



Wat zeg je?



'De mens
is op contact
gebouwd'

prof.dr. J. Bastiaans



Wat zeg je?

De taal van de aanraking
in het contact met kinderen

Inga Mol

Haptonomie

© Inga Mol, Den Haag 2023

Derde herziene druk, Uitgeverij U2pi, Den Haag, 2023
www.uitgeveriju2pi.nl

Tweede ongewijzigde druk, Bohn Stafleu en Van Loghum,
Houten 2017

Eerste druk, eerste en tweede oplage, Reed Business,
Amsterdam 2010-2012

Ontwerp omslag en binnenwerk:

VerheulCommunicatie.com, Alphen aan den Rijn

Illustraties: [Beatrijs van Deursen](#), Den Haag

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die nochtans onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaardt auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich gaarne aanbevolen.

Waar dit mogelijk was, is aan auteursrechtelijke verplichtingen voldaan. Wij verzoeken eenieder die meent aanspraken te kunnen ontlenen aan in dit boek opgenomen teksten en afbeeldingen, zich in verbinding te stellen met de uitgever.

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor zover het maken van reprografische veelevoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) van deze uitgave ten behoeve van commerciële doeleinden dient men zich te wenden tot de uitgever.

ISBN 978 94 9329 910 8
NUR 853

Voorwoord




Iedereen die voor kinderen zorgt, raakt ze ook aan. En elke aanraking brengt een boodschap over via de tastzin. Dat is de taal van de aanraking. Dit boek is voor iedereen die geïnteresseerd is in die taal in het contact met kinderen.

Het is zomer. Mijn dochter speelt in de speeltuin. Ik kijk naar haar en de naar andere kinderen. Dan is daar een vreemd geluid dat zich steeds herhaalt. Het lijkt op een klap van hout tegen een boom, maar toch anders. Ik kijk naar de schommels, waar het geluid vandaan komt.

Op de schommel zit een jongetje van een jaar of drie. Achter hem staat een man, misschien zijn vader. Hij staat daar met stokstijve benen en armen. Telkens als het jongetje naar achteren zwiert, komt hij met een harde klap tegen de uitgestoken armen van de man aan. Dat veroorzaakt het vreemde geluid. De man beweegt niet mee met de schommelbeweging, zoals de meeste mensen dat automatisch wel doen. Door het lichaam van het kind gaat elke keer een schok. Zijn hoofd en nek maken bij ieder contact een 'whiplashbeweging'; zijn hoofd knikt met een schok naar achteren.

De lichamelijke 'boodschap' die het jongetje krijgt, is steeds een harde dreun, maar hij niet alleen. Het lichaam van de man heeft het ook zwaar te verduren. Hij vangt de klap op met zijn polsen, ellebogen, nek en schouders. Er is geen plezier zichtbaar, noch bij de man, noch bij het kind.



‘Het niet-verstaan en
niet-spreken van de stille taal
leidt tot veel onbegrip.’

De man is het zich waarschijnlijk niet bewust dat zijn aanraking zo’n schokeffect te-
weegbrengt, maar ik wel. Door de haptonomielessen die ik geef in de zorgverlening en
kinderopvang, zie ik veel van deze ‘stille taal’ tussen volwassenen en kinderen. Ook zie
ik dat het niet-verstaan en niet-spreken van deze taal tot veel onderling onbegrip leidt.
En daarom besluit ik, daar in de speeltuin, dat ik er een boek over ga maken.

Het duurde na dit voorval nog een paar jaar tot de eerste druk verscheen. In de tussen-
liggende jaren bleef het leven met mijn dochters zorgen voor inspiratie. Er kwam hulp
van Roger Reuver en Christien Innikel, die tal van situaties fotografeerden. En van
Beatrijs van Deursen die van de foto’s tekeningen maakte, die precies lieten zien wat ik
niet volledig met woorden kon zeggen.

Vanaf 2010 heeft het boekje, zoals het nu voor je ligt, meerdere oplages en herdrukken
beleefd bij de uitgeverijen Reed Business en Bohn Stafleu en van Lochem. Met veel
dank aan Jeroen van der Starre van Uitgeverij U2pi in Den Haag, verschijnt nu deze
derde druk.

Aan de inhoud is sinds de eerste druk niets veranderd. De taal van de aanraking is een
universele taal, die kun je daarom meteen herkennen en ze blijft altijd hetzelfde.

Ik hoop dat dit boek je inspireert tot het bewust voelen van je eigen aanraking en van
de reacties daarop van kinderen.

