

**Andrea Wellenstein-Tijssen
Albert de Vries**

Werken met de handelingsimpuls

**Over hoe een euritmitherapeut
aansluit bij een patiënt**

Academie voor Ervarend Leren

**Andrea Wellenstein-Tijssen
Albert de Vries**

Werken met de handelingsimpuls

**Over hoe een euritmitherapeut aansluit bij een
patiënt**

Academie voor Ervarend Leren, 2025

Inhoud

1. Intro en Samenvatting	5
2. Mijn motivatie voor mijn zoekproces	6
3. Situatiebeschrijvingen en reflectie: 'vooruitdenkend faciliteren'	7
4. Perspectief en conclusie	12
De gebruikte euritmische vaktermen.....	14

Uitgave: Academie voor Ervarend Leren, Arnhem, 2025

Deze publicatie is gratis te downloaden: www.academievoorervarendleren.nl
Op een printer die dubbelzijdig kan printen kun je het als A5 boekje printen: Kies in het systeemvenster voor 'boekje' en bij invoer papier-formaat 'A5' en bij uitvoer papierformaat 'A4'.

Vanwege privacy is de naam van de patiënt gewijzigd. De patiënt heeft ingestemd met publicatie.

U kunt contact opnemen met de auteurs via de volgende websites:

www.waila.nl

www.onderzoekineigenwerk.nl

De kleuren van de kaft zijn geïnspireerd op die van de in de tekst beschreven B-klank.



Dit boekje is gelicenseerd onder een Creative Commons 4.0 licentie.
Wanneer je gebruik wilt maken van dit werk, hanteer dan de volgende
naamsvermelding: Andrea Wellenstein-Tijssen & Albert de Vries (2025),

Werken met de handelingsimpuls. Over hoe een euritmitherapeut aansluit bij een patiënt. Toelichting
op de licentie: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

1. Intro en Samenvatting

Dit boekje is het verslag van een traject met een patiënt, geschreven door Andrea Wellenstein-Tijssen ¹, met ondersteuning van Albert de Vries. Andrea beschrijft hoe zij met elementen uit de euritmitherapie een individuele verbinding aangaat met de patiënt en de door haar gegeven euritmitherapie individualiseert, Albert reflecteert in de licht gedrukte passages.

In het gedrag van de patiënt verschijnt diens individuele manier van doen. In het procesverloop van de therapie is voor de ander en Andrea zelf beleefbaar wanneer zij aansluit bij deze individuele manier van doen. Reflecterend ontdekt zij hoe ze met haar manier van doen intuïtief heeft aangesloten bij de wilsinzet van de ander. Deze eigen wilsinzet, de individuele handelingsimpuls, wordt vanuit het inlevend waarnemen beschreven met twee werkwoorden en kan ook verbeeld worden met een beroepsbeeld.

Een eerste aanzet wordt gemaakt om de verdieping en verrijking van de euritmitherapie, die door deze werkwijze ontstaat, te benoemen en te beschrijven.

De werking van enkele euritmische elementen wordt getoond en hoe die juist tot werkzaamheid komen door de intuïtieve inzet van de euritmitherapeut. Het werken met de handelingsimpuls blijkt een manier te zijn om euritmitherapie te individualiseren.

1. Andrea heeft deze casus beschreven in het kader van de training 'Aansluiten bij de individuele mens in therapie en behandeling' in 2021/2022. Deze training werd gegeven als nascholing vanuit de AAG door Albert de Vries van 'Onderzoek in eigen werk' en Florinde Damen, beeldend therapeut.

Deelname aan de training werd financieel mede mogelijk gemaakt door de IONA-Stichting en Therapeuticum Aquamarijn.

2. Mijn motivatie voor mijn zoekproces

Het is, volgens mij, voor het voortbestaan van de euritmitherapie belangrijk dat er over haar gesproken en verteld wordt. Ik zoek daarbij een weg die bij mij past, waarin het persoonlijke verhaal van de cliënt en van mij als therapeut over het voetlicht kunnen komen. Dat is voor mij wezenlijk in de werkzaamheid van deze therapievorm.

