



**centrum voor beelddenkers
&
werken met de Davis®-methode**



**E-book behorende bij de website:
www.saisi.nl**

Saisi betekent in het Swahili: Koetsier.

Saisi staat voor jou, zittend op de bok van de koets, de teugels van je leven in je handen.

Hoe zou het zijn om op de bok van je eigen leven te zitten?
Om je 'ADHD', 'autisme' of 'dyslexie' te sturen, in de hand te hebben?

Dat je zelf kunt kiezen wanneer je ze de vrije teugel geeft, want je weet dat je elk moment de teugels weer aan kunt trekken.

**Hoe zou het zijn als jij zèlf op de bok van je leven zit,
dat je je niet meer door je leven laat leiden,
maar je eigen leven leidt?**

Door het volgen van een Davis-programma, kom jij uit de koets om op de bok te gaan zitten.

Je zult letterlijk anders naar de wereld om je heen gaan kijken.

Je kunt de dingen doen die je zelf wilt, op jouw eigen manier.





E-book behorende bij de website:

www.saisi.nl

Dit e-book is gemaakt om de inhoud van de website (www.saisi.nl) als boek te kunnen lezen. De inhoud van dit e-book komt overeen met de inhoud van de website. De website bevat iets meer gegevens, zoals bijvoorbeeld linkjes naar andere websites en contactgegevens.

Copyright ligt bij Inge Meijer, eigenaar van Saisi, centrum voor beelddenkers. De inhoud is puur bedoeld voor persoonlijk gebruik. Het openbaar maken, het zakelijk gebruiken of gebruiken voor andere dan persoonlijke doeleinden is niet toegestaan. Niets uit deze uitgave mag vermenigvuldigd of anderszins gebruikt worden, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de eigenaar van Saisi, centrum voor beelddenkers.

Beroepsmatige dienstverlening aangeduid als Davis®, Davis Dyslexia Correction®, Davis Symbol Mastery®, en Davis Orientation Counseling® mag uitsluitend verleend worden door mensen die opgeleid en gecertificeerd zijn door Davis Dyslexia.

Davis® en Davis® autism Approach zijn handelsmerken van Ronald D. Davis. Zakelijk gebruik van deze handelsmerken t.b.v. educatie, instructie of begeleiding vereist een licentie van de eigenaar van het handelsmerk.

Versiebeheer:

Versie 1: September 2019

Versie 2: Augustus 2020

Inhoudsopgave

1 Inleiding	5
2 Beelddenken	9
Ben ik een beelddenker?	9
Wat is beelddenken?	10
3 De Davis-methode	15
Het verhaal van Ron Davis	15
De Davis-methode uitgelegd	16
4 Dyslexie	19
5 Dyscalculie	23
6 AD(H)D	27
7 Autisme	31
8 Uit balans	35
9 Coaching	38
10 Gemeenten	40
11 UWV	41
12 Anderen over Saisi	47
Ilona (2019, 38 jaar)	47
Kirmie (2019, 26 jaar)	53
Nicky (2018, 34 jaar)	55
Charlotte (2014, 27 jaar)	60
13 Lezingen die Saisi verzorgt	61
14 Boeken en artikelen	63
14 Film- en videotips	67
15 Verdere informatie	71

1 Inleiding

Mijn naam is Inge Meijer. In 2009 startte ik een coachingspraktijk genaamd Indawa Coaching & Counseling. In deze praktijk kwamen regelmatig mensen met ADHD of ADD tegen. Bij het werken met deze doelgroep merkte ik dat de bekende methodieken en aanpakken niet goed aansloten bij deze cliënten. Ik volgde verschillende opleidingen en workshops op het gebied van AD(H)D en autisme. Maar nog steeds vond ik niet wat ik zocht. Maar er moest toch iets zijn wat wèl aan kon sluiten? Iets waarmee mensen ècht geholpen konden worden en dat wèl binnenkwam. En toen kwam ik uit op de Davis-methode. Een manier van werken die anders is. En waarvan ik al snel merkte dat dit wèl bij mensen binnenkomt. Ik raakte gedurende de opleiding tot Davis-counselor steeds enthousiaster, omdat ik merkte dat wat ik leerde, echt betekenis had. En ik merkte dat dit van grote waarde was als je mensen met AD(H)D of autisme wilt begeleiden op hun levensweg. Dit leidde in 2014 tot de oprichting van Saisi, centrum voor beelddenkers. Met de Davis-methode bied ik een andere kijk op deze problematiek. Het denken in beelden heeft enorme voordelen en ik gun iedereen die voordelen ook bij zichzelf te zien.



Nu, 5 jaar verder, zijn al veel mensen echt geholpen met de Davis-methode. Het is mooi om te zien hoe mensen zich ontwikkelen, en zelfstandiger en zelfverzekerder worden. Hoe de cliënten het beelddenken omarmen en er de meerwaarde van in gaan zien. Voor mij dé motivatie om me in te blijven zetten voor dit mooie werk.

Ik vind het belangrijk dat de Davis-methode voor zoveel mogelijk mensen bereikbaar is. Om die reden ben ik een samenwerking aan gegaan met Zintri Zorggroep B.V.. Op deze manier kan ik trajecten aanbieden die door gemeenten gefinancierd worden. Daarnaast is er een samenwerking met een aantal collega-Davis-counselors om de Davis-methode binnen het UWV verder te verspreiden. Voor meer informatie zie het hoofdstukken *10 Gemeenten* en *11 UWV*.

Om de Davis-methode meer kenbaarheid te geven, verzorg ik op aanvraag lezingen over beelddenken en/of de Davis-methode. Zie voor een overzicht hoofdstuk *13 Lezingen die Saisi verzorgt*.

Kennismaking met Inge

Mijn naam is Inge Meijer. Ik volgde verschillende opleidingen en workshops op het gebied van AD(H)D en autisme. Maar nog steeds vond ik niet wat ik zocht. Na het nodige zoekwerk kwam ik uit op de Davis[®]-methode. Een manier van werken die anders is. En waarvan ik al snel merkte dat dit wél bij mensen binnenkomt. Ik raakte gedurende de opleiding



steeds enthousiaster, omdat ik merkte dat wat ik leerde, echt betekenis had. En ik merkte dat dit van grote waarde was als je mensen met AD(H)D of autisme wilt begeleiden op hun levensweg. Dit leidde in 2014 tot de oprichting van Saisi.

Mijn inspiratie haal ik uit de mensen om me heen, de natuur en het Afrikaanse volk en land. De mensen om me heen stimuleren mij om mijn eigen keuzes te maken. Ik houd daarbij oog voor anderen. In de natuur vind ik de rust en ontspanning die ik graag op andere mensen overbreng. Van het Afrikaanse volk komt de naam Saisi. Tijdens mijn reizen door Zuid-Afrika zag ik mensen die geen enkel bezit hadden. Toch

zag ik plezier en levenskracht in hun ogen schitteren. Dat is wat ik jou ook gun: met plezier je eigen leven kunnen leiden.

Ik werk vanuit betrokkenheid, openheid en gelijkwaardigheid. Ik werk veel vanuit mijn intuïtie. Dit combineer ik met verschillende theorieën en methodieken, zoals de Davis-methode. Daarnaast gebruik ik graag humor tijdens de begeleiding, waarbij ik oog houd voor jou en je problematiek. Zo faciliteer ik jouw groeiproces, jouw leerproces, dat je in je eigen tempo volgt.

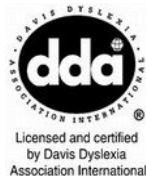
Korte Loopbaanschets:

Tot 2009 werkte ik bij het UWV, de laatste 8 jaar als arbeidsdeskundige op de Ziektewet-afdeling. Ik begeleidde mensen richting (nieuw) werk. Hierdoor heb ik veel ervaring met re-integratie-trajecten.

In 2009 heb ik ontslag genomen en heb Indawa Coaching & Counseling opgericht. Ik heb hier vooral gewerkt met coaching voor volwassenen. Ik heb verschillende coachingsopleidingen gevolgd. Doordat ik in contact kwam met de Davis-methode is het accent steeds meer komen te liggen op de begeleiding van mensen die in beelden denken.

In 2014 heb ik Saisi, centrum voor beelddenkers opgericht, naast Indawa, Coaching & Counseling. Inmiddels zijn deze twee praktijken volledig met elkaar versmolten.

Ik ben aangesloten bij de volgende beroepsverenigingen en stichtingen:



De Stichting Davis Dyslexia Association Nederland.

Het doel van de stichting is bekendheid geven aan de Davis-methode als manier om kinderen en volwassenen met dyslexie en leerproblemen te helpen.



Vereniging van Davis Counselors.

De beroepsvereniging voor Davis-counselors. De vereniging zorgt voor deskundigheidsbevordering van haar leden.



Ron Davis Autism Foundation / Davis-Autisme-Benadering.

Het doel van deze stichting is het creëren van positieve veranderingen in de wereld van autisme.



2 Beelddenken

Ben ik een beelddenker?

Heb je een vermoeden dat je een beelddenker bent, kijk dan eens naar onderstaande voorbeelden. Hoe meer je je in onderstaande uitspraken herkent, des te groter de kans dat je beelddenker bent.



Ik haal onverklaarbaar wisselende resultaten



Ik heb een rijke en levendige fantasie



Prikkels komen bij mij heftig binnen



Ik ben perfectionistisch



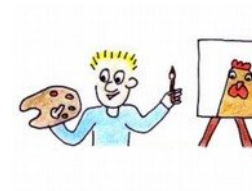
Ik heb moeite met tijd en/of klokkijken



Ik ben best slim, maar zo kom ik niet over



Anderen noemen mij dromerig



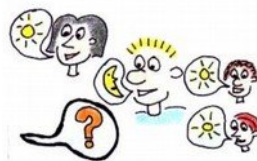
Ik ben creatief



Ik heb vaak een druk en chaotisch hoofd



Ik begrijp vaak niet wat een ander bedoelt



Ik geef vaak onverwachte antwoorden met een bijzondere kijk

Een uitgebreide lijst met kenmerken vind je op:
www.daviddyslexie.nl.

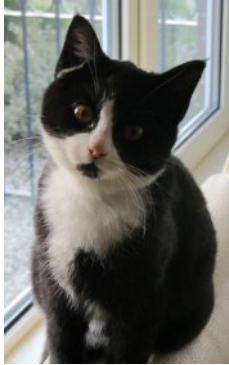
Wat is beelddenken?

Beelddenken is een term die steeds meer ingeburgerd raakt. Ook wordt de term *visueel-ruimtelijk ingesteld* of *conceptueel denken* steeds meer gebruikt.

Er zijn globaal gezien twee manieren van informatie verwerken. Primair via beelden (dat noemen we beelddenken) of primair via taal en logica (dat noemen we lineair denken).

We worden allemaal als beelddenker geboren. Een baby heeft nog geen taal tot zijn beschikking en is via de zintuigen met zijn omgeving verbonden. Tijdens het opgroeien wordt het lineair denken steeds meer ontwikkeld. Dit neemt vooral een vlucht bij het leren lezen en schrijven. De ontwikkeling van het brein vindt op verschillende manieren plaats, waarschijnlijk gebaseerd op voorkeuren en aanleg. Hierdoor ontwikkelt bij de één het beelddenken zich verder en bij de ander het lineair denken.

Een eenvoudige manier om te laten zien wat het verschil is tussen beide manieren van denken. Je hoort het woord "hond". Wat gebeurt er in je hoofd?



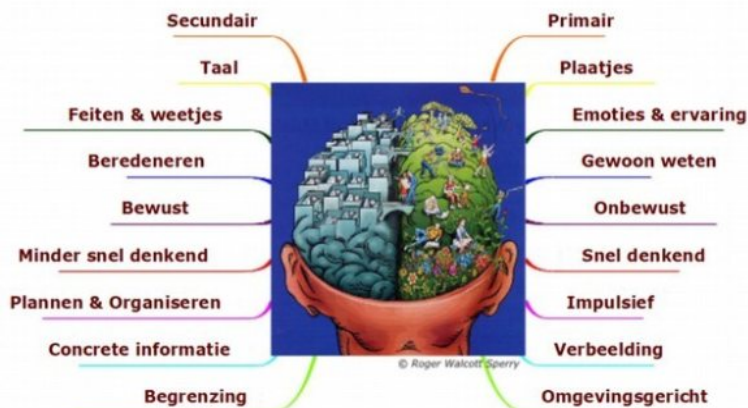
Kat

Zie je het plaatje of denk je aan het woord?

