



# Onverwachte Levenskracht

Weer ZELF invloed ervaren,  
(toe)vertrouwen in de verbinding  
met de ander.

Lucy Schoorlemmer, Sasja Geurtse  
en Els de Weerd

**In deze casus nemen we je mee in wat haptotherapie heeft betekend voor een cliënt met een ernstig meervoudige beperking, zelf-verwondend gedrag en zijn betrokken zorgsysteem en familie. De casus illustreert een bredere inzet van haptotherapie in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking en hun familie en begeleiders. Gezien en geraakt worden in voelen, is de basis van het bestaan van veel cliënten bij wie 'inzicht en begrijpen' niet het grootste talent is. In deze casus wordt, vanuit de Verstandelijk Gehandicaptenzorg, kort ingegaan op wat de rol van de haptotherapeut kan zijn in deze zorg, waar gevoeld worden zo essentieel is én hoe water hieraan bijdraagt. De omhulling en warmte van het water vergemakkelijken de zachtheid en de verbinding van de cliënt met zichzelf en, via het water, met de ander.**

Benjamin is een jongeman met een verstandelijke beperking. Hij woont in een instelling. Benjamin heeft geen woorden om zich kenbaar te maken. De buitenwereld verstaat zijn lichaamstaal onvoldoende en weet in momenten van ontregeling vaak niet wat zijn behoefte is. Vanuit deze stress van niet gezien worden, beweegt Benjamin ongericht om zich heen om de wereld te ervaren en in deze leegheid verwondt hij zichzelf. De agressie en zijn zelfverwonding laten diepe sporen achter in en op zijn lijf en in de ziel van de mensen om hem heen. Zij ervaren onmacht om Benjamin's vraag te verstaan, lijden mee vanuit een bijna symbiotisch verbonden voelen of nemen afstand om zichzelf te beschermen. Contact in de verbinding is er maar zelden, laat staan wederkerigheid. Met enkele begeleiders en

behandelaren worden de momenten waarop er even rust en contact is, spaarzaam. Benjamin komt in een proces van steeds verder uitgeschakeld worden. Zijn behoefte om zichzelf te ervaren blijft onverminderd en de zelfverwonding wordt levensbedreigend. Moeder geeft aan dat het zijn tijd nog niet is. Na een 'Moreel Beraad' wordt er ingezet op sederen en beschermen (vastbinden als harde begrenzing) met als doel brein en lichaam tot rust te brengen zodat de stress kan afnemen en daarmee mogelijk het zelfverwondend gedrag. En de stress was niet alleen van Benjamin! Door de gevoelde onmacht verloor men ook de verbinding met elkaar en ontstonden er ook in zijn omgeving tegengestelde belangen en daarmee onderlinge wrijving. Daarnaast is het een helse klus om dit proces te verdragen en om dat te kunnen, heb je onvoorwaardelijke steun nodig.

Ik ontmoet Benjamin in de bovenstaande periode van grote nood. De lading rondom hem, in de woning en in de vragen die gesteld worden, is sterk voelbaar. Dit maakt me bang. De belangen en verwachtingen zijn groot – kan ik dit dragen, hoe komen we tot samen dragen? Ik voel me ook tot hem aangetrokken. Wat beweegt hem, waar zouden ingangen te vinden zijn? Ik beweeg naar hem toe. Ik merk dat zijn fysieke systeem behoorlijk ontregeld is, maar hij merkt mij op (ondanks de grote hoeveelheid pijnmedicatie en psychopharmaca), reageert en reikt in momenten uit naar contact. Hij voelt en ik blijf. Zijn tast is hongerig; als er niks geboden wordt, gaat hij zoeken. Als hij via de bevestigende aanraking zichzelf ervaart, komt er rust, een opening. De momenten zijn kort, zweet gutst over zijn rug en voorhoofd. Deze korte momenten krijgen – een herhaling, iedere dag en er komt meer gemak, ruimte en initiatief bij Benjamin en vertrouwen bij mij. In de veiligheid van de