Inga Mol
Den Haag, 2023



Inhoud

Deel 2 Praktijk 44

- Inleiding 44

Deel 1 Theorie 11

1 Aanraken is taal 11

- Prikfels voelen is indrukken krijgen 11
- Wat wordt in dit boek met voelen bedoeld? 12
- Affectiviteit en effectiviteit 13
- Toewenden en afwenden 14
- De huid 15
- Samen voelen 16

2 De taal van de aanraking leren 18

- Contact is wederkerig 19
- De wijze van aanraken en de basis 21
- De basis en lichaamsondersteuning 22
- Toewenden is ja en afwenden is nee 24
- De intieme ruimte en de gewenste afstand 24
- Naderen 27
- Helpen bewegen en het lichaamsschema 28
- Dwingen en uitnodigen 30
- Impuls geven, wachten, meegaan in de beweging 32
- De aanrakingsplaats 33
- Omvatten en openlaten 37
- Uitnodigen door zelf te bewegen 38
- Tempo 39
- Intimiteit en seksualiteit 40
- Samenvatting 42

3 De taal van de aanraking in contact met de baby 46

- Reflexen benutten 46
- Optillen 50
- Dragen 54
- Verschonen 58
- Helpen aankleden 60
- Helpen eten 64
- Tot zit komen 68
- In en uit het fietsstoeltje tillen (voor) 70
- Op schoot 72
- Lopen 73

4 De taal van de aanraking in contact met het kind 75

- Hand geven 75
- Helpen aankleden 77
- Tandepoetsen 80
- Meekomen 82
- In en uit de fietsstoel (achter) 84
- Dragen 87
- In het verkeer 88
- Helpen bij iets engs 90
- Samen in de ruimte 92

Nawoord 95

Literatuur en websites 96

Inleiding

Dit boek is bedoeld voor ouders en professionals in de kinderopvang, het onderwijs, de gezondheidszorg en de jeugdzorg. Voor iedereen die kinderen verzorgt en opvoedt, is het nodig de taal van de aanraking goed te begrijpen en te 'spreken'. Dit maakt de communicatie met kinderen gemakkelijker. Kinderen werken eerder mee met wat jij wilt als je dat via het lichaam kunt vragen. Het versterkt bovendien de gevoelsmatige onderlinge band. Maar nog belangrijker, alle kinderen hebben volwassenen nodig die hun 'taal' verstaan en aan hen daarvoor datgene kunnen geven wat ze het hardst nodig hebben: gevoelsmatige bevestiging.

Iedere aanraking is taal

Baby's en kleine kinderen worden heel veel aangeraakt. Ze hebben nog geen woorden. Dus om ze iets duidelijk te maken raken we ze aan. Die aanraking vinden we heel gewoon. Misschien wel zó gewoon dat we er niet meer op letten. Toch is de aanraking voor het kleine kind letterlijk het meest veelzeggende in zijn bestaan. Wat we met een aanraking allemaal kunnen 'zeggen' en hoe het kind kan reageren, zijn de onderwerpen van dit boek.

De eerste taal voor het kind

Dit boek gaat dus over kinderen. Over hoe zij met hun lichaam luisteren en spreken. Maar eigenlijk gaat het over ons allemaal. Want ook volwassenen luisteren en spreken met hun lichaam. Het verschil tussen kinderen en volwassenen is dat voor volwassenen de

gewone taal voorop is komen staan. We letten eigenlijk maar zelden op de informatie die we via ons lichaam krijgen en uitzenden. Voor kinderen is dit heel veel jaren juist andersom. De taal van het lichaam is hun 'eerste taal'.

Iets van lichaamstaal blijft altijd bestaan

Hoe kleiner het kind, hoe minder woorden er worden begrepen en hoe belangrijker de taal van het lichaam is. Naarmate het kind ouder wordt, zal het gesproken woord belangrijker worden in het communiceren. Maar iets van de lichaamstaal blijft altijd bestaan. Het is zelfs zo dat in het proces van het ouder worden (bij ziekte en dementie) de lichaamstaal weer dominant kan worden ten opzichte van het gesproken woord. De cirkel is dan weer rond.

Haptonomie¹ en kinesionomie²

In sommige boeken over lichaamstaal worden lichaamshoudingen benoemd en beoordeeld. Zo zouden bijvoorbeeld gekruiste armen betekenen dat de bewuste persoon gesloten zou zijn. Over dit soort lichaamstaal gaat dit boek niet. Dit boek gaat over de lichamelijke communicatie tussen volwassenen en kinderen via de aanraking.