Als je eerst het plaatje voor je ziet, ben je waarschijnlijk een beelddenker. Als je eerst het woord ziet, ben je waarschijnlijk een lineair denker.

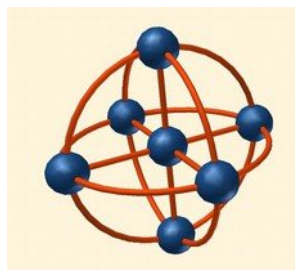
Linker- en rechter hersenhelft

Ons brein bestaat uit twee helften, een linker- en een rechterhelft. We gebruiken allemaal beide helften. De één heeft echter een voorkeur voor zijn rechterbrein, de ander spreekt sneller zijn linkerbrein aan. Beide manieren zijn niet beter of slechter dan de andere, ze werken anders. Er zijn aanwijzingen dat beelddenkers meer gebruik maken van de rechter hersenhelft en lineair denkers van de linker. Als je meer gebruik maakt van je rechterhelft heb je meer aanleg voor bepaalde eigenschappen en vaardigheden dan wanneer je meer je linkerhelft gebruikt. Zie ook de afbeelding op de volgende pagina.

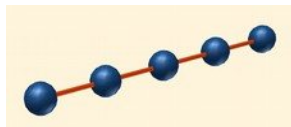


Overzicht van de verschillen tussen de linker en de rechter hersenhelft

Als *beelddenker* gebruik je vooral je gevoel, intuïtie en verbeelding. Zo doorzie je snel patronen en verbanden en ben je goed in het bedenken van oplossingen. Vaak ben je ook creatief. Het rechterbrein is een snel en intuïtief denkend brein dat sterk gericht is op de omgeving.



Je vindt het wel moeilijk om je ideeën onder woorden te brengen. Je vindt andere mensen misschien traag in hun denken en kun je niet altijd even goed afsluiten van je omgeving.



Als je een *lineair denker* bent, denk je vooral abstract en logisch. Je leest waarschijnlijk gemakkelijk. Je kunt goed plannen en gestructureerd werken. Het linkerbrein is meer

gericht op je binnenwereld. Het filtert en herkent de prikkels die je binnen krijgt. Je kunt er niet zo goed tegen als mensen in jouw ogen maar wat doen zonder plan of structuur. En kun

je niet zo goed omgaan met ideeën die niet gebaseerd zijn op logica maar op ingeving of intuïtie.

Als beide breinen goed met elkaar samenwerken, ben je het best in staat om allerlei taken uit te voeren en activiteiten te ondernemen. Echter, als je een sterke voorkeur hebt voor één van de twee breinen, kan het gebeuren dat de andere helpt niet meer zo actief mee doet.

Als het rechterbrein het meest actief is, ben je waarschijnlijk minder goed in activiteiten die passen bij het linkerbrein. Zoals het omgaan met abstracte begrippen en symbolen. Letters zijn abstracte symbolen. Als je linkerbrein niet voldoende meedoet, kost het je veel moeite om die symbolen goed te interpreteren. En dan kost het je veel moeite om te lezen en kun je dyslexie ontwikkelen. Hetzelfde geldt voor de abstracte reksymbolen en getallen. Hierdoor ontstaat dyscalculie.

Een aantal kenmerken die passen bij AD(H)D komen ook voort uit de voorkeur voor het rechterbrein. Het rechterbrein kan namelijk niet zo goed plannen, met tijd omgaan, organiseren, rustig blijven, dingen overdenken, etc. Als je met deze dingen moeite hebt, zou je zo maar kenmerken van AD(H)D kunnen hebben.

Mensen met autisme leven in de kern sterk in hun rechterbrein. Dit brein staat sterk in verbinding met de buitenwereld, waardoor prikkels veelvuldig en volledig binnen komen. Om met die prikkels om te kunnen gaan, hebben we ons linkerbrein hard nodig. Dat brein zorgt er voor dat we niet overladen worden van al die prikkels. Het linkerbrein helpt ons onszelf af te sluiten. Bij mensen met autisme is het linkerbrein gedwongen om mee te gaan doen om voor die afscherming te kunnen zorgen. Het linkerbrein doet zijn best, maar doet dat vaak krampachtig. Hierdoor zie je vaak het typisch "autistisch" gedrag.

Al deze voorbeelden gaan over verwarring. Verwarring door abstracte symbolen, door gebeurtenissen in je omgeving, door je eigen emoties, of door overprikkeling. Als deze verwarring er niet meer is, verdwijnt ook de reactie op deze verwarring. Dat is het uitgangspunt van de Davis-methode. Door de Davis-methode gaan je beide hersenhelften beter samenwerken. Zo kunnen de negatieve kanten van het beelddenken fors verminderen, terwijl de positieve kanten behouden blijven. In het hoofdstuk "De Davis-methode" wordt hier meer over uitgelegd.



3 De Davis-methode

Het verhaal van Ron Davis

De Davis-methode is in de jaren 80 van de vorige eeuw ontwikkeld door de Amerikaan Ron Davis. Hij is in 1942 geboren. Als kind kreeg hij de diagnose autisme. Tot zijn 9^e had hij geen contact met de wereld om hem heen.

Langzaam kwam daar verandering in. Op zijn 17^e leerde hij met logopedie coherent spreken, maar hij kon niet lezen. Pas op zijn 38^e, in 1981 ontdekte hij hoe het voor hem wèl mogelijk werd om te lezen. Hij bleek in staat om zijn brein te beïnvloeden waardoor hij anders (correct) ging waarnemen. Dus daadwerkelijk kon zien wat er stond als hij aan het lezen was. Dit vond hij zo'n wonderlijke ontdekking dat hij dit met de wereld wilde gaan delen. Hij had een diepe innerlijke drang om mensen zoals hij zelf te helpen met zijn ontdekking.



Hij ging met verschillende Amerikaanse wetenschappers werken om te ontdekken wat hij precies in zijn hoofd deed, waardoor hij kon lezen. Dit werd systematisch in een methode uitgewerkt. Eerst voor dyslexie en niet veel later voor dyscalculie en AD(H)D. In 2008 heeft hij de basis voor het autisme-programma gelegd. Hierdoor zijn wij als Davis-

counselors nu in staat om andere mensen met vergelijkbare problematiek te begeleiden. En zo komt zijn droom steeds verder uit.

De Davis-methode wordt inmiddels verspreid over heel de wereld, in meer dan 40 landen aangeboden.

Op de website staat een mooi filmpje waarin Ron zelf aan het woord komt over zijn [reis door zijn leven met autisme](#).

De Davis-methode uitgelegd

De Davis-methode is geschikt voor mensen die beelddenker zijn, zowel voor kinderen als volwassenen. Soms kunnen er door het beelddenken problemen ontstaan. Dat kan zich uiten in bijvoorbeeld dyslexie, dyscalculie, AD(H)D of autisme. Eigenlijk gaat dit allemaal over verwarring. Verwarring door symbolen, begrippen of de wereld om je heen. Tijdens het Davis-programma leer je deze verwarring te herkennen en weg te nemen. Hierdoor kun je na een programma bijvoorbeeld je aandacht beter bij het lezen houden, sneller lezen en beter spellen. Of je kunt beter plannen, beter focussen of je impulsen beter beheersen. Je ervaart minder drukte in je hoofd, bent beter in sociale contacten en minder prikkelgevoelig. Je neemt vollediger deel aan het leven; je bent meer in staat het leven te leven zoals jij het wilt.

Tijdens het programma leer je drie basistechnieken:

- **Oriëntatie:** Op een ontspannen, natuurlijke manier leren te focussen
- **Energijemeter:** In staat zijn je eigen energieniveau aan te pasen
- **Loslaten:** Leren spanning op een eenvoudige manier om te zetten naar ontspanning



Loslaten: Een gevoel van ontspanning

Oriëntatie

Tijdens het programma leer je hoe je je moet oriënteren. Als je georiënteerd bent, zie en hoor je de dingen zoals ze zijn. Je linker- en je rechterbrein werken op een goede manier samen, net zoals je zintuigen. Hierdoor ben je in staat om informatie op de juiste manier en gemakkelijker te verwerken. Je kunt je op een ontspannen manier focussen, zonder te veel afgeleid te worden. Georiënteerd zijn is een soort positieve mindset.



Oriëntatie:
Focussen op één bloem, de omgeving vervaagt

Er zijn verschillende manieren om je te oriënteren. Voor iedereen is er een meest passende manier. Je leert ook hoe het voelt om georiënteerd te zijn en hoe het voelt om dat net te zijn. En als je merkt dat je niet georiënteerd bent, leer je hoe je gemakkelijk weer georiënteerd kunt

Oriëntatie in een beeld:
"Als je je oriënteert, maak je als het ware een brug tussen de beide breinen. Dit is in het begin nogal een gammell bruggetje. Het is nog eng om er overheen te lopen. Door rustig dit bruggetje te betreden en vaker te bewandelen, wordt het meer en meer vertrouwd. Om gemakkelijker over het bruggetje te wandelen, leer je te ontspannen en je energie te beïnvloeden. Hierdoor kun je als het moeilijk of spannend wordt, jezelf meer reguleren. Zo kun je toch over de brug blijven lopen. Langzaam kun je er een stevigere brug van maken. Wanneer je op de brug staat, heb je de keuze welke delen van je brein je wilt gebruiken. Je mogelijkheden om te reageren op een situatie worden uitgebreid. Je krijgt meer keuzes in hoe je wilt reageren in een bepaalde situatie."

raken. Hierdoor krijg je een belangrijk gereedschap in handen waarmee je jezelf kunt reguleren, op de momenten dat je dat zelf belangrijk vindt.

Energiemeter

De energiemeter is een denkbeeldig apparaat waarmee je meet hoeveel energie je hebt. En hetzelfde apparaat kan ook jouw energieniveau beïnvloeden. Je leert hoe je dat moet doen, gebruik makend van je verbeelding. Hierdoor ben je in staat om je energieniveau aan te passen bij de activiteit die je doet. Ben je bijvoorbeeld iemand die vaak hoog in zijn energie zit, en je wilt toch opletten, dan kan het verlagen van de energie helpen.



Met de energiemeter je eigen energieniveau kiezen

Eigen maken

Eigen maken is een techniek die veel gebruikt wordt bij de Davis-methode. Veel problemen ontstaan doordat er verwarring ontstaat door letters, woorden, symbolen, gevoelens of situaties. Als je deze verwarring op kunt heffen, lossen de problemen ook veelal op. De Davis-methode gebruikt het "eigen maken" om deze verwarring op te heffen. Door gebruik te maken van de eerder genoemde basis-technieken komt informatie bij zowel je linker- als je rechterbrein tegelijkertijd binnen. En door je oriëntatie komt deze informatie correct binnen. Je brein gaat er niet meer mee spelen. Het gevolg is dat je beide breinen na het eigen maken voortaan kunnen samenwerken om datgene wat je eigen gemaakt hebt voortaan goed te kunnen hanteren.

Voorbeeld: Veel leesproblemen ontstaan doordat er verwarring is over letters. Letters die veel op elkaar lijken worden bijvoorbeeld omgedraaid. Door bijvoorbeeld met behulp van de basis-technieken de letters b, d, p en q eigen te maken, ga je het verschil zien en stop je met het omdraaien van deze letters. Dit bevordert het lezen.

4 Dyslexie

Aan de slag met letters en woorden, waardoor je ontspannen kunt lezen en schrijven.

Vanuit de Davis-methode gezien, is dyslexie verwarring door letters en woorden. Met het Davis-programma voor dyslexie vermindert je verwarring of verdwijnt deze zelfs. Je ervaart dat je meer ontspannen en sneller kunt lezen. Letters staan stil en je begrijpt de tekst beter. Je hoeft een tekst niet meer telkens opnieuw te lezen. Na een dyslexie-programma lees je in één keer wat er staat.

Dyslexie wordt niet altijd al in de kinderjaren herkend. Tegenwoordig is er veel aandacht voor, maar dat was vroeger niet zo. Als je niet goed kon lezen, werd je vaak voor dom uitgemaakt en moest je naar speciaal onderwijs. In je volwassen leven kun je er nog steeds last van hebben dat lezen zo moeizaam gaat. Ook dan kan een dyslexie-programma een uitkomst zijn. Om het programma te kunnen volgen hoef je geen diagnose te hebben.

