

Vastgelopen



JACQUES HEIJKOOP  
**VASTGELOPEN**

ANDERS KIJKEN NAAR  
BEGELEIDING VAN  
MENSEN MET EEN  
VERSTANDELIJKE  
HANDICAP  
MET ERNSTIGE  
GEDRAGSPROBLEMEN

**Boom**

Meer informatie over deze en andere uitgaven vindt u op [www.bua.nl](http://www.bua.nl).

© 1991, 1995, Boom uitgevers Amsterdam  
Omslagontwerp: Studio Eric Wondergem, bNO, Baarn  
ISBN 97890244 13577  
NUR 848

1e druk, 2e oplage: 1992  
2e druk, 3e oplage: 1993  
2e geheel herziene druk: 1995  
3e druk, 1999  
4e druk, 2003  
4e druk, 2e oplage: 2009  
5e druk: 2013

#### ALLE RECHTEN VOORBEHOUDEN

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voorzover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912 dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.cedar.nl/pro](http://www.cedar.nl/pro)).

# Inhoud

Voorwoord 7

## **Deel I De verschijnselen**

1. Vastgelopen mensen 11
2. De omvang van de problematiek 20
3. Onzeker en afhankelijk 32
4. Het probleemgedrag 51
5. Zelfbescherming 61
6. Zelfverdediging 71
7. Een verklaringsmodel 77

## **Deel II De behandeling**

1. Inleiding 91
2. Vertrouwen krijgen in andere mensen 1  
Aansluiting en verwachting 99
3. Vertrouwen krijgen in andere mensen 2  
Een goed verstaander ... 115
4. Vertrouwen krijgen in andere mensen 3  
Voldoende betrouwbaar 126
5. Leren omgaan met het probleemgedrag 1  
Hantering van incidenten 133

6. Leren omgaan met probleemgedrag 2	
Loskomen van vastzitten	145
7. Emotioneel evenwicht	155
8. Invloed krijgen	165
9. De voorwaarden	179
Bijlage I: Toets/vertaling	188
Bijlage II: Aangrijpingspunten voor een behandelingsplan	192
Bijlage III: Belangrijke theoretische referenties	194
Bijlage IV: Publikaties van drs. Jacques Heijkoop	196
Bijlage V: Over de auteur	199

## Voorwoord

De tekst die voor u ligt in de vorm van een boek is een uitsnijding in een proces. Het is dus geen tekst met een definitieve punt aan het eind. Het is het begin van de nog niet gepubliceerde volgende zinnen.

Het zwart op wit van het manuscript heeft mij persoonlijk in elk geval al weer verder geholpen bij een verdere uitbouw van kennis. Kennis die niet zozeer voortkomt uit theoretische verhandelingen, maar veel meer uit de ervaringskennis van familieleden, groepsleiders, therapeuten, activiteiten-begeleiders, onderwijzers en anderen die, al dan niet beroepsmatig, betrokken zijn bij het leven van verstandelijk gehandicapten.

Het is de ervaringskennis van die mensen die de soms ernstige problematiek van verstandelijk gehandicapten niet zien als een eindpunt, maar als het begin van een weg. Een weg die ze alleen maar kunnen gaan als ze hem samen met anderen gaan. Waar de ene deskundigheid niet meer, maar ook niet minder, waard is dan die van de ander.

Verbazing en verwondering over de creativiteit en inzet waarmee verstandelijk gehandicapten zelf en hun begeleiders uit de put kunnen komen geeft de energie om dit gebied verder in kaart te brengen. Theoretische uitstapjes werden vanaf die weg gemaakt in de mate dat ze helderheid verschaffen over de te volgen route.

Ik hoop dat dit boek ook op die manier wordt gelezen. Niet als een dictaat voor zijn/haar praktijk, maar als een toets voor de eigen ervaring. Met veel herkenning, die niet werkt als 'niets nieuws', maar als een prikkel om met anderen richting te geven aan het kwetsbare samenleven met verstandelijk gehandicapten in ernstige problemen.

Op veel verschillende manieren kan het boek benaderd worden. Herkenning voor de personen die het dagelijks aan den lijve ondervinden, met een aantal handvatten om zelf te kunnen gebruiken.

Voor begeleiders van teams en gezinnen methodische opstapjes.

Voor studenten een inleiding met veel praktische illustraties.

Voor de meer theoretisch geïnteresseerden mogelijk onverwachte combinaties, varianten en wendingen.

Door de manier van schrijven is de toegankelijkheid voor degenen zonder zware theoretische achtergrond volop aanwezig. Dat was echter niet zozeer het doel van die schrijfstijl. Het doel ervan is de herkenbaarheid van mensen, die in een aantal opzichten anders zijn en de manier waarop ze in de problemen geraken soms ook nog bizar en oninvoelbaar lijken, te vergroten.

