

Samenvatting van het boek 'Kunst in Contact, E=mc² in verduurzaming van relaties'



Kunst in Contact, van onvermogen naar vermogen in communicatie

Beknopte samenvatting

Dit boek zal een brede groep lezers aanspreken in de zorgsector, zowel medewerkers en leidinggevendenden die met de Veder Contactmethode (willen) werken. Het is geschikt voor studenten en docenten in de kunstensector. Communicatie-experts en therapeuten kunnen in dit boek inspiratie en aanknopingspunten vinden.

Het boek wordt op 2 november 2025, 21 jaar na de moord op Theo van Gogh, gepresenteerd. Deze aanslag was namelijk een sleutelmoment, een kantelpunt voor de hoofd auteur. Maria Reina Westra was ooggetuige.

De inhoud richt zich op het onderwerp 'Vermogen tot communicatie'. Het beschrijft een transitie van zeventien jaar. Deze is begonnen in 2008 en mondt uit in praktische toepassing van de Einsteinformule $E=mc^2$ als universele communicatiewet. Het boek maakt de lezer bewust hoe positieve energie-uitwisseling actief kan worden toegepast en arbeidsplezier en welzijn beïnvloedt. De moord op van Gogh is het startpunt geweest voor de stappen naar het formuleren van universele communicatiewetten. Een belangrijke eerste stap was de oprichting van de Stichting Theater Veder (2005). De stichting heeft als missie 'Verspreiding van de Veder Contactmethode' (VCM). Deze methode brengt een contactstroom op gang, bevordert sociale cohesie en helpt eenzaamheid te doorbreken. Een volgende stap was de ontwikkeling van het 'Verbindingsmodel' (2021), of te wel h_{óe} onvermogen om te zetten in vermogen tot communicatie op een manier dat mensen beter begrijpen hoe zich leren te verbinden met verduurzaming van relaties als gevolg. Dit leidt automatisch tot meer menslievend gedrag.

Inhoudelijke samenvatting

Deel 1 Over de transitie 'Kunst in Contact' 2008 – 2025

Inleiding

De Vedercontactmethode (VCM) is een instrument dat leidt tot verandering binnen een angstcultuur waarin 'geen geld, geen tijd' leidend is.

In 2008 ontving Theater Veder gedurende drie jaar een subsidie (VWS). Met transitiekunde als onderliggend gedachtegoed begon de ontwikkeling van de VCM. Op 2 november 2025 wordt deze transitie afgerond. De auteur beschrijft hoe zij samen met anderen de VCM heeft ontwikkeld. Ze verduidelijkt stapsgewijs hoe dit instrument heeft geleid tot positieve energie-uitwisseling. Ook komt aan de orde in hoeverre de VCM een verandering heeft bewerkstelligd binnen een hardnekkig werkklimaat.

1. De Vedercontactmethode (VCM)

De vier stappen van de Veder Contactmethode zijn;

- 1) het maken van een-op-een contact
- 2) aanspreken van het lange termijngeheugen
- 3) 'In het moment zijn', het korte termijn geheugen
- 4) afronden/afscheid nemen

De drie onderdelen van theatrale communicatie zijn;

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

Beeldmateriaal van de contactstroom door middel van de VCM:

Veder Contactmethode als activiteit: duur 12 minuten.

<https://www.youtube.com/watch?v=u6wUXbUIemM>

Veder Contactmethode binnen de 24 uurszorg : duur 10 minuten.

<https://www.youtube.com/watch?v=sBdjG8a0pzw>

2. De missie van Theater Veder: het verspreiden van de VCM

Vanaf 2007 wordt de VCM landelijk verspreid. Sinds 2021 is deze ook in de Cariben geïmplementeerd.

3. Wetenschappelijk onderzoek naar effectiviteit van uitvoering van de VCM

In twee promotieonderzoeken, uitgevoerd in 2015 en 2016 door de samenwerking met de Vrije Universiteit en de Universiteit van Amsterdam zijn effecten met betrekking tot arbeidsplezier en welzijn aangetoond.

Zie voor meer informatie over de onderzoeksrapporten: www.theaterveder.nl/wetenschap

In 2018 kreeg de methode een erkenning als succesvolle interventie bij mensen met dementie door Vilans (kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning).

