

Interview met Jos Olgers

“...het eerste dat je doet wanneer je je ogen opent, is dat je de kurkentrekker op tafel naar de keuken brengt.” Haar ogen gingen open: “Ik weet wat ik moet doen, maar doe het niet..!” Na een kwartier geïrriteerd voor zich uit te kijken, stond ze op, en verdween de kurkentrekker de keuken in. Vanaf dat moment begreep ik hoe krachtig hypnose werkte, en wilde ik er meer van weten.”

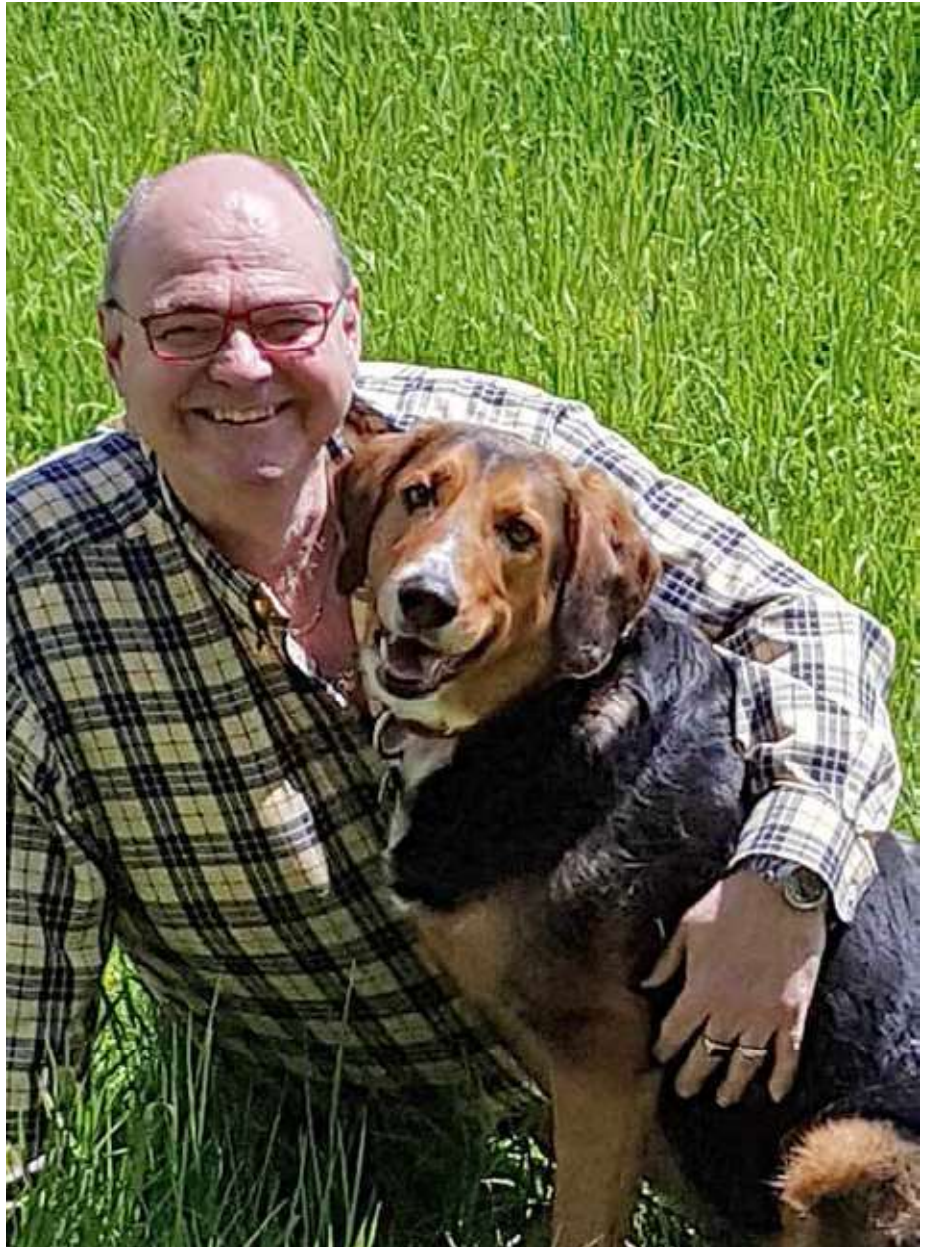
Door Diana Vergouwen

Tsjechië

Jos Olgers is bezig zich zo langzamerhand wat terug te trekken. Sinds een paar jaar woont hij voor een deel van het jaar met zijn vrouw Bertien van Woelderen in een oud dorpsschooltje in Tsjechië. Het bevat hem prima. De rust, hetzelfde klimaat als in Nederland en met heel dichtbij veel natuur: “Soms loopt er een hert, haas of een ontsnapt kalfje langs onze ramen...” In Spanje vindt Jos het veel te heet. “Mijn lijf is aan temperaturen zoals we in Nederland hebben gewend. Het klimaat en de mensen zijn zo'n beetje zoals we in Nederland kennen, het is hier alleen rustiger en de prijzen zijn hier beter. Voor € 7,50 eet ik hier een heerlijke pasta met twee glaasjes wijn erbij.”

Jeugd

Voordat hij uiteindelijk in Zuid-Bohemen terecht kwam, legde hij een flinke weg af. Een weg die begon in Amsterdam, waar zijn wieg stond en waar hij zijn jeugd doorbracht. Zoals elk mens bewaart Jos aan zijn jeugd goede en slechte herinneringen. De slechte herinneringen gingen



vooral over een nare schooltijd. De goede herinneringen hadden te maken met de bruisende stad waarin hij leefde: hippies, provo's, kabouters, scholieren- en studentenprotest, cultuur et cetera.

Als oorspronkelijk verlegen jongen durfde Jos dankzij een serie therapeutische trainingen zich steeds zichtbaarder te maken. Langzamerhand kwam hij steeds steviger in het leven te staan; een leven waar hij steeds meer van begreep en van genoot. In deze tijd begon hij te dromen van

