



# Contakids door Yvette van

TEKST Franca Warmenhoven  
FOTO'S Rob Vincken

**Y**vette van der Slik volgde de opleiding moderne theaterdans aan de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten. Na voornamelijk als danser te hebben gewerkt ontwikkelde ze een eigen visie rond het docentschap en choreografie. Ze is nu ruim 15 jaar dansdocent waarvan 12 jaar aan de dansvoorbereiding ODM/IDA Opleiding Dans in Maastricht. Daar geeft ze moderne dans en improvisatielessen. Naast dansdocent en choreograaf is Yvette ook mindfulnesstrainer en beoefent ze ruim 10 jaar aikido.

## Wat is Contakids?

'Contakids is een aangepaste vorm van contactimprovisatie voor ouders en jonge kinderen tussen de 2 en 5 jaar. In de methode van Contakids staat centraal dat fysiek contact ingezet wordt om een diepere vorm van communicatie tussen ouders en kinderen te ontwikkelen, waar beiden plezier aan kunnen beleven. Door fysieke oefeningen

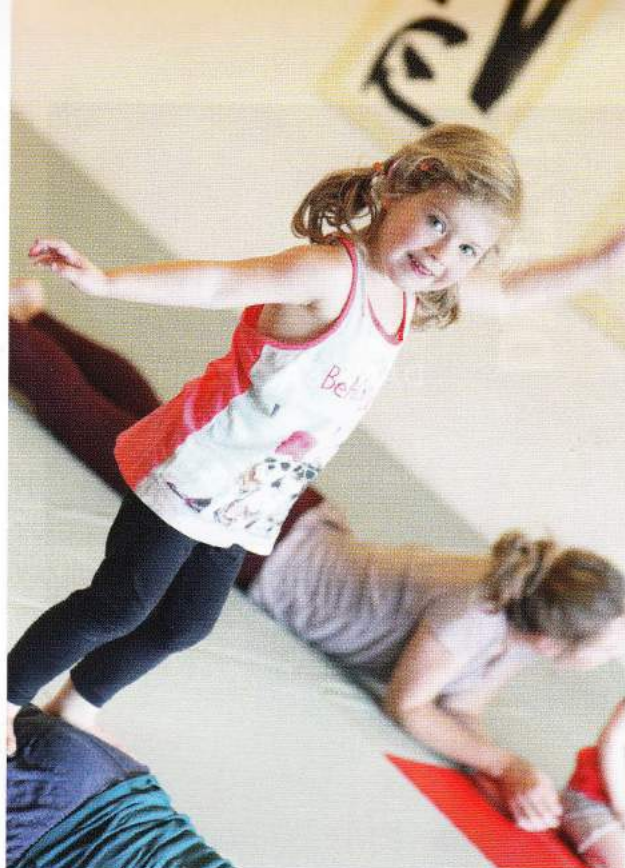
worden de motorische vaardigheden en het zelfvertrouwen van het kind gestimuleerd en kunnen ouders de band met hun kind op een speelse manier verder ontwikkelen. De ontmoeting tussen ouders en kinderen tijdens een Contakidsles kenmerkt zich door speelsheid, gelijkwaardigheid, uitdaging en uitnodiging.'

## Hoe ben je met Contakids in aanraking gekomen?

'Inspiratie en creativiteit binnen het lesgeven hebben voor mij altijd voorop gestaan. Om mijn inspiratie te voeden heb ik veel gereisd en zo ben ik ook in aanraking gekomen met de Contakidsmethode. Op internet circuleerde enige tijd geleden een filmpje van Itay Yatuv die met zijn dochtertje Sofie van 2 jaar danste op een contactimprovisatiefestival. Wat mij raakte in het filmpje was de bijzondere verbinding tussen Itay en zijn dochter. Een tweejarige die zich op een heel natuurlijke manier laat leiden, laat vallen en in harmonie met haar vader beweegt. De kwaliteit van dit contact en het vertrouwen van zowel kind als volwassene waren

indrukwekkend. Je kon zien hoe het kind uit zichzelf steeds terugkwam in de contactimprovisatie, zonder daarbij gestuurd te worden. Het kind was een volwaardige partner in de dans die ontstond en je kon het plezier en de openheid van het kind ervaren door er alleen al naar te kijken.

