

# Samenvatting van het boek 'Kunst in Contact'

***'Vermogen tot communicatie' geeft (arbeids-) plezier en vergroot welzijn. Het genereert positieve energie. Die leidt tot reductie van ziekteverzuim en kostenbesparing binnen de langdurige zorg.***

***Doel van de samenvatting;*** beknopte weergave van het boek 'Kunst in Contact' voor geïnteresseerde lezers (achtergrondinformatie over de inhoud van het boek).

Het boek 'Kunst in Contact' richt zich op het onderwerp 'Vermogen tot communicatie'. De auteur was ooggetuige van de moord op Theo van Gogh (2004). Die ervaring van kortsluiting in contact is mede de aanleiding geweest voor de oprichting van Theater Veder (2005). De stichting heeft als missie 'Verspreiding van de Veder Contactmethode' (VCM). De contactstroom bevordert sociale cohesie en helpt eenzaamheid te doorbreken. 'Vermogen tot communicatie' is een instrument voor positieve energie uitwisseling. Met dit boek wordt de vinger op een zere plek gelegd. De inhoud gaat over een vorm van 'mentaal lijden' die wel herkend maar onvoldoende erkend wordt.

*Maria Reina Westra (1961) groeide op in Emmeloord in de Noordoostpolder. Ze is van origine verpleegkundige (1980) en studeerde vervolgens af aan de theaterschool (1990). Ze heeft zich toegelegd op muziektheater en zich gespecialiseerd in de ontwikkeling van de Veder Contactmethode, die in de kern neerkomt op het op gang brengen van een contactstroom.*

## **De Veder Contactmethode (VCM) als instrument tot verandering binnen een angstcultuur met een hardnekkig werkklimaat**

Vanaf 2008 ontving Theater Veder gedurende drie jaar een transitie subsidie (VWS). Met transitiekunde als onderliggend gedachtegoed begon de ontwikkeling van de VCM. Transitie wil zeggen dat er een verandering wordt aangebracht in een hardnekkig werkklimaat, in dit geval de langdurige zorg. Een gemiddelde transitie duurt zeventien jaar. Uit onderzoek blijkt echter dat slechts 20% van de transitieprocessen slaagt. Op 2 november 2025 wordt de transitie afgerond met de publicatie van het boek 'Kunst in Contact'. De auteur beschrijft hoe zij, samen met veel anderen, de VCM heeft ontwikkeld.

### **De vier stappen van de methode zijn;**

- 1) het maken van een-op-een contact
- 2) aanspreken van het lange termijngeheugen
- 3) 'In het moment zijn'
- 4) afscheid nemen

### **De drie onderdelen van theatrale communicatie zijn;**

- 5) acte de présence
- 6) intonatie
- 7) timing

In twee promotieonderzoeken, uitgevoerd door de samenwerking van de VU en UvA (2016 en 2017) zijn de positieve resultaten m.b.t. arbeidsplezier en welzijn aangetoond. In 2018 kreeg de methode een erkenning als succesvolle interventie door Vilans (kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning). Vanaf 2020 is de VCM in de Cariben geïmplementeerd.

### ***Actieve toepassing van verbinding met Chronos en Kairos brengt 'Vermogen tot communicatie', tot stand.***

Tijdens haar werkzame leven als verpleegkundige ontdekte Westra dat er veel energie werd verspild doordat zij en haar collega's niet leerden hoe ze onder werkdruk toch contact konden blijven maken met de patiënten en elkaar, zonder dat het extra tijd en geld kostte. In het boek beschrijft ze hoe dit proces werkt en geeft ze praktische handvatten om 'kloktijd' en 'het juiste moment' met elkaar te leren verbinden. De Griekse begrippen Chronos (kloktijd) en Kairos (het juiste moment) heeft ze daarbij als leidraad genomen.

### **De 'kunst van het verleiden' als instrument voor 'Vermogen tot communicatie'**

Het boek beschrijft voorbeelden waarbij 'de kunst van het verleiden' centraal staat waarbij positieve energie uitwisseling vrijkomt. Er komen mensen aan het woord die gedurende 17 jaar de VCM (2016,2017) en het Verbindingsmodel (2021) mee hebben ontwikkeld. Tijdens dit proces was er ook sprake van onvermogen en (negatieve) energie-uitwisseling. De schaduwzijden en de pijnlijke kanten van de transitie zullen ook aandacht krijgen bij hoofdstuk vijf, 'zonder wrijving geen glans'.