Vilans interventie: duur 4 minuten. <https://www.youtube.com/watch?v=rO0UEGV7Y>

4. Mensvisies

Het Vedergedachtegoed bouwt voort op verscheidene mensvisies. Voor de Griekse wijsgeer Plato staan licht en donker centraal. Volgens hem ervaart de mens een onwerkelijkheid als realiteit. Wij mensen zien slechts een schimmenspel, omdat het licht vanuit de grot die achter ons ligt komt. Volgens Westra is de mens zowel een autonoom, sociaal wezen als 'een kuddedier'. Het 'blindelings leiders volgen' benoemt ze als een schaduwkant van kuddegedrag. Ze refereert aan de theorie die stelt dat de morele beschaving 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 noemt de mens zelfs onvermogen tot liefde. De existentialistische visie van Jean Paul Sartre sluit hierop aan met zijn beweringen: "Het leven is volkomen zinloos" en "de hel, dat zijn de anderen". De anderen maken je dan van mens tot object en materiaal. Vanuit het nemen van verantwoordelijkheid en het kunnen maken van keuzes kan 'de mens' volgens hem zin en betekenis aanbrengen en dus ook zoals hij het noemt "uit de hel" stappen.

5. De Vedervisie en de kernwaarden van Theater Veder

De ontwikkeling van de VCM leidde tot verdieping en het formuleren een visie met vier Kernwaarden; kwetsbaarheid, kracht, kunst en kunde.

Via onthulling van de eigen Kwetsbaarheid, die zich kan uiten in angst, gekwetstheid, afhankelijkheid en verdriet, kan de mens zichzelf leren (her)verbinden. En dat leidt tot een innerlijke Kracht. Bij dit proces van verhulling naar onthulling zijn Kunst en Kunde ondersteunend.

Theater Veder heeft lesmateriaal ontwikkeld zoals (digitale) trainingsprogramma's en handboeken in het Nederlands en het Engels. Hier liggen mensvisies en methodes aan ten grondslag. Er wordt gewerkt met elementen van reminiscentie, NLP, Validation ,en belevings- en persoonsgerichte methodes. Elementen uit de theatertechnieken van K. Johnstone (ja zeggen tegen het onbekende) en K. Stanislavski (emotional memory) maken deel uit van het trainingsprogramma.

6. Verbindingsmodel (VM)

Vanuit de Vederkernwaarden Kwetsbaarheid, Kracht, Kunst en Kunde en de Vedervisie van het verspreiden van de VCM ontwierp Westra een Verbindingsmodel (2021). In het model wordt het vermogen tot duurzame liefde binnen de relatie(s) inzichtelijk gemaakt. Hierbij stelt ze de universele behoefte tot groei en het ontwikkelingsproces van 'onvermogen tot vermogen' centraal. Onderzoek van primatoloog Frans de Waal laat zien dat mensapen vermogend tot positieve communicatie en dus tot liefde zijn. Bijvoorbeeld door het tonen van inlevend gedrag. Empathie is een belangrijke factor voor het succes van 'Vermogen tot communicatie'. De filosoof Rob Wijnberg stelt dat de mens zijn succes als soort te danken heeft aan zijn 'Vermogen tot communicatie' door middel van positieve keuzes voor zorgzaamheid. Empathie en samenwerking zijn de belangrijkste grondstoffen voor het dialooggesprek vanuit het VM.

Friedrich Nietzsche gaat daarin nog een stap verder door de 'Übermensch' in kaart te brengen. Hij beschrijft deze mens met eigenschappen als creativiteit, moed en autonoom gedrag. Met zijn zienswijze daagt deze filosoof uit om vanaf het dunne laagje vernis boven de gemiddelde menselijke maat uit te stijgen. De auteur ziet de mens als een kuddedier, maar dan wel een die zich door ontwikkelt om leiders niet blindelings te volgen. Als autonoom en sociaal wezen blijft 'de mens' zichzelf als vertrekpunt nemen. Deze levenshouding vraagt om moed. De psychologe Eva Eger verbindt licht en schaduw met de stelling dat de mens in staat is tot het maken van keuzes waarbij deze wordt aangemoedigd om in haar woorden "de onschuld van het kind" op te eisen. De mens onderscheidt zich immers van dieren door het kunnen maken van keuzes. Volgens de visie van de auteur vraagt de keus voor gedrag vanuit het positieve krachtenveld, de EGD, om meer moed, creativiteit en authenticiteit dan vanuit de EBD ('het nee' veroorzaakt door angst en ego).

De auteur ziet uitbreiding van bewustwording in 'Vermogen tot communicatie' als een perspectief voor meer menslievend gedrag. Ze stelt expliciet dat het gaat om het kunnen (door)ontwikkelen van bewuste keuzes voor het positieve krachtenveld en niet om het veroordelen van fout gedrag voortkomend uit het negatieve krachtenveld. Licht bestaat immers bij de gratie en het anders leren omgaan van verbinding met schaduw.

