

‘Ik vergeet dat ik ziek ben’

Kunstzinnige therapie in het hospice

In Academisch Hospice Demeter in De Bilt wordt sinds januari 2013 samengewerkt met kunstzinnig therapeut Hendra Versteegde.

Kunstzinnige therapie brengt wat innerlijk leeft naar buiten, zonder dat er veel gezegd hoeft te worden. Dit artikel laat aan de hand van voorbeelden zien hoe hospicebewoners al schilderend, tekenend of boetserend een groei- en verwerkingsproces doorlopen.

Door drs. Hendra Versteegde, drs. Cathelijne Verboeket-Crul en prof. dr. Saskia Teunissen

De kunstzinnige therapie is geïntegreerd in de dagelijkse zorg en maakt deel uit van de complementaire zorg. Belangrijkste doel hiervan is het vergroten van het welbevinden en daarmee de kwaliteit van leven van mensen in de laatste levensfase.¹

*De ervaringen komen uit de praktijk, maar de namen zijn vanwege de privacy van de betrokkenen gefingeerd.

Zelf maken

Als alles om je heen zich sluit en je voor je algemene dagelijkse levensverrichtingen aangewezen bent op verzorgenden, kan het een verademing zijn om zelf iets met je handen te maken. Het blijkt dat mensen die sinds hun kindertijd geen penseel meer hebben aangeraakt, plezier beleven of geraakt worden door wat er uit hun handen komt. De ziekte verdwijnt voor even naar de achtergrond en de verbeeldingskracht neemt de plaats in van malende gedachten in het hoofd. Het gaat er niet om dat een patiënt ‘iets moois’ maakt, al kunnen er verrassend mooie dingen ontstaan. Het gaat er vooral om dat er ruimte ontstaat voor wat innerlijk leeft bij de patiënt die gaat sterven. Dat blijkt uit de volgende verhalen en werken van patiënten die door Hendra Versteegde werden ondersteund.*



Marit

Marit heeft een vol weekend gehad met bezoek en was daardoor vermoeid. Toch zei ze: “Ik verheug me op de doos met kleurpotloden.” Ze ging vlot van start en koos weloverwogen de kleuren uit. Ze kleurde in stilte aan de mandala. Af en toe nam ze afstand om deze te bekijken. Ze vertelde dat ze een imponerende droom had gehad en dat die terugkwam tijdens

het kleuren. Marit wilde de mandala met de kleurpotloden op haar kamer houden om ernaar te kijken en om zelf verder te kunnen kleuren.

Belinda

Buiten op het terras in de zon heeft Belinda in twee uur zeven menukaarten geschilderd. Ze was enthousiast over de resultaten, met name omdat zij voor al haar naasten een eigen beeld heeft kunnen schilderen, passend bij de betreffende persoon. “Ik vergeet zo helemaal dat ik ziek ben”, merkte ze op. De kaarten werden in de vensterbank uitgestald en Belinda was blij met de gedachte dat zij op haar verjaardag elke dierbare een persoonlijke, tastbare herinnering kan meegeven.



Karel

Toen ik Karel polste, zei hij schalks: “Ik weet niet of het kan, maar ik zou zo graag boetseren.” Hij heeft gekleed in de huiskamer. Het boetseren had een speels en onderzoekend karakter. Hij wilde ‘iets boeiends’ maken en boetserde een soort open rupsband met een bol ertussen en een bolletje erop. Hij ervoer dit beeld als iets unieks dat alleen hij had kunnen maken. Karel noemde het ‘een doorkijkje’ en het beeld kreeg een prominente plek naast zijn bed. Hij was verrast over het resultaat en de steeds veranderende uitstraling van het beeld als je het draait.



