

# HOE KOMT DE UITWISSELING TOT STAND?

## WINFRIED MALL

( Uit het Duits vertaald door Fred Hilgersom)

Winfried Mall is een Duitse orthopedagoog. Hij is de grondlegger van het concept Basale Communicatie. Hij is onder andere gespecialiseerd in mensen met een ernstig meevoudige beperking. Hij voert sedert lang een eigen praktijk.

Op zijn website [www.basale-kommunikation.de](http://www.basale-kommunikation.de) treft men een keur van artikels.

### EEN EERSTE ONTMOETING

Rolf, 12 jaar oud, ligt op een mat in de woonkamer van zijn leefgroep. De meeste kinderen zijn naar school. De medewerkster is de was aan het sorteren en moet daarna, voordat haar collega terug komt van pauze, het middageten voorbereiden. Rolf heeft als gevolg van ernstig zuurstofgebrek bij de geboorte een ernstige spasticiteit aan de armen en benen. Kussens en wiggen moeten hem in een reflexremmende houding houden. Hij heeft, zoals meestal, een hand in de mond die onder het speeksel zit. De andere hand grijpt ogenschijnlijk doelloos in de lucht. Hij draait zijn hoofd met overstrekte nek telkens heen en weer, zijn ogen zweven door de ruimte. Hij lijkt zich nergens op te fixeren. Af en toe verschijnt er een glimlach op zijn gezicht, vooral wanneer tijdens zijn bewegingen de gekleurde slierten raakt die vanaf het plafond boven zijn matras hangen. Hij maakt eenvoudige, langgerekte geluiden van verschillende toonhoogte.

U betreedt de kamer om Rolf te bezoeken. U kent elkaar nog niet. Hij reageert niet zichtbaar op uw binnenkomst. Ook als u hem van afstand toespreekt, zijn naam roept, ziet u geen verandering in zijn gedrag. U weet niet of hij u opmerkt. U gaat naast hem zitten op de mat, legt voorzichtig uw hand op zijn heup. Hij stopt even met bewegen en geluiden maken, dan hervat hij deze weer.

U spreekt hem weer toe, met rustige, ietwat melodieuze stem. Met de hand voelt u het ritme van zijn bewegingen en u ondersteunt hem hierin door met uw hand actief mee te doen. Op het ritme van zijn bewegingen spreekt u Rolf's naam uit of bootst u zijn klanken na. Tussendoor spreekt u hem zachtjes toe, stelt u zich voor en vertelt u hem dat u op visite bij hem komt en dat u hem wil leren kennen. U neemt uw hand van hem weg. Rolf wordt even stil, herneemt dan weer zijn bewegingen.

Nu buigt u zich over Rolf en kijkt hem in de ogen. Uw ogen proberen Rolf's blik te "vangen". U zegt daarbij iets als: "Hallo Rolf, goeie dag". U herhaalt dit een aantal keren. Heel kort fixeert Rolf's blik zich op uw ogen, dwalen dan weer weg. Wanneer u met de hand probeert zijn hoofdbewegingen wat in te perken en zijn hoofd voorzichtig naar u toe te richten, worden zijn bewegingen sterker en duwt hij uw hand met zijn hoofd weg. U neemt uw hand weer terug.

Na een kleine pauze van ongeveer 20 seconden legt u uw hand weer op zijn heup en volgt u zijn bewegingen terwijl u geluidjes maakt. Dan, Rolf ligt op zijn zij, strijkt u met uw hand over de rug van Rolf. Met duidelijke druk van de nek tot aan de stuit. Dit herhaalt u een aantal keren. U probeert hierin het ritme van zijn bewegingen te volgen. Rolf reageert niet zichtbaar, lijkt het echter ook niet af te weren. Op die manier breidt u het afstrijken uit, over zijn armen, zijn benen, het gehele lichaam. Wanneer u zijn handen zachtjes masseert, voelt u hoe koud ze zijn. Tussendoor let u goed op of u reacties van Rolf kunt waarnemen. Hij stopt zijn bewegingen, hij wordt steeds rustiger. U heeft de indruk dat hij ervan geniet.