Euritmitherapie kent reeksen oefeningen om bepaalde klachten of ziektebeelden te behandelen. Hoe deze oefeningen worden overgebracht en gedaan worden is in ieder behandeltraject anders. Voor mij is bij iedere behandeling de vraag: 'Hoe begeleid ik iemand om op een eigen manier verbinding te maken met de euritmitherapie?' Kortom: 'Hoe sluit ik aan bij de patiënt?'

Dit zoekproces wil ik onder woorden brengen. Ik schrijf het verhaal van de patiënt, de euritmitherapie en dus vooral ook van wat ik als therapeut doe.

Het is bijzonder dat een therapeut in haar onderzoek ook zichzelf deel van dat onderzoek laat zijn. Onderzoek richt zich doorgaans alleen op de euritmitherapie en de patiënt. Daarmee blijft de therapeut en diens rol buiten beeld, terwijl de therapeut een noodzakelijk deel is van het werkzaam laten worden van de euritmie in relatie tot die ene, concrete patiënt. Zeker als je als ideaal hebt de patiënt naar zijn eigen euritmitherapie te begeleiden.

3. Situatiebeschrijvingen en reflectie

Situaties tijdens de therapie

Situatie 1:

Aan het eind van de tweede sessie staan wij tegenover elkaar en bedankt de patiënt mij met een buiginkje en zegt 'Mijn doel is het om de oefeningen thuis te doen, maar door alle muizenissen lukt dat niet'.

Ik pak van achter mij de doos met kaarten met afbeeldingen van de euritmie-figuren en geef hem daaruit een kaart en zeg daarbij: 'Dit is de euritmiefiguur B. Dat is de klank die we o.a. vandaag geoefend hebben.'

Hij bekijkt de kaart en reageert blij verrast. 'Wat een mooie kleuren!' Ik: 'Je kunt de kaart thuis neerzetten en er af en toe naar kijken.' Hij schuift de kaart zorgvuldig in zijn agenda.

Situatie 2:

De volgende sessie. Hans loopt drielijg, langs de muur, vooruit en achteruit. Eerst met steun van de muur, dan vrij.

Ik loop de eerste 'baantjes' met hem mee, dan loop ik een eindje achter hem, wat verder van hem af.

Hij loopt nu alleen. Hij gaat wat sneller lopen en er komt een hupje in zijn stappen. Zo loopt hij heen en weer.

Als hij stilstaat na een paar 'baantjes' zeg ik: 'Maak het B-gebaar als je stilstaat' en samen met hem maak ik een B-gebaar.

Hij begint meteen weer te lopen, heen en weer, en nu loopt hij met het B-gebaar heen en weer. Hij loopt lichtvoetig en lacht erbij.

Ik sta aan de zijkant en leun een beetje tegen de tafel die daar staat en kijk rustig, laat gebeuren wat gebeurt.

Situatie 3:

Zelfde sessie. Als hij gaat wiebelen bij het lopen staat hij stil, en zucht diep. Het is even stil.

Er komt een gedicht in me op ('Kwam een vogel gevlogen'), met een bepaald ritme (anapest): 'Hans, ik ga een gedicht spreken en we lopen op het ritme.' Zo doen we het.

Hans pakt het ritme snel op, hij kent het gedicht. We lopen samen door de ruimte, op het ritme. De stemming is vrolijk en licht.

Als ik het gedicht nog een keer spreek, loop ik niet mee.

Hans loopt vrij door de ruimte, vooruit, achteruit, rond, recht, hij geeft het zelf vorm. Soms raakt hij de draad kwijt van het ritme en dan lacht hij en gaat door met bewegingen. Aan het slot zegt hij: 'Ja, dat ben ik ook.'

Eerste reflectie

Hans, nu 77 jaar, heeft eerder een periode euritmitherapie bij mij gehad. Omdat hem dat goed doet wil hij zelf thuis de euritmitherapie weer oppakken en heeft contact opgenomen om opnieuw een aantal keer te oefenen.

De eerste keer van deze serie benoemt hij dat hij mantelzorger voor zijn partner is. Hij beschrijft dat het hem moeite kost om ruimte voor zichzelf in te nemen en voor zichzelf te zorgen. 'Ik weet het allemaal, maar ik krijg het niet voor elkaar. Ik zit klem en pieker veel.' Hij lijdt onder de situatie. Hij ziet grijs. Zijn ademhaling is hoog.