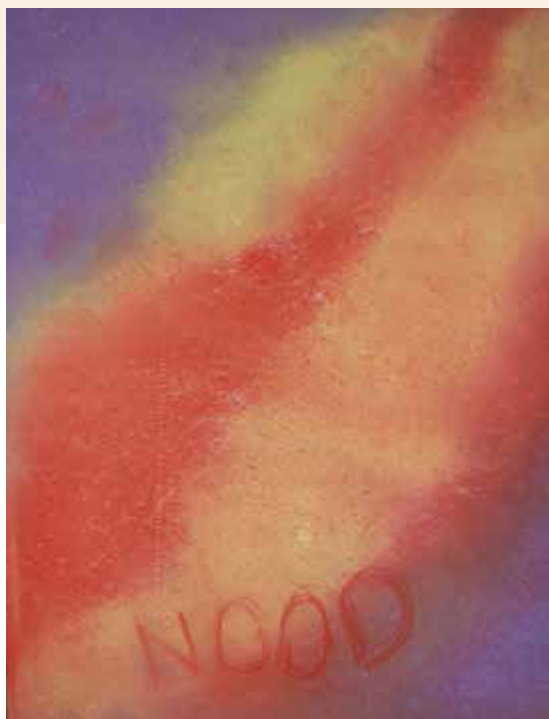
Vera

Vera wilde het schilderen benutten om dingen uit het verleden tot rust te brengen. Nachtmeries verstoorde de nachtrust van Vera. Ze schilderde een gele zon met een groenblauwe krans eromheen. De zon beleefde zij als zichzelf en de krans stond voor al haar kinderen en kleinkinderen. Na deze warme schildering heeft Vera een tweede schildering gemaakt over de donkere kant, die naast het lichte staat. Zij koos voor indigo en schilderde daarmee de straat en de huizen waar zij als kind tijdens en na de oorlog woonde. Vera gaf aan dat zij met deze schildering haar kindertijd wilde afsluiten. Door te schilderen zijn haar nachtmerries verdwenen.



Karima

Karima was erg moe, maar wilde toch graag vrij werken met drie pasteltinten, die zij vooraf uitzocht. Het kostte haar duidelijk moeite, maar toch maakte zij in één flow een complete pasteltekening. Kleuren werden verbonden aangebracht en het krijt werd met de handen uitgeweven. Karima was erg tevreden met het resultaat en gaf er de titel Nood aan. Nood was de weerspiege-



ling van hoe het met haar op dit moment was. Zij was erg tevreden met het resultaat en vond het fijn om vanuit het bed naar het werk te kunnen kijken; haar plotse ziekte had haar enorm overvallen.

Victor

Victor was heel open over zijn situatie en vertelde over de angsten die hem soms overvielen. Hij had altijd reserves gehad tegenover complementaire zorg, maar wilde hier in het hospice alle hulp aangrijpen.

Victor wilde niet zelf werken: "Als er iets is wat ik niet kan, dan is dat tekenen." Hij vroeg of ik voor hem wilde schilderen, maar gaandeweg schilderde hij grotendeels zelf. Bij een door mij aangebrachte transparante lucht schilderde hij een intens blauwe zee, een geel bootje met een zeil



en ten slotte met roodbruin een schipper. Na afloop was Victor moe maar voldaan. Het geschilderde beeld riep een associatie in hem op van een schipper die op reis gaat en daarna ook weer terugkeert naar de haven. Er kwam een groot verdriet op vanwege het verschil met zijn eigen situatie. Toen bracht hij naar voren dat er ook schippers zijn die niet terugkeren en hij refereerde aan stammen en andere culturen, waar oude mensen boven op de berg worden achtergelaten. "Er zijn ook schippers die niet terugkeren en toch op reis gaan", zei hij tot besluit.

Wilt u reageren op dit artikel?

Stuur uw reactie naar

mieke.vandalen@bsl.nl.