Ook komt dyslexie soms pas op latere leeftijd tot ontwikkeling. Je merkt bijvoorbeeld tijdens je studie dat langere teksten lezen of buitenlandse talen lastig zijn. Of je moet in je werk rapportages schrijven en weet niet goed hoe je dat aan moet pakken. Ook dan kan een dyslexie-programma helpen.

Onderdelen

Het dyslexie-programma heeft vier hoofdonderdelen:

- het aanleren van de basistechnieken van de Davis-methode: oriëntatie, energiemeter en ontspanning,

- het oplossen van verwarring door letters en leestekens,
- het oplossen van verwarring door woorden waar geen beeld bij ontstaat,
- oogtraining, waardoor je ogen doen wat ze moeten doen tijdens het lezen.

Tijdsbesteding

Het programma duurt ca. 30 uur, verdeeld over sessies van 3 tot 6 uur per dag. Bij voorkeur wordt dit programma in ongeveer een maand gegeven. Dat betekent dus dat je meerdere sessies per week krijgt.

Spellingsregels horen niet bij het dyslexie-programma, maar kunnen wel als aanvullende module aangeboden worden. Vaak verbetert door het dyslexie- programma al een deel van de spelling.

Als je naast dyslexie ook dyscalculie of AD(H)D of autisme hebt, maken we een combinatie van de verschillende programma's. Het programma voor dyslexie is ook geschikt als je laaggeletterd bent.



Inhoud

Het oplossen van verwarring op letters en leestekens:

Beelddenkers hebben een creatief brein die voor allerlei situaties oplossingen weet te bedenken. Je zou kunnen zeggen dat beelddenkers iets van alle kanten bekijken, waardoor ze soms tot bijzondere zienswijzen komen. Dit gebeurt ook bij het

lezen. Als je letters te zien krijgt en je snapt niet wat je er mee moet doen, ga je vanzelf de letters van alle kanten bekijken. Dus bijvoorbeeld omdraaien, of op een andere plaats zetten, of door elkaar husselen. De aanpak die vaak

tot mooie creatieve oplossingen leidt, leidt nu alleen maar tot verwarring. Want het helpt niet! Je gaat niet beter lezen als je letters door elkaar gooit.

Vrijwel iedereen heeft op school geleerd hoe letters er uit zien. Als je dyslexie hebt, ben je dat vaak weer vergeten. En dat een b en een p iets anders zijn, is ook al vreemd. Een stoel blijft toch ook gewoon een stoel, ook al staat die op zijn kop op tafel? Waarom is dat dan met letters niet het geval? En de kans is ook groot dat je die kleine tekentjes in teksten (de leestekens) gewoon niet ziet. En als je ze al ziet, heb je er geen idee van wat je er mee moet doen of wat hun functie is.

Als je de basis-gereedschappen geleerd hebt, ga je de hoofdletters en kleine letters van het alfabet kleien. Daarbij kijk je goed hoe een letter er uit ziet. Daarna ga je deze letters eigen maken. Dit is een techniek die bij alle Davis-methodes veel gebruikt wordt.

Door het eigen maken, kom je er achter welke letters en leestekens jou in verwarring brengen en we heffen die verwarring op. Dit is een eerste stap op weg naar gemakkelijker lezen en schrijven, want je hoeft je niet meer af te vragen welke letter bedoeld wordt.

Het oplossen van verwarring op woorden:

Elk woord heeft 3 eigenschappen: De betekenis, hoe het woord er uit ziet (hoe je het schrijft) en hoe het klinkt. Pas als je alle drie de onderdelen begrijpt, kun je het woord goed toepassen. Veel mensen die goed kunnen lezen, gebruiken de schrijfwijze om er achter te komen wat de betekenis is van een woord. Maar beelddenkers gaan direct naar de betekenis. En die betekenis zien ze alleen in plaatjes. Als er geen plaatje bij een woord is, kun je met dyslexie niet verder lezen.

Voor veel woorden is het beeld wel duidelijk. Welk beeld komt in je op als je het woord "paard" ziet, of "boot", "gitaar" of "huis"? Bij bijna iedereen popt er wel een beeld op in je hoofd. En welk beeld krijg je bij woorden als: "dus", "toch", of "of"? Waarschijnlijk geen beeld. En we hebben net gezien dat beelddenkers beeld nodig hebben om een tekst te begrijpen.

Deze woorden noemen we beeldloze woorden. We gebruiken deze woorden heel vaak. Ze zijn noodzakelijk voor onze taal. Je kunt je voorstellen hoe lastig het wordt om te lezen als je bij al deze woorden geen beeld kunt vormen. Dus de oplossing is om er voor te zorgen dat je wél beeld bij deze woorden krijgt. En dus de betekenis begrijpt. Tijdens het Davis-programma leer je stapsgewijs hoe je een beeld bij deze beeldloze woorden kunt maken. Als je het beeld eenmaal hebt, maak je het geheel weer eigen (je voegt betekenis, schrijfwijze en uitspraak samen). Hoe meer beeldloze woorden je op deze manier eigen maakt, hoe gemakkelijker het lezen zal gaan.

Tijdens het programma leer je de stappen aan hoe je tot een beeld bij deze woorden kunt komen. Maar niet alle woorden kunnen we gedurende het programma op deze manier aanpakken. Dit is dus iets wat ook thuis opgepakt moet worden. Hoe meer woorden je op deze manier eigen maakt, des te beter zal het lezen gaan.

Oogtraining:

Een reden voor het verspringen van letters is dat de ogen bij het lezen niet netjes van links naar rechts gaan en telkens één regel verder springen. Om de ogen dit te leren krijg je oog-training. Dit gebeurt in 3 stappen. De eerste 2 stappen zijn gericht op het technisch lezen. De 3^e stap geeft handvatten om te begrijpen wat er staat.

In hoofdstuk 12 *Anderen over Saisi* vertelt Charlotte haar ervaring met deze training.

5 Dyscalculie

**Als getallen en rekenen je in verwarring brengen.
Ervaar dat je ontspannen kunt rekenen.**

Dyscalculie is eigenlijk verwarring door cijfers en rekensymbolen. Door deze verwarring ben je niet in staat om op een ontspannen manier iets uit te rekenen. Na het dyscalculie-programma ben je in staat om sommen ontspannen uit te rekenen, weet je wat hoeveelheden zijn en kun je wiskundige bewerkingen gemakkelijker volgen. Dyscalculie komt bijna net zo vaak voor als dyslexie. Het lijkt alleen dat we rekenen minder vaak nodig hebben dan lezen en schrijven. Het wordt ook meer geaccepteerd als je zegt dat je niet goed in rekenen bent. Toch kan het je in problemen brengen op school of bij een voortgezette studie. Als je tegen deze problemen aan loopt, kan een dyscalculie-programma iets voor je zijn.

Onderdelen

Het dyscalculie- programma heeft zes hoofdonderdelen:

- het aanleren van de basistechnieken van de Davis-methode: oriëntatie, energiemeter en ontspanning,
- het aanleren van een aantal concepten die nodig zijn om te kunnen begrijpen wat rekenen is,
- het beeldend leren wat de kern van optellen, aftrekken, vermenigvuldigen en delen is,
- het gebruik van cijfers en reken-symbolen en het oplossen van verwarring hierdoor,
- het oplossen van verwarring door rekenwoorden waar geen beeld bij ontstaat,
- eventueel het aanleren van wiskundige bewerkingen.

Tijdsbesteding

Het programma duurt ca. 40 tot 50 uur, verdeeld over sessies van 3 tot 6 uur per dag. Bij voorkeur wordt het eerste deel van het programma in ongeveer een maand gegeven. Dat betekent dus dat je meerdere sessies per week krijgt. Bij het tweede deel van het programma kan een iets langere tussenperiode juist goed werken om de verschillende bewerkingen niet te veel door elkaar te halen.

Als je naast dyscalculie ook dyslexie of AD(H)D of autisme hebt, maken we een combinatie van de verschillende programma's.



Inhoud

Het aanleren van enkele concepten die nodig zijn om te kunnen begrijpen wat rekenen is:

We gaan aan de slag met de vraag: wat is een som eigenlijk? Het is een raadsel waarbij je aanwijzingen krijgt, zodat je het raadsel op kunt lossen. Om het raadsel op te kunnen lossen, heb je een aantal

concepten nodig. Deze concepten zijn: *verandering, oorzaak-gevolg, tijd, volgorde en orde-wanorde*. Allemaal concepten waar het linkerbrein graag mee werkt, maar tot nog toe niet voldoende geleerd heeft hoe dat moet.

De betekenis van deze concepten wordt in beeld gezet door gebruik te maken van kleimodellen. Op deze manier begrijpt het rechterbrein wat er bedoeld wordt met het concept. Elk concept heeft ook een talige betekenis. Dat is waar het linkerbrein mee kan werken. Door het eigen maken van de concepten kunnen beide breinen met elkaar "praten" over die concepten. Op hun eigen manier begrijpen ze wat er met een concept bedoeld wordt. Daardoor kunnen ze beter samenwerken.

Ook kijken we samen of er concepten bij zijn waar verwarring door ontstaat. We onderzoeken samen waar die verwarring door veroorzaakt wordt, en zoeken we samen naar oplossingen.

Het beeldend leren wat de kern van optellen, aftrekken, vermenigvuldigen en delen is:

Het kan best zijn dat je de sommen van school goed uit kunt rekenen. Dat je "het trucje" kent. Maar dat je eigenlijk geen benul hebt, waarom je dat trucje doet.

Door een optelsom in beeld uit te werken, zie je het voor je ogen gebeuren. Je gaat echt begrijpen wat er gebeurt als je iets optelt bij iets anders. Hetzelfde geldt voor de andere basis-rekenkundige bewerkingen: aftrekken, vermenigvuldigen en delen. Als je ziet wat er gebeurt, ga je het ook snappen. Daardoor begrijp je ook beter wat je aan het doen bent, en is ineens "het trucje" geen trucje meer. Je bent echt aan het rekenen.

Ook krijg je met behulp van het 100-veld meer zicht op wat je allemaal met deze 4 basis-bewerkingen kunt.

Het gebruik van cijfers en reken-symbolen en het oplossen van verwarring hierdoor:

Tijdens een groot deel van het dyscalculie- programma gebruiken we helemaal geen cijfers en getallen. Het gaat om het begrip wat er achter zit. Toch moet op enig moment de vertaling naar cijfers, getallen en rekensymbolen gemaakt worden. Dat is namelijk de "rekentaal" waarmee we met elkaar kunnen praten.

Tijdens dit onderdeel maken we de vertaling naar cijfers en symbolen. Als hier verwarring op is, werken we die weg. Je leert ook hoe heel grote getallen of juist heel kleine getallen geschreven worden en hoe je daarmee kunt rekenen.

Het oplossen van verwarring door rekenwoorden waar geen beeld bij ontstaat:

Elk woord heeft 3 eigenschappen: De betekenis, hoe het woord er uit ziet (hoe je het schrijft) en hoe het klinkt. Pas als je alle drie de onderdelen begrijpt, kun je het woord goed toepassen. Beelddenkers zetten de betekenis van het woord om in beeld. Maar soms is er geen plaatje bij een woord. Deze woorden worden dan niet gelezen of niet gehoord.

Voor veel woorden is het beeld wel duidelijk. Welk beeld komt in je op als je het woord "paard" ziet, of "boot", "gitaar" of "huis"? Bij bijna iedereen popt er wel een beeld op in je hoofd. En welk beeld krijg je bij woorden als: "keer", "erbij", of "eraf"? Waarschijnlijk geen beeld. En je weet niet meer wat je te doen staat bij een som.

In de "rekentaal" is er een aantal van deze woorden. Ze zijn noodzakelijk om deze taal te kunnen begrijpen. De oplossing is om er voor te zorgen dat je wél beeld bij deze woorden krijgt. En dus de betekenis begrijpt. Tijdens het Davis-programma leer je stapsgewijs hoe je een beeld bij deze beeldloze woorden kunt maken. Als je het beeld eenmaal hebt, maak je het geheel weer eigen (je voegt betekenis, schrijfwijze en uitspraak samen).

