut?

De haptotherapeut maakt gebruik van inzichtverlenende gesprekken, vaardigheidsoefeningen en de directe aanraking om de patiënt zijn gevoelsvermogens duidelijk te maken en aan den lijve te laten ervaren.

30-seconden-elevatorpitch Haptotherapie in 63 woorden

Mijn antwoorden op de vragen: wat is haptotherapie, wat doet een haptotherapeut, en wat is de werkwijze van de haptotherapeut, zijn bij elkaar voor mij een elevatorpitch geworden.

Haptotherapie is een vakgebied in de gezondheidszorg, waarbinnen de haptotherapeut zich richt op het welzijn en de gezondheid van de mens. De haptotherapeut helpt de patiënt zich te openen voor zijn gevoel en dat van anderen. De haptotherapeut maakt gebruik van inzichtverlenende gesprekken, vaardigheidsoefeningen en de directe aanraking om de patiënt zijn gevoelsvermogens duidelijk te maken en aan den lijve te laten ervaren.

Werkzame factoren

Het effect van haptotherapie wordt waarschijnlijk bepaald door een compilatie van factoren. De patiënt brengt als werkzame factoren met zich mee: zijn motivatie en het placebo-effect, voor de haptotherapeut als persoon speelt het therapeuteffect. De vaardigheidsoefeningen en de inzichtverlenende gesprekken kunnen vertrouwen geven en de mindset veranderen.

Voor de bespreking van de aanraking als werkzame factor maak ik graag gebruik van het werk van collega Els Plooi. In 2014 publiceerde zij een artikel: 'Als aanraken nodig is' en daarin citeert zij uit een artikel van Mia Leijssen in 2006 en uit een artikel van Goodman en Teicher in 1988.

Leijssen (2006)

Leijssen geeft bij de interventie aanraken drie categorieën aan, met een oplopende intensiteit. *Attentional-affectional touch*; voor bemoediging en steun in een moeilijke periode. Hierbinnen vallen de handdruk en de arm om de schouder en aandacht voor 'self-touch' van de cliënt. *Emotional-expressive touch*; als steun bij het uiten van gevoelens en bescherming tegen decompensatie of desintegratie. *Cathartic touch*; daarbij wordt een specifiek lichaamsdeel aangeraakt om emoties los te maken, terwijl het aanraken

tegelijkertijd 'containment' biedt. Doordat de therapeut de aanraking niet stopt als er emoties loskomen, kan de cliënt in contact blijven. In contact met de therapeut, met zijn emoties, met zijn lichaam, met zichzelf en met het nu.

Goodman en Teicher (1988)

Goodman en Teicher noemen twee categorieën: *Holding*, als vangnet, voor ontspanning en om niet overspoeld te raken door gevoelens. *Holding* pas binnen een ondersteunende therapie. *Provoking touch* of *evocative touch*: om bij nieuwe inhoud te komen, die op een andere manier niet bereikbaar is voor cliënt of therapeut.

Els Plooi (2014)

Els Plooi concludeert: "In haptotherapie hebben zowel bevestigende, ondersteunende aanrakingen als openleggende en confronterende aanrakingen een plaats."

Main et al. (1990) en Gray et al. (2000)

In de algemene discussie van mijn dissertatie heb ik genoemd dat Main et al. in 1990 hebben aangetoond dat het waarnemen van veiligheid een belangrijke functie van aanraking is en Gray et al. in 2000 hebben aangetoond dat de juiste manier van aanraking geruststellend werkt.

Samenvatting

Er wordt gesproken over bemoedigende, beschermende, emotie-losmakende, geruststellende, bevestigende, openleggende en confronterende aanraking. De laatste drie in deze rij worden in het artikel 'Als aanraking nodig is' door Els Plooi genoemd als zijnde van toepassing voor de haptotherapie.

Gert: Al deze aanrakingen kunnen van toepassing zijn op de haptotherapie en het onderwijzend aanraken (hapto-educatie) zou daar wat mij betreft aan toegevoegd kunnen worden als een aparte categorie, i.e., voor mij is hapto-educatie dé essentie van haptotherapie.

Take away: (1) Oplossen taaldrama. (2) Stimuleren en faciliteren van wetenschappelijk onderzoek naar het effect van haptotherapie. (3) Implementeren van de uitkomsten van wetenschappelijk onderzoek



Voor meer informatie kunt u een e-mail sturen aan: praktijk@gertklabbers.nl