presentie en voorspelbaarheid van ons contact kan de begrenzing door kokers en fixatiebanden in stapjes afgebouwd worden; hij gaat meedoen in belevingsgerichte sensorische activiteiten, voelt zijn lichaam weer zonder deze te beschadigen. Ik speel, nodig uit en hij doet steeds meer mee. Er ontstaat interactie - eerst in het doen. Door de beperkende maatregelen is hij sterk beperkt in zijn bewegingen, hij kan zijn elleboog maar iets buigen. Het eerste moment dat hij zelf een marsje naar zijn mond brengt, laten de tranen bij mij stromen. Zijn ZELF krijgt weer vorm.

Het ondersteunen van begeleiders in de voorspelbare en affectieve verzorging vraagt tijd, geduld en steun van ons interdisciplinaire team. Stappen worden weloverwogen gezet, de praktijk is omgaan met uitdagingen en daarvan leren. Grenzen worden stevig gevoeld: die van de invloed van ons handelen, maar ook van wat te verdragen is. In het zoeken naar kleine stappen hebben we steeds breed het gesprek over 'het goede toevoegen'. Daarvoor is het nodig om van de angst weer naar het vertrouwen te bewegen. Hierin heeft ieder ook een eigen proces, maat en tempo.

Benjamin's broer maakt in een 'Moreel Beraad' een vergelijking met zijn eigen kind: die moet de kans krijgen om uit het klimrek te mogen vallen, anders kan hij geen stappen zetten om te ontdekken en zich te ontwikkelen. Dit blijkt een waardevolle vergelijking. Benjamin en zijn begeleiders en behandelaren zetten reuzestappen, vallen weer even stil en maken fouten. En dat mag. Door steeds weer even terug te stappen en ieders proces in timing uit te luisteren, aan te sluiten en liefdevol te bemoedigen en dingen voor te doen, kan Benjamin o.a. zelf zijn lepel weer vasthouden, zelf zijn jas ophangen en zelf zijn pyjama in de wasmand gooien. Present zijn en blijven, soms vanuit alleen-voelen, soms sterk verbonden. Steeds legt de toename van stress of lichamelijke ongemakken grote druk op de relaties tussen de



Het waarnemen en ontdekken van zijn eigen vitaliteit en lijf in de omhulling van het water in de nabijheid van de ander

mensen die om Benjamin heen staan. Zoeken om van angst naar vertrouwen te bewegen en van versmalling weer ruimte te voelen, is in deze jaren een uitdaging in alle lagen van de organisatie. Tijd, geld, deskundigheid; wat mag het kosten...aan blauwe plekken, aan frustratie, aan het verliezen van de verbinding.

Van vastgeketend in bed en in de stoel in een hard lijf met weinig voedend contact, leeft Benjamin weer een leven in een meer zachte verbinding met zichzelf, zijn familie en zijn begeleiders. Als goed waarnemen en voelend contact houden met jezelf de basis is, kan Benjamin zich steeds meer laten zien in zijn eigenheid. Hij is graag buiten, actief op de fiets of lopend, hij houdt van voelen, eten en 'op ontdekking' gaan. Hij blijft een enorme behoefte hebben om zichzelf te voelen, in de aanraking, via materialen, een trilkussen, koude voorwerpen, maar vooral in een stevige verbinding met de ander, die hem richting en ruimte geeft. Die blijft als het moeilijk wordt. En die de eenvoud en het voeden van voelen weer kan toevoegen als het contact dun wordt.

Op onrustige dagen na een slechte nacht, ontlastingsproblemen of een ontsteking verhardt het lichaam van Benjamin, wordt de behoefte aan hard bonken, duwen en slaan groter en heeft hij, naast adequate behandeling, ruimte nodig om zijn lijf weer te laten verzachten. We weten dan wat helpt. Hij kan ons dit, nog steeds zonder taal, steeds beter laten zien.