'Actieve toepassing van de Vrede- formule $E=mc^2$ door middel van het Verbindingsmodel leidt tot menslievend gedrag'

7. Universele Natuur- en Communicatiewetten

Het inzicht van Plato's grotten van licht en schaduw leidde Westra naar de universele natuur- en communicatiewetten van Albert Einstein en diens formule $E=mc^2$. De wetenschapper kwam in zijn werk uit bij krachtenvelden die ze vertaalt in de 'licht en schaduw'. Zijn ontdekking was, dat de twee velden onderling samenwerken door de katalyserende werking van licht. Hij noemde die velden massa 'm' (m = inertie,

bewegingsloosheid) en 'E'(E = energie-uitwisseling). Deze twee velden zijn met elkaar verbonden. Energie omzetten en vrijmaken, daar gaat het bij $E=mc^2$ dus om. De lichtsnelheid, het genereren van energie in massa en samenwerking tussen de twee verschillende krachtenvelden is volgens Westra vergelijkbaar met universele communicatiewetten vanuit het vakgebied theater. De combinatie van angst, macht en ego, het negatieve krachtenveld, is de kern van bijvoorbeeld de Griekse en Shakespeareaanse tragedies. Daar plaatst zij hart, ziel en lichaam tegenover. De keus voor het positieve krachtenveld leidt dikwijls tot innerlijke worsteling maar ook tot samenwerking, menslievend gedrag en vrede. Het negatieve krachtenveld (massa) wordt daarmee verbonden en 'als een draak verslagen' door de katalyserende werking van de contactstroom (c^2) zoals die van de VCM.

De ene kant van het krachtenveld, massa, noemt de auteur '**de Emotionele Bermudadriehoek**' (EBD = angst, macht en ego). Het is het 'nee', het gebied waarin mensen elkaar kwijtraken door kortsluiting in contact met dikwijls rigoureuze verbreking van de verbinding (relatie) als gevolg. Het negatieve veld gaat dikwijls gepaard met slachtoffergedrag, afwijzing, ontkenning, ondermijning, vernedering, verraad, 'mentaal straffen', dualiteit (verdeel en heers) en depersonaliseren (pesten, 'zwarte schaap' en hetzevorming). Depersonaliseren is een vorm van vernietiging dat uiteindelijk leidt naar ontmenselijking. Bewezen is dat deze negatieve krachten hersenbeschadiging en ernstig, blijvend letsel kunnen aanrichten. Om die reden wordt de EBD ook wel 'Duivelsdriehoek' genoemd, want deze is (levens)gevaarlijk voor de mentale gezondheid. Deze dynamiek is ook te zien in allerlei oorlogssituaties waarbij luchtsteun en bijvoorbeeld rugdekking (emotioneel steunkader) uitblijven. De EBD kenmerkt zich door het gevoel van het 'trekken aan een dood paard' (nee), waarin positieve energie zich heeft vertaald naar massa en als energie niet meer werkzaam of levend is. Onder de driehoek van massa (M) ligt echter c^2 (VCM). Deze energie kan M weer doen laten resorberen waardoor samenwerking met E ontstaat.

Het andere gebied noemt ze '**de Emotionele Gouden Driehoek**' (EGD = hart, ziel en lichaam). Dit is het krachtenveld waarin, mede door empathisch gedrag men kan raken en geraakt kan worden. De verbindingen blijven intact en herstel van hersenweefsel is mogelijk. Het positieve gedrag kenmerkt zich door aanspreekbaarheid, het nemen van verantwoordelijkheid, zelfliefde, openheid, fysiek contact, persoonsversterking, respectvolle bejegening, hoor en wederhoor. Daarbij is het kunnen ervaren van verbinding en wederkerigheid in emoties, bijvoorbeeld door excuses en verzoening, een belangrijk onderdeel van EGD. Deze positieve energie leidt binnen relaties naar zingeving en betekenis.

E=Mc2 vertaald naar hersenfuncties

Emotionele krachtenvelden hebben invloed op de hersenen. Onderzoek wijst uit dat de EBD leidt tot verharding van de verbinding (massa) en tot (zelf)vernietiging, terwijl EGD leidt tot versoepeling van de hersenverbindingen. Pijnbestrijding (de negatieve 'm' in $E=\underline{m}c^2$ verbonden met EBD) kan door de keus voor pijnaanvaarding (EGD) een katalyserende werking hebben op versnelling van verbindingprocessen (c^2) waardoor de 'm' wordt omgezet in positieve Energie-uitwisseling ($E=mc^2$). Er is dan sprake van heling.

