



# Wie zijn wij?



**Ruud Weyden**  
Vaktherapeut Beeldend



📍 sGGZ Mondriaan Ouderen  
& TOPC Ouderen  
Heerlen-Maastricht



**Dr. Ellen Gielkens**  
GZ-psycholoog



📍 sGGZ Mondriaan Ouderen  
& TOPC Ouderen  
Heerlen-Maastricht



## Gezamenlijke interesse

Trauma bij ouderen, veiligheid, verbinding en herstel.



## Centrale vraag

Hoe kunnen we voorwaarden creëren waarin veiligheid ontstaat, verbinding mogelijk wordt en afgescheiden ervaringen geïntegreerd kunnen worden?

## Psychotherapie én vaktherapie

### Transdiagnostische processen

- **Sensorische en lichamelijke processen:** spanning, activatie, lichaamsbeleving
- **Arousal & stressreacties**
- **Emotieregulatie:** onder- of overregulatie

Vaktherapie

- **Cognitieve processen:** aandacht, geheugen, interpretaties
- **Executieve functies:** planning, flexibiliteit, impulscontrole, initiatiefname
- **Sociaal functioneren:** hechting, betrokkenheid, isolatie

Psychotherapie

## Psychotherapie én vaktherapie

### 1. Bottom-up ervaring

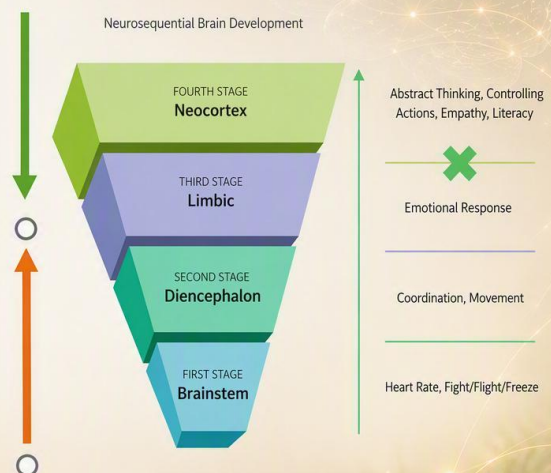
- Via beweging, spel, ritme, sensoriek, creatie:
- arousal reguleren, emoties toelaten, patronen zichtbaar maken

### 2. Top-down duiding

- Psychotherapie:
- Betekenisgeving, cognitieve verwerking, integratie in levensverhaal,
- motivatie en generalisatie

### 3. Transfer naar het dagelijks leven

- nieuw gedrag oefenen
- steun vergroten
- vaardigheden verankeren



## Psychotherapie én vaktherapie

### Transdiagnostische processen

- **Sensorische en lichamelijke processen:** spanning, activatie, lichaamsbeleving
- **Arousal & stressreacties**
- **Emotieregulatie:** onder- of overregulatie

Vaktherapie

- **Cognitieve processen:** aandacht, geheugen, interpretaties
- **Executieve functies:** planning, flexibiliteit, impulscontrole, initiatiefname
- **Sociaal functioneren:** hechting, betrokkenheid, isolatie

Psychotherapie

## De vele gezichten van beeldende therapie

Vele ingangen – één beweging: van ervaren naar verbinding

### Het beeld als BRUG

Het beeld helpt om betekenis te ontdekken.

- intuïtie krijgt vorm
- ervaringen worden zichtbaar
- woorden kunnen ontstaan
- dieper weten wordt begrijpelijk

angst  
verdriet  
hoop  
kracht  
vrijheid

### Het beeld als GETUIGE

Het beeld draagt de ervaring zelf.

- een herinnering
- een beleving
- een proces
- een bestaansmoment

Het beeld hoeft niets uit te leggen.

Het bestaan van het beeld is de betekenis.

### Het beeld als VOERTUIG

Het beeld faciliteert een ervaring.

- bewegen
- voelen
- experimenteren
- ontmoeten
- reguleren
- transformeren

Hier ligt de betekenis niet in het eindresultaat.

Het werk gebeurt tijdens het maken.

*Het beeld vormt een brug tussen wat al wordt geweten en wat nog niet onder woorden kan worden gebracht.*

*Verbinding* gaat vaak  
vooraf aan begrip.

# Waarom vaktherapie juist bij ouderen?



Traumatische ervaringen verdwijnen niet vanzelf.