intense contacten met andere mensen. Te dromen om ooit leiding te geven aan een therapeutisch centrum. Te dromen over het schrijven van boeken. Zijn droom om een eigen gedichtenbundel op zijn literatuurlijst van de HAVO te kunnen zetten, mislukte. Maar hij kwam terug.

Groei tot hypnotherapeut, docent en schrijver

Na de havo studeerde Jos HBO Inrichtingswerk. Daarna ontving hij in het jaar

HIJ ONDERZOCHT DE ESSENTIE VAN HYPNOTHERAPIE

dat zijn zoon geboren werd het diploma HBO Maatschappelijk Werk. Tijdens zijn studie hoorde hij over hypnose en hypnotherapie als een therapievorm die heel goed zou werken. Hierin zat een grote uitdaging die hem deed besluiten hier meer van af te willen weten. Er waren in die tijd nog geen hypnotherapie opleidingen. Dick Wernars, een kennis die later een goede vriend zou worden, zette hem op het pad om een cursus te volgen bij P.J. Hanssen. Hanssen was indertijd een bekend hypnotherapeut en schreef enkele boeken, waarvan *Hypnose in de Praktijk* het bekendst is. Tijdens deze cursus hoorde hij dat de SETH een allereerste serieuze beroepsopleiding zou gaan starten, waar hij zich dan ook meteen voor inschreef.

Hypnotherapeut

Jos werkte in die tijd bij de Sociale Dienst in Amsterdam met politiek vluchtelingen. Hiernaast begon hij hypnotherapie te studeren: “En omdat het zo’n mooi vak is, bleef ik allerlei trainingen, workshops, lezingen en opleidingen daarover volgen.” 33 jaar geleden ontving hij als hypnotherapeut zijn eerste cliënt. Hij gaf tenslotte zijn werk in Amsterdam op, om zich volledig te wijdden aan zijn praktijk. Hij heeft nooit geteld hoeveel cliënten hij sindsdien behandelde, maar het waren er veel.