Catharsis. Het opdoen van nieuwe inzichten over verbinding in plaats van polarisatie van de beide velden is vergelijkbaar met een catharsis. Dit theaterbegrip uit de Griekse tragedies geeft aan dat de methodische structuur van een tragedie, opgebouwd naar de wetten van Aristoteles, bij het publiek een emotionele zuivering teweeg kan brengen.

7. Transitie; 'Vermogen tot communicatie' met als gevolg positieve energie-uitwisseling

Tijdens het transitieproces raakte Westra geïnspireerd door vormen van universele communicatie waarbij positieve energie wordt vrijgemaakt. Als voorbeeld noemt ze de energie en de kracht van de samenwerking van kathedralenbouwers. Die konden hun werk alleen samen verrichten, wetende dat ze de voltooiing van hun gebouw niet zouden meemaken, maar ze zagen het resultaat voor zich. Deze transitie heeft volgens de auteur(s) kans van slagen als 'Vermogen tot communicatie' voorop staat. Positieve energie-uitwisseling in het kwadraat (c^2) gedijt in een omgeving waarin 'veiligheid' en 'vertrouwen' als voorwaarden actief worden gecreëerd en beschermd. De auteurs zien actieve toepassing van de Vredeformule $E=MC^2$ door middel van het Verbindingsmodel als een weg naar meer menslievend gedrag waarbij de zwaarte transformeert, 'vederlichter' wordt gemaakt. Aansluiting op het positieve krachtenveld vanuit het negatieve veld kan ieder moment plaatsvinden. Beeldend kunstenaar Joseph Beuys vertaalt dit vanuit de beeldende kunst als het vermogen van de mens om zich op ieder moment aan te kunnen sluiten op de spirituele wereld.

8. Het Verbindingsmodel

Het Verbindingsmodel (VM, 2021) is voor het boek de hoofdstukindeling. De ontwikkeling ervan is begonnen met het ervaren van schokkende gebeurtenissen zoals de moord op van Gogh en een sluimerend energielek dat in 2019 binnen de Vredesorganisatie tot een crisis leidde. Het waren in eerste instantie belemmerende implementatiefactoren voor de methode. Dit heeft de auteur aangezet tot analyse en doorontwikkeling van positieve energie ontwikkelingen van meer menslievend gedrag. Het Verbindingsmodel geeft inzicht in $E=Mc^2$. Vanaf 2019 is het de bevorderende factor voor verduurzaming van de methode.



Verbindingsmodel, transitie 2008/2025

Wereldburgerschap, Theater Veder/ 2021 Maria Reina Westra

9. Belemmerende factoren voor 'Vermogen tot positieve communicatie'

Tijdens haar werkzame leven als verpleegkundige ontdekte Westra dat veel energie werd verspild doordat medewerkers niet leerden hoe ze onder werkdruk toch wederkerig contact konden blijven maken met de patiënten en met elkaar, zonder dat het extra tijd en geld kostte. In het boek beschrijft ze de werking van dit proces en geeft ze praktische handvatten om 'kloktijd' (Chronos) en 'het juiste moment' (Kairos) met elkaar te leren verbinden. Verbinding door middel van de VCM en theatrale communicatie is als het spelen, het leren schakelen, spelen met het positieve en negatieve krachtenveld. Hierdoor wordt positieve energieontwikkeling blijvend gegenereerd. Een andere belemmerende factor van doorgaande uitwisseling van positieve energie is de hiërarchische structuur van zorgorganisaties. Ook dit onderdeel krijgt aandacht.

Instrumenten van 'Vermogen tot communicatie' die energie voor verandering genereren:

- ***De Veder Contactmethode als activiteit (2008-2010)***

Toepassing van zeven stappen genereert een positieve contactstroom

- ***De Kunst van het Verleiden in de Veder Contactmethode***

'Vermogen tot communicatie', zoals mensen spelenderwijs uit de comfortzone halen, geeft plezier. **Verteltechnieken** waaronder **theatrale communicatie** (acte de présence, timing en intonatie) kunnen in menselijk verkeer blokkades (apathie) doorbreken.

- ***De Veder Contactmethode binnen de dagelijkse (24-uurs) zorg***

Deze toepassing zorgt voor een contactstroom die langer aanhoudt en meer welzijn en arbeidsplezier oplevert. Die effecten zouden op langere termijn kunnen leiden tot een vermindering van ziekteverzuim.

Deze aanname wordt gestaafd door conclusies uit het wetenschappelijk onderzoek in 2015 en 2016. Vilans (de kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning) heeft de VCM in 2018 erkend als interventie in de langdurige zorg.

- **Verbindingsmodel, verduurzaming van relaties (2021)**

Exploreren van en bewuste samenwerking tussen de Emotionele Bermudadriehoek (angst, macht en ego) en de Emotionele Gouden Driehoek (hart, ziel en lichaam) vergroot de kans op inzicht en toepassing van blijvende verduurzaming.

