



DE WERELD VAN NOOR

Noor is een meisje dat erg in haar eigen wereldje leeft. Ze kijkt strak voor zich uit en is voortdurend gespannen en gefocust op haar eigen korte, snelle ademhaling.

Als begeleider ga ik op zoek naar hoe ik best contact maak met Noor, écht contact. Door voor haar te staan en haar de tijd te geven om mij te 'zien', kijkt ze mij na enige tijd even in de ogen, heel vluchtig. Dit is al heel wat, maar ze blijft haar ademhalingsritme behouden en ik zie dat ze op deze manier nog niet echt contact met me maakt.

Ik zet Noor neer op de mat, op mijn schoot en omarm haar. Ik neem haar ademhalingsritme over en wieg zachtjes heen en weer. Ik vertraag langzaam mijn ademhaling en voel dat Noor dit overneemt en ook rustiger begint te ademen. Ze laat zich tegelijkertijd zachtjes meewiegen. De spanning in haar lichaam vermindert en ze krijgt meer ruimte om écht oogcontact te maken. Nú hebben we contact!



“WIE ZICH GOED VOELT, WIE RUSTIG IS, GEEFT DEZE GEBORGENHEID DOOR AAN DE GAST.”

De kwaliteit van de basale stimulatie die geboden wordt ligt bij onszelf. Wie zich goed voelt, wie rustig is, geeft deze geborgenheid door aan de gast. Ons eigen lichaam is het werkinstrument van de basale stimulatie, dus het is heel belangrijk dat wij ons bewust zijn van ons lichaam.



1.2 VAN EEN BASALE GRONDHOUDING NAAR DE BASALE ONTMOETING

Personen met EMB zijn afhankelijk van iedereen rondom zich, begeleiders en 'belangrijke anderen,' voor het opvangen van de signalen die ze geven om zo een antwoord te krijgen op hun wensen en noden. Het voortdurende zoeken naar

de gepaste afstemming, zorgt ervoor dat deze gasten een invloed kunnen uitoefenen op de omgeving. Om tot die afstemming te komen en onze gasten te begrijpen, is het belangrijk dat we tijd maken om stil te staan bij de gevoeligheden van onze gasten voor aanrakingen, bewegingen en trillingen. We moeten rekening houden met hun emotionele kwetsbaarheid, hun 'aankunnen' (Došen, 2015). Als begeleider stellen we ons emancipatorisch op – we hebben aandacht voor het tempo van de gast en geven eigen initiatief een kans.

**“IS MIJN GAST
OP ZIJN GEMAK
IN HET LEVEN?”**



Ervaringsoefening: hoe voelt het om afhankelijk te zijn?

Jij bent nu Kris en je sluit je ogen. Je hoort, voelt, smaakt en ruikt je omgeving. Je gaat zitten in de rolwagen en laat je rondrijden door een collega. Je ervaart nu wat Kris dagelijks beleeft.

Je partner geeft je te drinken uit een beker en wast je mond en gezicht. Je bent afhankelijk van anderen, voor alles. Hoe voelt dit voor jou? Hoe ervaar jij de ander?

**“IN ONTMOETING
LATEN WE HEN DE
RIJKDOM VAN HET
LEVEN BELEVEN.”**

De basale houding combineert zorg en ontmoeting. We proberen voortdurend aan te sluiten bij en in te spelen op de gevoels- en belevingswereld van onze gasten. We laten hen de rijkdom van het leven beleven in het contact tijdens de verzorging, bij activiteiten, tijdens de maaltijden ... Tegelijkertijd willen we de levenskwaliteit verhogen, door het ontmoetingsmoment telkens opnieuw te creëren.

“HOE KUNNEN WE FIJN SAMEN ZIJN?”

Basale ontmoeting

Om tot basale ontmoeting te komen is je eerste opgave als begeleider, naast het aanvoelen van je eigen spanning, het leren kennen en herkennen van de gast die je bij je hebt. Om onze gasten te kunnen bevestigen in hun ‘zijn’ is het vertrekpunt het ‘samen ervaren’ van het dagelijks leven (Fröhlich, 1995). Zichzelf gewaarworden, zichzelf ontdekken in communicatie met de omgeving staat centraal. Samen zoeken we een weg in de sensorische realiteit van alledag. We vragen ons daarbij telkens weer af of onze gasten alert zijn. ‘Zijn ze zich bewust van hun lichaam met ons als begeleider

erbij?’ We kijken aandachtig naar hun gedrag, hun lichaamstaal en passen onze ondersteuning aan via ons ritme, hoe we onze gasten aanspreken en aanraken, de bewegingen die we samen maken ... We nemen de tijd om aan te kondigen wat we gaan doen door hen niet te overvallen, maar van dichtbij aan te spreken of zacht aan te raken. We gaan bewust om met soms voor de hand liggende handelingen, zoals het verplaatsen van iemand in een rolwagen.

Samen vinden we kleine gewoontes, voornamelijk gebaseerd op lichaamstaal. Deze vaste herkenbare gebeurtenissen zorgen ervoor dat onze gasten zich veilig kunnen voelen. Als begeleider moet je voorspelbaar zijn, begrenst je en bied je structuur op hun niveau. Deze voorspelbaarheid en herkenbaarheid, samen met een vertrouwensvolle relatie tussen gast en begeleider, zorgt ervoor dat er een basisveiligheid kan ontstaan. Rituelen kunnen dit mee vorm geven en versterken. Steeds terugkerende routines laten sporen achter in de herinnering. Op die manier ontstaat er een gevoel van er te zijn.



Prikkelverwerking bij personen met EMB

Bij personen met EMB gaat er veel energie naar prikkelverwerking. Ze worden de hele dag overspoeld door verschillende prikkels. Dit noemen we ook de ‘sensorische vloed’, alles wat continu en wisselend op ons inwerkt: temperatuur, kledij, geluiden, licht ... Wij kunnen omgaan met deze vloed. De constante prikkels verdwijnen bij ons op de achtergrond en wij selecteren wat we eruit meenemen. We passen ons aan, bewust of onbewust, aan het teveel of tekort aan prikkels, vaak via kleine acties zoals wrijven aan je neus of je eens verzetten op je stoel.



Ervaringsoefening: ben jij je bewust van alle prikkels?

Tijdens een willekeurige activiteit – bijvoorbeeld een maaltijd – probeer je je bewust te focussen op alle prikkels rondom jou. Wat hoor je? Wat zie je? Wat voel je? Wat ruik je? Hoe ervaar jij dit? Welke prikkels nemen de bovenhand bij jou? Kan jij je aandacht erbij houden?

Personen met EMB kunnen meestal niet bewust omgaan met de sensorische vloed. Ze kunnen niet selecteren welke prikkels ze al dan niet laten binnenkomen – alles komt even sterk binnen. Dit zorgt vaak voor een teveel aan prikkels, met als gevolg stress en agitatie. Anderzijds kunnen we ook spreken van ‘sensorische deprivatie’, een tekort aan zintuiglijke prikkels. Als gasten niet bewegen, voelen ze zichzelf niet. Dit kan ofwel zorgen voor apathie of anderzijds houdt dit in dat ze zelf prikkels gaan toevoegen, denk aan roepen of zelfstimulatie.

Heb je me horen afkomen?
Heb je me gezien?
Ben je er klaar voor?
Zullen we samen snoezelen?