## ***Het Verbindingsmodel als instrument tot verduurzaming van relaties***

Het Vedergedachtegoed is opgebouwd vanuit verschillende mensvisies. Hieruit is het Verbindingsmodel ontwikkeld dat leidt naar groei en verduurzaming van relaties. Volgens de auteur is de mens zowel een autonoom, sociaal wezen als een kuddedier. Ze refereert aan de vernistheorie die stelt dat de morele beschaving van mensen slechts bestaat uit een dun laagje vernis. Zodra dit dunne laagje eraf gaat, bijvoorbeeld door een crisis, kan de wrede, egoïstische aard naar boven komen. De schrijfster Marguerite Duras ziet de mens als onvermogen tot liefde. Westra liet zich ook inspireren door visies waarbij 'Vermogen tot communicatie' centraal staat. Primatoloog Frans de Waal beschrijft apen met empathisch gedrag. Filosoof Rob Wijnberg stelt dat de mens zijn succes te danken heeft aan het vermogen tot samenwerking en zorgzaamheid. Friedrich Nietzsche beschrijft de 'Übermensch' als een persoon met eigenschappen zoals creativiteit, moed en autonoom gedrag. De filosoof wilde met deze zienswijze inspireren en uitdagen om een autonoom en sociaal wezen te zijn dat meer is dan een kuddedier die een leider blindelings volgt.

De auteur ziet 'Vermogen tot communicatie' als een instrument om te kunnen groeien in een universele levensbehoefte tot menslievend gedrag. Ze stelt expliciet dat het voor haar gaat om het kunnen maken van bewuste keuzes voor het positieve krachtenveld dan de vingerwijzing naar goed of fout gedrag.

## ***De rol van universele communicatie en natuurwetten zoals $E=mc^2$ binnen 'Vermogen tot communicatie'***

Filmmaker en interviewer Theo van Gogh is voor de auteur niet alleen het slachtoffer van een moord, maar ook een voorbeeld van iemand die vaak 'Onvermogen tot communicatie' vertoonde. Mede door zijn levensloop en gewelddadige dood verdiepte de auteur zich in universele natuur- en communicatiewetten. Ze ontwikkelde via 'omdenken' een manier om het proces van onvermogen naar vermogen inzichtelijk te maken. Gevoelens zoals die van machteloosheid kunnen zowel op emotioneel als op spiritueel niveau makkelijker worden getransformeerd. Ze liet zich inspireren door de formule  $E=mc^2$ . De natuurkundige Einstein kwam in zijn werk uit bij twee grote krachtenvelden die onderling samenwerken; massa en

energie-uitwisseling. Kleine beetjes massa kunnen worden omgezet in gigantisch veel energie door lichtsnelheid. Energie omzetten en vrijmaken, daar gaat het in zijn werk om. De lichtsnelheid, het genereren van energie, is volgens Westra vergelijkbaar met een universele communicatiewet, het op gang brengen van een contactstroom waarbij twee krachtenvelden elkaar aantrekken in plaats van afstoten met instrumenten zoals de VCM en het Verbindingsmodel.

### ***Toepassing van het Verbindingsmodel geeft 'Vermogen tot communicatie' met als gevolg positieve energie-uitwisseling en menslievender gedrag***

Het model geeft inzicht in twee krachtenvelden, wat in essentie neerkomt op het actief leren verbinden van een negatief met een positief krachtenveld. De ene kant van het (negatieve) krachtenveld noemt de auteur 'de Emotionele Bermudadriehoek' (EBD, angst, macht en ego). Het is het gebied waarin mensen elkaar kwijtraken door kortsluiting in contact met dikwijls rigoureuze verbreking van de verbinding (relatie) als gevolg. Het negatieve gedrag gaat dikwijls gepaard met afwijzing, ontkenning, ondermijning, vernedering, verraad, 'mentaal straffen', dualiteit (verdeel en heers) en depersonaliseren (pesten, hetzevorming, vernietiging en ontmenselijking). Bewezen is dat dit hersenbeschadiging tot gevolg heeft en om die reden 'gevaarlijk' is voor mentale gezondheid. Het andere gebied noemt ze 'de Emotionele Gouden Driehoek' (EGD, hart, ziel en lichaam). Dit is het (positieve) krachtenveld waar mede door empathisch gedrag verbindingen intact blijven en herstel van hersenweefsel plaatsvindt. Het positieve gedrag kenmerkt zich door zelfliefde, openheid, persoonsversterking, respectvolle bejegening, hoor en wederhoor, het kunnen ervaren van emoties (raken en geraakt worden), excuses en verzoening. De keus voor pijnnaanvaarding (EGD) in plaats van pijnbestrijding (EBD) versnelt het verbindingsproces en de positieve energie uitwisseling. Bewust leren om aan te trekken in plaats van afstoting van de beide velden is vergelijkbaar met een catharsis, een theaterbegrip uit de Griekse tragedie, dat door de methodische structuur emotionele zuivering teweegbrengt.