Geïnspireerd vanuit de idee 'handelingsimpuls' stel ik mezelf de vraag: 'Wat wil deze persoon die eraan lijdt dat hij geen ruimte voor zichzelf kan innemen, er wel kan zijn voor anderen, maar niet voor zichzelf kan zorgen en piekert?' Positief, geformuleerd met twee werkwoorden, benoem ik zijn handelingsimpuls met: 'vooruitdenkend faciliteren'.

Als therapeut ² ben je, wanneer je een appel wilt doen op het zelfgenezen-vermogen van de ander, telkens op zoek naar de kern, het wezenlijke van de ander. Het wezenlijke dat je, door er bij aan te sluiten, kunt ver-

sterken. De ander kan dan nog meer en autonomer verschijnen in zijn kwaliteit en zo bijdragen aan het grotere geheel waarin hij of zij zich bevindt.

Maar wat is nou dat wezenlijke van die ander? Het verschijnt in het gedrag. Je kunt meebewegen met de actie. Je beweegt mee met de wil van de ander. Je zoekt dus niet een verzameling van karakteristieke lichamelijke of psychische verschijnselen, maar je gaat op zoek naar de handelingsimpuls.

Met dat idee of begrip handelingsimpuls is er een duidelijk doel in de thera-pie. Je ondersteunt de ander bij het zoeken naar en het realiseren van de eigen handelingsimpuls. En, in het vervolg daarop, hoe je die handelingsimpuls kunt versterken. Alle therapeutische technieken en werkwijzen zijn op dat doel gericht. In het gebruik kun je zelf beoordelen in hoeverre technieken en werkwijzen dienstbaar zijn aan dat doel: versterken van iemands handelingsimpuls.

We nemen inlevend waar hoe iemand handelt, of hoe er in een beroeps-situatie gehandeld wordt. De waarneming wordt uitgedrukt in twee werkwoorden.³ Kies je maar één werkwoord dan wordt het eerder een categoriseren en verdwijnt het levendige. Met meer werkwoorden wordt het al snel een verhaal en verliest het zijn kernachtigheid. Ik heb gemerkt dat juist twee werkwoorden de handelingsimpuls als uniek, éénmalig, beschrijven. We karakteriseren daarom het hoe van de handelingsimpuls met twee werkwoorden, zoals 'erin zittend gaan', 'aanprijzend verbinden', 'aanprijzend tonen', 'verhalend brengen' en 'losmakend opbergen'.

2. Dit stukje is vrij vertaald overgenomen uit: Albert de Vries (2024): *Inclusief Coachen*. Daar staat een uitvoeriger beschrijving van de werkwijze.

Zie eveneens: Albert de Vries (red.) (2021): *Hoe plant jij de sla, dáár draait het om. Inclusieve opleiding voor mensen met en zonder zorgvraag*. Beiden te downloaden van <http://www.academievoorervarendleren.nl/>

3. Het eerste werkwoord wordt als onvoltooid deelwoord vervoegd: het hele werkwoord met een 'd' erachter. Deelwoord, omdat het bij een ander woord hoort. In dit geval het tweede werkwoord. Onvoltooid, omdat het in het hier en nu nog gaande is.

De twee werkwoorden duiden op het wezen van de ander. Ze vormen samen één begrip. Ze treden dus gelijktijdig op en niet de één na de ander, of zelfs de één als oorzaak voor de ander. Met twee werkwoorden zijn er oneindig veel combinaties te maken. Soms versterken die werkwoorden elkaar, zoals in 'controlerend nakijken'. Soms lijken ze elkaar bijna uit te sluiten, zoals in 'inlevend controleren'. Elke combinatie heeft een heel eigen dynamiek.