## Het water verzacht, geeft ruimte en draagt...

Als zijn wonden en de huid weer belastbaar zijn, kan ik de therapie in het water voortzetten. Het warme water verzacht, draagt, nodigt uit tot voelen. Het water maakt het leven en het ZELF weer voelbaar en faciliteert ook het voelen van veilig contact met de ander.

Benjamin bewoog op het droge veel, hard en ongecontroleerd en kon zichzelf daarin verliezen. In het water begon hij daar ook steeds mee, maar door de omhulling en de weerstand van het water, komt hij meer tot voelen en daarmee meer tot rust. Zijn bewegingen worden gespiegeld en vertraagd door het water, wat hem input geeft over zichzelf. Daardoor leert hij zichzelf een beetje beter kennen. Zijn eigen zijn komt meer centraal te staan, wat maakt dat hij ook zelf vertraagt en rustiger wordt.

Via het water kan ook ik me voelbaar maken. Door zelf te bewegen, beweegt ook het water om Benjamin. En met mijn intentie maak ik via het water voelbaar wat ik hem wil zeggen. Bij het STH Water noemen we dit ook wel de 'waterjas'. We delen dezelfde omhulling, het water brengt de boodschap over. Op die manier kan hij al meer samen zijn en zich ook drijvend laten dragen. Samen bewegen, zich toevertrouwen aan een ander. Rust ervaren in het samen zijn. Stap voor stap naar minder gedragen worden, naar meer de eigen benen gebruiken, eerst om te staan aan de badrand, later meer figuurlijk door ook zijn eigen weg te kiezen in het water en op afstand met spel in contact te zijn. Samen spelen, waarin we beiden autonoom kunnen zijn en toch zo samen door het water dat we delen. Benjamin kan zo stapsgewijs zichzelf steeds meer ontdekken, proberen en ervaren, in contact met zichzelf en samen met de ander in de omhulling van het water. Water biedt hierin de mogelijkheid om van vroege koestering en toevertrouwen naar autonomie en wederkerigheid te komen.

Na het water is Benjamin verzacht en meestal de rest van de dag goed te begeleiden; aangeraakt

en gevuld door het haptonomisch samenzijn in het water.

Als collega's in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking hebben we op het STH Water, scholingscentrum voor toegepaste haptonomie in water, tijdens een netwerkdag onze collega haptotherapeuten via de casus van Benjamin ons fantastische werk laten meebeleven. Vanuit beelden en het verhaal van Benjamin en zijn therapeut hebben we zelf een aantal thema's uit deze casus in het water uitgewerkt en ervaren.

Het water is als een spiegel waarin we onze innerlijke beweging kunnen ervaren. Vanuit onze 'waterjas', de gevoelde omhulling van het water, zijn we in staat om te openen en te sluiten. Het water voegt, draagt, spiegelt, steunt, verzacht, omhult, geeft bewegingsruimte, binnen de randen van het bad. Hierin zit een herkenning van het jonge kind in de baarmoeder. Door in en met elkaar voelend in het water te zijn kun je voelbaar maken wat in beginsel aanwezig is en nog verder mag groeien.

Vanuit de veiligheid van het gedragen worden door het water en elkaar, je kunnen toevertrouwen, je bevestigd weten en de wereld mogen ontdekken in je eigen tempo, letterlijk op eigen benen kunnen staan. Dit geldt voor iedere mens, met of zonder beperking. Dit is wat Benjamin ons weer voor het voetlicht heeft gebracht!

**Els de Weerd**, GZ-haptotherapeut 's Heerenloo  
**Lucy Schoorlemmer**, fysiotherapeut op haptonomische basis, werkzaam geweest bij Triade

**Sasja Geurtse**, GZ-haptotherapeut De Twentse Zorgcentra, eigen praktijk, consulent CCE en betrokken haptotherapeut bij Benjamin.

[www.sthwater.nl](http://www.sthwater.nl)

[www.vgn.nl](http://www.vgn.nl)

[www.cce.nl](http://www.cce.nl)