## **Transitie; ‘Vermogen tot communicatie’ met als gevolg positieve energie-uitwisseling waarbij ‘veiligheid’ als voorwaarde geldt.**

Tijdens het transitieproces raakte Westra geïnspireerd door Antoni Gaudí, die begon met het bouwen van de ‘Sagrada Familia’, de kathedraal van de Heilige Familie, in Barcelona. Hij wist dat hij de voltooiing niet mee zou maken, maar bouwde voor de toekomst. Theater Veder werkt vanaf 2025 aan de stip (2042) aan de horizon. Deze is dat ‘Vermogen tot communicatie’ (positieve energie-uitwisseling) wordt ondergebracht bij een faculteit Geesteswetenschap waarin theater, zorg en wetenschap nauw samenwerken.

De auteur geeft in de conclusie haar langetermijnvisie op realisering van transitie zoals deze. De aanname is dat doorontwikkeling en monitoring vanuit een veilig werk-/leerklimaat positieve effecten zal hebben op ziekteverzuim (n.l. reductie) en kosten (n.l. besparing).

De moord op Van Gogh wordt tot slot geplaatst in het perspectief van groei in ‘Vermogen tot communicatie’. Voor de auteur is ontwikkeling van positieve energie-uitwisseling en daarbij aanvaarding van de pijn van ‘Onvermogen tot communicatie’, de zin en betekenis van haar ervaring als ‘ooggetuige’.

### **Instrumenten van ‘Vermogen tot communicatie’ die positieve energie genereren:**

- ***De Veder Contactmethode (VCM), toepassing van de methode als activiteit (het op gang brengen van de contactstroom)***
- ***De Veder Contactmethode (VCM), toepassing van de methode binnen de 24- uurs zorg (het op gang brengen van de contactstroom)***
- ***Het Verbindingsmodel***  
Exploreren en bewuste verbindingen aanbrengen tussen de krachtenvelden Emotionele Bermudadriehoek (EBD, angst, macht en ego) en de Emotionele Gouden Driehoek (EGD, hart, ziel en lichaam)
- ***De Kunst van het Verleiden.*** ‘Vermogen tot communicatie’, zoals mensen spelenderwijs uit de comfortzone halen leidt tot positief gedrag
- ***Verteltechnieken, waaronder theatrale communicatie*** (acte de présence, timing en intonatie) kunnen in menselijk contact belemmeringen, veroorzaakt door apathie, doorbreken

Een veilige omgeving scheppen met vertrouwen als voorwaarde is nodig om deze instrumenten effectief in te zetten en door te ontwikkelen.

# **Aanbevelingen voor gezondheidsorganisaties en onderwijsinstellingen**

## **Lange termijn visie, concrete doelstellingen en voorwaarden**

In organisaties wordt veel gesproken en geklaagd over een gebrek aan communicatie. Als het mee zit, wordt er scholing ingezet met de hoop op verbetering.

Vaak zijn de deelnemers dan even vervuld van een nieuw elan. Ze gaan moedig aan de slag met het geleerde om er na een week achter te komen dat de praktijk weerbarstig is; 'Ze dronken een glas, deden een plas en alles bleef zoals het was.'

Vandaar dat het aanbeveling verdient een lange termijnvisie te ontwikkelen voor het bevorderen van het 'Vermogen tot communicatie' met daarbij concrete doelstellingen en een veilig leer-/werkklimaat als voorwaarde.

## **Monitoring**

Bij invoering van werken met 'Vermogen tot communicatie' hoort monitoring op 'zachte' en 'harde' effecten. Naar verwachting zullen arbeidsplezier en welzijn toenemen en het ziekteverzuim en de kosten afnemen.

## **Structureel financieel kader**

Overheden, zorgkantoren en zorgorganisaties zouden voor transitie die zichzelf wetenschappelijk hebben bewezen een structureel (financieel) ondersteuningskader dienen te bieden. Dit beleid vraagt een lange adem. De gemiddelde transitie duurt zeventien jaar.

## **Universitaire studie en onderzoek**

Om de opbrengst van investeren in 'Vermogen tot communicatie' een breed draagvlak en aanzien te geven, zou het goed zijn '**Vermogende communicatie**' onder te brengen bij een universitaire faculteit Geesteswetenschappen. Doel daarvan is verduurzaming, monitoring van uitvoering en (door-) ontwikkeling van het Verbindingsmodel en beproefde methodes zoals de VCM.