NBVH

Ooit werd Jos bestuurslid en later vice-voorzitter van de VETH, een beroepsvereniging voor hypnotherapeuten die later fuseerde tot de NBVH (Nederlandse Beroepsvereniging van Hypnotherapeuten). Hij maakte deel uit van het eerste bestuur van de NBVH. Tijdens een bestuurscrisis, waarbij het complete dagelijks bestuur ruzie met elkaar kreeg en de leden een voor een opstapten, werd hij gebombardeerd tot interim-voorzitter. Met hulp aan de zijkant en enkele mensen die nog aanbleven, lukte het om de NBVH overeind te houden. Later maakte hij vanuit zijn functie als bestuurslid onder andere deel uit van de commissie die het Beroepsprofiel Hypnotherapie schreef. Het oorspronkelijke Reglement Bijscholing en Intervisie (1995) is ook van zijn hand.

Jos is dus ook al 25 jaar lid van de NBVH en vandaar dat hij in dit jubileumjaar ook niet mag ontbreken in de Teth.

Van docent hypnotherapie tot directeur van TranceArt Opleidingen

In 1990 werd Jos gevraagd om bij het Atma instituut les te geven in hypnotherapie. Hij maakte daar samen met Peter Krijger, de directeur, en Shamata Broerse deel uit van de staf. Dat deed hij drie jaar met plezier, waarna hij een tijdje stopte. In deze “rustperiode” groeide het verlangen om een nieuwe opleiding op te zetten. Vanuit een passie om de wereld een mooie en effectieve vorm van heling aan te reiken, wilde hij graag zijn kennis en ervaring overdragen. Hij onderzocht de essentie van hypnotherapie en verkende wat daarvoor nodig was. Dit leidde tot een noodzakelijk vakkenpakket. Van hieruit bouwde hij zorgvuldig, zonder overbodige franje, het geraamte van een moderne op de praktijkgerichte opleiding. Hierbij hield hij rekening met een professionele beroepsgroei en ondersteuning van de toekomstige hypnotherapeut. TranceArt was geboren en werd erkend door de NBVH. Deze droom werd definitief toen hij en zijn vrouw Bertien op januari 1999 voor het eerst de poorten openden voor de eerste les aan de eerste lesgroep. Na ruim 15 jaar samen met Bertien directeur te zijn geweest van TranceArt, besloten Jos en Bertien het wat rustiger aan te gaan doen, en droegen ze in september 2014 TranceArt opleidingen over aan Susanne Sauer en Karel Dronkert.

Binnenwereld spreekt; het nieuwe boek van Jos Olgers

Jos is bezig met een nieuw boek te schrijven. Hij heeft al twee handboeken op zijn naam staan die de meeste lezers van de Teth wel kennen, namelijk zijn eerste boek *Heelheid in wording* waarvan de tweede druk *Handboek Hypnotherapie* ging heten. Daarna schreef hij een ander handboek *Medische hypnotherapie*. En dan is nu zijn derde boek op komst. De titel mag alvast verklapt worden *De Binnenwereld spreekt*. Zijn eerste twee boeken handelden over de achtergronden en de technieken van

de hypnotherapie. Het nieuwe boek is een verdieping daarop, en handelt over de persoonlijke processen in en tussen mensen. Zijn grote vragen waren altijd: hoe komt het dat mensen handelen zoals ze handelen, en als dat problemen veroorzaakt, hoe kan ik als hypnotherapeut daar mee werken.