Nadat u zo'n twee tot drie minuten over zijn lichaam gestreken heeft, stopt u. Rolf blijft rustig. U spreekt hem opnieuw toe, probeert oogcontact met hem te krijgen. Zijn reactie is precies als eerst. Nu richt uw aandacht zich er op hoe Rolf ademhaalt. U observeert zijn buik en legt uw hand in zijn zij. Hij heeft een zeer oppervlakkig ritme dat amper waar te nemen is. Alleen wanneer hij zijn klanken uitstoot, doet hij dit met langgerekt uitademing. U probeert zelf zijn ritme op te vangen en samen met hem uit te ademen. U neemt zijn geluiden als aanknopingspunt of u zoemt zelf tijdens het uitademen van Rolf. Af en toe brengt u zijn lichaam met kleine, snelle golfjes in beweging, telkens wanneer hij uit ademt. Omdat zijn ademritme zo moeilijk is over te nemen, keert u tussendoor naar uw eigen ademritme terug. U zorgt er voor dat u zelf rustig en ontspannen blijft. Rolf wordt langzamerhand weer iets rustiger, zijn stereotiepe gedragingen blijven volledig achterwege. De hand is ook niet meer in de mond.

Om Rolf nog beter via zijn lichaam te kunnen aanspreken gaat u achter hem op de mat zitten met uw rug tegen de muur. Er liggen een paar kussens die u gebruikt om uw rug goed te ondersteunen. Dan pakt u Rolf onder de armen beet en laat uw handen daar even liggen. U kondigt aan wat u van plan bent, let op zijn ademhaling en op het moment dat hij uitademt trekt u hem naar u toe zodat hij met zijn bovenlichaam tegen u aan leunt. Als gevolg van de sterke actie neemt de spanning bij Rolf toe. Zijn spasticiteit neemt toe, hij schudt zijn hoofd snel heen en weer, geluiden persen uit zijn mond. U uit begrip voor zijn schrikken en spreekt hem geruststellend toe. Zijn benen draaien sterk naar binnen en overstrekken zich. Daarom legt u uw benen over de dijbenen van Rolf en draait u ze voorzichtig naar buiten. U legt uw armen op zijn schouders, zodat hij goed tegen u aan kan zitten. U wacht eerst rustig af hoe Rolf verder zal reageren. U probeert zorgvuldig na te gaan of hij via spierspanning, lichaamsbeweging of stem iets van afweer of zelfs angst laat merken.

Na de eerste schrik wordt hij toch weer rustiger, de spierspanning neemt af. Nu kunt het ademhalingsritme van Rolf weer waarnemen. Via uw eigen adembeweging die hij via uw buik duidelijk kan voelen, spiegelt u zijn ritme aan hem terug. Uw accent ligt hierbij op de uitademing, die u zo synchroon mogelijk wilt volgen. Het inademen laat u vrij bij hem en bij u zelf komen. Het is belangrijk om speels met dit gemeenschappelijk ritme om te gaan. U moet niets forceren en zelf zo rustig en ontspannen mogelijk blijven. Aanvankelijk is zijn ritme haperend, met lange tussenpozen, of fasen waarin hij slechts oppervlakkig adem haalt of met langgerekte uitademingen, vaak gepaard gaand met zijn karakteristieke geluiden.

U benadrukt uw gezamenlijk uitademen door dit te begeleiden met zacht brommen of door zijn armen of bovenlichaam langs zij af te strijken. U stuurt kleine trilbewegingen door Rolf's lichaam door op het moment van uitademen lichtjes en snel te schudden met uw schouders of bekken. Telkens een paar maal achter elkaar, dan weer niet. Rolf's ademhalingsritme wordt langzamerhand rustiger, vloeiender, harmonischer. Zijn spierspanning wordt merkbaar minder, de rug vleit zich duidelijker tegen u aan. U voelt minder spasticiteit in zijn armen en benen. Uiteindelijk sluit hij zelfs de handen en de tenen zijn niet langer overstrekt naar boven getrokken. U zorgt ervoor niet teveel activiteit te tonen, telkens ook helemaal niets te doen, alleen elkaars gemeenschappelijk ritme te laten ervaren.