De hoofdauteur heeft het Verbindingsmodel sinds 2022 beproefd in 'een op een' gesprekken. In deel 2 van het boek beschrijft zij een aantal resultaten. Deze bevindingen kunnen leiden tot een breder onderzoek naar de effectiviteit en de ontwikkeling van een instrument dat door derden kan worden toegepast. Ze besteed extra aandacht aan de 4 stap van de methode namelijk het nemen van bewust afscheid als bron van positieve energie (emotioneel loslaten).

10. Verduurzaming van Vermogen tot communicatie

Theater Veder streeft in de volgende periode (vanaf 2025) naar het onderbrengen van 'Vermogen tot communicatie' bij een universitaire faculteit Geesteswetenschappen voor verduurzaming van ervaringen en consolidatie van reeds aangetoonde resultaten. Oftewel voorkom kapitaalvernietiging, maar ontwikkel een samenwerking van zorg, kunst en wetenschap.

Het zou in dit verband goed zijn om de resultaten van de 26 experimenten in transities (langdurende zorg) in de periode 2007 – 2010 (waar de ontwikkeling van de VCM er een van was) te analyseren om daar lering uit te trekken. Onder andere over de voorwaarden voor het slagen van langlopende veranderingsprocessen.

11. Conclusie, van Vederlicht naar de Vredeformule $E=mc^2$

De conclusie van het boek geeft een langetermijnvisie op realisering van de doelen die transities zoals deze met zich meebrengen. De aanname is dat doorontwikkeling en monitoring vanuit een veilig werk-/leerklimaat aantoonbaar positieve effecten zal hebben op realiseringen van de doelen; meer wezenlijk contact en werkplezier, vergroting van emotioneel welzijn en tevens minder ziekteverzuim en minder personeelskosten in de langdurige zorg.

Deel 2 Onderzoek naar de werking van het Verbindingsmodel $E=mc^2$

Er komen mensen aan het woord die gedurende 17 jaar de VCM en het Verbindingsmodel (2021) mee hebben ontwikkeld. Tijdens dit proces was er ook sprake van onvermogen en een periode waarin de organisatie zich in het negatieve krachtenveld bevond. Energielekken, stagnaties en de pijnlijke kanten van transitie krijgen aandacht in het hoofdstuk 'Onvermogen in positief contact'. Zonder wrijving en negatieve energie-uitwisseling, schaduw, is er immers geen glans. Door de onthulling van deze schaduwkanten krijgen de opgedane inzichten meer betekenis in de context van zingeving tot groei en vernieuwing.

Elftal, 'het Wij team' in de proeftuin

Naast de hoofdauteur werken er elf auteurs, Veder ambassadeurs, mee aan dit boek vanuit een voetbalteamgedachte. Het team ziet het als een uitdaging om te schrijven vanuit de Vrede-formule 'Kunst in Contact is $E=mc^2$ (waarbij 'm' staat voor zowel EGD als EBD, 'c²' voor de VCM als katalysator en 'E' voor positieve energie-uitwisseling als resultaat van het proces). De leden van het elftal brengen ieder hun eigen Vederervaring mee en de wil om te ontwikkelen vanuit het spectrum Kwetsbaarheid, Kracht, Kunde, Kunst. De aanname is dat deze vorm, c2 energieversnelling zal opleveren en de kwaliteit van het boek dus ten goede komt.

Tijdens het schrijven van het boek wordt het verbindingsmodel beproefd binnen de groep auteurs als methodiek en leidende visie:

- Aanspreekbaarheid en het kunnen delen van negatieve krachten (angst, macht en ego) en positieve krachten (hart, ziel en lichaam).
- Centraal stellen van luisteren (hoor en wederhoor, doorvragen).
- We leren beter om actief te schakelen tussen positieve en negatieve krachtenvelden in het menselijk verkeer door de principes toe te passen in ons dagelijks leven en binnen samenwerkingsverbanden.
- We kiezen bewust voor het handelen vanuit positieve krachten en het gezamenlijk realiseren van een contactstroom (energieversnelling).

Josien van de Beek, verpleegwetenschapper, (interim) manager en docente.

"Het gesprek was top. Je vraagt goed door."

Beoordeling van het gesprek: 8

Addie Birkhoff, speelster Ouderen voor Ouderen, socioloog en docente Engels, voormalig beleidsondersteuner onderwijs.

"Het was een emotioneel gesprek, waarin ik uitkwam bij mijn persoonlijke levensmotto: vertrouwen, hoop en naastenliefde".