Het heeft ‘eventjes’ geduurd voordat hij deze vragen voor zichzelf serieus kon beantwoorden. En dan duurt het weer een ‘tijdje’ om dit allemaal zo goed te beheersen, dat hij dat ook over kon dragen. Jarenlang werkte hij hiermee en gaf hij hierin trainingen bij onder andere de TranceArt Academie. De (kritische) vragen van studenten zorgden ervoor dat hij dit extra helder moest uitleggen. En bovenal groeide hij in de afgelopen decennia steeds meer in de materie, die daarmee ‘een deel’ van hem werd. Dit heeft Jos allemaal verwerkt in zijn derde boek. Dit boek gaat dus dieper, maakt complexe zaken heel begrijpelijk en hanteerbaar, vooral daar waar hij laat zien hoe je daar als therapeut het beste mee kunt werken. Het boek dat inmiddels zo’n 274 A4’tjes bedraagt gaat onder andere over de volgende onderwerpen:

- Gevoelens en emoties
- Deelpersonen
- Innerlijke kinderen en innerlijke ouders
- Hechtingsproblematiek
- Overlevingsmechanismen
- Relaties en bindingspatronen
- Heling van oude wonden naar nieuw gedrag
- Werken met emoties door middel van associatie

Onderzoek naar oude inducties

Dit wordt vast niet het laatste boek van Jos, want hij heeft nog een paar andere projecten in de kast liggen. Jos heeft een hele verzameling hypnoseboeken. Sommige dateren uit de 18^e en 19^e eeuw. Hij merkt dat schijnbaar nieuwe technieken zoals snelle inducties ook al voorkwamen in deze meer dan honderd jaar oude boeken. Zo had de Portugese priester J.C. de Faria (Abbé Faria) in 1813 een praktijk in magnetiseren. Zijn techniek bestond er uit dat hij zijn patiënten in comfortabele

stoelen liet zitten en hun aandacht op zijn open opgeheven hand liet fixeren, waarna hij met luide stem zei: 'Slaap!' Vervolgens vielen zijn patiënten in een magnetische slaap. Terwijl ze in die staat waren, riep hij beelden bij hen op en gaf hij hen posthypnotische suggesties.¹

Je zou dit een Rapid induction of Shock induction kunnen noemen. Dit soort inducties vallen een beetje buiten de analyse van Bandler & Grinder, die in hun boek *TRANCE-formations* (1981) één aspect van de essentie van de hypnose beschreven: de 'volgen en leiden' methode.² Het lijkt er op dat in de vrijheidslievende jaren '60 en '70 van de vorige eeuw allerlei technieken, als de fascinatietechniek, schok-inductie, de magnetische inductie van bijvoorbeeld Esdaile op de achtergrond raakten. Jos zegt hierover: "Ik denk dat dat komt, omdat in die periode mensen er steeds minder van gediend waren om autoritair benaderd te worden. Toch heb ik het idee dat wij bloemenkinderen en provo's het kind met het badwater weggooiden. Wie weet kunnen we de basiskwaliteiten van deze technieken herontdekken, om ze dan in te passen in de hypnotherapie van de 21^e Eeuw!"

Deze fascinatie om de essentie van de hypnose te willen begrijpen, zorgde er al lang geleden voor, dat hij samen met mensen van zijn oude intervisiegroep begon met het verkennen van vele oude inductietechnieken. Bij dit verlangen passen dan ook een van de eerste stappen die hij deed toen hij in 2014 stopte met zijn directeurschap bij TranceArt. Hij sloot zich



aan bij een (inmiddels ter ziele gegaan) groepje mensen dat allerlei korte inducties oefende. Door deze inductie te ervaren en uit te voeren hoopte hij ook hier iets aan te treffen van de basis van de hypnose. Hij hoopt binnenkort in Nederland of in Tsjechië deze queeste met een aantal collega hypnotherapeuten weer op te pakken. Misschien dat er dus nog een boek komt waarbij oude verhalen en nieuwe methodes met elkaar gecombineerd gaan worden.