Nadat u beiden zo een paar minuten zonder actief te wezen gezeten hebben, voelt u hoe er weer wat meer spanning in Rolf's lichaam komt. Hij begint zijn hoofd naar achteren te draaien, misschien om u in het gezicht te kunnen kijken. Ook maakt hij weer meer geluiden. U spreekt tegen Rolf, vertelt hem wat u ziet en hoe u dit interpreteert, begrijpt. Uw handen strijken weer over zijn lichaam. U speelt met zijn handen, die veel warmer zijn dan eerst. Uiteindelijk draait u hem zijwaarts, zodat hij schrijlings tussen uw benen zit en u hem met de linkerhand vasthoudt. Hij kijkt u meerdere keren voor korte tijd met open blik aan. Zijn mimiek is ontspannen, haast vrolijk. Zijn ademhaling is levendiger dan eerst. U spreekt weer wat meer tegen hem, raakt hem op verschillende manieren aan, speelt met zijn vingers. Dan pakt u zijn hand en brengt deze naar de stroken die vanaf het plafond boven het matras hangen en laat deze ritselen. Hij volgt langzaam met zijn ogen zijn hand.

Er zijn ongeveer 30 minuten verlopen sinds u bent binnen gekomen. Nog even en dan zullen de andere kinderen uit school komen. U bent recht tevreden over de wijze waarop u met Rolf in contact bent gekomen en het lijkt er op dat dit gevoel wederzijds is. Mede doordat het zitten tegen de muur zwaar begint te worden, besluit u om de ontmoeting te beëindigen. U deelt dit aan Rolf mee en laat hem dit ook voelen door hem minder vast te houden en zich iets van hem terug te trekken. Tot slot ligt hij weer op de mat zoals in het begin. U spreekt hem nog even toe, blaast zachtjes tegen hem, raakt hem nog even aan. Hij is nog steeds relatief rustig. Dan wendt hij zijn hoofd af en begint weer met zijn karakteristieke bewegingen en geluiden. U zult morgen zeker weer terug komen, en ook de volgende dagen, weken, maanden en jaren. U bent benieuwd hoe deze relatie zich verder zal ontwikkelen.

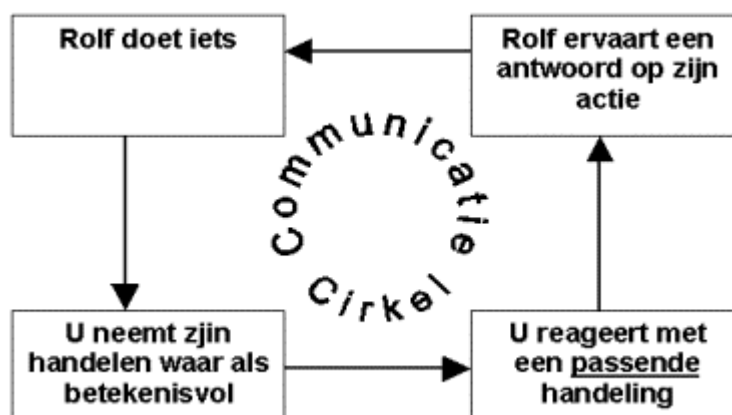
## **WAT IS ER GEBEURD?**

Rolf behoort zeker tot de mensen van wie door menigeen gezegd wordt "dat ze niet in staat zijn tot communicatie", niet de mogelijkheden hebben zich te uiten. Daarmee loopt hij voortdurend het gevaar dat anderen er over beslissen hoe hij moet leven, wat hem lief is, wat hij moet eten, aan- of af moet leren. Omdat hij zijn leven lang amper gelegenheid gekregen heeft om te ervaren hoe hij invloed op zijn omgeving uit kan oefenen, dat de omgeving op zijn uitingen in gaat, beleeft hij het waarschijnlijk als zinloos zich te uiten of zijn behoeften kenbaar te maken.

