

Dementie

Wat BE-TEKENEN dementerende ouderen?

EMMY JANSSEN

Tekenen en schilderen met dementerende ouderen, van hart tot hart en vanuit een holistische visie

In aanvulling op de boeiende en inzicht gevende lezing van Hans Stolp over dementie, wil ik graag meer bekendheid geven aan het belang van creatief bezig zijn met dementerende ouderen, bijvoorbeeld via tekenen/schilderen.



Inleiding

Onze ziel bestaat uit de verstandsziel, de bewustzijnsziel en de gewaarwordingsziel. De eerste twee werken bij dementie niet (goed). Dat betekent dat de gewaarwordingsziel vrijkomt. Daardoor kunnen er belangrijke ontwikkelingen plaatsvinden bij dementeren. Mijn ingang om dementerenden te begeleiden is door de gewaarwordingsziel aan te spreken, deze te activeren en te stimuleren via het tekenen/schilderen. Daarbij werk ik vanuit een holistische visie. Dat betekent dat denken, voelen, willen en het lichaam aan bod komen. En ik geloof in het zelfhelend vermogen van ieder mens. Bij dementerende mensen is dit moeilijker te begrijpen.

Hierna schrijf ik over het IK, hiermee bedoel ik de Geest, het bewustzijn.

Als we kijken naar wat er gebeurt bij dementie, afhankelijk van de fase, waarin de ziekte verkeert, is (helder) DENKEN niet meer (goed) mogelijk, het verdwaalt en zinkt weg: eerst is er de fase van de geheugenproblemen (het Ik wordt

bedreigd), die fase gaat over in de volgende fase van leven in het verleden, waarin het heden niet meer past (het Ik verdwaalt). De laatste fase is (het verzonken Ik), dat de zieke alleen nog reageert op aanraking (doen!), op bed ligt en niet meer praat. Wat het VOELLEN betreft: de herinneringen die men zeker wel heeft, kunnen niet verwerkt worden, omdat er geen Ik meer is om dat te doen en de herinneringen

verdwijnen ook weer snel. Dat geldt niet voor de bijbehorende emoties bij de herinneringen (bijv. boosheid, angst, teleurstelling, verdriet en blijheid) die daardoor zomaar kunnen opspelen, zonder dat men ze kan sturen, omdat de WIL, het IK, zich teruggetrokken heeft. Het fysieke LICHAAM wordt niet echt heel bewust meer ervaren.

De fysieke oorzaak van dementie is, dat de hersenen zijn aangetast en niet meer goed functioneren. Omdat de mens een geestelijk wezen is in een fysiek lichaam, trekt de geest, het Ik zich (gedeeltelijk) terug. De dementerende mens leeft in zijn eigen wereld, waarin hij/zij een eigen ontwikkeling doormaakt. Het is heel waardevol te beseffen, dat voor mensen met dementie deze levensfase een belangrijke fase in hun leven is, ook al denkt men daar (begrijpelijk) meestal anders over. Voor familie en verzorgenden kan dit een nieuwe kijk op dementie geven. Het feit dat dementerenden tevens een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van de mensheid in deze tijd, dat zij een offer



brengen, zal menigeneen nieuw in de oren klinken. Sta er eens bij stil. En laten we vooral kiezen voor denken vanuit ons hart in plaats van denken met ons hoofd. Dat is ook wat dementie ons te zeggen heeft: mentaal, materialistisch, dominant denken mag plaatsmaken voor een denken vanuit het gevoel, ons hart, onze intuïtie laten spreken, zonder alles precies te 'weten'. Vertrouw op de innerlijke stem, dat is wat de toekomst, de nieuwe tijd, van ons vraagt!

Praktijkervaring

Als ik 's middags de woonkamer van de sfeervol ingerichte zorgvilla voor dementerende ouderen binnenkom, zitten de meeste bewoners aan de grote eettafel met een kopje koffie/thee. Ze reageren direct als ze me zien met twee tassen vol materiaal en een schildersezel onder mijn arm. Ik begroet de bewoners eerst persoonlijk, één voor één, terwijl mijn hand even op hun schouder rust, en ik reageer op wat ze me vertellen. De bewoners kijken belangstellend toe als ik de materialen op tafel uitstal.

Afhankelijk van de bewoner zelf en hoe het die dag met de bewoner gaat, nodig ik de mensen uit om aan de slag te gaan met tekenen/kleuren/schilderen. Er zijn allerlei verschillende mogelijkheden, als ook een ruime keus uit diverse materialen en technieken. Ik bemoedig, stimuleer, leg uit, help een handje en doe mee. Een bewoner, die vroeger veel schilderde, neemt na jaren weer een penseel ter hand. Een 'kritische' mevrouw doet toch mee en weet dan van geen ophouden. Voor degene die niet mee kan/wil doen gaan we 'samen' iets passends maken; dat wordt op prijs gesteld. In ieder geval leven deze bewoners mee met wat er aan tafel gebeurt. Zo is iedereen op zijn eigen manier bezig. Ook het verzorgend personeel vindt het leuk om mee te doen. Het is zo mooi en ontroerend om te zien wat er gemaakt wordt!

Het is ook heel boeiend om de tekentaal te lezen, wat *be-tekenen* de tekeningen/schilderingen? De dementerende vertelt zonder woorden zijn eigen verhaal met

emoties/gevoelens. Daar kijken we samen met de bewoners met humor en inlevingsvermogen naar, dat levert waardevolle ervaringen op. Door het tekenen/schilderen komen ze weer meer in contact met zichzelf. Er komen herinneringen boven, verhalen worden verteld, onverwachte volzinnen uitgesproken, niet- alledaagse gesprekken komen tot stand, er worden liedjes gezongen en grapjes gemaakt. En dat allemaal terwijl ze met kleurpotloden, krijt, verf e.d. bezig zijn en er onder hun handen iets verrassends ontstaat! De sfeer is ontspannen en gezellig. Het is prachtig te zien, dat mensen 'geraakt'

worden door intuïtief bezig te zijn en door de aandacht die er, ook voor elkaar, is. Bij dementerenden komt de gewaarwordingsziel vrij, de creativiteit mag aan bod komen. Dit is de rijkdom die zichtbaar en voelbaar wordt tijdens de tekenmiddagen; de resultaten maken dat prachtig zichtbaar.

Emmy Janssen werkt in haar eigen Tekenpraktijk De Morgenster, maar ook op locatie. Voor meer informatie zie: www.tekenpraktijkdemorgenster.nl; e-mailadres: emmyjanssen@upcmail.nl; tel. 06-40805900 of 0573-257824