[Medische hypnotherapie en verouderingsklachten](#)

Toen ik het interview voorbereide werd mijn aandacht en nieuwsgierigheid getrokken door een voetnoot in zijn boek *Medische Hypnotherapie*. Vanaf pagina 321 staat een uitgeschreven visualisatie; de

Helende Pil. Hierin staat bijna onzichtbaar een voetnoot, waar je zo overheen zou lezen. Hierin staat dat je door middel van hypnose hormonen kunt beïnvloeden, waardoor de borstgroei vanuit de pubertijd weer geactiveerd wordt. Onderzoekers als Williams (1974) en Willard (1977) bevestigen dat de borstgroei op latere leeftijd met behulp van hypnose kan toenemen. Ook Milton Erickson (1960) gaf hiervoor enkele suggesties. Jos legt de essentie uit hoe een hypnotherapeut dat kan doen: "Tijdens een krachtige volledige regressie wordt iemand volledig geassocieerd naar de puberteit teruggebracht. Dit is de periode waarin de hormonen onder andere zorgen voor borstgroei. In deze staat worden de hormonen suggestief zo gereactiveerd, dat ze vanzelf de borsten weer gaan groeien. Uiteraard activeert de

1 Henri F. Ellenberger - *The Discovery of the Unconscious; The History and Evolution of Dynamic Psychiatry* (Basis Books, New York, 1970, p. 75) en Joost Vijselaar – *De magnetische geest; Het dierlijk magnetisme 1770-1830* (Sun, Nijmegen, 2001, p. 141).

Vermeldenswaardig is overigens dat Abbé Faria ooit als voorbeeld diende voor een belangrijk personage in de roman 'De Graaf van Monte-Christo' van Alexandre Dumas, die ook de schrijver was van *De Drie Musketers*.

2 In 1989 verscheen dit boek in het Nederlands onder de titel *InTranceformatie*.



hypnotherapeut alleen deze functie van de hormonen. Dan wordt gesuggereerd aan de hand van een visualisatie van het gewenste doel, dat op dit moment de borsten al begonnen zijn te groeien. Ze zullen dan als vanzelf de komende weken of maanden op onderbewust niveau op een veilige manier de borsten laten groeien, totdat ze de gewenste grootte hebben bereikt. Ikzelf heb overigens nog nooit een cliënt gehad met wie ik aan borstvergroting werkte. Overigens is een krachtige volledige regressie iets anders dan een visualisatie naar de jeugd. Iemand moet op dat moment fysiek en psychisch helemaal die puber zijn en zich ook zo voelen.” Nu mijn nieuwsgierigheid bevredigd is, vraag ik door in de richting van dit thema-nummer van de TETH; het ouder worden: “Zou je je ook op andere zaken kunnen richten, waardoor je jonger wordt met behulp van hypnose?” Jos heeft met zijn lange praktijkervaring nog niet eerder deze vraag gehad.

Naar aanleiding van deze vragen legt hij de essentie van medische hypnotherapie uit: “Het is belangrijk om fysiologisch en psychosociaal heel precies te weten hoe het komt dat er een klacht ontstaat. Als

je dat weet kun je de ‘route’ volgen die op deze aanleiding volgt. Hoe komt het dat deze prikkel bij iemand binnenkwam. Welke stappen werden er genomen die uiteindelijk leidde tot een klacht. Als je dat precies weet, kun je met je kennis van de hypnotherapie kijken wat je zou kunnen doen om deze route te onderbreken. Wanneer dit niet lukt, kun je natuurlijk ook altijd zorgen dat de narigheid vermindert.” Jos denkt dan aan het reduceren van pijnklachten en het hanteerbaar maken van de psychische narigheid die sommige klachten veroorzaken. Als je bijvoorbeeld weet hoe verouderingsklachten fysiologisch in elkaar steken, dan zou je in principe met hypnose de uitingsvorm van de klacht kunnen remmen, bijsturen of misschien zelfs stoppen. Je zou eens een boek over geriatrie open kunnen slaan om op te zoeken welke klachten er zoal voorkomen bij oudere mensen. Waarschijnlijk stuit je dan op klachten als dementie, artrose, blaasproblemen, slechthorendheid en dergelijke. Het verdient dan aanbeveling om via de route die deze klachten afleggen eens te kijken of hypnotherapie iets kan betekenen voor deze mensen. Let er wel op dat sommige dingen tamelijk onomkeerbaar zijn. Dan kun je je richten