Zo zitten hij en de mensen om hem heen gevangen in een duivelse spiraal van communicatieleegte en afwijzingen. Hierbij is het in het geheel niet belangrijk of Rolf

zich uit of niet. “Men kan niet – niet communiceren”, zegt Watzlawick (1985), en dat geldt voor Rolf zoals voor alle mensen. Ieder levensteken van hem, iedere beweging, ieder geluid, zijn ogen, spierspanning, pols, de huidtemperatuur, zijn ademritme geven weer hoe hij zich voelt, zijn manier van er-zijn. Maar zolang er geen antwoord komt blijft Rolf geïsoleerd.

Communicatie wordt mogelijk wanneer men zijn uitingen als zodanig waarneemt, opmerkt, erop reageert en antwoord geeft. Door Rolf's levensuitingen serieus te nemen, ze te zien als uitingen van hoe hij zichzelf waarneemt en er op te reageren, te antwoorden op een voor hem passende wijze, ontstaat er een proces van wederzijdse uitwisseling. In dit proces ontstaat er een wederzijdse relatie en hierdoor kan zijn ontwikkeling gestimuleerd worden. Niet uw antwoord, niet uw handelen is niet de eerste stap hierin, maar uw ogenschijnlijk passieve waarnemen, het serieus nemen van zijn mogelijkheden zich te uiten!



Men kan hier tegen inbrengen: “Hoezo weet ik dan, of Rolf werkelijk met mij wil communiceren?”. Het antwoord hierop is: “Hoe zult u weten of hij dit wel of niet wil zolang u het niet heeft geprobeerd?”. U zult het nooit weten wanneer u niet op Rolf afgaat, hem uw contact aanbiedt en nauwkeurig observeert hoe en wat hij u antwoordt. Natuurlijk kan dat ook afwijzing zijn, hetgeen u moet respecteren. Maar het kan ook zijn dat uw aanbod van harte welkom is. U bent dan in ieder geval niet langer aangewezen op vermoedens, maar kunt afgaan op informatie “uit de eerste hand”. Eventueel kunt u aanvullend de medewerkster naar haar mening vragen. Zij heeft u tenslotte bezig gezien en kent Rolf al langer. Of u informeert zijn moeder over uw ervaringen en vraagt naar haar opvatting.

Gaan we nog eens na hoe direct na de geboorte communicatie op gang komt. Welke moeder zal het oer-huilen van de pasgeborene afdoen als een reflexmatige training van de longen en zich vervolgens tot iemand anders wenden? Voor haar is het huilen een mededeling die haar direct treft: “het gaat niet goed met mijn kind, het heeft mij nodig”. Zij houdt de baby tegen zich aan, aait het, spreekt het toe, biedt het de borst. En, pas op de wereld, ervaart het kind: “Daar is iemand die mij serieus neemt, die mij antwoord geeft, mijn nood begrijpt en mij troost”. Wat is Fundamenteel Vertrouwen anders dan het basale weten niet alleen te zijn, te weten dat ik antwoord krijg?

## ZONDER COMMUNICATIE GEEN ONTWIKKELING

Maar wat kan de nieuwgeboren mens doen wanneer de moeder de signalen niet op pikt en ook niet iemand anders? Wanneer zijn krachten wijken, zal hij verstommen. Hij heeft ervaren dat zijn signalen in een niemandsland terechtkomen.

Volgens Piaget wordt de dynamiek van de ontwikkeling gestuurd door een wankel evenwicht tussen assimilatie en accommodatie. Tussen de tendens de omgeving aan te passen aan eigen noden en de eigen aanpassing aan de omgeving zoals die aan mij verschijnt. Een evenwicht dat telkens opnieuw bewerkstelligt moet worden. Met andere woorden, hier wordt het dialogische karakter van onze omgang met de omgeving benadrukt. Vooral in de sensomotorische fase van de ontwikkeling (bij niet gehandicapte kinderen ongeveer de eerste 18 maanden) is duidelijk hoe ontwikkeling gestuurd wordt door de continue wisselwerking tussen individu en omgeving, middels zintuiglijke waarneming en beweging. Tegelijkertijd wordt duidelijk dat, wanneer de toegang tot de wereld geblokkeerd wordt door ernstige beperkingen of grote angst, de ontwikkeling stagneert.