Om de kans van slagen van veranderingsprocessen binnen organisaties in kaart te brengen en daarvan te leren is onderzoek nodig. Daarom zouden de 26 transitie-experimenten (2007- 2010) in de langdurige zorg (waarvan de VCM er één was) bijvoorbeeld het onderwerp kunnen zijn van evaluatieonderzoek waarvan transitiekunde de grondslag is geweest.

*Het boek 'Kunst in Contact' zal op 2 november 2025, 21 jaar na de moord op Theo van Gogh, worden gepresenteerd. Het boek (deel 1), gericht op mbo en hbo-onderwijs (Florence Nightingale), wordt uitgegeven door Uitgeverij van Gorcum, Assen.*

*De auteur bereidt in deze fase ook een versie 'Kunst in Contact'(deel 2) voor vanuit het theaterperspectief (de Griekse tragedie Antigone). Verwachte uitgavedatum 2 november 2026, (of 2 november 2025).*

#### **Noten:**

##### 1) Promotieonderzoeken:

- Dr. M. van Haften van Dijk (2016), Veder Contactmethode als activiteit.
- Dr. P. Boersma (2017), Veder Contactmethode binnen de 24- uurs zorg.

##### 2) Erkenning:

- Vilans rapport (2018), Veder Contactmethode erkend als interventie bij mensen met dementie.

**Zie: [www.theaterveder.nl](http://www.theaterveder.nl) /Wetenschap**

### ***Geraadpleegde literatuur:***

- Johnstone, K. (1979), *Impro*, Uitgeverij International Theatre & Film Books.
- Stanislavski, K. (1985), *Lessen voor acteurs*, Uitgeverij International Theatre & Film Books.
- Toro, R. (2009), *Biodanza*, uitgeverij de Zaak, Groningen.
- Swaab, D. (2010), *Wij zijn ons brein*, uitgeverij Pluim, Amsterdam.
- Broeck, van den, C. (2019), *Waagstukken*, Amsterdam.
- Clark, A. en Rojas, M. en Leo Bormans (2010), *Geluk*, Tiel.
- Cuppen, H. (2014), *Liefdesbang, Overwin verlatingsangst en bindingsangst, Ankh Hermes*, Utrecht.
- Duras, M. (1993), *de witte steen*, Uitgeverij Pluim, Amsterdam
- Brown, B. (2013), *De kracht van kwetsbaarheid*, A.W. Bruna, Amsterdam
- Brown, B. (2013), *De moed van imperfectie*, A.W. Bruna, Amsterdam
- Fraser, J. (2022), *Het gepeste brein*, Utrecht.
- Gaudí, A. (2020) *The Complete Works*, Berlin.
- Helleman, V. (2014)., *Moeiteloos jezelf zijn, ontwaken in een nieuw bewustzijns-perspectief, Leven in Vrijheid*.
- Isaacson, W. (2007), *Einstein, de biografie*, Houten/Antwerpen.
- Kotter, J. & Rathberger, H. (2020) *Onze ijsberg smelt!, succesvol veranderen in moeilijke omstandigheden*, Amsterdam.
- Nietzsche, F., (2011) *Voorbij goed en kwaad*, Amsterdam.
- Rosenberg, M.B., (2014) *Geweldloze communicatie, ontwapenend, doeltreffend en verbindend*, Rotterdam.
- Rotmans, Prof. Dr. Ir. J. (2009), *Complexity and transitie management, Ministerie voor Infrastructuur en Waterstaat, 's Gravenhage*.
- Abramovic, M. (2016), *Walk through walls*, Nijgh & Van Ditmar Amsterdam.
- Rotmans, Prof. Dr. Ir. J., en M. Verheijden (2021), *Omarm de Chaos*, Amsterdam.
- Quakernaat, D. (2023), *Ga kathedralen bouwen!, Wat managers en andere gewone mensen kunnen leren van de kathedralenbouwers in de Middeleeuwen*, Hengelo.
- Suurmond, J.J. (2010), *De spiritualiteit van Florence Nightingale*, Zoetermeer.
- Kolk, B van der (2016), *Traumasporen*, Uitgeverij Mens! Eeserveen.
- Waal, F de (2019), *Mama's laatste omhelzing*, Antwerpen.
- Swaab, D. (2023), *Ons creatieve brein*, uitgeverij Pluim, Amsterdam.
- Palmen, C. (2023), *Voornamelijk vrouwen*, uitgeverij Prometheus, Amsterdam
- Wijnberg, R. (2023), *Voor ieder Wat Waars*, De correspondent, Amsterdam.
- Cohen, J. (2024), *De bolle Gogh*, EM. Querido's Uitgeverij Amsterdam\*Antwerpen.