op het hanteerbaar maken van de klacht, vertragen van het voortschrijden ervan of verminderen van de narigheid. Tenslotte kun je natuurlijk hypnotherapie altijd nog gebruiken om iemand te helpen enige vrede met zijn klacht te hebben.

Daarom vindt hij de PSBK en juist het gedeelte medische basiskennis heel belangrijke lesstof. Deze moet dan wel serieus afgestemd zijn op hypnotherapie: “Ik weet dat dit bij de TranceArt Academie het geval is, en hoop dat meer opleidingen de moeite hebben genomen om hun lessen medische basiskennis af te stemmen op de praktijk van de hypnotherapeut. Bij oudere mensen heerst misschien een zekere schroom om met hypnotherapie aan de slag te gaan. Toch werkte Jos succesvol met mensen van tussen de 75 en 85. Zo onderzocht hij met een cliënt waarom hij met zoveel elan altijd met woonwagendwoningbewoners streed en bleef strijden tegen het onrecht dat hen werd aangedaan. Ook was er ooit een oudere dame die de oorzaak van haar klachten aan wilde pakken. Tijdens de therapie ontdekte ze dat de oorzaak van haar probleem in het jappenkamp gelegen was. Ze vermoedde dat dit waarschijnlijk meer narigheid op

DE OUDERE MENS ZOU BEST WELEENS EEN GOEDE DOELGROEP KUNNEN ZIJN

zou rakelen dan zou helpen oplossen, waardoor ze besloot haar klachten verder suggestief aan te pakken. Een hypnotherapeut voor geriatrie bestaat volgens Jos nog niet, maar de oudere mens zou best weleens een hele goede doelgroep kunnen zijn.

Was het vroeger beter?

Gedurende het interview komen we te spreken over het komen en gaan van de praktijken van hypnotherapeuten. Volgens Jos is het niet iets van alleen deze tijd dat praktijken na een korte tijd de deuren weer sluiten: "Ik denk zelfs, dat het tegenwoordig beter is dan vroeger. In de 80er jaren pluisde mijn vriend en hypnotherapeut Dick Wernars af en toe de nieuwe Gouden Gids in Amsterdam na. Hij concludeerde dan meestal, dat er weer een paar nieuwe therapeuten bijgekomen waren, maar dat er ook weer hypnotherapeuten verdwenen waren."

Dit stimuleerde Jos later overigens om zijn TranceArt hypnotherapieopleiding zo in te richten, dat de kans op uitvallers zo klein mogelijk zou zijn. Hij ontwierp een laatste lesjaar, waarin de studenten in de praktijk aan de slag moesten. Gedurende dit jaar kregen ze dan praktische begeleiding en supervisie. Dit bleek te werken. In die tijd waren er veel minder uitvallers onder de afgestudeerde TranceArters dan bij hun collega therapeuten: "Hoe dat nu is, weet ik niet. Wel geloof ik dat therapeuten die praktisch en emotioneel goed op de praktijk zijn voorbereid een grotere kans van slagen hebben."