Beoordeling van het gesprek: 8

Alle Bruggink, Vederambassadeur, voormalig onderzoeker, chemicus en hoogleraar; schrijft over duurzaamheid. *“Maria, de samenvatting wint aan kracht. Je zou de term negatief bij massa ook kunnen vervangen door inert of inertie. We komen steeds dichterbij elkaar in de uitleg. Je bent nog negatief over de massa. Zodra de ‘m’ door ‘c²’ in beweging komt, wordt het energie. Dan wordt het opeens de gesprekspartner die jou begrijpt en begint de contactstroom te lopen. En die wordt des te sterker naarmate ‘m’ groter is. Bedenk ook dat in de ‘m’ van massa, het ‘gewicht’ van twee mensen zit die met elkaar in contact proberen te komen. Een gesprek vanuit het Verbindingsmodel ervaar ik als ODI, ontspanning door inspanning en verrijk/eikend. Liefde is een prachtige vorm van positieve en duurzame energie.”*

Beoordeling van het gesprek: 9

Hemmo Drexhage, voorzitter Theater Veder en theaterregisseur.

“Ik vond het interessant om de inzichten over vernietiging te delen. Daar zit zo’n kracht. Ook in relatie tot creativiteit.”

Beoordeling van het gesprek: 8.5

Foppe de Haan, Vederambassadeur, voormalig voetbalcoach en trainer.

“Goed, dit gesprek dwong tot nadenken. En dat is gewoon goed.”

Beoordeling van het gesprek: 8

Klaas Hofman, voormalig groepsleider, docent verpleegkunde.

“Jazeker, respect en goed luisteren, dat praktiseren wij wederzijds! Geen hinder, vol overgave!”

Beoordeling van het gesprek: 8

Astrid Izelaar, bestuurslid Theater Veder, ZZp’ er ‘troost en trouwen’

“Wat stilte tussen twee mensen vermag. Als geluid verstomt en ruimte wordt gevuld met aandacht. Zie de ander in jezelf.”

Beoordeling van het gesprek: 8.5

Robert Jan Prenger, penningmeester Theater Veder, ICT-projectleider.

“Het was een overrompelende verrassende ervaring vol met inzichten over hoe je op basis van de Vederbegrippen en -methode tot een gesprek komt over wat de ander drijft.”

Beoordeling van het gesprek: 7,5

Sjoukje Ronda, voormalig docente Duits.

“Dit was een prachtige sessie. Eindelijk eens aandacht voor mij! Het was een fantastische ontmoeting, waarbij we bij elkaar in de spiegel mochten kijken en dat we tot de ontdekking komen dat we samen onderweg zijn. Bedankt, bedankt en tot de volgende keer.”

Beoordeling van het gesprek: 8

Hilda Swarts, jurist, systemisch begeleider en dansdocent.

“Maria vraagt door, waardoor de onderstroom binnen de communicatie inzichtelijker wordt en zich een verdiepend en inspirerend gesprek ontvouwt!”

Beoordeling van het gesprek: 8.5

Kate Westra, psycholoog en coach.

“Het stroomde. Dan uiteindelijk warmte en empathie voelen in je lichaam. Een paar verhelderingen in het gesprek die even kracht kosten. Een soort blijdschap, opluchting, het is volbracht. We zijn er doorheen gekomen.”

Beoordeling van het gesprek: 8.

Deel 3 Zelf aan de slag met het Verbindingsmodel $E=mc^2$

Hier worden handvatten aangereikt om te leren werken met de visie van en het instrument De basis van het werken met het 'Verbindingsmodel is $E=mc^2$ ', systematische openheid en vertrouwen.

Door deze praktische toepasbaarheid leidt het proces van transformatie 'bewustwording van het positieve krachtenveld' automatisch tot meer empathie en dus meer energie. Wanneer de ontmoeting met 'de menselijke geest', het wezen, (ontdaan van macht, angst en ego) onder alle mogelijke omstandigheden tot samenwerking leidt vanuit hart, ziel en lichaam, wordt dit ervaren als een emotionele bevrijding, een transcendentie. Deze ontwikkeling van voortschrijdende inzichten zijn voortgekomen uit de transitie van de VCM (2008-2025). In de kern gaat het om de ervaring dat samenwerking vanuit wezenlijke communicatie een ongebroken verbinding en daarmee een grote bron van positieve energie-uitwisseling vormt.

Deel 4 Conclusies en aanbevelingen voor gezondheidsorganisaties en onderwijsinstellingen

1. Langetermijnvisie, concrete doelstellingen en voorwaarden

In organisaties wordt veel gesproken en geklaagd over een gebrek aan communicatie. Als het meezit, 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.'

