



# VAN ZORGVLOER NAAR DANSVLOER

Conferentie  
KRACHTEN GEBUNDELD  
10 juni 2017

Ina van Keulen & Simone Kleinlooh



# INHOUD

INTRODUCTIE

VISIE OP GEZONDHEID

VISIE OP DANS

DE DOELGROEP

DANSTHERAPEUTEN OVER DEZE DOELGROEP

INTERVENTIE EN EFFECTEN

WERKZAME FACTOREN

MOGELIJKE VERKLARINGSMODELLEN

VRAAG

# INTRODUCTIE

- ❖ Wat wij vandaag presenteren zijn de bevindingen uit vooronderzoek ten behoeve van een subsidieaanvraag.
- ❖ Eerste aanvraag, gericht op preventie en 1<sup>ste</sup> lijn, niet gehonoreerd wegens onvoldoende afbakening doelgroep
- ❖ Daar waar effecten specifiek vanuit danstherapie zichtbaar waren is binnen de specialistische hulp GGZ
- ❖ Hoewel bevindingen uit vooronderzoek eerste aanvraag nog een rol spelen richtten we ons nu op onderzoek was is gedaan voor nieuwe aanvraag.

# VISIE OP GEZONDHEID

***'GEZONDHEID ALS HET VERMOGEN OM JE AAN TE PASSEN EN JE EIGEN REGIE TE VOEREN, IN HET LICHT VAN DE SOCIALE, FYSIEKE EN EMOTIONELE UITDAGINGEN VAN HET LEVEN (Huber et al. 2011)***

- Neem gezondheid niet als doel op zich maar als middel
- Zingeving blijkt de sterkste gezond makende factor
- Begeleiding moet op maat zijn, niet iedereen heeft dezelfde vermogens

# VISIE OP DANS



# DE DOELGROEP

Afbakening; van grote groep naar specialistische hulp  
SOLK >>> Somatische-symptoom stoornis (SSS)

- Meestal in combinatie en/of als diagnose
  - Angst en stemmingsstoornis
  - PTSS
  - Persoonlijkheidsstoornissen
  - Depressie en angststoornissen
- 
- Wat de cliënten allemaal verbindt is dat hun aandoening via het lichaam duidelijk wordt en de lichamelijke klachten centraal staan.
  - Zij vaak al lange weg in zorg hebben afgelegd en zich onbegrepen voelen
  - Uitgeput zijn in het uitleggen wat er met ze aan de hand is
- 
- Dr Karcher ( Klinik Lahnhöhe, 2015) een specialist voor PTSS zegt dat een niet gediagnosticeerde PTSS achtergrond is van veel verschillende diagnoses binnen de psychosomatiek. Een eerdere geïntegreerde aanpak zou erger kunnen voorkomen.



# DANSTHERAPEUTEN OVER DEZE DOELGROEP

- ❖ *Jenneke van Geest (preventiecentrum Zuyd)*: Niet het (beperkte) functioneren van het lichaam, maar juist het (her)ontdekken en beleven van de mogelijkheden van het lichaam in beweging en dans staat in danstherapie centraal. Hierbinnen kan het lichaam en de lichaamsbeweging als iets plezierigs, ontspannens en positief worden ervaren. (2016).
- ❖ *Amber Klop (AMC, Maastricht)*: “Als niemand het meer weet komen deze cliënten bij de danstherapeut terecht”. “Cliënten lopen doorgaans vast in (b.v. fysiotherapie of psychosomatische fysiotherapie) oefeningen en dan biedt DT een uitkomst omdat het niet oefenings- en probleemgericht is”
- ❖ *Dione Dijkman (MGGZ Utrecht)*: “ In DT gaat het om de gewaarwording en daar even bij blijven, geen analyses of te veel ratio en cognitie. We blijven in het – pre- verbale stuk en de interactie tijdens het spontaan bewegen met de cliënt maakt dit mogelijk. Er is ‘shape – flow’ (Laban) en de danstherapeute kijkt ondertussen naar de bewegings-kwaliteiten van de cliënt voor cues en informatie”. In DT gaat de route via – het functioneel bewegen naar beleven - naar ervaren – naar effect”.
- ❖ *Job Cornelissen (PsyToBe Rotterdam)*: “DT richt zich op wat er wel is aan bewegingsmogelijkheden (Laban), de resources – dimensies in beweging - danstherapeuten zijn creatief en kunnen ter plekke improviseren – ‘wij gaan op grijs te zitten

# INTERVENTIE EN EFFECTEN

**Interventie:** dansimprovisatie, synchroniteit in ruimte en effort, thematisch werken (Brauninger 2014)

Improvisatie, vergroten bewegingsvocabulaire, creativiteit, expressieve aspect, resources georiënteerde aanpak (praktijkonderzoek studenten bachelor en master)

Positieve lichamelijke ervaringen, triade van creatieve expressie, bewegingsbewustzijn en activiteit. Ondersteunende therapeutische relatie. (Goodhill 2013)

**Effecten:** verbetering van kwaliteit van leven, symptomen als depressie en angst nemen af, toename van het subjectief welbevinden, positievere stemming en lichaamsbeeld. (meta-analyse Koch e.a. 2014)