Eventueel het aanleren van wiskundige bewerkingen:

Voor jongeren die op de middelbare school of voortgezet onderwijs moeite met wiskunde hebben, kan het programma uitgebreid worden met de module over wiskunde. We kijken waar je moeite mee hebt en dat wordt je op de Davis-manier uitgelegd. Hierdoor kun je, als je dat wilt, inzicht krijgen in de meest ingewikkelde wiskundige bewerkingen. Want, uiteindelijk is elke wiskundige bewerking terug te voeren op een optelsom.



6 AD(H)D

**Je kunt je focussen zoals jij dat wilt
met een rustig hoofd.**

Als je AD(H)D hebt, heb je vaak een druk hoofd en ben je snel afgeleid. Je vindt wat er om je heen gebeurt vaak saai. Als je ADHD hebt, uit dit zich in druk gedrag. Als je ADD hebt, ben je meer in je binnenwereld, en lijkt je voor anderen afwezig of een dromer. De meeste mensen met AD(H)D zijn beelddenker. AD(H)D gaat over verwarring in ogenschijnlijk normale situaties in het dagelijks leven. Bijvoorbeeld bij taken die van je verwacht worden, maar die niet goed lukken. Of bij het voeren van een gesprek. Als het niet goed lukt, raak je je aandacht kwijt. Je weet niet meer zo goed waar je mee bezig bent of wat er van je verwacht wordt. Hierdoor raak je in verwarring, waardoor je nog meer afgeleid raakt. Tijdens het Davis-programma leer je deze verwarring te herkennen en weg te nemen. Na het programma kun je beter focussen. Je bent in staat jezelf meer aan te sturen, zodat je doet wat je wil doen. Je plant beter, houdt je huis meer opgeruimd, komt op tijd en beheerst je impulsen beter. Je ervaart minder drukte in het hoofd, bent beter in sociale contacten en minder prikkelgevoelig. Veel taken gaan gemakkelijker dan voor het programma. En dit alles op een ontspannen manier.

Onderdelen

Het programma heeft vier hoofdonderdelen:

- het aanleren van de basistechnieken van de Davis-methode: oriëntatie, energiemeter en ontspanning,
- het (opnieuw) leren van een aantal concepten, zodat je brein daar beter mee om kan gaan,

- het oplossen van verwarring door woorden waar geen beeld bij ontstaat,
- het toepassen van de opgedane kennis in situaties waar je vaak in vast loopt.

Tijdsbesteding

Het programma duurt 40 à 50 uur, verdeeld over sessies van 3 tot 6 uur per dag. Bij voorkeur wordt dit programma in ongeveer een maand tot 6 weken gegeven. Dat betekent dus dat je meerdere sessies per week krijgt.

Als je naast AD(H)D ook dyslexie, dyscalculie of autisme hebt, kun je ook een Davis- programma volgen. Dan maken we een combinatie van de verschillende programma's. Ook als je geen AD(H)D-diagnose hebt, maar wel moeite met focussen en je af sluiten van prikkels, kan het programma een oplossing bieden.



Inhoud

Het leren herkennen en wegnemen van verwarring:

Als je de basis-gereedschappen geleerd hebt, ga je het alfabet kleien. Daarna ga je deze letters eigen maken. Dit is een techniek die bij alle Davis- programma's veel gebruikt wordt. Deze techniek gebruiken we bij het AD(H)D-programma

elke sessie wel een paar keer.

Het (opnieuw) leren van een aantal concepten:

Uit onderzoek is gebleken dat de meeste mensen die last hebben van hun AD(H)D baat hebben bij het behandelen van een aantal concepten. Deze concepten zijn: *verandering, oorzaak-gevolg, tijd, volgorde en orde-wanorde*. Allemaal concepten waar het linkerbrein graag mee werkt, maar tot nog toe niet geleerd heeft hoe dat moet.

De betekenis van deze concepten worden in beeld gezet door gebruik te maken van kleimodellen. Op deze manier begrijpt het rechterbrein wat er bedoeld wordt met het concept. Elk concept heeft ook een talige betekenis. Dat is waar het linkerbrein mee kan werken. Door het eigen maken van de concepten kunnen beide breinen met elkaar "praten" over die concepten. Op hun eigen manier begrijpen ze wat er met een concept bedoeld wordt.

Ook kijken we samen of er concepten bij zijn waar verwarring door ontstaat. We onderzoeken samen waar die verwarring door veroorzaakt wordt, en hoe dat opgelost kan worden.

Het oplossen van verwarring door woorden:

Elk woord heeft 3 eigenschappen: De betekenis, hoe het woord er uit ziet (hoe je het schrijft) en hoe het klinkt. Pas als je alle drie de onderdelen begrijpt, kun je het woord goed toepassen. Beelddenkers zetten de betekenis van het woord om in beeld. Maar soms is er geen plaatje bij een woord. Deze woorden worden dan niet gelezen of niet gehoord.

Voor veel woorden is het beeld wel duidelijk. Welk beeld komt in je op als je het woord "paard" ziet, of "boot", "gitaar" of "huis"? Bij bijna iedereen popt er wel een beeld op in je hoofd. En welk beeld krijg je bij woorden als: "dus", "toch", of "of"? Waarschijnlijk geen beeld. En voor het gemak skip je dan dat woord. Dat maakt dat je bijvoorbeeld een opdracht volkomen verkeerd kunt begrijpen. Veel gedrag wat als onwenselijk gezien wordt, komt uit verwarring over deze beeldloze woorden voort.

We gebruiken deze woorden heel vaak. Ze zijn noodzakelijk voor onze taal. De oplossing is om er voor te zorgen dat je wel beeld bij deze woorden krijgt. En dus de betekenis begrijpt. Tijdens het Davis- programma leer je stapsgewijs hoe je een beeld bij deze beeldloze woorden kunt maken. Als

je het beeld eenmaal hebt, maak je het geheel weer eigen (je voegt betekenis, schrijfwijze en uitspraak samen). Hoe meer beeldloze woorden je op deze manier eigen maakt, hoe vaker je communicatie beter begrijpt.

Het toepassen van de opgedane kennis in situaties waar je vaak in vast loopt:

Misschien herken je het wel dat je telkens vast loopt in een bepaalde situatie. Bijvoorbeeld altijd te laat komt voor belangrijke afspraken. Of dat je kind telkens weer impulsief gedrag vertoont, alsof hij nooit van zijn fouten leert. Met concrete voorbeelden van dit soort situaties gaan we samen kijken hoe je anders kunt reageren in de situatie. Of wat je mist om het beter te kunnen doen. De aangeleerde concepten worden hierbij gebruikt en helpen om de situatie beter te kunnen analyseren. Gevolg is dat de uitgewerkte situaties niet meer moeilijk voor je zijn.

In hoofdstuk 12 *Anderen over Saisi* beschrijft Nicky zijn ervaring met dit programma.



7 Autisme

|| Volledig aan het leven deel gaan nemen.

Volwassenen en kinderen met autisme hebben vele uitdagingen in het leven. Goed meekomen op school kan lastig zijn. Vaak zijn sociale situaties moeilijk te begrijpen. Ook kun je veel te veel prikkels binnen krijgen, waardoor je hoofd lijkt te ontploffen. Het lijkt net alsof andere mensen zonder problemen door het leven gaan. Terwijl jij je bij de eenvoudigste dingen afvraagt hoe je het voor elkaar moet krijgen. Niet zelden begrijp je andere mensen niet en voel je je ook onbegrepen. Jouw logica is niet de logica van andere mensen. Al deze problemen maken dat je niet volledig aan het leven deel kunt nemen. De Davis-methode heeft wereldwijd als motto: "Mensen met autisme volledig aan het leven deel te laten nemen."

Over het autisme-programma is ook een webinar te bekijken. Kijk hiervoor op de [website](#).

Onderdelen

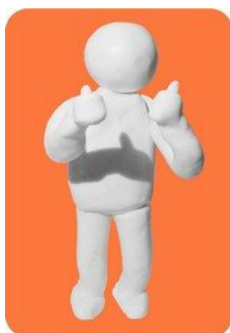
Het programma bestaat uit 3 onderdelen:

- individuatie,
- identiteitsontwikkeling,
- sociale integratie.

Indivduatie betekent dat je gaat voelen dat je een individu bent, die afgescheiden is van anderen. Bij het onderdeel identiteitsontwikkeling ontdek je wie je in de kern bent. Bij de sociale integratie leer je sociale relaties beter te begrijpen en krijg je handvatten hoe je je kunt gedragen bij anderen.

We werken met een 30-tal concepten die jou gaan helpen de wereld beter te begrijpen. Voorbeelden zijn *verandering*,

oorzaak-gevolg, waarneming en emotie. Ik leg een concept uit en begeleid je naar je eigen beeld van dit concept. Dit beeld maak je in klei. Vervolgens zorgen we er voor dat je brein snapt wat het concept betekent. Tot slot ga je zelf in je eigen omgeving ontdekken wat het concept inhoudt. Het programma sluit je af met een aantal relatie-concepten. Door deze concepten begrijp je de interactie tussen jezelf en anderen beter.



Tijdsbesteding

Het programma duurt gemiddeld een jaar, met wekelijkse sessies van ongeveer 2 uur.

Als je naast autisme ook dyslexie, dyscalculie of AD(H)D hebt, kun je ook het Davis-programma volgen. Dan maken we een combinatie van de verschillende programma's.

Het Davis-autisme-programma is geschikt voor volwassenen en kinderen die op het autisme-spectrum zitten. Dit varieert van kinderen die geen contact met hun buitenwereld kunnen maken, tot de hoog-functionerende mensen met autisme. Voor iedereen is er een passend programma.

Begeleiding

Je gaat zelf in je eigen omgeving aan de slag met het programma. Als je niet zo goed zelfstandig kunt werken, is het wenselijk dat je een begeleider hebt. Ook kinderen die het programma volgen, hebben een begeleider nodig. Deze kan tijdens de sessies aanwezig zijn. De taak van de begeleider is om jou te helpen de concepten in het dagelijks leven te herkennen.

Inhoud

Individuatie:

Individuatie is een proces dat bij ieder mens plaats vindt in de vroege kinderjaren. Tijdens dit proces ontdekt een peuter dat hij een individu is met eigen meningen en gevoelens, die anders kunnen zijn dan die van anderen. We zien dit meestal ontstaan bij een kind dat rond de twee jaar oud is. Dit proces wordt ook wel de peuterpuberteit genoemd. Een gezonde en gewenste stap in de ontwikkeling. Mensen met autisme hebben deze stap in de ontwikkeling niet voltooid, of vallen terug na de start van deze stap. Om als individu in de wereld te kunnen staan, moet je dit proces alsnog doorlopen. Hiervoor wordt één van de 3 basis-technieken van de Davis-methode gebruikt: Oriëntatie.

Zo gauw er voldoende oriëntatie is, maak je een model van jezelf in klei. Dit model staat voor jou gedurende de rest van het programma. Bij alle kleibeelden die je maakt, speelt dit model van *ik* een rol.

Identiteitsontwikkeling:

Net als individuatie is identiteitsontwikkeling ook een proces dat bij ieder mens plaats vindt. Heel jonge kinderen ontwikkelen al een eigen willetje, het begin van een eigen identiteit. Ron Davis heeft ontdekt dat je je identiteit ontwikkelt met een 30-tal concepten. Dit zijn concepten als *verandering, oorzaak-gevolg, waarneming, ervaring, emotie* en tot slot *verantwoordelijkheid*. Als je door je autisme niet in goed contact staat met je omgeving, mis je een aantal van die concepten. Al deze concepten worden je aangeboden op een manier die bij je past.

We leggen elk concept uit, je maakt er een model van in klei, waarbij je model van *ik* ook een plek krijgt. Na het eigen maken ga je op ontdekkingsreis in je omgeving. Je gaat het concept op zoveel mogelijk manieren ontdekken. Door rond te kijken, door gebeurtenissen te ondergaan of door zelf iets

te doen. Als je het concept volledig begrijpt, gaan we naar het volgende concept.

We werken in een tempo dat bij jou past. Ook de manier van werken pas ik aan aan jouw mogelijkheden. Als je veel uitleg en ondersteuning nodig hebt, krijg je die. Als je minder nodig hebt, krijg je minder begeleiding. Als het maar gaat op een manier die jij prettig vindt.