Daarom is het belangrijk een visie te ontwikkelen voor de lange termijn met concrete doelstellingen voor het bevorderen van het 'Vermogen tot communicatie' in een veilig leer- en werkklimaat.

2. 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. De Vredeformule $E=mc^2$ biedt mogelijkheden voor het gezamenlijk oplossen van grote problemen zoals de klimaatcrisis. Daarbij gaat het om systematisch leren overstijgen van universele factoren die energielekken teweegbrengen.

3. 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 om een toekomstgerichte langetermijnvisie.

4. Wetenschappelijk onderzoek en verduurzaming

Om de opbrengst van investeren in 'Vermogen tot communicatie' een breed draagvlak en aanzien te geven, zou het goed zijn om dit als een specifiek vakgebied onder te brengen bij een universitaire faculteit Geesteswetenschappen. Doel daarvan is verduurzaming van hetgeen is opgebouwd vanuit 'het weten' naar positieve resultaten op het 'meten'. Er zijn al hoopvolle ontwikkelingen. Sinds september 2024 is er voor het eerst in Nederland een bijzonder hoogleraar 'Kunst en Zorg' (aan de Erasmus School of Health Policy and Management) aangesteld. Volgens Prof. Dr. Tineke Abma, tevens werkzaam als hoogleraar Ouderenparticipatie aan de universiteit van Leiden, is er toenemend bewijs dat kunst positieve effecten heeft op de gezondheid van de mens en daardoor katalysator kan zijn voor de noodzakelijke transformatie in de gezondheidszorg.

"Patiënten hebben baat bij kunst. Voor het onderzoeken van wat er op emotioneel en affectief niveau gebeurt [bij kunstbeleving] zijn innovatieve manieren van wetenschappelijk onderzoek nodig..." Er zijn nu ook tijdschriften die een dance performance als wetenschappelijke output zien, op poëzie of een audiofragment." Haar ideaalbeeld is dat de hiërarchie tussen de verschillende vormen van wetenschappelijk onderzoek uiteindelijk zal verdwijnen.

(Citaten uit: De Volkskrant, 19 september 2024)

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

5. Over de hoofdauteur

Maria Reina Westra (1961) is oprichtster van Theater Veder, grondlegster van de VCM en hoofdauteur van 'Kunst in Contact is $E=mc^2$ in verduurzaming van relaties'.

Zij groeide op in een pionierscultuur, de Noordoostpolder. Ze is van origine verpleegkundige (1983) en studeerde vervolgens af aan de theaterschool (1990). Ze heeft zich toegelegd op muziektheater en zich gespecialiseerd in de ontwikkeling van 'echt contact'. Dit resulteerde in het op gang brengen van een contactstroom door middel van wederkerigheid; de VCM, die in de kern neerkomt op positieve energie-uitwisseling. Tussen 2009 en 2016 begeleidde ze vanuit Theater Veder twee promotieonderzoeken in samenwerking met

twee universiteiten over het uitvoeren van de VCM. Die bleek positieve effecten te hebben op teambuilding, arbeidsplezier en welzijn in de langdurige zorg. In 2018 realiseerde ze dat de VCM een officiële erkenning kreeg als interventie bij het ziektebeeld dementie van Vilans, kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning. Westra schrijft het boek in samenwerking met elf Veder ambassadeurs. De aanname is dat dit nieuwe inzichten oplevert op het gebied van wezenlijke samenwerking in relatie tot positieve energie uitwisseling. Deze dynamiek reduceert energielekage en levert inhoudelijke kwaliteitsverbetering van het boek op.

'Vooruitgang is een verhaal over diepgewortelde goedheid, ongeëvenaarde samenwerking en weerbaar vertrouwen. Een verhaal over de ware natuur van de mens en de wonderbaarlijke aard van de natuur. Een verhaal van onzichtbare verbondenheid en onderlinge afhankelijkheid. Een verhaal over zorg die belangeloos wordt gedeeld. Een verhaal over miljarden onmisbare radertjes in een bouwwerk van menselijke verbeeldingskracht. Een verhaal van werkende wetten en verdwenen grenzen'. (Uit: 'Voor elk wat waars' door R. Wijnberg blz. 137, blz. 153).

Zie voor meer informatie over de hoofdauteur en de visieontwikkeling;
www.theaterveder.nl/ over Theater Veder, over de grondlegster.

Epiloog

De moord op Van Gogh wordt tot slot geplaatst in het perspectief van groei naar 'Vermogen tot positieve communicatie' als transformatie van zwaarte naar Vederlichkeit in contact. Daarbij is doorontwikkeling van de natuurwet formule $E=mc^2$ tot communicatiewet een transcendentie van een vredesproces. Dit laatste is voor Westra de zin en de betekenis die ze geeft aan haar rol van getuige van de moord op Theo van Gogh.