Ik ben verrast, nu ik deze kwaliteit van hem zie, verrast over de verbinding met wat ik in de eerste situatie onverwacht, intuïtief, gedaan heb en waarvan ik toen direct beleefde hoe dat bij hem aansloot: 'Ik pak van achter mij de doos met kaarten met afbeeldingen van de euritmiefiguren en geef hem daaruit een kaart en zeg daarbij: 'Dit is de euritmiefiguur B. Dat is de klank die we o.a. vandaag geoefend hebben.' Ik suggereer: 'Je kunt de kaart thuis neerzetten en er af en toe naar kijken.' Ik denk vooruit, ik zie hem in zijn thuissituatie waar hij wil oefenen en ik richt tegelijk iets voor hem in die ruimte in, dat hem kan ondersteunen bij zijn oefenen. Ik faciliteer. Ik doe mee met de positieve drive van Hans! Ik ben ook 'vooruitdenkend aan het faciliteren'.

In de tweede situatie gaat het niet anders: 'Maak het B-gebaar als je stilstaat'. Opnieuw sluit ik vooruitdenkend faciliterend bij hem aan.

In de derde situatie ga ik niet rechtstreeks in op zijn wiebelen, in de zin van dat ik hem corrigeer of zeg wat hij moet doen om minder te wiebelen. Ik spring vooruit, naar een nieuwe situatie en richt met het gedicht die nieuwe situatie zo in dat Hans daarin vrij kan bewegen. Opnieuw herken ik dat ik 'vooruitdenkend faciliteer'.

Reflectie van iets grotere afstand

Blijkbaar heb ik met iemand van doen die als unieke kwaliteit heeft om 'vooruitdenkend te willen faciliteren'. Met de ingrediënten van mijn vakgebied doe ik hem dat op allerlei verschillende manieren voor en neem ik hem daarin mee. Ik reik Hans daarmee aan om vaardiger te worden in zijn eigen kwaliteit.

In gesprek met Hans

De kleuren van de figuur van de B-klank spreken Hans aan, ze roepen een herinnering op aan een bijzondere ervaring die hij had als klein kind, waarin hij zijn overleden broer ontmoette in een wereld van kleuren.

Het omhullende gebaar met de armen roepen in hem het beeld van Maria op, door wie hij zich getroost voelde als kind.

Reflectie op het B-gebaar

Het maken van het B-gebaar helpt Hans om bij zichzelf te blijven, zijn eigen wereld te vullen en ook te zien wat er in de wereld van de ander speelt. Die werelden kunnen elkaar doordringen, zonder elkaar uit te sluiten of te verdringen. Vanuit ‘vooruitdenkend faciliteren’ kan Hans zowel faciliteren, als bij zichzelf blijven, of, anders gezegd, Hans kan op zijn manier faciliteren, vanuit wat hij ziet dat de ander nodig heeft en hij aan te bieden heeft. Hij hoeft zijn persoonlijke zaken er niet ongevraagd in te mengen en hij hoeft zichzelf in die dienstverlening ook niet te verliezen of buiten te sluiten.

Wanneer ik het B-gebaar, zoals Hans dat in deze situatie maakt en waar ik hem bij begeleid en in ondersteun, op dezelfde manier, vanuit inlevend waarnemen, karakteriseer, dan kom ik op de werkwoorden: ‘verdichtend naderen’. Ik kan nu verder onderzoeken wat het B-gebaar met zijn handelingsimpuls van doen heeft.

Om enig gevoel te krijgen voor het specifieke van de karakterisering van het B-gebaar vergelijk ik die met hoe ik de handelingsimpuls van twee andere klanken heb gekarakteriseerd: Bij het gebaar van de klank T kom ik op: ‘verzamelend treffen’. Dat rijmt voor mijn beleven niet met ‘vooruitdenkend faciliteren’. De klank F karakteriseer ik als: ‘blazend vormen’. Ik beleef dat de F ook een mogelijkheid zou kunnen zijn om bij Hans aan te sluiten.

4. Perspectief en conclusie

Wat mij raakte in dit onderzoek is dat deze werkwijze een deur opent naar het toegang krijgen tot iemands diepere wil, en die van mezelf. Het roept eerbied op in het werken met en voor de ander.

Ik sta stil bij de 'handelingsimpuls' van de patiënten. Deze methodiek wijst een weg in de therapie. Ook het door oordelen heen luisteren naar de kwaliteiten die daaruit spreken.