Andere manier om met problemen om te gaan (coping) en vermindering van stress, angst, medicijngebruik en vermoeidheid. (Payne 2009)



# WERKZAME FACTOREN

Patiënt met een somatisch-symptoomstoornis:

*” Uiteindelijk ben ik ook bij een dans-bewegingstherapeut geweest. Hier hoefde ik niet veel te praten, maar kon ik mijn frustraties, angst en ook woede uitten in dans en beweging. Ik werd letterlijk en figuurlijk in beweging gebracht en kreeg hierdoor opnieuw vertrouwen in mijn lichaam en in mijzelf”.*

## **Richtinggevende begrippen ten aanzien van werkzame factoren**

Het beleven van positieve mogelijkheden van het lichaam, plezier, ontspanning, niet oefengericht, expressie, niet gericht op probleem, geen rationele benadering, in het moment zijn en kunnen genieten zijn begrippen die naar voren komen vanuit patiënten/cliënten.

Hierin lijkt het van belang dat eerst wordt ingezoomd op expressie, uitten van gevoelens op een actieve en speelse manier. Vervolgens op bewegingsbewustzijn en daarna op body/mind connectie.

De therapeut is vooral ondersteunend en faciliterend en geeft (non)verbale feedback middels LMA

# MOGELIJKE VERKLARINGSMODELLEN

Factoren die besloten liggen in de kunsten

## Therapeutic factors/active factors in arts therapies (Koch, 2016)

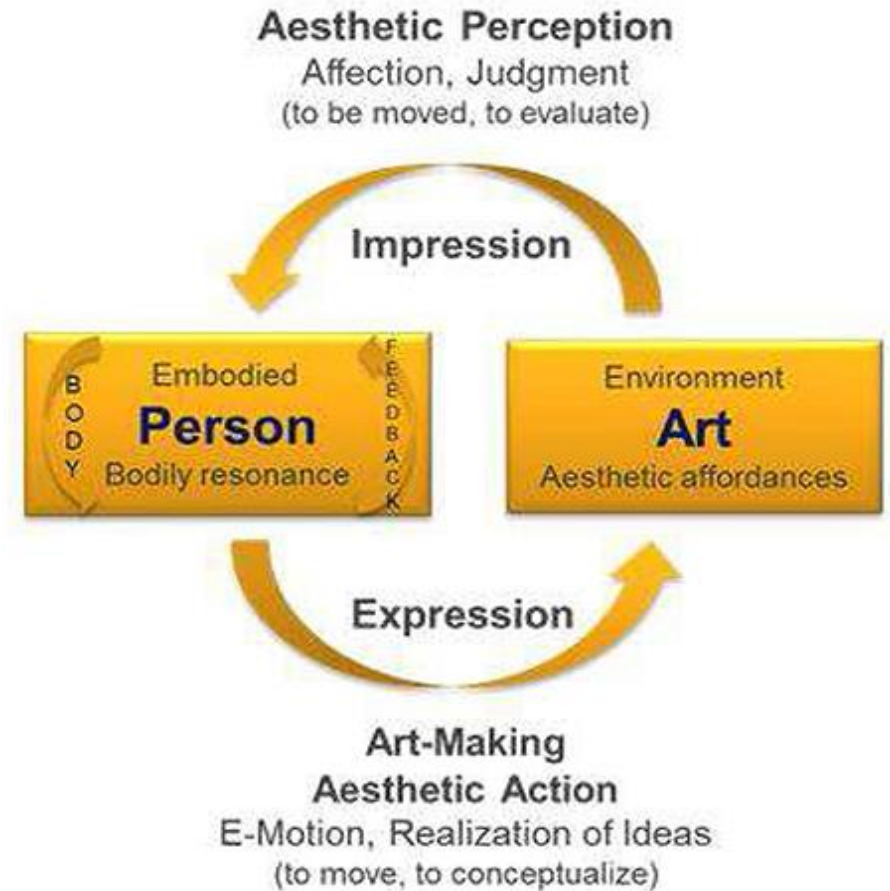
Hedonism; Art for pleasure and play

Aesthetics: Art for beauty and authentic expression. Integration body/mind

(Non-verbal) Meaning; Making; Art for symbolizing and communicating

Transitional Support; Art for shelter, art for being seen, mirroring, etc.

Productivity, Creation; Art for resilience and self-efficacy



# DAMASIO, TREVARTHEN, STERN

❖ **Trevarthen** relates how vitality, from the deep integration of body and mind, grows through playful relationships (as in DT) into an imagination for acquired movements of language and the arts

## Damasio

CONSCIOUSNESS	SELF	BODY/MIND	ORDER
Nonconsciousness	Proto-self	Emotions, and a feeling of the emotions	First-order neural pattern
Core consciousness	Core self	Conscious that one has the feeling	Second-order conscious pattern
Extended consciousness	Autobiographical self	Linguistically conscious	Third-order linguistic pattern

The interrelationship of **mind and body** in the experience of emotion. What the mind experiences as emotion is actually its interpretation of a constellation of somatic cues (emotional regulation)

2

❖ **Stern** - Life shows itself in so many different forms of vitality. According to the Stern, it is possible to trace vitality to real physical and mental operations-- including movement, time, perception of force - as well as spatial aspects of the movement and its underlying intention.