Sociale integratie:

De onderdelen individuatie en identiteitsontwikkeling zijn volledig op het individu gericht. Maar we staan niet alleen op de wereld. We bevinden ons bijna dagelijks in één of meer sociale situaties. Aan de hand van 12 concepten krijg je een beter inzicht in deze situaties. Hierdoor ga je veel beter begrijpen hoe je je kunt gedragen in een bepaalde situatie. Bijvoorbeeld hoe je een praatje maakt in een winkel, of hoe je je gedraagt op een feestje.

Begeleiding:

Zoals eerder gezegd is het autisme-programma geschikt voor zowel volwassenen als kinderen die op het autisme-spectrum zitten. Dit varieert van kinderen die geen contact met hun buitenwereld kunnen maken, tot de hoog-functionerende mensen met autisme. Dit betekent dat je misschien niet in staat bent om geheel zelfstandig het programma te volgen. In dat geval heb je een begeleider vanuit de privé-sfeer nodig. Er worden geen speciale eisen aan de begeleider gesteld. Het belangrijkste is dat jij je veilig bij deze persoon voelt. De begeleider kan bij alle bijeenkomsten aanwezig zijn, of een enkele keer gedurende het programma door mij bijgepraat worden. De belangrijkste taak van de begeleider is samen met jou de geleerde concepten in de wereld gaan ontdekken.



8 Uit balans

**Werken aan: Wie ben je nu eigenlijk.
Weer worden wie je bent.**

Er zijn diverse redenen waardoor je uit balans kunt raken. Als je beelddenker bent, biedt Saisi het programma "uit balans" aan. Als je geen beelddenker bent, kan ik je ook verder helpen met een coachingstraject. Soms lopen beelddenkers door het beelddenken vast in hun leven. Misschien herken je het dat je het idee hebt dat jij de mensen om je heen niet begrijpt en dat zij jou niet begrijpen. Soms is dit een gevoel dat al vroeg in de kinderjaren is ontstaan. Dit kan leiden tot het idee dat je niets goed kunt of weinig waard bent. Je wilt wel meedoen net zoals anderen, maar het lukt je niet. Ook kan het zijn dat je door te functioneren als beelddenker in een talige maatschappij, altijd op je tenen hebt moeten lopen. Of dat je uit noodzaak op een links-breinige manier bent gaan functioneren, terwijl je eigenlijk rechts-breinig bent. Dit kan leiden tot situaties van overspannenheid, burn-out, je zelf kwijt raken, of erger. Ook voor dit soort situaties kan de Davis-methode een oplossing zijn.

Onderdelen

Het programma bestaat uit 3 onderdelen:

- het aanleren van de basistechnieken van de Davis-methode: oriëntatie, energiemeter en ontspanning,
- identiteitsontwikkeling,
- het toepassen van de opgedane kennis in situaties waar je vaak in vast loopt.

Tijdsbesteding

Het programma duurt gemiddeld 9 maanden, met wekelijkse sessies van ongeveer 2 uur.

Als je door je beelddenken ook dyslexie, dyscalculie of AD(H)D hebt, kun je ook de Davis-programma volgen. Dan maken we een combinatie van de verschillende programma's.

Dit programma is geschikt voor (jong-)volwassenen.



Inhoud

Identiteitsontwikkeling:

Identiteitsontwikkeling is een proces dat bij ieder mens plaats vindt. Heel jonge kinderen ontwikkelen al een eigen willetje, het begin van een eigen identiteit. Ron Davis heeft ontdekt dat je je identiteit ontwikkelt met een 30-tal concepten. Dit zijn concepten als *verandering, oorzaak-gevolg, waarneming, ervaring, emotie en tot slot verantwoordelijkheid*. Als je door je beelddenken niet in goed contact staat met je omgeving of jezelf, mis je een aantal van die concepten. Al deze concepten worden je aangeboden op een manier die bij je past. Het programma is afgeleid van het autisme-programma.

Elk concept bespreken we samen. We gaan samen op zoek naar voorbeelden. Je gaat het concept op zoveel mogelijk manieren ontdekken. Door rond te kijken, door gebeurtenissen te ondergaan of door zelf iets te doen. Je traint hiermee je beide breinen om goed met dit concept te werken. Hierdoor wordt je "ik-gevoel" steeds sterker en daarmee je identiteit. Door deze manier van werken leert je brein ook zich te ontspannen. Klachten van burn-out en overprikkeling verminderen en je komt dichterbij jezelf. Je vindt jezelf als het ware opnieuw uit.

Het toepassen van de opgedane kennis in situaties waar je vaak in vast loopt:

Door het gemis van bepaalde concepten kan het zijn dat je vaak tegen dezelfde problemen aan loopt. Bijvoorbeeld jezelf helemaal kwijt raakt in een relatie. Je niet goed voor jezelf op kunt komen. Je geen structuur in je leven kunt aanbrengen.

Tijdens het programma ontdek je aan welke concepten dit ligt. We besteden dan extra aandacht aan deze concepten, zodat de problemen kunnen verminderen. Je krijgt een veel beter inzicht in je functioneren en je krijgt handvatten om je functioneren te verbeteren.

In hoofdstuk 12 *Anderen over Saisi* beschrijven Kirmie en Ilona hun ervaring met dit programma.



9 Coaching

**Op zoek naar ruimte voor jezelf,
of je dromen kunnen realiseren.**

Naast het werken met beelddenkers bied ik binnen de praktijk ook coaching aan. De coaching kan gaan over een moeilijke keuze waar je voor staat. Ik begeleid je in het proces waardoor je ontdekt waar het jou werkelijk om gaat. Van daar uit kun je de voor jou juiste keuze maken. Of misschien ben je toe aan een nieuwe uitdaging of wil je je dromen waar maken. Tijdens de coaching kun je al je ideeën de ruimte te geven. Uiteindelijk ontdek je waar je hart ligt en kun je nieuwe doelen realiseren. Misschien heb je het gevoel beklemd te zitten in je relatie, je werk of je gezondheid. Met mijn begeleiding kun je onderzoeken hoe je anders om kunt gaan met deze beklemmende situatie. Je ervaart hoe je daardoor meer ruimte voor jezelf kunt scheppen, waardoor persoonlijke groei ontstaat.



In de loop van het traject leer je om zelf antwoorden op je vraag te vinden. Zo kun je toekomstige vraagstukken ook gemakkelijker zelf oplossen. Je gaat op andere manieren dan je gewend bent naar jezelf kijken. Ik ga daarbij uit van wat jij nodig hebt om je antwoorden te vinden. Ik maak daarbij gebruik van diverse methodieken zoals Transactionele Analyse (TA), Rationele Emotieve Therapie (RET) en creatieve technieken. Coaching is

samen aan de slag gaan. Je wordt door mij begeleid. Je moet het echter zelf doen en dat is hard werken. De oplossingen liggen in jezelf, en alleen jij kunt daar uiteindelijk bij uit komen. Het uitgangspunt daarbij is dat je niet altijd krijgt

wat je vraagt, maar wel wat je nodig hebt. De Davis-methode en coaching zijn afzonderlijke en verschillende programma's en diensten die elk binnen hun eigen context en afzonderlijk van elkaar worden aangeboden.



10 Gemeenten

Inmiddels verzorgt Saisi voor steeds meer gemeenten de begeleiding in het kader van Zorg In Natura (ZIN). Op dit moment



ZINTRI
Zorggroep

gebeurt dat in onderaanneming bij Zintri Zorggroep B.V.. Dat betekent dat ik mensen uit de meeste gemeenten in West- en Midden-Brabant van dienst kan zijn. Ook kan ik via een PGB de Davis-programma's aanbieden. Indien nodig kan ik je ondersteunen bij het aanvragen van een indicatie voor de WMO. Ook kan ik aanwezig zijn bij de gesprekken met de gemeente.

S

11 uwv

UWV maakt verschillende re-integratietrajecten mogelijk, ieder met een eigen doelstelling. Alle programma's die ik aanbied, zijn binnen één of meerdere van de re-integratietrajecten mogelijk. De UWV-trajecten die wij aanbieden zijn:



Participatie interventie

Dit traject kan je volgen als je geen of weinig contacten buitenshuis hebt. Aan het eind van het traject is je sociale netwerk iets meer uitgebreid.

Bevorderen maatschappelijke participatie

Dit traject past bij je als je wel contacten buitenshuis hebt, maar (nog) niet gestructureerd. We begeleiden je bijvoorbeeld naar vrijwilligerswerk, of een sport- of hobbyclub.

Werkfit-traject

Voor als je als einddoel hebt dat je weer aan het werk wilt, maar aanvoelt dat meteen solliciteren nog een stap te ver is. Je hebt behoefte aan versterking van jezelf, of je weet niet wat voor werk je zou willen doen of waar je kwaliteiten liggen. Doel van dit traject is dat je weet wat je wilt en klaar bent om te gaan solliciteren naar die droombaan.

Begeleiding bij scholing

Als je werkfit bent, maar nog een scholing moet volgen voor je kunt gaan solliciteren, kan je daar begeleiding bij krijgen. Dit kan handig zijn als je bijvoorbeeld weinig studievaardigheden hebt, moeilijk kunt focussen of moeite hebt met het organiseren van je studiewerk. Door regelmatige

begeleiding wordt het gemakkelijker voor je om de studie te volgen.

De bovengenoemde trajecten kunnen (deels) na elkaar ingezet worden. Er is altijd sprake van maatwerk en we stemmen onze activiteiten op jouw mogelijkheden en wensen af. We hebben arbeidsdeskundige expertise in huis om je hierbij te begeleiden. Ook hebben we een samenwerking met Celine Aalders die mindfulness-trainingen aan biedt.

Klanttevredenheid

Wij laten jaarlijks een klanttevredenheidsonderzoek uitvoeren ten behoeve van onze UWV-cliënten. Bij de laatste beoordeling gaven onze UWV-cliënten ons een 9,2! Een cijfer waar we heel tevreden mee zijn.

Samenwerkingspartners

Om de Davis-methode voor zoveel mogelijk mensen met een UWV-uitkering mogelijk te maken zijn een aantal Davis-counselors een samenwerking gestart. Onder de naam van Saisi worden inmiddels meerdere regio's in Nederland bediend:

Wynanda Pool
Regio Den Haag en Rotterdam

Ik ben Wynanda Pool. Ik begeleid mensen die vastlopen of vastgelopen zijn op zowel werk- als privé gebied. Een traject begint eerst met een kennismaking, want het hebben van een klik met mij en de methoden waarmee ik werk is belangrijk.



Je gaat op andere manieren naar jezelf kijken dan je wellicht gewend bent. Tijdens de coachingsessies werk ik met de

Davis[®]-methode, NLP oefeningen en lichaams- en systemisch werk waardoor je ontdekt wat wel voor jou werkt. We gaan er daarbij vanuit dat de oplossing in jezelf zit, waardoor je zelf ontdekt wat jij nodig hebt en wil bij het deelnemen in het dagelijks (werk)leven.

Ik ben moeder van twee kinderen. Door mijn zoon met dyslexie ben ik in aanraking gekomen met de Davis methode. Voor hem heb ik jaren geleden de opleiding gevolgd tot Davis counselor. Zijn zelfbeeld veranderde en zijn zelfvertrouwen groeide sterk doordat hij het Davis-programma volgde en dit gun ik anderen ook. Zodoende is mijn praktijk Beeld-Wijs, Davis counseling & coaching in Delft ontstaan. Sinds een aantal jaren werk ik samen met Inge om ook voor UWV de effectieve Davis-methode aan te kunnen bieden.

Ik ben gecertificeerd Davis Autisme counselor bij de Ron Davis Autism Foundation en gecertificeerd coach bij ADHD-centrum Nederland. Verder heb ik cursussen en opleidingen gevolgd en blijf ik volgen op het gebied van NLP, systemisch werk, lichaamswerk en trauma.

Judith de Haan
Regio Alkmaar

Mijn naam is Judith de Haan, ik ben getrouwd en moeder van drie pubers. Jarenlang ben ik werkzaam geweest als personeelsfunctionaris in het bedrijfsleven. Collega's helpen en adviseren op het gebied van sollicitaties, loopbaan, ziekte en problemen in de thuissituatie vond ik het leukste aspect van mijn baan. In de loop der jaren ben ik omgeschoold naar



Davis counselor en daarna tot Davis Autisme counselor & coach. Met passie begeleid ik nu o.a. volwassenen die zijn vastgelopen in hun baan of leven, waarbij AD(H)D, Autisme en/of dyslexie en dyscalculie een rol spelen.