Door op deze manier te onderzoeken doe ik mijn dagelijkse terugblik op een andere manier. Ik maak me mijn oordelen bewust, ik onderzoek de therapiesituatie, ik ben wakker voor wat ik zelf intuïtief doe en beschrijf dat. Dat levert allemaal materiaal om de handelingsimpuls van de patiënt expliciet te kunnen verwoorden.

Nu heb ik het verhaal van de therapie geschreven. Wat ik wens is, dat ook de patiënt het verhaal schrijft. Laatst had ik zo'n situatie waarin ik de zevendelige staaf-oefening samen met de patiënt deed en vanuit mijn verbinding met die oefening, terloops, bij het verticaal naar de rechterzijde bewegen van de staaf zei: '... en stel je voor dit is de rechtermuur, dit de linkermuur van je huis ...'. Een dag later kreeg ik een mail van deze patiënt: 'Gisteren mocht ik bij jou mijn huis bouwen'. Met erbij gevoegd een dichtregel van Ida Gerhardt '... en houd uw huis in stand ...'. Dat is een cadeau wanneer de werking zo concreet ervaren én gemeld wordt.

Ik sta aan het begin. Het vraagt oefening. Het lukt me met een enkele patiënt om dit zo toe te passen. Ik realiseer me dat ik mijn scholingsweg zo heel concreet vorm geef. Het gaat eigenlijk over trainen. De vaardigheden komen alleen met het herhalen. En daaruit groeit het vertrouwen in mijn eigen 'handelen in het moment' als therapeut.

Ik merk na een jaar dat ik handvatten heb om de individuele benadering van de patiënt helderder en concreter te krijgen. De oefeningen van de euritmietherapie vormen de therapeutische grondslag. Die moet ik kennen en beheersen. Hoe ik met deze oefeningen omga, hoe ik deze oefeningen aanbied en het proces dat ik met de patiënt samen ga, om de juiste en werkzame oefeningen te vinden, kan ik

verhelderen. Wat intuïtief gebeurt in dit proces, kan ik beter begrijpen en daarop bijsturen.

Het is dus een weg van zelfkennis voor mij als therapeut en een verdieping van de betekenis van de relatie tussen de patiënt en mijzelf. Een houding waarin ik oordelend, gericht aan het werk ga en tegelijkertijd onbevangen ben ten aanzien van wat er gebeurt, bij de ander, bij mij, tussen de ander en mij, is voorwaarde. In een situatie van actief handelen tegelijkertijd luisterend te kunnen zijn.

Ik ontdekte, en dat vond ik heel bijzonder, hoe door deze werk- en onderzoekswijze een tip van de sluier werd opgelicht van wat de karmische betekenis van een vraagstelling kan zijn.

De gebruikte euritmische vaktermen

- Anapest: een kort-kort-lang ritme. Lopend wordt dit ritme gevolgd.
- Driedelig lopen: Het gewone lopen, met een moment van afzetten, dragen en neerzetten wordt uitvergroot en met aandacht gevolgd: heffen, dragen en de voet neerzetten, afrollend vanaf de tenen.
- Euritmiefiguur B: Van alle klanken uit het alfabet bestaan er schetsen. Een compositie in drie kleuren die de euritmische beweging van de klank weergeeft.
- Zevendelige staafoefening: Dit is een oefening waarbij een 80 cm lange koperen of houten staaf zo bewogen wordt dat de ruimte rondom afgebakend wordt: boven, onder, rechts en links.



Andrea Wellenstein-Tijssen werkt nu als euritmietherapeute in een eigen praktijk, Waila. Na gewerkt te hebben als verpleegkundige A en MGZ, heeft ze de euritmieopleiding in Den Haag gedaan. Vervolgens de euritmietherapieopleiding in Stuttgart. De afgelopen 25 jaar was ze verbonden aan Therapeuticum Aquamarijn in Arnhem.



Albert de Vries werkt als coach, trainer en onderzoeksbegeleider. Met de door hem ontwikkelde werkwijze van 'inlevend waarnemen' en 'ervarend leren' beoogt hij het initiatief, de kwaliteit en de unieke inbreng van eenieder te versterken. Het resultaat is een inclusievere en duurzamere samenleving