Veroudering brengt verlies, ziekte, rolveranderingen met zich mee waardoor eerdere coping minder effectief kan worden.



Levensfasegebonden gebeurtenissen kunnen oude thema's opnieuw activeren.



Niet alle traumatische ervaringen laten zich makkelijk in woorden vatten.

Sobczak et al., 2025; Lely & Kleber, 2022

## Oefening Beeldende therapie: “Maak iets!”

*Wat gebeurt er?*

### Denken

*Waar moet ik beginnen?*

*Doe ik het goed?*

*Wat wordt er van mij verwacht?*

*Mag ik dit wel zo doen?*

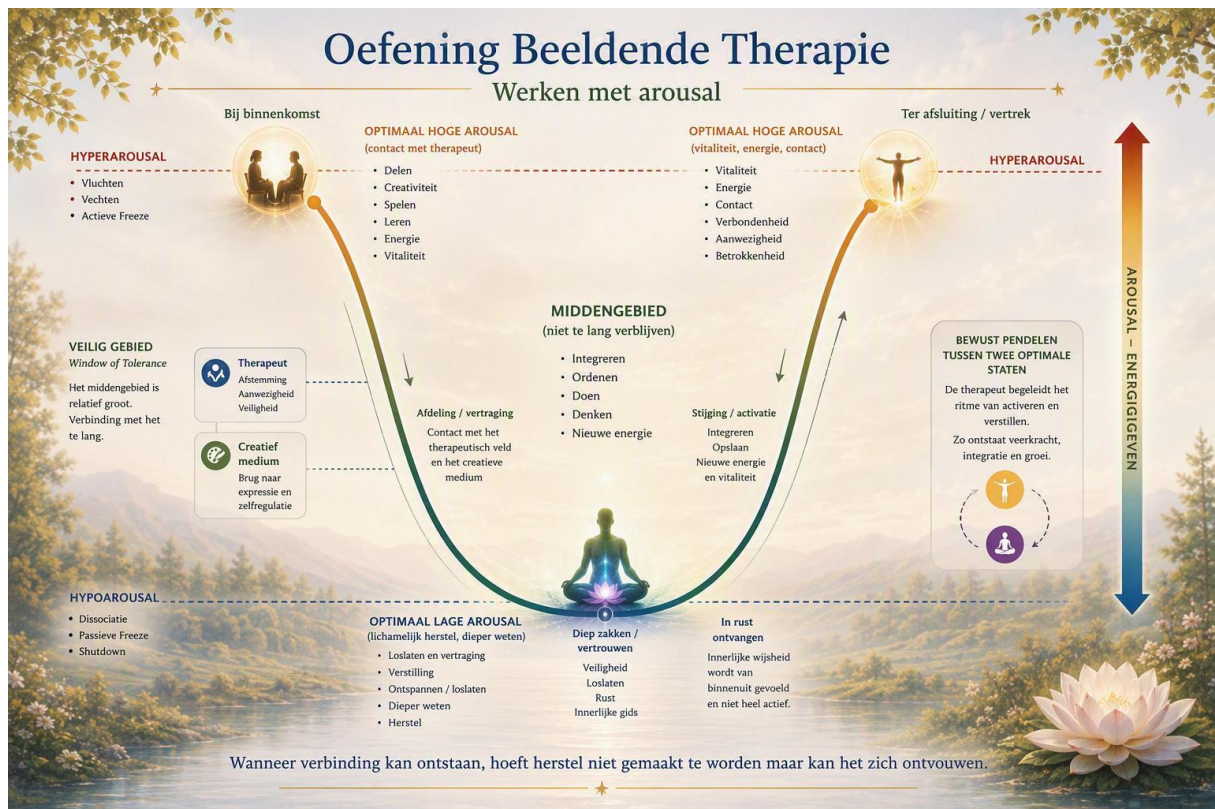
### Voelen

nieuwsgierigheid;  
aarzeling;  
spanning;  
speelsheid;  
onzekerheid;  
enthousiasme.

### Handelen

Sommigen:  
wachten;  
kijken om zich heen;  
willen eerst begrijpen;  
zoeken naar zekerheid.

