

EFT-therapeut klopt gratis de kinderstress weg

Kinderen met stress of verdriet kunnen zich melden bij Lochemer Martin de Witte voor een kosteloze behandeling.

door Wim Meuleman
LOCHEM

De Witte klopt gericht met een paar vingers op het bovenlichaam van het kind en daarmee moeten de negatieve emoties verdwijnen. De therapeut past deze EFT-therapie ook toe in zijn praktijk voor oudere jeugd en volwassenen.

De middag komt Bas (12)* samen met zijn moeder naar het gratis spreekuur in het Stadshuis in Lochem. „Hij heeft last van angst voor het onbekende”, zegt moeder. „We hebben al ademhalings therapie geprobeerd, maar Bas is nog niet van de klachten af.” De Witte gaat tegenover de jongen zitten en vraagt hem te denken aan een situatie die hij lastig vindt. „Als we op vakantie gaan vind ik het altijd spannend”, zegt Bas. „Ik weet dan niet hoe het daar op de camping zal zijn. Op weg er naar toe heb ik de kotszak bij de hand.”

Bas krijgt de opdracht om zich die situatie in te beelden en een cijfer tussen 0 en 10 te geven voor de stress die

hij ervaart. Hij maakt er een 4 van en moet zich blijven concentreren op de plek in zijn lichaam die onprettig aanvoelt. De Witte beklopt zijn patiënt een paar minuten lang op het hoofd, de romp en de armen. Ondertussen beschrijft hij in korte zinnen de traumatische gebeurtenis. Bas herhaalt elke zin.

Aan het eind van deze sessie en na een diepe ademhaling is het niveau van de stress volgens Bas gedaald naar 1. De Witte is nog niet helemaal tevreden en het hele proces herhaalt zich. De score komt nu uit op 0 en het lukt niet meer deze angst nog op te roepen. Er blijken nog meer problemen te spelen bij Bas. Binnen een half uur zijn vlieg angst en boosheid over het gedrag van vriendjes ook met succes aangepakt.

„Heel apart”, is de eerste reactie van Bas' moeder. De Witte snapt dat mensen verbaasd reageren. „Ik kan me voorstellen dat men denkt: dat het te mooi is om waar te zijn. Zowel via internet als in een brochure geef ik tientallen voorbeelden van mensen met enthousiaste verhalen. Cliënten hoeven alleen maar te betalen als ze tevreden zijn. En dan kan het ook nog zijn dat de zorgverzekeraar het vergoedt.”

Na een carrière als luchtmachtoffi-

De Stentor / Achterhoek - 16 december 2015



• Binnen een goed half uur klopt Martin de Witte angst voor het onbekende, vlieg angst en boosheid weg. foto Jan Houwers

cier ging De Witte in 2011 met pensioen. Enkele jaren daarvoor bekwaamde hij zich al in Emotional Freedom Techniques (EFT). „Door op bepaalde punten te kloppen breng ik extra energie in het lichaam”, zo is zijn uitleg. „De concentratie op de emotie rondom de gebeurtenis en het nazeggen van de zinnen horen daar dan bij. Dit hele proces zorgt ervoor dat het vervelende gevoel in het lichaam steeds minder wordt en uiteindelijk weg is.

Vervolgens is ook de negatieve emotie definitief verdwenen.”

De Witte zegt het jammer te vinden dat hij bij het onderwijs geen gehoor vindt. „Ik heb wat met kinderen en wil ze heel graag helpen. Daarom heb ik besloten het voor hen gratis te doen.”

www.detraumatheapeut.nl

* In verband met de privacy is de naam Bas gefingeerd.