Het spreekt voor mij vanzelf dat dit boek alleen kan bestaan bij de gratie van de openheid van anderen om hun ervaringen en gedachten met mij te delen. Op deze manier dank daarvoor.

Een ander dank is er voor de mensen die heel subtiel informeerden of er nu eindelijk eens wat op papier kwam, maar net zo goed ook voor de directen die maar bleven doorzeuren over iets wat al jaren geleden werd aangekondigd.

Dank ook aan de velen die aanboden om het manuscript te becommentariëren en aan de enkeling die ik toestond er wel wat aan te doen.

Bladzijdes vol met voornamen zouden het worden als ik ze allemaal zou noemen. Twee daarvan noem ik er wel omdat ze ook ongevraagd en sterk het beeld van die weg voor mij vormen, namelijk Monique en Gerrit.

### **Bij de tweede druk**

In de vele reacties die ik krijg, worden heel vaak opmerkingen gemaakt over de leesbaarheid. Men vindt het boek goed leesbaar. Gelijktijdig zit daar een valkuil. De gemakkelijkere leesbaarheid is soms in strijd met de snelle gedachtensprongen. Soms wordt er een zin voor gebruikt, soms moet je de gedachte tussen de regels door lezen. Die vlotte leesbaarheid is vooral het gevolg van de bewerking door Ronny Vink.

Jacques Heijkoop

### **Bij de vierde druk**

Deze druk is geheel gelijk aan de vorige.

### **Bij de vijfde druk**

Op enkele correcties na is deze uitgave gelijk aan de vorige.



# De verschijnselen



# 1. Vastgelopen mensen

Veel verstandelijk gehandicapte mensen zijn goed in staat om zich, binnen hun mogelijkheden, te ontwikkelen en een zinvol leven te leiden. Een leven, dat niet alleen waardevol is voor henzelf, maar ook voor familie, vrienden, bekenden en anderen die voor hen zorgen. Het zijn mensen die naast hun werk of een andere gerichte dagvulling, ook vrije tijd hebben. Die genieten en verdriet hebben, die meevallers en tegenvallers kennen. Ze leiden, kortom, een heel normaal leven, ook al doen ze dat niet altijd in een normale maatschappelijke omgeving, maar in een aangepaste woon-, werk- of leefomgeving.

Behalve deze grote groep verstandelijk gehandicapte mensen, die net zo'n acceptabel leven leiden als de meeste andere Nederlanders, gehandicapte en niet-gehandicapte, zijn er ook verstandelijk gehandicapte mensen met problemen. Niet zomaar eens een keertje, omdat de dingen wel eens kunnen tegenzitten, maar langdurig en onophoudelijk. De manier waarop hun problemen zich voordoen is niet altijd even herkenbaar voor ons 'normalen'.

Zo zijn er kinderen en volwassenen die zichzelf voortdurend verwonden, die agressief zijn, die hun kleren kapot scheuren, anderen aan de haren trekken, die alles opeten. Er zijn er die dag-in-dag-uit hun eten uitbraken zonder dat ze ziek zijn. Anderen sluiten zich op in de herhaalde bewegingen van hun eigen lichaam. Wij, de 'normalen', vinden dat een bizarre manier van doen. We kunnen ons niet voorstellen waarom mensen zo doen.

Er zijn mensen die zich zeer nadrukkelijk en langdurig terugtrekken in hun eigen wereld, die ze vullen met de bewegingen van hun lichaam, met hun gedachten en fantasieën. Je kunt hen niet bereiken. Sommige mensen voelen zich gedwongen om van alles op de hoogte te blijven, ze hebben geen rust als ze niet weten wat de anderen in hun omgeving doen, of mogelijk gaan doen. Ze zijn sterk achterdochtig. Er zijn er ook die alles wat los en vast zit pikken. De één doet dat gewoon voor het 'hebben', de ander moet het opeten. Er zijn er die maar niet kunnen ontsnappen aan de dwang om bepaalde bewegingen of handelingen uit te voeren. Herkenbaarder is de afhankelijkheid van koffie, nicotine en alcohol of de steeds grotere

moeite om naar je werk te gaan, contacten buiten de deur te onderhouden. Het gaat zo ver dat je de kamer of je bed niet meer uit komt.

Het zijn maar enkele voorbeelden van gedragsvormen die je tegenkomt als verstandelijk gehandicapte mensen vastlopen, als ze in de problemen komen. Sommige ervan kun je goed herkennen, bij andere kun je je nauwelijks voorstellen wat mensen beweegt om zo te doen.