## EMBODIED CONCEPTS OF NEUROBIOLOGY IN DANCE/MOVEMENT THERAPY PRACTICE (HOMANN, 2010)

Troughout life the brain balances activation and rest, stimulation and integration, via **the biodynamics of the body** (Porges, 2009)

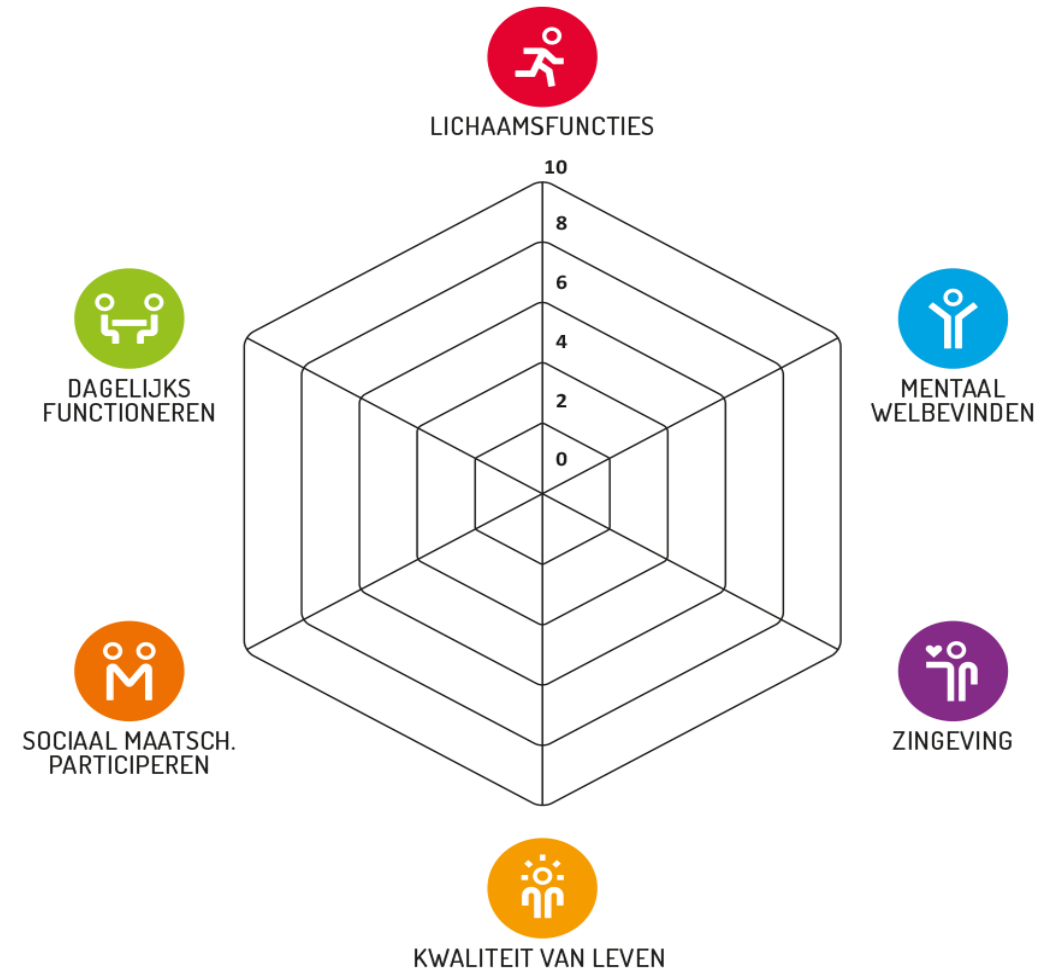
We have multiple ways of storing and retrieving memories, which are located in different areas in the brain (Hart, 2008; Kolb & Wishaw, 2008; Shore, 2003) These can be grouped into overlapping categories, implicit and explicit, and the boundaries between them fluctuate. **The body plays an essential role in implicit memory formation and retrieval.**

**Exploring movement** is a powerful resource for becoming conscious of one's emotional experience and expressing feeling states to others. (Homann 2010)

Mirror neurons provide the neurophysiological foundation for empathy, love, and human interaction (Gallese, 2003, 2005; Rizzolatti & Craighero, 2005) **Mirror neurons are experience-dependent**

# VRAAG

Bij welke dimensies van gezondheid sluit vooral danstherapie goed aan ?





“Dansen is de beste multi-sensorische ervaring  
en het beste in staat emotie op te roepen”.

Robbert Dijkgraaf in The Mind of the Universe 4 juni 2017

## DANK U WEL

Ina van Keulen: [ina.vankeulen@zuyd.nl](mailto:ina.vankeulen@zuyd.nl)

Simone Kleinlooh: [simone.kleinlooh@zuyd.nl](mailto:simone.kleinlooh@zuyd.nl)