"Natuurlijk beïnvloeden tijden van crisis ook de toeloop van cliënten. Als mensen minder te besteden hebben, zullen ze ook minder uitgeven. Ik geloof niet dat vergoedingen door ziektekostenverzekeraar een groot effect hebben op een toename van cliënten. Kwaliteit, een goede naam, mond tot mond reclame en soms helaas ook charisma hebben hier meer invloed op. In de bijbel leerde Mozes de farao graan uit de zeven rijke jaren te sparen voor de komende zeven arme jaren. Ik denk dat dat ook geldt voor de hypnotherapeut. Reken jezelf niet rijk, als je praktijk een tijdje

'top' loopt. Je praktijkbezetting loopt altijd via een curve met ups en downs..."

Wat wil Jos Olgers in de toekomst doen?

Jos is nu reflectief met het vak bezig. Hij legt de laatste hand aan zijn boek *Binnenwereld spreekt* en heeft zo af en toe nog een cliënt. Jos zou nog wel masterclasses willen geven in Tsjechië of groepjes therapeuten willen ontvangen die met elkaar praktijkbegeleiding/supervisie willen doen.

Hij hoopt dat de NBVH ooit weer een commissie in het leven roept met zeer ervaren hypnotherapeuten, zoals de VETH (de voorloper van de NVBVH) beschikte over een Commissie Hypnotherapie. Deze commissie kan dan ingezet worden om specifiek over hypnotherapie en therapeuschap adviezen te geven, of hun gedachten te laten gaan over bepaalde problemen, zodat van hun vakmanschap en jarenlange ervaring gebruik gemaakt kan worden. Dan kan een bestuur zich bezighouden met besturen. Uiteindelijk wordt een bestuur, als het goed is, toch gekozen op bestuurlijke kwaliteiten. "Als men mijn ervaring en kennis hiervoor kan gebruiken, ben ik best bereid om hieraan mijn steentje bij te dragen."

Dit brengt ons op een ander onderwerp. Iets waar Jos mee zit. Hij vraagt zich het nut af om nog lid te blijven van de NBVH. Hij voert bijna geen praktijk meer nu hij in Tsjechië zit. Contributie betalen voor dingen als visitatie is voor hem dan vrij nutteloos. Daarentegen zou hij best voor de NBVH iets willen betekenen en ver-

bonden willen blijven aan de vereniging. "Ik blijf bezig met hypnotherapie door het schrijven van boeken en artikelen voor de TETH. Ook zal ik nog steeds regelmatig les blijven geven aan studenten en aan hypnotherapeuten. Ik blijf betrokken bij het vak, en het voelt op zich als een raar afscheid wanneer ik in een kort mailtje mijn lidmaatschap op moet zeggen. Eigenlijk zou er iets voor 'oud gedienden', zoals ik, binnen de NBVH bedacht moeten worden."

Misschien is er voor mensen zoals Jos Olgers, maar ook voor anderen die veel voor het vak hypnotherapie hebben betekend (en nog steeds betekenen), een passende plek binnen de vereniging te creëren. Je kunt hierbij ook denken aan andere opleiders zoals Barbelo Uijtenbogaard en Henk Hoenderdos.

Top jaren

Ooit, in 1999 schreef Jos de volgende droom op; samen met Bertien een huisje in het warme Frankrijk. 's Ochtends haalt hij dan met een vrolijke hond croissants, die hij vervolgens met Bertien op het terras voor hun huis met een kopje koffie nuttigt. Verder doen ze samen hun dingen. Jos zal wat schrijven en pompoenen kweken, omdat dat zo lekker snel gaat. 's Avonds kijken ze elkaar dan aan en weten dat ze het goed hebben.

"En zo is het bijna geworden. Het huisje kwam er. De hond is vrolijk. De croissants zijn een spelletje patience geworden dat ze 's ochtends samen spelen."



Diana Vergouwen-Koenekoop heeft een zelfstandige praktijk SQ Bewust in Hoofddorp.

Na de opleiding coach/counselor bij de Nederlandse Academie voor Psychotherapie heeft ze bij TranceArt de opleiding hypno- & regressie therapie voltooid.