



Nieuw

TEKST **STIJN JASPERS**
FOTO **NFP/HENK TUKKER**

Wie : Wim Gijzen
Beroep : Heartmath-trainer/coach, fysio/manueel therapeut
Naam bedrijf : Trans Forma
Wat : Hart coherentie coaching en Peak Performance training
Waar : Beverwijk
Website : www.fysiotherapie-rkz.nl

Wat heeft u geïnitieerd?

In het voorjaar van 2006 ben ik opgeleid tot HeartMath-coach. Sindsdien heb ik ruim 20 mensen individueel begeleid met een gelicenseerd SRP-traject. SRP staat voor Stress Reductie Programma. Daarnaast heb ik de HeartMath-technieken geïntegreerd binnen mijn fysiotherapiepraktijk. Vooral bij klachten met een psychosomatische oorsprong is SRP zeer effectief.

Wat is hier zo bijzonder aan?

Het HeartMath-systeem maakt met een oorsensor en biofeedbackapparatuur zichtbaar wat de diepe invloed is van gedachten en emoties op de variabiliteit van ons hartritme (HVR). Dit beïnvloedt rechtstreeks alle samenwerkende delen van ons brein. Een harmonisch ritme faciliteert de helderheid van ons denken, onze creativiteit, ons luisterend vermogen, ons (sport)prestatievermogen en ons welzijn. HeartMath is een actietechniek. Het helpt de belemmerende fysiologie van stressreacties binnen enkele seconden uit te schakelen. Het brengt je in een coherente staat, waardoor een optimale prestatie in lastige situaties mogelijk wordt.

Hoe kwam u op het idee?

Als fysiotherapeut was ik altijd al gefascineerd door de oorsprong van een klacht. Nadat ik mij had verdiept in de manuele therapie, psychosomatiek en oosterse geneeswijzen, wees een artikel in het tijdschrift *Ode* mij op het researchinstituut HeartMath uit Californië. Dit instituut maakt op een wetenschappelijke manier de intelligentie van ons hart en zijn invloed op ons functioneren inzichtelijk. Een universele wijsheid die door oude culturen al eeuwen wordt verkondigd, blijkt nu met moderne westerse technieken bereikbaar.

Hoeveel tijd en geld heeft u geïnvesteerd?

Na het volgen van een HeartMath professional-, providers- en groepstraining en veel studie heb ik me steeds verder kunnen bekwamen in dit nieuwe



vakgebied. Cursuskosten, investering in materiaal en verletkosten liggen voor mij rond de € 15.000,-.

Wat is de grootste valkuil geweest?

Onduidelijkheid in profilering. HeartMath-technieken zijn zoveel omvattend en HeartMath is zo'n sterk merk, dat ik de waarde tekort doe door het onder de noemer fysiotherapie te laten ondersneeuwen. Met een heldere profilering zal ik mijn bedrijf Trans Forma met HeartMath en coherentie op de kaart zetten.

Wat verwacht u van de toekomst?

In de VS maakt HeartMath een exponentiële groei door. De tijd is ook rijp in Nederland. Ik behoor tot de eerste club van groepstrainers die dit jaar de training hebben afgerond. Het is mijn missie om bedrijven, professionals en (para)medici bewezen tools aan te reiken om hun bedrijfsresultaten te verbeteren door meer hart, coherentie en welzijn in hun business te brengen.

Heeft u tips voor de beginnende ondernemer?

Onderzoek door welke passie je werkelijk gedreven wordt. Wanneer je vanuit helderheid en creativiteit een businessplan maakt, neem dan de tijd om je in de toekomst te verplaatsen alsof het doel al bereikt is. Geeft dit een gevoel vol energie, maak dan terugrekenend een stappenplan voor wat respectievelijk over zes, drie en twee maanden en over vier en twee weken gerealiseerd moet zijn. Ga dan aan de slag!

Wim Gijzen:
 “Als fysiotherapeut was ik altijd al gefascineerd door de oorsprong van een klacht”

In de rubriek *Nieuw* vertellen (para)medische-beroepsbeoefenaars over een initiatief dat zij ontwikkeld hebben en waarmee ze vooroplopen. Heeft u ook uitgewerkte plannen of bent u reeds gestart met een vernieuwend concept? Laat het ons weten: arts&auto@vwa.nl.