Hans

Hans had uitgekeken naar mijn komst en was bang dat hij mij had gemist. We hebben buiten geschilderd. Hij had eigen schildermaterialen bij zich. Met een penseel maakte hij het papier nat. Daarna heeft hij geschilderd met indigo van licht naar donker en omgekeerd. Hij werkte heel transparant. Er kwamen allerlei herinneringen bij hem boven. Vervolgens werkte hij verder met een spons. Hij maakte een impressionistisch klaprozeveld. Daarna heeft hij het werk gesigneerd en gedateerd; dat was belangrijk voor hem omdat het zichtbaar maakte dat hij dit werk in zijn hospicetijd heeft gemaakt.

Kunstzinnige therapie opent deuren van mensen die emotioneel op slot zitten

Positief effect

Het team van professionals en vrijwilligers ziet vaak snel dat het kunstzinnig werken een positief effect heeft op de stemming van een patiënt en de sfeer in de kamer. In de activiteiten komt vooral het gezonde deel van de patiënt naar voren. Kunstzinnige therapie blijkt deuren te kunnen openen van mensen die emotioneel op slot zitten, waardoor zij makkelijker benaderbaar worden voor de naasten, de geestelijk verzorger, de artsen en de verpleegkundigen. Een volwassen dochter die moeilijk contact kreeg met haar moeder, zei hierover het volgende: “Tussen de regels door hoor ik tijdens het schilderen mijn moeder van alles zeggen dat betekenis voor mij heeft.” De geestelijk verzorger was via een kindertekening in contact gekomen met een patiënte, wat daarvoor niet mogelijk was geweest.

In de afgelopen jaren is de gunstige werking van kunstzinnige sessies gebleken uit de hiervoor beschreven ervaringen: fijngevoelig en emotioneel, maar ook concreet en toetsbaar. Daarom heeft

Demeter ervoor gekozen om patiënten die daarvoor voelen, twee kunstzinnige sessies aan te bieden, zodat zij kunnen ontdekken wat de therapie voor hen kan betekenen. Daarna kan de therapie worden voortgezet, waarbij de patiënt de kosten voor eigen rekening neemt. Kunstzinnige therapie wordt voor een groot deel vergoed uit de aanvullende zorgverzekering.

Conclusie

Samenvattend is de meerwaarde van kunstzinnige therapie gelegen in het beeldend-therapeutische proces dat de patiënt doorloopt. In het scheppingsproces wordt autonomie ervaren en de eigenheid kan worden uitgedrukt in tastbare en sprekende producten. Het woordeloze contact met de materialen, met zichzelf en met degenen die het werk na afloop aanschouwen, dragen bij aan het ervaren van kwaliteit van leven in de laatste levensfase. Van de kunstzinnig therapeut vraagt dit hele proces een kunstzinnig afstemmingsvermogen en terughoudendheid; de beleving van de patiënt in dit moment staat centraal. Levenskunst door stervenden is de investering waard, de uitingen daarvan mogen gezien worden in de kamers van de mensen die er leven (in het zicht van de dood). ●

Drs. H.D.M.R. (Hendra) Versteegde is als kunstzinnig therapeut verbonden aan academisch hospice Demeter en heeft daarnaast een kunstzinnige praktijk voor levenszin en stervensbegeleiding: www.kunstzinnige.nl. Zij begeleidt mensen in een kwetsbare levenssituatie en laat hen al tekenend, schilderend of boetsierend hun eigenheid ervaren en hun uniekheid beleven waardoor het leven en het stervensproces gemakkelijker voor hen wordt.

Drs. C. (Cathelijne) Verboeket-Crul is werkzaam als verpleegkundige en coördinator Complementaire Zorg in academisch hospice Demeter. Daarnaast is zij socioloog en werkzaam als fytotherapeut in haar praktijk in Bussum.
Prof. dr. S.C.C.M (Saskia) Teunissen is hoogleraar hospiczorg UMC Utrecht en algemeen directeur/bestuurder academisch hospice Demeter.

1 Verboeket-Crul C, Teunissen S.C.C.M, Valkenburg A.C.H. Complementaire zorg met aromatherapie in academisch hospice Demeter. *Nederlands Tijdschrift voor Fytotherapie* 2015; 28(1): 9-12.