

Ik ben van origine fysiotherapeut van beroep. Na mijn afstuderen in 1986 heb ik 6 jaar gewerkt in een algemeen ziekenhuis. Tijdens de hartrevalidatiecursus maakte ik voor het eerst kennis met de procesmatige spanningsregulatie Methode Van Dixhoorn. Later tijdens de hyperventilatiecursus was er een hernieuwde kennismaking. In die tijd volgde ik ook de vijf daagse cursus ontspanningsinstructie hartrevalidatie in de Hartenark welke gegeven werd door Jan van Dixhoorn. Ik begon het steeds meer toe te passen als fysiotherapeut in het ziekenhuis, en zag verrassende effecten. Mijn interesse werd meer en meer gewekt.



In 1991 ben ik in een revalidatie centrum gaan werken, waar ze iemand vroegen die ontspanningstherapie wilde helpen ontwikkelen. In dat zelfde jaar ben ik begonnen met de driejarige Leergang Ademtherapie, in Amersfoort. Wat ik daar op deed aan kennis en ervaringen ging ik met mijn collega's in het revalidatiecentrum delen. In de loop der jaren kreeg procesmatige spanningsregulatie steeds meer vorm en een eigen plek in het revalidatieproces. Jan van Dixhoorn dacht met ons mee en kwam van tijd tot tijd naar het revalidatiecentrum.

Geleidelijk aan ging ik met Jan mee als hij cursus gaf en begon ik onderdelen van de praktijk te verzorgen. Dit was leerzaam maar vooral ook erg leuk.

In 2002 is me door Jan gevraagd of ik bestuurslid wilde worden van de Adem- en Ontspanningstherapie Stichting (AOS). Natuurlijk heb ik daar "ja" op gezegd.

In 2003 vroeg Jan of ik de opleiding tot docent Methode Van Dixhoorn wilde gaan volgen. Daar hoefde ik niet lang over na te denken. In 2007 heb ik deze opleiding afgerond.

Hier heb ik nooit spijt van gehad!

Het is bijzonder boeiend en inspirerend om je te verdiepen in dit mooie vak! Netzo als het overbrengen van je kennis en vaardigheden op geïnteresseerde cursisten van de opleiding Methode Van Dixhoorn, met daarbij Jan als supervisor naast je.

Op dit moment ben ik, naast docent aan de opleiding in Amersfoort, ook verantwoordelijk voor deel 1 van de opleiding welke vanuit het Centrum voor Ademtherapie verzorgt wordt bij het Nederlands Paramedisch instituut (NPI). En participeer ik, zoals gezegd vanaf 2002, nog altijd met veel genoegen in het bestuur van de AOS. Sinds oktober 2018 ben ik voorzitter.

Momenteel werk ik als ademtherapeut Methode Van Dixhoorn in een groot revalidatiecentrum en in een grote fysiotherapiepraktijk in de 1<sup>e</sup> lijn.