Ik heb Itay Yatuv toevallig ontmoet tijdens een aikidoles. Ik ben toen les bij hem gaan volgen. Itay is artistiek leider van Hakvutza, een school voor moderne dans in Tel Aviv. Met veel passie en gedrevenheid leidt hij zijn school en nu ook de ontwikkeling van de Contakids. Je voelt dat Contakids voor hem verder gaat dan een leuke dansles voor ouder en kind. Hij ontwikkelt een methode die bijdraagt aan een goed contact tussen mensen en tussen ouders en kinderen. Daarbij nodigt hij uit om meer te vertrouwen te hebben. Soms is hij zelfs wat provocerend met als doel dat ouders hun kinderen meer vrij- en loslaten. Wat er dan ontstaat, is een energieke, vrolijke uitwisseling tussen ouders en kinderen. Je ziet het vertrouwen in elkaar groeien.



# der Slik

**‘Contakids is plezier hebben, ontspannen en leren vertrouwen. Zowel voor ouders als voor kinderen.’ Yvette van der Slik vertelt vol enthousiasme over haar ervaringen met deze nieuwe methode.**

Omdat we onder de indruk waren van de methode, hebben we Itay uitgenodigd om in Maastricht een internationale Contakidsopleiding te verzorgen. We hebben Itay in Tel Aviv geïnterviewd en een aantal van zijn lessen gevolgd en gefilmd. Het filmpje op Vimeo werd erg veel bekeken en binnen een maand was de eerste opleiding in januari 2016 vol met deelnemers uit Zwitserland, Taiwan, Hongarije, Schotland, Oostenrijk, Polen, Portugal, Spanje, Frankrijk, Kroatië, Duitsland, België en Nederland.

Het is een bijzondere opleiding waarbij je merkt dat de deelnemers zelf ook meegenomen worden in de energie, speelsheid en het plezier die zo kenmerkend zijn voor Contakids. De opleiding vindt voor de tweede keer plaats van 2 tot 8 januari in Maastricht.’

#### Hoe ziet een Contakidsles eruit?

‘Speelsheid, openheid en verbinding staan centraal in de Contakidslessen. Die elementen zijn nodig voor creativiteit en vrijheid in het bewegen, zonder dat er iets ‘moet’. De les vindt plaats in onze aikido-dojo waar

judomatten liggen. Het voordeel daarvan is dat ouders minder bang zijn dat hun kinderen zich bezeeren. Als de ouders wat relaxed zijn, is dat een groot voordeel voor deze les. Vanaf het moment van binnenkomst is iedereen bezig met rennen, rollen en plezier hebben. De kinderen zijn vrij in hun keuze van bewegingen en in hun contact met de volwassenen. Ze kunnen dus doen wat zijzelf willen in plaats van wat de volwassenen van ze willen.’

‘Elk kind reageert anders; sommige kinderen zitten en kijken alleen maar of doen dingen die in eerste instantie niets met de les te maken hebben. Van buitenaf lijkt het misschien allemaal best chaotisch, maar er zit een heel heldere structuur in deze les die vooral gebaseerd is op uitnodigen en uitproberen. Kinderen krijgen hierdoor de ruimte om op elk moment en op hun eigen initiatief in te voegen.

Sommige kinderen voelen zich meteen op hun gemak terwijl andere kinderen meer tijd nodig hebben. Tijd en ruimte geven is dan ook belangrijk. Ouders leren hun kinde-

ren meer los te laten en beter te vertrouwen en de kinderen worden vrijer en ontwikkelen meer zelfvertrouwen.’

#### Wie komen er naar deze les?

‘In deze les zie ik vaak moeders terug die ik vroeger les heb gegeven binnen de moderne dans en die sinds het krijgen van hun kinderen geen ruimte meer vonden om zelf te dansen. Zij vinden het heel fijn om op deze manier weer te kunnen dansen. Verder komen er natuurlijk ook vaders en soms grootouders of een oppas met een kind. Belangrijk is wel dat er een vertrouwensrelatie is tussen de volwassene en het kind.’

#### Waarom is Contakids zo belangrijk voor jou?

‘Voor mij is het heerlijk om het plezier tussen de ouders en hun kinderen te zien. Ik geniet van deze les. Het is enorm dankbaar werk. Ik ervaar het als heel waardevol om bij te kunnen dragen aan dit bijzondere contact tussen ouders en hun kinderen.’ ■

[www.modernedans.nl](http://www.modernedans.nl)  
[www.contakids.com](http://www.contakids.com)