Anderen:  
beginnen direct;  
maken een krachtige beweging;  
experimenteren;



## Mw. M.

- Een 74-jarige weduwe stilgevallen na een ziekenhuisopname i.v.m. hartstilstand. IC opname gehad en ternauwer nood de situatie overleefd. Sinds die tijd bang om te bewegen en actief te zijn terwijl actief zijn altijd een belangrijke coping was. Heeft veel focus op alles wat ze in haar lijf voelt en raakt in paniek.

Mw. M. krijgt EMDR op de aansturende herinnering waar de angst is ontstaan voor haar lijf: Ze ziet zichzelf op IC liggen met allerlei monitoren en overlijdt.

Het proces verloopt moeizaam. Ze raakt direct overspoeld bij het spreken over deze situatie en is niet in staat bij het beeld stil te blijven staan. Ondanks psychoeducatie en hulp in het veilig proberen te maken in stapjes loopt de psychotherapie vast.

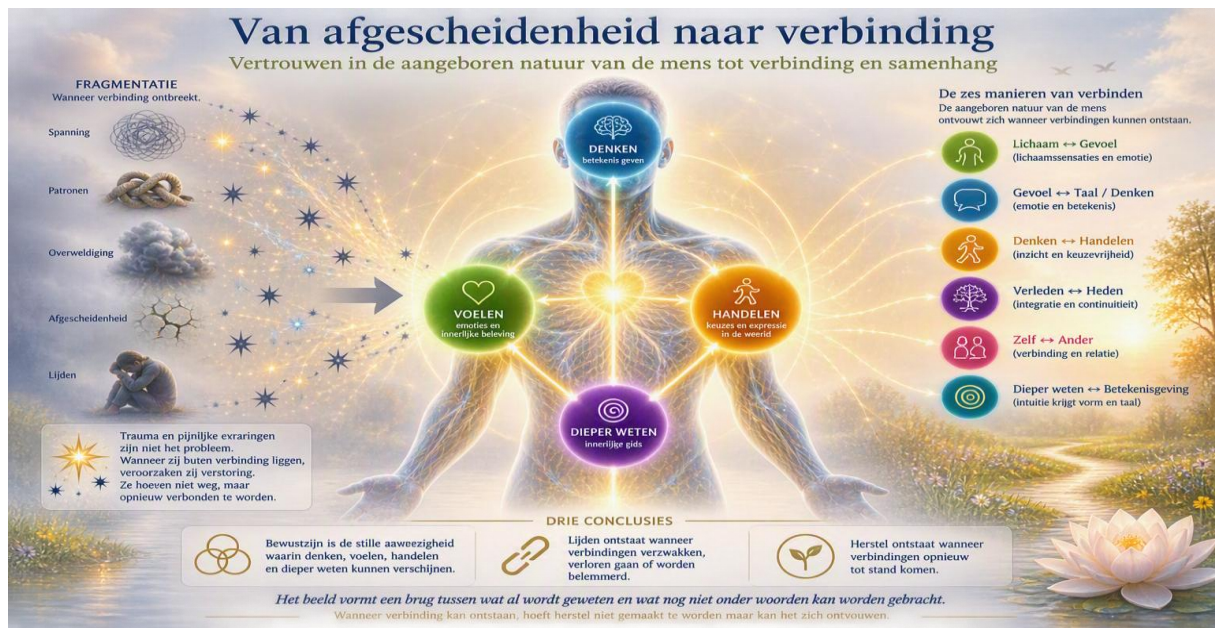
## Mw. M.

We bespreken de optie van vaktherapie waarbij ze op een ervaringsgerichte manier kan werken aan weer vertrouwen krijgen in haar lichaam en herkennen van lichaamssignalen.

Via beeldende therapie ontstaat er weer ruimte om in het hier en nu veiligheid te ervaren. Ze kan en durft steeds vaker woorden te geven aan de IC opname en we kunnen uiteindelijk een targetbeeld maken waar ze bij stil durft te staan zodat we haar IC verhaal kunnen helpen verwerken.

## Doel is hetzelfde: integratie





Mw. M.

## Van veiligheid ervaren naar verwerking mogelijk maken

Vaktherapie creëert ruimte voor verbinding,  
waardoor verwerking zich kan ontfouwen.

### UITGANGSSITUATIE

Directe overweldiging



Angst voor  
lichaamssignalen



Verhoogde  
alerteid



Vermijden van  
inspanning



Herbeleving van  
IC-opname

Herinneringen aan de IC-opname  
roepen direct overweldiging op.  
Er ontstaat onvoldende ruimte  
om het beeld vast te houden,  
te onderzoeken en opnieuw  
te verbinden.