Wil jij de regie terug over jouw leven maar weet je niet hoe of waar te beginnen? Ben je jezelf of de draad in je leven een beetje kwijtgeraakt?

Wil je meer actief deelnemen aan de maatschappij? Heb je moeite met plannen, organiseren, orde, veranderingen, initiatief of verantwoordelijkheid nemen? Ben je meer visueel ingesteld en minder sterk in taal? Dan ben je van harte welkom. Samen bekijken we jouw situatie en pakken we de draad weer op.

Denise de Roos
Regio Midden- en West-Brabant

Ik ben Denise de Roos. Vanaf 1994 tot 2019 ben ik bij het UWV werkzaam geweest als arbeidsdeskundige. De laatste 10 jaar heb ik mensen met een WIA-uitkering of Wajong-uitkering mogen begeleiden richting werk. Ik heb dit



met veel plezier gedaan, maar wilde meer coachen dan mogelijk was. Via Inge kwam ik in aanraking met de Davis-methode. Ik las het boek van Ron Davis 'De gave van dyslexie' en 'De gave van leren' en begreep ineens de mensen die ik ontmoette tijdens het werk veel beter. Ik leerde het verschil tussen beeld- en taaldenkers en begreep waarom bijvoorbeeld mensen geen opleiding hadden afgerond. Het beelddenken heeft hen in de weg gestaan. Het huidige onderwijs wordt teveel talig aangeboden, waardoor beelddenkers in de knel kunnen komen.

Ik volg momenteel de opleiding tot Davis-counselor en hoop nog veel mensen te mogen begeleiden, zodat zij geen/minder ondersteuning nodig zullen hebben van anderen en zich weten te handhaven in onze maatschappij.

Mieke Verhallen

Regio Helmond – De Peel / Zuidoost-Brabant

Hallo! Ik ben Mieke Verhallen en werkzaam voor Saisi in de regio's Helmond en Eindhoven. Ik ben moeder van drie kinderen waarvan er twee nog thuis wonen.



Zo'n zestien jaar heb ik op een middelbare school gewerkt als docent Frans en begeleider van jongeren die problemen hadden met hun schoolwerk of de organisatie daarvan. Samen pakten we de frustratie aan waarmee ze kampten, zodat ze weer in staat waren ontspannen en efficiënt te werken. Daarna heb ik de studie tot docent Nederlands (NT2) gedaan en ben ik met volwassenen gaan werken.

Sinds 2010 mag ik mezelf Davis counselor noemen. Mensen komen bij mij met taalproblemen ("Ik moet alles op papier zetten op mijn werk" – "Ik krijg een grote hoeveelheid mails" etc.), aandachtsproblemen ("Ik ben snel afgeleid" – "Mijn hoofd is zo vol") of moeite met plannen en organiseren. Ze hebben vaak het gevoel tekort te schieten en dat geeft veel spanning.

We gaan dus kijken hoe je grip krijgt op je werk-, studie- en/of privé situatie. We gaan samen kijken wat je nodig hebt om te komen waar je wilt zijn. Daarvoor is het Davis autismeprogramma of het programma voor als je uit balans

bent, bij uitstek geschikt. Maar we kunnen ook werken aan taal en communicatie, zodat je met minder inspanning een beter resultaat krijgt en weer tijd en energie krijgt voor andere dingen!

Ik werk vanuit Ronald Davis' idee: Als je de oorzaak van het probleem wegneemt, houdt het probleem op te bestaan!

Céline Aalders
Regio Midden- en West-Brabant

Mijn naam is Céline Aalders. In 1999 ben ik afgestudeerd aan de Hoge School Rotterdam en ruim 14 jaar werkzaam geweest als maatschappelijk werker, het begeleiden van groepen en onderzoeker, eerder in de verslavingszorg en daarna in de Jeugdzorg.



Sinds 2010 geef ik de originele Mindfulness aandachtstraining MBSR/MBCT in Breda in mijn Centrum voor Mindfulness Breda.

De Mindfulnessstraining MBSR (mindfulness based stress reduction) is een 8 wekenprogramma. Het is primair werken aan een andere houding: hoe ga je om met stress, werkdruk, aandacht, focus, communicatie en creativiteit in je werk. Het betreft een toevoeging van vaardigheden en zelfmanagement. Kortom, de mindfulnessstraining bevordert de fysieke en mentale gezondheid.

Ik sta geregistreerd bij de beroepsvereniging VMBN in de hoogste categorie (categorie 1).



12 Anderen over Saisi

Ilona (2019, 38 jaar)

Ilona deelt haar ervaring met het uit-balans-programma

Identiteit

Het was een hobbelige weg
Vol met scheuren en met gaten
Maar ik heb de overkant bereikt
Heb gedurfd dingen los te laten
Voel me een herboren mens
Sterker en vol levenskracht
Droom weer over nieuwe doelen
Zie een spiegelbeeld dat naar mij lacht



Het gedicht en het schilderij zijn gemaakt naar aanleiding van het volgen van het Davis-programma.

Ilona's verhaal – Dansen in de regen

Vijftien jaar oud was ik toen mijn eerste depressie een feit was. Ik was tot die tijd altijd al een kind geweest met vrolijke en verdrietige kanten. Maar die dag dat ik op de trap bij mijn ouders thuis niet kon ophouden met huilen, staat nog voelbaar in mijn geheugen gegrift. Mijn vader werd steeds bozer, toen ik zei dat ik niet wilde leven. Pas veel later snapte ik dat het onmacht was, dat mijn ouders niet wisten wat ze moesten doen en hopeloos toekeken hoe hun dochter, zonder enige reden, zo intens ongelukkig was. Ik heb geen vreselijke jeugd gehad, juist niet. Heb geen traumatische ervaringen mee hoeven maken. Het leven was voor mij gewoon heel zwaar zoals het was.

Vanaf dat moment werd depressie een deel van mijn leven. Langzaam sloop het in mijn lichaam en begon het door mijn

aders te stromen. In mijn pubertijd veranderde ik van het meisje met de Mickey-Mouse-trui die achter in de klas probeerde onzichtbaar te zijn, in een rebelse puber. Ik was erg beïnvloedbaar en prikkels kwamen en komen altijd maximaal bij me binnen. Hoog sensitief is het woord wat daar bij past, maar tot voor kort had ik er nooit van gehoord en voelde ik mij vooral 'anders'.

Ik zocht het uiterste op. Spijbelen, foute vrienden, dat soort dingen. Later ging ik drugs gebruiken omdat ik dan wel het tempo van de maatschappij bij kon houden en me wel, voor heel even, gelukkig voelde. Of niks hoefde te voelen, het is maar net hoe je het bekijkt.

De depressie won altijd

Nog later ging ik op in mijn werk, nam extreme projecten aan. Maar uiteindelijk won depressie het altijd. Ik vond een manier om er mee te kunnen leven. Extreem genieten, heel hard werken, veel leuke dingen doen in korte tijd. Want de depressie kon immers ieder moment in vol ornaat de regie overnemen. Hoe vaak ik niet heb gedacht: "hé, ik voel me best oké, dan moet ik nu met vrienden afspreken, want morgen zal het zwarte monster wel weer binnen komen scheuren". Uiteindelijk viel ik steeds weer in een groot zwart gat. Werd steeds meer afhankelijk van het UWV, vrienden vertrokken en eenzaamheid omarmde mij.

Ik heb heel veel hulp aangenomen. Psychologen, psychiaters, antidepressiva, nog meer instanties. Maar de hokjes waar ik in werd geplaatst klopten niet. Ik zakte steeds meer weg in mijn depressie en voelde me onbegrepen. Depressies kwamen vaker en duurden langer, ik leerde om op standje overleven te staan. Maar genieten van kleine dingen en gewoon meegaan in de maatschappij ging me steeds slechter af.

Toen ik voor de zoveelste keer mijn baan verloor adviseerde iemand van het UWV mij om eens naar Inge te gaan. Ze begreep me enigszins, uit ervaringen uit haar directe omgeving herkende ze mijn verhaal, mijn struggles. Ik was zo verbaasd dat ik dus blijkbaar niet de enige op deze aardkloot was die zich zo voelde zonder aanwijsbare redenen.

Anders dan ik verwachtte

Ik gaf het een kans, maar sceptisch was ik wel toen ik, in het kantoor van Saisi, kennis maakte met Inge. De kleurrijk ingerichte kamer met frutsels en klei was in ieder geval niet wat ik verwachtte. Ik verwachtte toch weer een steriel ingerichte kamer met een bank en een klok aan de wand, waar ik me voor een uur lang in woorden kon proberen uit te drukken wat mij bezielde.

Iets opvallends gebeurde vrijwel meteen. Ik ging niet met tegenzin naar de sessies, verzoon geen smoesjes om maar niet te hoeven gaan. Dit verraste mij. Ik ging gewoon.

Inge is voor mij een persoon die niet al schrijvend luisterde naar mijn verhaal om vervolgens een diagnose te stellen en er desnoods een pilletje in te stoppen.

Bij Inge is het anders. Het draait om mij. Geen hokjes, geen duidelijk doel, gewoon stap voor stap al kleiend werken aan mezelf. Mezelf begrijpen, authentiek durven zijn, voelen wat je voelt en accepteren dat dit zo is. Proberen te begrijpen waardoor ik me zo voel. Ik hoef geen traumatische toestanden te hebben meegemaakt om te zijn wie ik ben. Ik verdien er om te zijn en verdien het om een beter leven te mogen hebben. De eerste sessies snapte ik echt niet wat ik aan het doen was. Hoe ging dit hompje witte klei mij nou helpen? Ik vond het maar vaag en waar bleven de handvatten?

De Davis[®]-methode is een manier van werken die je dwingt het tempo laag te houden. Omdat je met je handen beeldvorming geeft en opdrachten kleiend uitvoert, kun je immers niet ergens overheen walsen. Je dwingt jezelf om tijd, aandacht en zo emotie toe te laten. De eerste 2 maanden waren enorm frustrerend voor mij. Het moest sneller, ik voelde me nog niet beter, ik voelde me geïrriteerd en ik snapte het niet. Ik brokkelde nog meer af en toen kwam het keerpunt.

Ontbrekende puzzelstukjes

Het voelt nog het meest als een puzzel waar stukjes van ontbreken, kapot zijn en hierdoor de puzzel niet langer compleet is. En je de gebroken puzzelstukjes lijmt of wegdoet en opnieuw maakt. Langzaam bouwde ik mijn eigen puzzel, mijn eigen identiteit, weer op. Soms ging dit voorspoedig en nog vaker niet. Gebeurtenissen kregen een plek, trauma's werden verwerkt, oude patronen liet ik los. Ik kon steeds meer vorm geven, letterlijk, aan wat er in mijn hoofd speelt.

Veranderingen

Ik begon het langzaam toe te laten en te begrijpen. Alles wat ik voel en denk komt door een reden. Ik voel me thuis en welkom bij Inge. Niks moet, geen haast, geen oordeel. Een compleet nieuwe ervaring en een eye opener. Ik hoef geen masker op te zetten en de tranen vloeien regelmatig rijkelijk.

Door de onderwerpen komen er ervaringen aan bod, of gedachtes die ik leerde te veranderen of aan te gaan. Zo flip ik niet meer om het minste of geringste. Iets wat ik vaak deed, als ik bijvoorbeeld mijn sleutels kwijt was. Ook laat ik me niet meer negatief beïnvloeden door het weer. Iets wat bij mij altijd van grote invloed is geweest. Zo vertelde Inge me dat ik eens kon proberen met mijn peuterkind door de

regen te gaan wandelen en in de plassen te stampen. Ik verklaarde haar voor gek, maar deed het en weet je wat? Er gebeurde niets raars, ik ging niet dood, het was zelfs leuk!

Ik kan niet zo goed uitleggen wat het met me doet, maar ik leer mijzelf erg goed kennen en accepteer dat ik ben wie ik ben. Dat het niet mijn schuld is dat ik me zo voel, dat de depressie er mag zijn, maar niet de overhand mag hebben.

