

De Commissie Kennis en Wetenschap van de VVH heeft, mede op basis van de adviezen van de gerenommeerde wetenschappers van de Wetenschappelijke Raad (adviesraad die is ingesteld door de VVH), in de afgelopen jaren een beleid ontwikkeld, dat er toe heeft geleid dat is gekozen voor effectonderzoek in plaats van fundamenteel kwalitatief onderzoek. Op dit moment vindt er een effectonderzoek plaats aan de Vrije Universiteit (VU) te Amsterdam.

De gedachte dat er eerst fundamenteel onderzoek zou moeten worden gedaan om een basis te leggen voor verder onderzoek heeft in de loop van de tijd plaatsgemaakt voor de gedachte dat een fundament gelegd wordt door kleine stenen neer te leggen. Met andere woorden: eerst trachten veel kleinschalig onderzoek te verrichten, waardoor er een basis wordt gelegd voor een onderzoekstraditie op het gebied van de haptotherapie. Dat kan langzaam maar zeker leiden tot een eigen plek in de wetenschappelijke wereld. We staan nu aan het begin daarvan. In dit beginstadium van de opbouw naar een eigen onderzoekstraditie zijn we nog afhankelijk van mogelijkheden voor onderzoek binnen bestaande onderzoeksinstituten.

De Faculteit Bewegingswetenschappen aan de VU bereid gevonden ons de mogelijkheden te bieden om onderzoek te verrichten. Onze plannen en voorstellen worden door doctoraalstudenten uitgevoerd. Op deze manier komen er in de loop van de jaren steeds resultaten van kleine deelonderzoeken naar buiten, die kunnen dienen als bouwstenen aan het fundament van een onderzoekstraditie.

De Commissie vond het van belang om in dit eerste effectonderzoek niet alleen maar te meten of haptotherapie werkt, maar zij was geïnteresseerd in die variabelen, die ook iets zeggen over specifiek haptotherapeutische effecten. Indien je bijvoorbeeld alleen kijkt naar veranderingen in kwaliteit van leven, zegt dat niet zozeer iets over specifieke veranderingen waar haptotherapie voor verantwoordelijk zou kunnen zijn.

Het voorstel aan de VU hield in dat aan een grote groep haptotherapeuten zou worden gevraagd om hun cliënten vragenlijsten te laten invullen waarmee kan worden gekeken of er na tien sessies haptotherapie op de variabelen veranderingen zouden zijn. Uiteindelijk is er voor gekozen om de volgende variabelen te meten met de daarvoor geëigende vragenlijsten.

- SCL90; de SCL90 is de Nederlandse vorm van de Engelstalige Symptom Checklist met 90 vragen. De SCL meet klachten en symptomen van zowel lichamelijke als meer psychische aard. Slaapproblemen, ademhalingsklachten, somberheid, angst, spierspanning etc. Deze lijst

is in grote mate bekend en erkend in wetenschappelijke kringen en bij zorgverzekeraars.

- BIPM; de BIPM, de balanced index of psychological mindedness is een lijst die de interesse in en de mogelijkheid om in contact te staan met en te reflecteren over de eigen psychologische processen. Het meet welk belang de cliënt hecht aan zijn gevoelens en hoezeer hij daarnaar luistert. In deze lijst krijgt de affectieve dimensie een meer fundamenteel gewicht toegekend dan het intellectuele, analytische aspect van reflectie. De lijst kent twee dimensies: insight en positive attitude. Insight wil zeggen: de mogelijkheid te reflecteren op gevoelens en ze te duiden. Positive attitude geeft de interesse in psychologische processen weer en meet of men waarde hecht aan het waarnemen van deze processen. De haptotherapeut werkt met zijn cliënt in de richting van: luisteren naar wat je voelt en daar consequenties aan verbinden. Wij verwachten op beide dimensies een vooruitgang. Cliënten zullen op beide dimensies beter scoren, dat wil zeggen dat ze meer belang hechten aan wat ze voelen, dat ze dat ook beter kunnen en dat ze gevoelens beter kunnen duiden.

- AG30; de Autonomie-Gehechtheidsschaal is een lijst van dertig vragen die autonomie en gehechtheid meet, met drie subschalen: zelfbewustzijn, gerichtheid op anderen en het vermogen om nieuwe situaties aan te gaan. Zelfbewustzijn en gerichtheid op anderen (zonder jezelf daarin te verliezen) geven de mogelijkheid tot het bepalen van je eigen pad in het leven. Het weerspiegelt interpersoonlijke gehechtheid én afhankelijkheid, en gaat gepaard met een grote mate van zelfbewustzijn en zelfinzicht. Iemand die zelfbewust is en in contact met anderen dicht bij zichzelf kan blijven vindt het ook niet moeilijk om nieuwe situaties aan te gaan. Onze hypothese is dat er verschuivingen zullen optreden op deze dimensies, omdat de haptotherapie bij uitstek werkt aan autonomie en verbondenheid. In feite laat deze test in onze denkwijze zien waar iemand staat in zijn persoonlijke ontwikkeling binnen het drieluik (op eigen benen en in affectief contact met de ander). Op de dimensie zelfbewustzijn verwachten wij een toename. Een van de basiskenmerken van haptotherapie is juist dat cliënten zich bewuster worden van zichzelf (naar binnen voelen). De dimensie gerichtheid op anderen zal ook toenemen. Een groter zelfbewustzijn impliceert ook een grotere gerichtheid op anderen. Een toegenomen gevoel voor anderen en wat hen beweegt en beroert. Dit vanuit het impliciete besef dat men daarin zichzelf niet verliest. Een goed contact met zichzelf en met anderen geeft iemand ook de mogelijkheid om geen vrees te hebben voor nieuwe situaties. Wij verwachten op deze dimensie dus ook een toename.

- Er worden twee lijsten gebruikt om lichaamsbesef te meten. Een dimensie waarop cliënten naar onze mening zeker beter moeten scoren na een aantal sessies haptotherapie. De lijsten m.b.t. lichaamsbesef en lichaamsbewustzijn zijn gebaseerd op twee Amerikaanse lijsten, te weten de Scale of Body Connection en de Body Investment Scale. De SBC meet twee dimensies, namelijk lichaamsbewustzijn (de mate waarin iemand zich bewust is van zijn lichaam en wat er in/aan het lichaam voelbaar is) en lichaamsdissociatie (de mate waarin men juist afstand neemt van zijn lichaam en emoties, er geen gevoel voor heeft en er geen belang aan hecht). De verwachting is dat het gevoel voor en bewustzijn van het lichaam toeneemt en de dissociatie t.a.v. het lichaam afneemt. Van de BSI wordt alleen de dimensie 'comfort in

touch' gebruikt. Een hoge score op deze dimensie wil zeggen dat er sprake is van een aangenaam gevoel bij lichamelijk contact met anderen. Ook hier verwachten wij in het onderzoek een positieve verandering.

Een aantal collegae heeft een vijf- tot zestal van hun cliënten de set vragenlijsten laten invullen als zogenaamde pretest. Diezelfde cliënten is gevraagd om dat na tien sessies nogmaals te doen (posttest). Alle ingevulde testen zijn naar de VU gezonden, waar de data worden ingevoerd en geanalyseerd.

In samenwerking met de Commissie Kennis en Wetenschap stellen studenten onderzoekbare hypothesen op om deze met de data te kunnen toetsen, om zo te komen tot conclusies en daaruit voortvloeiende aanbevelingen voor verder onderzoek. Dit zal uiteindelijk leiden tot een aantal doctoraalscripties op het gebied van haptotherapie: een fundament voor verder onderzoek.