### VAKTHERAPEUTISCHE INGANG

Ervaringsgericht en lichaamsgericht



Contact met het lichaam  
in het hier en nu



Ervaringsgericht werken  
(beeld, muziek, beweging, drama)



Veiligheid wordt niet alleen  
besproken, maar ook ervaren



Ruimte om te voelen,  
te onderzoeken en te uiten



Ondersteunde afstemming  
met therapeut

Door ervaringsgericht te werken ontstaat  
opnieuw contact met het lichaam in het  
hier en nu. Veiligheid wordt niet alleen  
besproken, maar ook ervaren.

### WAT ONTSTAAT ER?



Meer vertrouwen  
in het lichaam



Herkennen van  
lichaamssignalen



Verduren van  
herinneringen



Woorden vinden  
voor ervaringen



Versterking van  
verbindingen

Wanneer veiligheid kan worden ervaren, ontstaat ruimte voor verbinding.

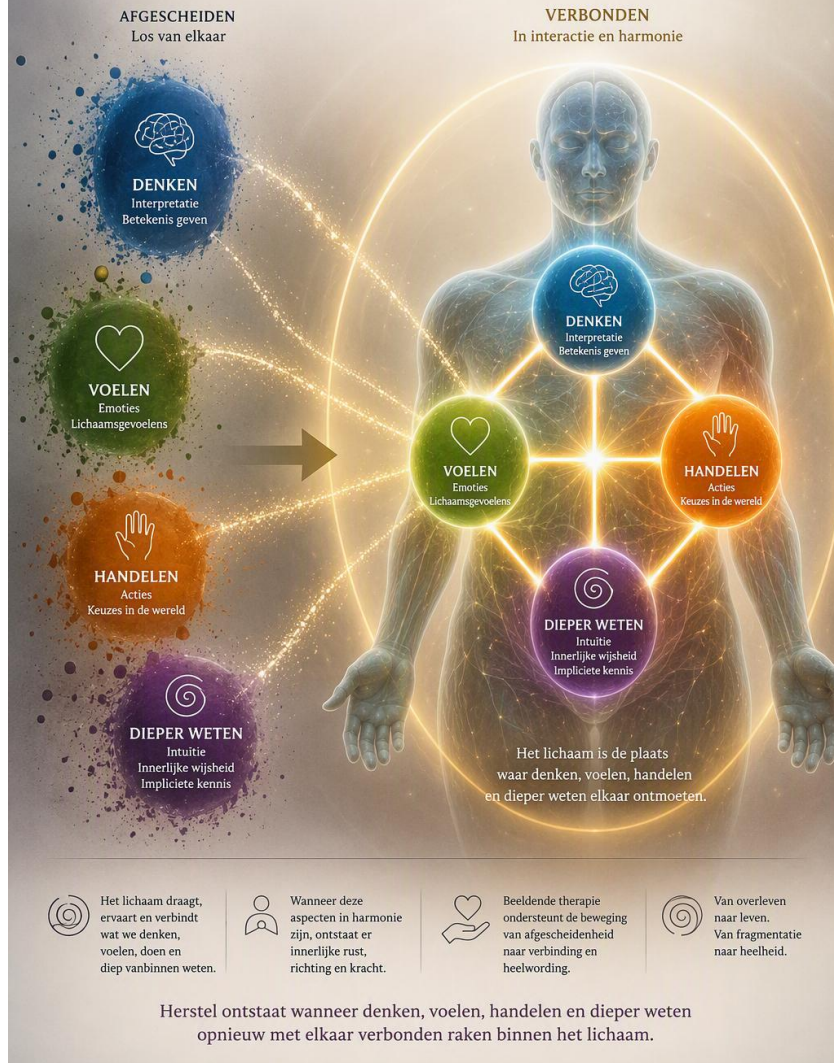
Wanneer verbinding ontstaat, kan verwerking zich ontfouwen.

Het beeld vormt een brug tussen wat al wordt geweten en wat nog niet onder woorden kan worden gebracht.

# Van afgescheidenheid naar verbinding

DENKEN • VOELEN • HANDELEN • DIEPER WETEN

Ontmoeting in het lichaam



Herstel ontstaat wanneer denken, voelen, handelen en dieper weten opnieuw met elkaar verbonden raken binnen het lichaam.