Een mens kan pas de wereld tegemoet treden wanneer hij de ambivalentie tussen angst en nieuwsgierigheid kan overwinnen ( Tinbergen 1984). Dit kan wanneer hij een zeker vertrouwen heeft dat de wereld hem niet zal overweldigen of dat hij in geval van nood op hulp rekenen. Het fundament voor een dergelijk vertrouwen wordt gelegd in de eerste positieve relaties met de ander(en). De levensgeschiedenis van mensen met ernstige lichamelijke en geestelijke belemmeringen laat zien hoe uitgerend zij deze grondervaringen moeten ontberen (vgl. Fröhlich 1993).

Kruist dus iemand als Rolf uw pad en u wilt hem behulpzaam zijn, dan ontkomt u er niet aan met hem aan een gemeenschappelijke basis van verstandhouding en communicatie te werken. U bent degene die de eerste stap moet zetten om Rolf uit zijn isolement te halen en hem een gevoel te geven dat het goed is om zich in te laten met zijn omgeving. Daarvoor is het nodig dat Rolf's manier van uiten serieus genomen wordt en dat hem op een voor hem begrijpelijke wijze antwoord gegeven wordt. Wanneer dat lukt zal Rolf u tonen hoe het verder zal gaan. Samen zullen jullie de weg uitstippelen waarlangs Rolf zichzelf kan ontwikkelen. De resultaten die bereikt worden zullen van Rolf zelf zijn, waarop hij kan voortbouwen. Omdat u zijn wensen respecteert!

## LITERATUUR

FRÖHLICH, A. D.: *Die Mütter schwerstbehinderter Kinder*. Heidelberg (HVA/Edition Schindele) 21993

MALL, W.: *Basale Kommunikation - ein Weg zum andern. Zugang finden zu schwer geistig behinder-ten Menschen*. In: BUNDESVEREINIGUNG LEBENSHILFE (Hg.): *Hilfen für geistig Behinderte - Handreichungen für die Praxis II*, Marburg (Lebenshilfe-Verlag) 1987

MALL, W.: *Heilpädagogische Partnerschaft mit schwerstbehinderten Menschen*. In: *Annehmen und Verstehen - Förderung von Menschen mit sehr schweren Behinderungen*. Hürth (Lebenshilfe NRW) 1992

MALL, W.: *Kommunikation - Basis der Förderung*. In: FREI, E. X., MERZ, H.-P.(Hg.): *Menschen mit schwerer geistiger Behinderung - Alltagswirklichkeit und Zukunft*. Luzern (Schweizer Zentral-stelle für Heilpädagogik) <sup>2</sup>1993

MALL, W.: *Kommunikation mit schwer geistig behinderten Menschen*. Heidelberg (Universitätsverlag C. Winter) <sup>3</sup>1995

MALL, W.: *Sensomotorische Lebensweisen – Wie erleben Menschen mit geistiger Behinderung sich und ihre Umwelt?* Heidelberg (Universitätsverlag C. Winter) 1997

PIAGET, J.: *Das Erwachen der Intelligenz beim Kinde*. Stuttgart (Klett) 1969

TINBERGEN, N. u. E. A.: „*Autistic*“ *Children - new hope for a cure*. London 1983; deutsch: *Autismus bei Kindern - Fortschritte im Verständnis und neue Heilbehandlungen lassen hoffen*. Berlin/ Hamburg (Parey) 1984.

WATZLAWICK, P., BEAVIN, J., JACKSON, D.: *Menschliche Kommunikation – Formen, Störungen, Paradoxien*.

Bern, Stuttgart, Wien 7 1985