De uitgangspunten van dit boek zijn ontleend aan de haptonomie en de kinesionomie. Haptonomie: de leer van het voelen, de tastzin en de affectiviteit.

Kinesionomie: de leer van het samen bewegen.

Simpel gezegd is dit de leer van de aanraking en de beweging. Wanneer je goed kijkt en voelt, kun je waarnemen dat verschillende lichamelijke reacties op aanrakingen en bewegingen steeds opnieuw optreden. Dit noemt men 'de wetmatigheden van de tastzin' of 'de haptonomische fenomenen'.

1 De grondlegger van de haptonomie en kinesionomie in Nederland is Frans Veldman.

2 Kinesionomie is een door Frans Veldman geïntroduceerd begrip in het boek: *Lichte lasten; kinesionomie bij de verzorging en behandeling van patiënten* (1970). Het is een samentrekking van de woorden 'kinesiologie' en 'haptonomie'. Kinesiologie betekent: leer van houding en beweging. In de Kinesionomie wordt deze algemene bewegingsleer aangevuld met kennis omtrent de intermenselijke relatie en de invloed daarvan op de houding en beweging van de mens.

Theorie en praktijk

De fenomenen – de steeds terugkerende reacties van het (kinder)lichaam op de aanraking of beweging van de volwassene – worden in deel 1 beschreven. Dat is de theorie. Daarna worden in deel 2 veel verzorgingsmomenten in beeld gebracht: de praktijk. Zo kun je de haptonomische fenomenen bestuderen aan de hand van de praktijkvoorbeelden of andersom.

Foute aanrakingen bestaan niet

De illustraties in dit boek geven een beeld van de mogelijke reacties van het kind op de verschillende aanrakingen en bewegingen. Als het goed is, herken je veel uit je eigen dagelijks leven en werk. Wanneer je de tekeningen oppervlakkig bekijkt, zou je de indruk kunnen krijgen dat er goede en foute aanrakingen bestaan. Maar zo is het niet! Wanneer je bedoelingen goed zijn, raak je nooit fout aan. Hooguit roep je met jouw aanraking een effect op dat je niet had bedoeld. In dit boek kun je op zoek gaan naar diverse manieren van aanraken.

Bewust bezig zijn

De tekst en de illustraties zijn niet gemaakt om te vertellen hoe het moet. Ze zijn gemaakt om je uit te nodigen zelf te gaan voelen. Laat dit boek je vooral niet angstig maken dat je het ‘fout’ doet. Je hoeft je alleen maar ervan bewust te zijn dat jouw aanraking een taal is en dat het kind met zijn lichaam terugpraat.

Doel van dit boek: luisteren en spreken

Het doel van dit boek is dat je gaat zien en voelen welke invloed een aanraking of beweging heeft op het kind. Dat je op elke aanraking of beweging een reactie krijgt. Zo kun je met je lichaam luisteren. Maar je leert ook met welke aanraking of beweging je jouw bedoeling aan het kind helder kunt overdragen. Zo leer je met je lichaam spreken.

Hij/zij en opvoeder/verzorger

In de tekst wordt gemakshalve het kind of de baby aangeduid als ‘hij’, behalve als op de desbetreffende illustratie duidelijk een ‘zij’ te zien is. De opvoeder/verzorger wordt steeds aangeduid met ‘zij’, behalve als op de tekening duidelijk een ‘hij’ staat. Vanzelfsprekend wordt iedere gender bedoeld.

hoofdstuk 1

Aanraken is taal

Prikkels voelen is indrukken krijgen

Kleine kinderen hebben nog geen woorden, maar wel heel veel gevoel. Dat voelen doen ze met hun tastzintuig, de huid. Met hun huid ervaren ze prikkels van buitenaf. Wij, de opvoeders en verzorgers, zijn de belangrijkste aanbieders van de prikkels. We dragen, we wassen, we kleden, we voeden. En naast alle 'nodige' aanrakingen aaien, masseren, strelen en kietelen we. Al deze handelingen geven het kleine kind indrukken van buitenaf. En voor een veilige hechting is het van belang dat deze indrukken prettig zijn.

Maar andersom krijg je als 'aanraker' net zo veel prikkels en indrukken terug. Je voelt tijdens de verzorgende handelingen en alle andere aanrakingsmomenten, hoe het lichaam van het kind op jouw prikkels reageert. Door aanraking is er dus een uitwisseling van prikkels; de een doet een indruk op van de ander en andersom.

Voor een veilige hechting
is het van belang dat
indrukken prettig zijn