Wanneer verbinding kan ontstaan,  
hoeft herstel niet gemaakt te worden  
maar kan het zich *ontvouw*en.

## Literatuur



- Lely, J.C.G., & Kleber, R.J. (2022). *From Pathology to Intervention and Beyond: Reviewing Current Evidence for Treating Trauma-Related Disorders in Later Life*. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 814136.
- Daneses, E.H., Kaiser, A.P., Spiro, A., Moore, J., King, L.A., & King, D.W. (2016). *From Late-Onset Stress Symptomatology to Later-Developed Trauma Recognition in Aging Combat Veterans: Taking a Broader View*. *The Gerontologist*, 54(1), 14-21.
- Sobczak, S., et al. (2025). *Post-traumatic stress disorder in older adults: a global collaboration on setting the future research agenda*. *Lancet Healthy Longevity*, 6(6), 100720.
- Cook SC, Schwartz AC, [Gabbou NL](#). *Subacute Street Psychiatric: Advantages and Challenges*. *Neuropsychiatrics*. 2017 Jul;14(3):537-545. doi: 10.1007/s13111-017-0549-4. PMID: 2853278; PMCID: PMC5539639.
- Gaskill, C., Sternardo-Buckley, M., Kiehl, S. et al. The Effectiveness of Psychological Interventions Delivered in Routine Practice: Systematic Review and Meta-analysis. *Adm Policy Ment Health* **50**, 43–57 (2023). [https://doi.org/10.1007/s00127-023-02379-8](#)
- Gartland AF, [Lubelski MS](#), [Bickman E](#), [Baker L](#), Taylor RM, [Bourgeois EC](#). *Methodological challenges of characterizing care psychogeriatric practice*. *Aggr Policy Ment Health*. 2010 May;27(3):208-20. doi: 10.1007/s10489-009-0237-8. [Epub](#) 2009 Sep 12. PMID: 19757021; PMCID: PMC2877339.
- Van der Kolk, 2014
- [Lefebvre](#), 2010
- Dr. [Phaedra Zaslavskian Zaslavskian](#), *Harvard Academy*, 2023
- [Bakker](#), F. A., [Spannow](#), M., & [Joly](#), K. (2023). Effects of dance interventions on brain health for older adults with cognitive impairment: an umbrella review. *BMC Geriatrics*, 23, Article 846. [https://doi.org/10.1186/s12978-023-01260-1](#)
- [Zhang](#), Y., [Yang](#), Y., & [Mao](#), S. (2023). Effects of dance therapy on cognitive and mental health in adults aged 55 years and older with mild cognitive impairment: a systematic review and meta-analysis. *BMC Geriatrics*, 23, Article 695. [https://doi.org/10.1186/s12978-023-01260-1](#)
- [van der Kamp](#), M. M., [Frank](#), C., [Schwartz](#), M., [Haven](#), M., [Calkins](#), P., & [Bank](#), P. J. (2024). Psychomotor [therapy for post-traumatic stress disorder](#). *Body*. *Movement and Dance in Psychotherapy*. [https://doi.org/10.1016/j.bodymov.2024.1000000](#)
- [Pike](#), A. E. J. C., [Zakaria](#), S. U., [van der Kamp](#), P., [Vatsoos](#), P., [Vink](#), A. C., [Schmidt](#), J. M. G. A., & [van den Bosch](#), S. *Effects of a music therapy and music listening intervention for nursing home residents with dementia: A randomized controlled trial*. *Frontiers in Medicine*, 11, 803481. [https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1304348](#)
- [Decker](#), L., [Gentile](#), D. L., [De Vries](#), P., [van der Kamp](#), S. A. H., & [Leontjevas](#), R. (2024). PYS: Using music to reduce depressive symptoms among nursing home residents: Preliminary results of a Bayesian Network Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *International Psychogeriatrics*, 35(5), 120-120.
- [Luo](#), Z., [Zhang](#), X., [Zhu](#), X., [Wu](#), Y., & [Hu](#), H. (2023). Effects of dance intervention on cognition, neuropsychiatric symptoms, and depression in older adults with mild cognitive impairment: A randomized controlled trial. *Aging & Mental Health*, 17(4), 888-898.
- [Huang](#), X., [Li](#), G., & [Wu](#), Y. (2020). Effects of dance on cognitive function in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Aging and Disease*, 11(4), 888-898.
- [Vandeweyer](#), M. S., et al. (2024). Group schema [therapy compared with psychomotor therapy for older adults with a personality disorder](#). *an open-label, randomised controlled trial*. *The Lancet Healthy Longevity*, 5(4), e245-e254.
- [Fong](#), B. D. (2000). *The Neuroscience Model of Therapeutics: Applying principles of neuroscience to clinical work with traumatized and maltreated children*. In N. Boyd Webb, (Ed.), *Working with traumatized youth in child welfare* (pp. 27-52). The Guilford Press.