Depressievrije winter

Ik ben eerlijk als ik zeg dat ik niet in een depressievrij leven geloof, maar weet dat ik haar op afstand kan houden en kan temmen. Zo heb ik voor het eerst in 22 jaar !!!!!!! een depressievrije winter ervaren. Ik ben afgelopen winter doorgekomen zonder intens ongelukkig te zijn. Natuurlijk had ik slechte dagen en die mogen er zijn. Ik merk dat mijn manier van denken is veranderd. Begrijp me zelf veel beter en kan dus ook tijdig inspringen op negatieve emoties of gedachtes. Als er iets is, kan ik onbewust relativeren en pak ik het anders aan.

Ik kan mijzelf verbaal hierdoor ook veel beter uitdrukken. Hoef niet schreeuwen of met mijn armen te wapperen, maar kan de juiste woorden gebruiken.

Inge is voor mij een lot uit de loterij. Ik ben nog steeds mijzelf maar in een beter passend jasje. Ik ben weer gelukkig en durf te genieten van kleine dingen. Een boswandeling, mijn peuter, mijn gezin, stampen in de regenplassen. Cliché maar waar.

Ik heb bijna al mijn vrienden van toen verloren. Had nooit gedacht dat iemand mij in dit jasje, zoals ik nu ben, zou accepteren als vriendin.

Omdat ik nu ben wie ik ben, niet de nep vrolijke meid, maar een authentieke vrouw. Maar toch, nieuwe vriendschappen zijn ontstaan, ik kan zijn wie ik ben en dat geeft rust.

Sinds mijn vijftiende jaar had ik last van verschrikkelijke depressies, donker, duister en hels. Afgelopen jaar heb ik sinds 22 jaar mijn eerste depressieloze winter gehad. In plaats van weg te kruipen in mijn bed, de gordijnen dicht en één te zijn met mijn duistere gedachten, dans ik nu in de regen. Met een lach!

Kirmie (2019, 26 jaar)

Kirmie over haar ervaring met het uit-balans-programma

|| **“Ik wilde het graag met mijn verstand begrijpen,
terwijl het juist een kwestie is van ervaren.”**

Na een tijd in de ziektewet te hebben gezeten, wilde ik graag weer stappen zetten richting werk. Ik wist echter niet hoe ik dit vorm moest geven. Via UWV ben ik destijds in contact gekomen met Inge voor coaching. Al direct voelde ik me erg op mijn gemak, een vertrouwd gevoel. De oprechte betrokkenheid en open houding, met hier en daar een grap, zorgde er elke keer voor dat ik met positieve energie de deur uit ging. Hetgeen wat ik nodig had om zelf weer stappen te kunnen zetten.

Tijdens het coachingstraject vroeg Inge mij in hoeverre ik mezelf herken in een beelddenker. Aangezien het antwoord hierop al snel duidelijk was, zijn we gestart met de Davis-methode. Vooraf wist ik niet goed wat ik hiervan kon verwachten. Ik wilde het graag met mijn verstand begrijpen, terwijl het juist een kwestie is van ervaren.

Ik wist vooraf heel goed hoe ik goed voor mezelf moest zorgen. Toch lukte dit in de praktijk vaak niet. Achteraf gezien heeft dit traject mij veel gebracht. Juist door te ervaren door middel van klei, in plaats van alles in woorden uit te drukken. Het heeft ervoor gezorgd dat ik me meer in balans voel en dagelijkse activiteiten minder energie kosten. Mijn concentratie is verbeterd en ik raak minder snel overprikkeld. Dit alles heeft ervoor gezorgd dat ik, ondanks soms een tegenslag, terecht ben gekomen op de plek waar ik graag wilde zijn. Door kleine stappen te zetten, en soms juist een stapje terug te nemen, heb ik uiteindelijk een baan gevonden waar ik nu met veel plezier werk. Door te ervaren

dat dit mij in mijn kracht zet, is mijn zelfvertrouwen toegenomen. Zonder de hulp van Inge, was dit een stuk lastiger geweest!

Nicky (2018, 34 jaar)

Lees hieronder zijn ervaring met het [ADD-programma](#)

“Waar ik eerst een beetje teruggetrokken en in mezelf gekeerd was en de buitenwereld als enigszins onbegrijpelijk en vijandig had ervaren, werd ik steeds opener en sociaal.”

Vanuit een comfortabele en stabiele positie kan ik nu redelijk objectief en met enige afstand terugkijken op mijn verleden. Een verleden dat hier het merendeel van de tijd bijna haaks op heeft gestaan. Deze ommekeer is uiteraard grotendeels aan mezelf, maar ook voor een groot deel aan de Davis®-AD(H)D-programma te danken. Dit programma heb ik inmiddels ruim 2 jaar geleden afgerond.

Momenteel heb ik een hele lieve vriendin en een goed contact met mijn familie. Ik heb zojuist een opleiding afgerond en sinds kort ook precies die vaste baan waar ik al jaren op hoopte. Daarnaast zijn er ook nog een hoop muzikale en creatieve bezigheden op relaxte hobby matige, maar steady en semi-professionele manier.

Niets te klagen dus, maar dat is tot niet zo heel lang geleden heel anders geweest. Het grootste deel van mijn leven ben ik een soort ongeleid projectiel geweest. Vaak voelde ik me bijna een alien in deze maatschappij.

Vanaf kleins af aan was ik al erg onrustig, opstandig, lastig en met regelmaat onhandelbaar. Mijn familie en later klasgenoten, leraren en onbewust ikzelf hadden hier vaak enorm veel last van. Mijn resultaten op school waren altijd erg goed en ik was creatief, maar een oproerkraai. Hierdoor werd al op jonge leeftijd de hele mallemolen van allerlei

onderzoeken in gang gezet. Ik glipte echter toch altijd overal tussendoor.

Burn-out

Totdat ik als twintiger tijdens de kunstacademie twee keer een burn-out kreeg en er ADD bij me geconstateerd werd. Hiervoor werd medicatie voorgeschreven, maar dit was van korte duur. Dit was niet de oplossing en maakte het uiteindelijk eerder slechter dan beter.

Tegen al mijn hoop en verwachtingen in moest ik stoppen met de kunstacademie en kwam in een Wajong-uitkering terecht. Na enige tijd gedesillusioneerd thuis zitten ben ik uiteindelijk postbezorger geworden om maar niet stil te zitten. De gedachte van professioneel creatief zijn had ik ver achter me gelaten.

Wat naar mijn verwachting even zou duren was in praktijk het begin van een jarenlange zoektocht naar zelfinzicht. Het zoeken naar het voor mij juiste doel om te volgen en vooral periodes van stuurloosheid.

De grote passie voor muziek (maken) en creativiteit was er altijd al. Ik hield echter iets te erg van de bijkomende feestjes en de daarbij horende geneugten des levens. Creatief was ik het liefst 's nachts illegaal op straat. Deze opstandige levensstijl was avontuurlijk en ik had het nooit willen missen. Er zijn hierdoor een hoop toffe mensen en mooie en vreemde ervaringen op mijn pad gekomen. Maar ook narigheid, chaos en in retrospectief vooral ook een hoop slaaptekort en katers. Die het op dat moment waard waren, maar wel tot stagnatie leidden. Dit was weinig constructief en hierdoor kwam mijn potentieel niet of nauwelijks tot vruchtbaarheid.

Dit begon mij in combinatie met het post bezorgen mij steeds meer te ergeren. Hierdoor ging ik steeds harder zoeken, maar ik kwam niet tot concrete oplossingen.

Het re-integratie-traject

Totdat ik op het juiste moment de juiste arbeidsdeskundige bij het UWV trof. Zij wees mij erop dat er een mogelijkheid voor een reïntegratietraject met daarbij een Davis-programma was. Wat ze me vertelde intrigeerde me meteen en dus ben ik erover gaan lezen. Hiervan werd ik niet heel veel wijzer en bleef achter met meer vragen dan antwoorden, maar wel interesse en nieuwsgierigheid.

Dus ben ik het traject gaan volgen. Ook in de praktijk riep het in eerste instantie meer vragen en zelfs misschien wat afkeer op. Kleien en oefeningen over klokkijsen kwam op mij een beetje onzinnig, onnodig en kinderlijk over. Toch veranderde er in korte tijd iets in me, wat toen nog niet aan te wijzen was. Daarom ben ik er nieuwsgierig en met een open blik ingegaan.

Tijdens het programma kreeg ik steeds meer een gevoel van oriëntatie en hierdoor steeds meer focus. Daardoor kwam ook mijn gedrevenheid die er altijd was, maar lang in zwakke vorm, geleidelijk aan steeds meer terug. Ik leerde mijn beelddenken steeds beter te begrijpen en constructief in te zetten. Uiteindelijk werd het steeds gemakkelijker om te visualiseren waar ik heen wilde en hoe ik dit aan moest pakken.

De behoefte om spijkers met koppen te slaan werd steeds groter. Daarnaast ontstond op natuurlijke wijze steeds meer de drang om oude destructieve patronen achter me te laten. Uiteraard wel met enige terugval en soms tegenzin vanuit angst voor het onbekende. Hierbij waren soms enige aansporing, een stuk achter de deur, zetje in de rug en de juiste handvatten van mijn coach nodig.

Grote veranderingen

Halverwege het traject werd mijn vader ernstig ziek en overleed uiteindelijk binnen vrij korte tijd. We hadden een erg hechte band en dit was een zware klap die tot een grote terugval had kunnen leiden. Als dit voor het programma was gebeurd was dit waarschijnlijk ook het geval geweest. Dit gebeurde echter niet. Ondanks, of misschien wel juist dankzij de heftige ervaring werden mijn drive en doorzettingsvermogen om door te pakken nog groter.

Mijn kijk op de wereld en het leven veranderden steeds meer. Waar ik eerst een beetje teruggetrokken en in mezelf gekeerd was en de buitenwereld als enigszins onbegrijpelijk en vijandig had ervaren, werd ik steeds opener en socialer. Hierdoor kwamen steeds meer goede mensen en dingen op mijn pad. Ook werd mijn gedrevenheid en vertrouwen in de wereld en mezelf steeds groter.

Net voor het einde van het traject vond ik door een ongebruikelijke zoekterm te gebruiken een opleiding die me erg aansprak. Uiteindelijk na heel veel loze zoekpogingen, brieven en sollicitaties waarbij de coach me er soms doorheen hebben moeten slepen om door te gaan, was ook dit me toch nog gelukt.

Een passende en leuke baan

Dit was de opleiding die kon leiden tot de baan waar ik al lang naar op zoek was. Eerder was de kans er niet of zag ik hem niet, omdat ik hem waarschijnlijk toch vergooid had. Maar nu greep ik hem met beide handen aan. Al vrij snel kreeg ik een stage op een ideale plek. Die leverde me uiteindelijk direct na mijn opleiding de ideale vaste baan op. Deze baan is ook nog eens perfect te combineren met mijn steeds serieuzer geworden creatieve en muzikale hobby's. Dus uiteindelijk valt alles grotendeels op zijn plek.

Na jarenlang van faal-ervaringen, vallen en opstaan met vooral veel vallen en soms blijven liggen zijn er nu mede dankzij de Davis-methode in korte tijd vele succeservaringen ontstaan. Hierdoor durf ik steeds vaker een sprong in het diepe of vlucht naar voren te nemen. Daarna beland ik meestal gewoon weer met beide benen op de grond. Of sta na het vallen snel weer op.

Charlotte (2014, 27 jaar)*Charlotte volgde het dyslexie-programma*

**“Ik ben er achter gekomen dat
dingen met letters toch kunnen lukken”**

Na jarenlang afzien met betrekking tot dyslexie zag ik je oproep op Facebook voorbij komen, welke me nieuwsgierig maakte. Met het bekijken van de Davis-site herkende ik me in veel dingen. Ik zag al dat daarin ook de positieve dingen van dyslexie verwerkt waren, welke ik gemist heb in het verleden. Ik dacht: 'ik heb niks te verliezen, erger dan nu kan het niet worden...'.

Naast alles wat ik van je geleerd heb, zie ik steeds meer 'de gave van dyslexie', een positief iets. Bijvoorbeeld, dat vrienden mee uitgaan en tegen me zeggen dat ik even in de menigte moet kijken waar de rest is. Ik gebruik mijn – ik kijk even snel over de pagina heen-eigenschap – nu op mijn werk om kort een beeld te krijgen wat wel en niet belangrijk is om te weten in een rapportage. Dus inderdaad, een wonder bestaat...