**vrede is geen vogel
die wegvliegt, die verdwijnt aan de horizon
vrede is het nest
dat blijft
soms met vogels, eieren, kuikens erin
en soms een twijfelende veer die in gedachten van
de wind verdwaalt
vrede is geen vogel maar het nest
dat blijft
zelfs in het vertrekseizoen
vol takken die nog naar de lente ruiken
kijkend in de koude ogen van de sneeuw
warm
vol dromen
een nest zonder bakstenen zonder cement
klein. licht, breekbaar maar waar**

Soleh Rezazadeh

vrede: onverwoestbare kwetsbaarheid, Klaas Hofman

het Goede,
Klaas Hofman

Geraadpleegde literatuur:

- Abramovic, M. (2016), *Walk through walls*, Nijgh & Van Ditmar, Amsterdam.
- Boersma, P. (2017), *Person-centered communication with people with dementia living in nursing homes; a study into implementation success and influencing factors*, Vrije Universiteit Amsterdam.
- Bormans, Leo (2010), *Geluk*, uitgeverij Lannoo, Tiel.
- Broeck, van den, C. (2019), *Waagstukken*, Amsterdam.
- Brown, B. (2013), *De kracht van kwetsbaarheid*, A.W. Bruna, Amsterdam
- Brown, B. (2013), *De moed van imperfectie*, A.W. Bruna, Amsterdam
- Cohen, J. (2024), *De bolle Gogh*, EM. Querido's Uitgeverij Amsterdam*Antwerpen.
- Cuppen, H. (2014), *Liefdesbang, Overwin verlatingsangst en bindingsangst*, Ankh Hermes, Utrecht.
- Fraser, J. (2023), *Het gepeste brein*, Ankh Hermes, Utrecht.
- Gaudí, A. (2020) *The Complete Works*, Taschen GmbH, Berlin.
- Haaften-van Dijk, van M.(2016), *Evaluatie van de Vedermethode als contactmethode in de psycho-geriatrische zorg*, Universiteit van Amsterdam.
- Helleman, V. (2014)., *Moeiteloos jezelf zijn, ontwaken in een nieuw bewustzijns-perspectief, Leven in Vrijheid*.
- Isaacson, W. (2015), *Einstein, de biografie*, Houten/Antwerpen.
- Johnstone, K. (1979), *Impro*, Uitgeverij International Theatre & Film Books, England.
- Koelmeijer J. (2022), *Etty Hillesum, het verhaal van haar leven*, uitgeverij Balans, Amsterdam.
- Kolk, B van der (2016), *Traumasporen*, Uitgeverij Mens!, Eeserveen.
- Kotter, J. & Rathberger, H. (2020) *Onze ijsberg smelt!, succesvol veranderen in moeilijke omstandigheden*, Uitgeverij Business Contact, Amsterdam.
- Nietzsche, F., (2011) *Vorbij goed en kwaad*, de Arbeiderspers, Amsterdam.
- Palmen, C. (2023), *Voornamelijk vrouwen*, uitgeverij Prometheus, Amsterdam
- Quakernaat, D. (2023), *Ga kathedralen bouwen!, Wat managers en andere gewone mensen kunnen leren van de kathedralenbouwers in de Middeleeuwen*, Quakernaat Media, Hengelo.
- Rosenberg, M.B., (2014) *Geweldloze communicatie, ontwapenend, doeltreffend en verbindend, Lemniscaat*, Rotterdam.
- Rotmans, Prof. Dr. Ir. J. (2009), *Complexity and transitie management, Erasmusuniversiteit, Rotterdam*.
- Rotmans, Prof. Dr. Ir. J., en M. Verheijden (2021), *Omarm de Chaos*, Amsterdam.
- Stanislavski, K. (1985), *Lessen voor acteurs*, Uitgeverij International Theatre & Film Books, Amsterdam
- Swaab, D. (2010), *Wij zijn ons brein*, uitgeverij Pluim, Amsterdam.
- Swaab, D. (2023), *Ons creatieve brein*, uitgeverij Pluim, Amsterdam.
- Toro, R.(2009), *Biodanza*, uitgeverij de Zaak, Groningen.
- Suurmond, J.J. (2010), *De spiritualiteit van Florence Nightingale*, Zoetermeer.
- Waal, F de (2019), *Mama's laatste omhelzing*, WNF, Antwerpen.
- Wijnberg, R. (2023), *Voor ieder Wat Waars*, De correspondent, Amsterdam.

=====