# Doel is integratie

Wanneer denken, voelen en doen met elkaar verbonden zijn, ontstaat veerkracht, helderheid en een gevoel van heelheid.



## INTEGRATIE



**Denken**  
Helderheid  
Perspectief  
Keuzes maken



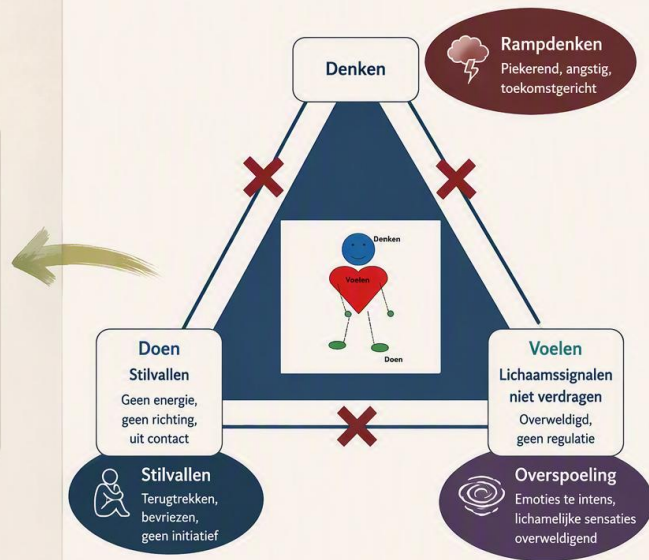
**Voelen**  
Contact, regulatie  
Emoties verdragen  
Lichaamssignalen kunnen voelen