Ik ben erachter gekomen dat dingen met letters toch lukken. Vroeger op school deed ik heel hard mijn best, maar ik kon er gewoonweg niets aan doen. Het kwam gewoon niet goed binnen.

S

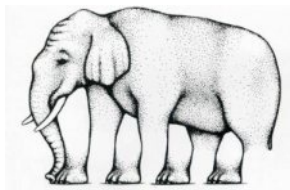
13 Lezingen die Saisi verzorgt

Saisi verzorgt op aanvraag lezingen over beelddenken en de Davis-methode. Er zijn diverse lezingen mogelijk:

De Davis-methode algemeen

De lezing bevat een algemene uitleg over de Davis-methode met een globale uitleg over de verschillende programma's.

Deze lezing is op verschillende muziekscholen gegeven, met een toevoeging over "dyslexie voor notenschrift".



*Dia uit de algemene lezing
over de Davis-methode*

De Davis-methode en dyslexie

Deze lezing gaat over het Davis-dyslexie-programma van de Davis-methode. Zij begint met een korte algemene uitleg over de Davis-methode. Daarna gaat het over de redenen waarom iemand dyslexie ontwikkelt, waarna een uitleg over het dyslexie-programma volgt.

De Davis-methode en ADD/ADHD

Deze lezing gaat over het Davis-ADD/ADHD-programma van de Davis-methode. Zij begint met een korte algemene uitleg over de Davis-methode. Daarna gaat het over de redenen waarom iemand ADD of ADHD ontwikkelt, waarna een uitleg over het ADD/ADHD-programma volgt.

De Davis-methode en dyscalculie

Deze lezing gaat over het Davis-dyscalculie-programma van de Davis-methode. Zij begint met een korte algemene uitleg over de Davis-methode. Daarna gaat het over de redenen

waarom iemand dyscalculie ontwikkelt, waarna een uitleg over het dyscalculie-programma volgt.

Beelddenken en autisme

Centraal in deze lezing staat de vraag: "Wat is de relatie tussen beelddenken en autisme?" De lezing geeft veel herkenbaarheid voor mensen met autisme.

Deze lezing is verzorgd voor verschillende AIC's (Autisme Informatie Punt).



Dia uit de lezing over beelddenken en autisme

De Davis-methode en autisme

Deze lezing is een vervolg op de lezing over Beelddenken en autisme. De lezing kan ook afzonderlijk gegeven worden. Centraal staat de "Davis-visie" op autisme, die anders is dan sommige andere visies. Daarnaast komt het programma voor autisme globaal aan bod.

Deze lezing is verzorgd voor verschillende AIC's (Autisme Informatie Punt).



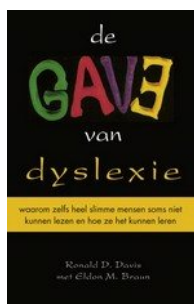
Dia uit de lezing over het autisme-programma



14 Boeken en artikelen

Hieronder vind je boeken en ander materiaal als achtergrondinformatie over ADD, ADHD, dyslexie, dyscalculie, autisme, beelddenken en de Davis-methode. Op de [website](#) kun je vinden hoe je deze boeken kunt bestellen.

Over Ron Davis en de Davis-methode



De gave van dyslexie

Ronald D. Davis en Eldon M. Braun

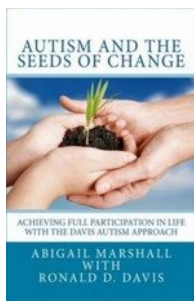
In dit boek wordt beschreven hoe mensen met dyslexie met behulp van de Davis-methode kunnen leren lezen.



De gave van leren

Ronald D. Davis en Eldon M. Braun

In dit boek wordt beschreven hoe de Davis-methode wordt toegepast op vier leerproblemen: ADD, ADHD, Dyscalculie en handschriftproblemen.



Autism and the seeds of change

Abigail Marshall with Ronald D. Davis

Dit boek geeft een inzicht in de geschiedenis en achtergrond van het Davis-autisme-programma.

Engelstalig

Over beelddenken



Beelddenken en begripsdenken

Mechel Ensing en Coralien van Hattem

Een leuk boek over de verschillen tussen mensen die in beelden denken en mensen die meer lineair denken.

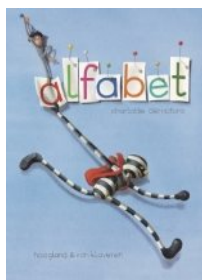
Over dyslexie



A is een koetje

Ferran Bach en Rob Berkel

Een eenvoudig boekje over de oorsprong van ons alfabet. Het neemt je mee door 4000 jaar van ontwikkeling van het schrift.



Alfabet

Charlotte Dermaton

Dit boek is een zeer gedetailleerd prentenboek, getekend door een beelddenker. Elke letter heeft een eigen pagina waarin je uren kunt speuren naar woorden die met die letter beginnen. De bijbehorende woordenlijst kun je via [deze link](#) benaderen.

Over autisme



Zondagskind **Judith Visser**

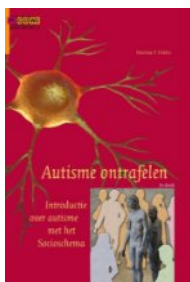
Dit boek laat zien hoe het is om op te groeien als een kind met autisme. Het geeft een inkijk in het denken van iemand met autisme.



Briefwisseling tussen een schizofreen en een autist

Axel Ruiters & Felix Sperans

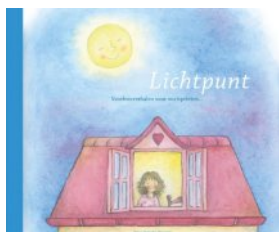
In dit boek beschrijven Axel Ruiters en Felix Sperans hun leven. Zij doen dit aan de hand van brieven die ze over en weer schrijven. Axel over zijn autisme en Felix over zijn schizofrenie.



Autisme ontrafelen **Martine Delfos**

Dit boek is een introductie op haar kijk op autisme. Zij beschrijft onder meer dat iemand met autisme op het ene gebied voorligt in de ontwikkeling en op een ander gebied juist achter blijft. Past op sommige punten bij de visie van Davis op autisme.

Overig

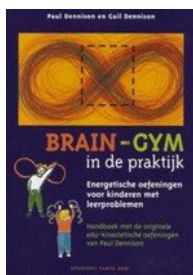


Lichtpunt, Voorleesverhalen voor voelsprietten

Janneke Hartevelt

Verhaaltjes van alledag met twee hooggevoelige kinderen in de hoofdrol. Met uitleg, toelichting en tips voor volwassenen.

Ik kreeg dit boek van een cliënt en ze vertelde daarbij dat als haar ouders vroeger dit boek hadden gehad, haar leven veel gemakkelijker en fijner zou zijn geweest.



Braingym

Paul en Gail Dennison

Een boek met leuke en speelse oefeningen voor kinderen met leerproblemen. Voor ouders en professionals om kinderen te begeleiden.



De sprookjestuin

Visualisaties voor kinderen van Kidsyoga

Een CD met korte verhaaltjes die de verbeelding aanspreken voor kinderen van 4 t/m 12 jaar.



14 Film- en videotips

Af en toe komen er pareltjes voorbij aan films of video's die een relatie hebben met beelddenken. Hieronder tref je er een aantal aan, die m.i. de moeite van het bekijken waard zijn. Ze zijn allemaal op internet te vinden, voor sommige moet je wel (een klein bedrag) betalen. Op de [website](#) kun je de download-links vinden.

Webinar over de autisme-programma's van de Davis-methode



Gerda Bosma

2020, 60 min, Informatief
Nederlandstalig

Gratis

In deze webinar vertelt collega Gerda Bosma over de achtergrond van de verschillende autisme-programma's. Ook komt de opbouw van het programma aan bod. De webinar is geschikt als eerste globale indruk van het Davis-autisme-programma.

Mind my Mind



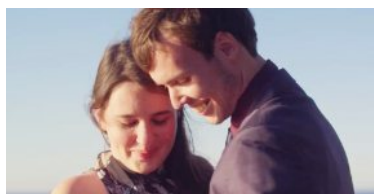
Floor Adams

2020, 29 min, Animatie
Nederlands/Engels-talig, Nederlands ondertiteld

€ 4,99

In de animatiefilm worden de gedachten van de hoofdpersoon uitgebeeld door een poppetje. Het poppetje zoekt bij sociale situaties koortsachtig naar wat te doen en wat te zeggen... Maar het kan ontspannen wanneer de hoofdpersoon modelvliegtuigen bouwt. Een komische kijk in het brein van een jonge man met autisme.

Love on the spectrum



Original Netflix-serie

2019, 5 afleveringen van 45 minuten

Engelstalig, Nederlands ondertiteld

Netflix-abonnement nodig

Deze serie laat zien hoe daten gaat als je autisme hebt. Verschillende mensen met autisme worden gevolgd in hun stappen op het liefdespad.

Romijn



Lotte Peters

2018, 50 min, documentaire

Nederlandstalig

Gratis

Romijn is 12 jaar en heeft autisme. Zijn zus Lotte (18) maakte een documentaire over hem en hun gezin. Lotte wil graag dat de rest van de wereld kennis maakt met haar broertje Romijn zoals zij hem ziet: een autistische en zwakbegaafde jongen van 12, maar ook een heel bijzonder jongetje. En zeker niet dom, want hij kan zoveel meer. Een ontroerend en intiem portret.

Sandmädchen



Mark Michel

2017, 84 min, documentaire

Duits gesproken, Engels
ondertiteld

€ 5,00

Veronika Raila heeft het syndroom van Asperger, Ze kan niet praten. Ook fysiek is zij zeer beperkt, zij heeft vrijwel geen controle over haar lichaam. Zij voelt zo weinig van haar lichaam, dat ze zich als zand voelt. Op het eerste gezicht zou je denken dat zij ook mentaal beperkt is, maar niets is minder waar. Haar moeder heeft haar leren lezen en schrijven en zo kan zij nu met veel ondersteuning haar gedachten verwoorden.

In Sandmädchen neemt zij je op een subtiële en poëtische wijze mee op een reis door de geheime, boeiende creatieve wereld van haar verhoogde verbeeldingskracht.

Voor mij bleef na het zien van de film de vraag hangen, wat er in de hoofden van anderen zoals zij allemaal omgaat.

My stroke of insight



Jill Bolte Taylor, Ted Talk

2008, 20 min

Engelstalig, Nederlands
ondertiteld

Gratis

Jill Bolte Taylor is hersenonderzoeker. Zij krijgt als ze 38 jaar is een beroerte in haar linker hersenhelft. Zij herstelt hiervan en kan jaren later navertellen wat er met haar gebeurde toen

ze de beroerte kreeg. Hoe zij langzaamaan merkte hoe de functies van haar linkerbrein uitvielen. Een interessante TED-talk de werking van beide hersenhelften.



15 Verdere informatie

Bij de volgende organisaties heb ik (beroeps)opleidingen en trainingen gevolgd:

- Nederlandse Academie voor Psychotherapie
(*Nederland, Amsterdam*)
- Autisme Centraal
(*België, Gent*)
- De Kleine Tiki, School voor kunst, coachen en persoonlijke ontwikkeling
(*Nederland, Breda*)
- ADHD-centrum Nederland
(*Nederland, Delft*)
- Davis Dyslexie Association (DDA)
(*Nederland, Loenen a/d Vecht*)
- Davis Autism International (DAAI)
(*Verenigde Staten*)

Op de [website](#) kan je de download-links vinden.

Verder werk ik met de volgende organisaties samen, dan wel doe ik opdrachten, of verzorg ik lezingen voor hen.

- VvDC (Vereniging van Davis Counselors)
 - Beeld-Wijs van Davis-counselor Wynanda Pool
 - Anders Leren van Davis-counselor Judith de Haan
 - Goedgezienzo van Davis-counselor Mieke Verhallen
 - MindfulnesscentrumBreda van mijn pandgenoot Celine Aalders
 - Zintri Zorggroep Nederland B.V.
 - UWV
-

- AIC Breda (Autisme Informatie Centrum)
- AIC Tilburg (Autisme Informatie Centrum)

Op de [website](#) kan je de download-links vinden.