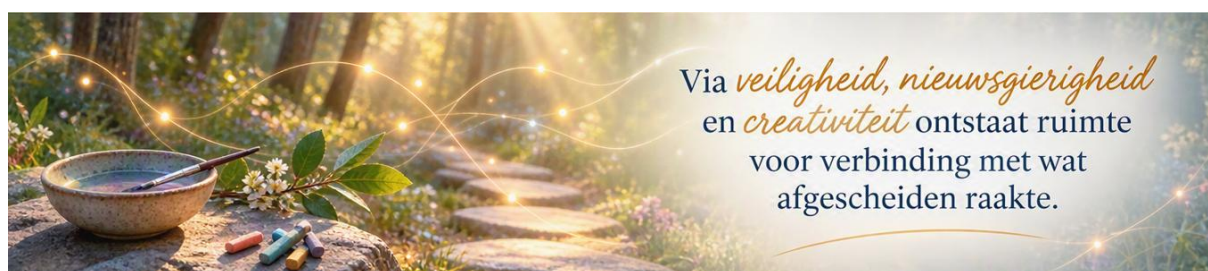
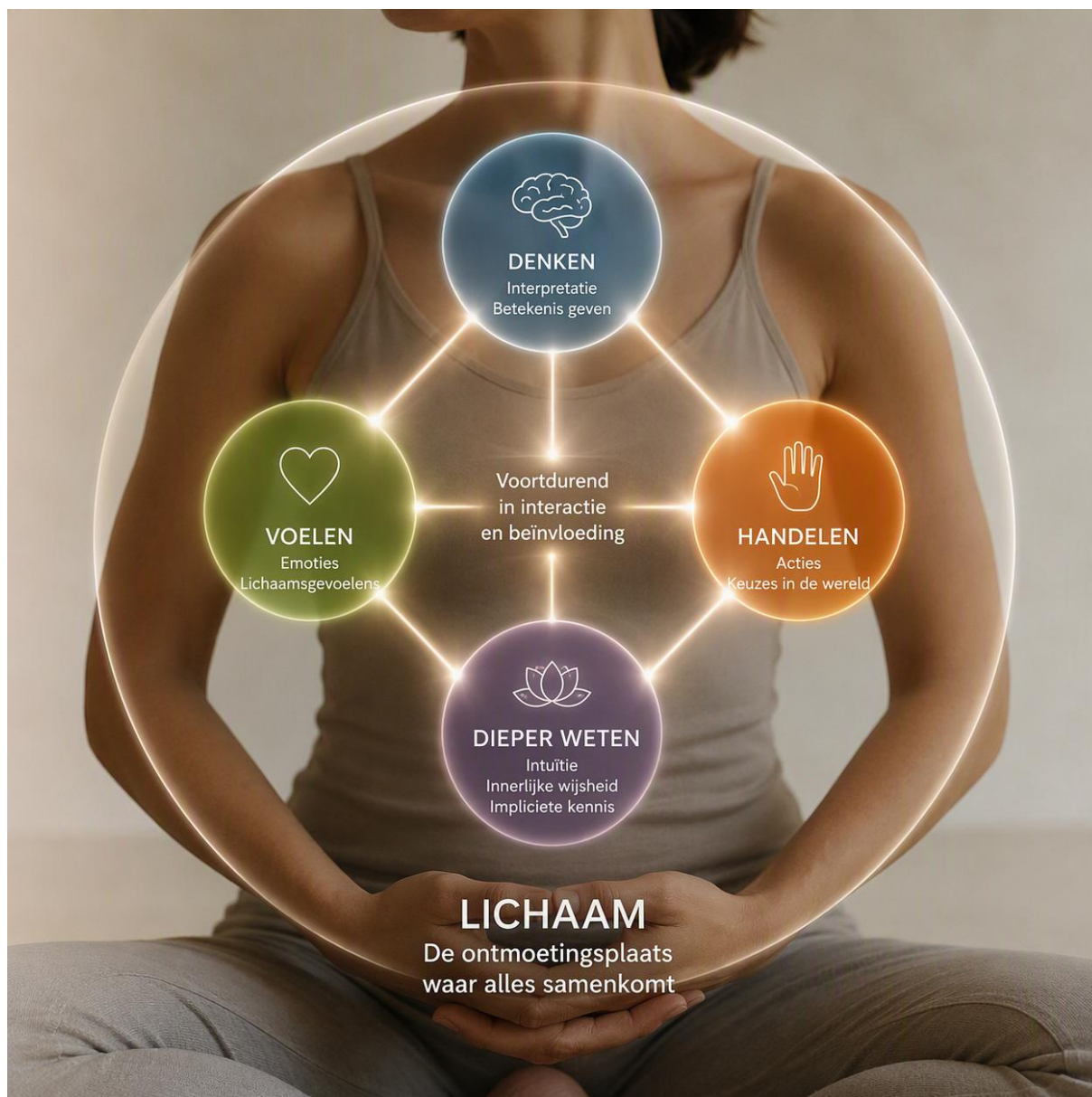


**Doen**  
Actie, beweging  
Richting nemen  
In het leven staan

## FRAGMENTATIE

Wanneer de verbinding tussen denken, voelen en doen verstoord raakt, ontstaan vastzittende patronen.





# De kracht van ervaren

Vaktherapie als weg naar verbinding

## Wat gebeurt er in een gesprek?

- Begrijpen
- Vertellen
- Verklaren
- Herinneren



Trauma en pijnlijke ervaringen zijn niet het probleem. Wanneer zij buiten verbinding liggen, veroorzaken zij verstoring. Ze hoeven niet weg, maar opnieuw verbonden te worden.



Beeldend



Muziek



Drama



PMT

## ERVAREN

Hier ontstaat verbinding tussen denken, voelen, handelen en dieper weten.

Dans & Beweging

## Wat gebeurt er in vaktherapie?

- Ervaren
- Ontdekken
- Uitdrukken
- Oefenen
- Integreren



Ervaring maakt voelbaar wat woorden alleen niet altijd kunnen bereiken.

Het beeld, de beweging, de muziek, het spel of het lichaam vormen een brug tussen wat al wordt geweten en wat nog niet onder woorden kan worden gebracht.



Wanneer ervaring mogelijk wordt, ontstaat ruimte voor verbinding. Wanneer verbinding ontstaat, kan ontwikkeling zich ontploffen.