Voor de problemen waarin verstandelijk gehandicapte mensen en hun omgeving terecht kunnen komen worden binnen de voorzieningen voor mensen met een verstandelijke handicap heel veel verschillende woorden en begrippen gebruikt. Ze hebben allemaal betrekking op dezelfde, meestal uitzichtloze, toestand. Zo zal de één over ‘ernstig probleemgedrag’ spreken, terwijl een ander, die het over dezelfde persoon met dezelfde problemen heeft, over ‘gedragsproblemen’ of ‘gedragsstoornissen’ praat. De één weet zeker dat er emotionele problemen ten grondslag liggen aan de gedragsstoornissen, de ander komt uit op psychische problemen.

Welke term iemand gebruikt lijkt vooral af te hangen van zijn theoretische achtergrond. En wat verder opvalt is, dat naarmate de handicap ernstiger is, er gemakkelijker wordt gesproken over gedragsproblemen of gedragsstoornissen. Gaat het over lichter gehandicapte mensen, dan hebben de termen emotionele of psychische problemen de voorkeur. Op elke term ligt een bepaald accent. Wie de ene term gebruikt benadrukt, bewust of onbewust, het belang van een mogelijke stoornis, wie een andere term gebruikt benadrukt dat de omgeving zo moeilijk uit de voeten kan met de problemen. Weer een ander legt, met zijn term, de nadruk op emotionele blokkades of op de psychische knoop waarin iemand is geraakt.

Al die termen hebben eenzelfde nadeel: ze belichten maar één kant van de problemen. Om te voorkomen dat we ons laten verleiden tot eenzijdigheid in ons denken over de problemen, alleen al door de woorden die we ervoor kiezen, geef ik de voorkeur aan de term ‘vastgelopen mensen’. Daarmee voorkom je dat je jezelf beperkt in de kijk op en het begrip voor de persoon om wie het gaat. Met het woord ‘vastgelopen’ kun je de totaliteit aan moeilijkheden uitdrukken, waarin niet alleen de betrokken persoon maar ook de mensen in zijn omgeving verzeild zijn geraakt.

Bovendien is de term ‘vastgelopen’ niet zo vreemd voor ons. Ook mensen die zich normaal ontwikkelen kunnen vastlopen, kunnen in de put zitten met het gevoel er nooit meer uit te komen. Vastgelopen ‘mensen’ dus, want verstandelijk gehandicapten zijn mensen, en ze lopen om dezelfde redenen en op dezelfde manier vast als andere kinderen en volwassenen.

Door de term ‘vastgelopen mensen’ te gebruiken proberen we te voorkomen dat we bij voorbaat al gaan stigmatiseren: het gaat om verstandelijk gehandicapte mensen met zeer complexe problemen, maar die problemen zijn niet wezenlijk anders dan onze eigen problemen. We denken dat misschien, omdat we bij oppervlakkig kijken iemand zien die anders spreekt,

die er wat vreemd uitziet en beweegt, die anders presteert, die niet zelfstandig is, die een lage maatschappelijke positie heeft. Maar als we onze bril een beetje opvoetsen en door de andere manier van doen, door de bizarre gedragingen héén kijken, dan zien we mensen die niet wezenlijk anders voelen en willen dan wijzelf. Als er in hun leven geen ruimte is voor hun eigen gevoelens en hun eigen wensen, dan reageren ze net zo als wij dat zelf zouden doen. Het zijn reacties op gevoelens van onveiligheid, ze vertrouwen zichzelf en anderen niet. Het zijn reacties op het onvermogen om de dingen om hen heen te begrijpen en op het onbegrip van de mensen om hen heen. Sommigen hebben ervaren dat ze zo in paniek raken dat ze de controle over zichzelf hebben verloren. De daarbij behorende angst om opnieuw de controle over jezelf te verliezen, hebben ze alleen kunnen hanteren door zich terug te trekken. Tegelijk met het kleiner worden van hun wereldje neemt de angst nog meer toe. Op die manier worden sommigen zelfs bang voor hun eigen handen.

Raar? O nee. Wij reageren ook, als we onszelf onveilig voelen, als we de mensen om ons heen niet kunnen vertrouwen. We raken in paniek als we niet begrijpen wat er om ons heen gebeurt of als de mensen om ons heen langdurig niet begrijpen wat we bedoelen. Als het òns overkomt noemen we het 'stress'.

Verstandelijk gehandicapte mensen zijn extra kwetsbaar voor stress, omdat ze nu eenmaal langzamer denken en begrijpen en zich moeilijk kunnen uiten, omdat ze minder en soms heel weinig invloed hebben op hun eigen leven. Ze zijn gedwongen om op anderen te vertrouwen en dat lukt niet altijd.

Als we erin slagen om door iemands bizarre gedrag heen te kijken zien we dat het probleemgedrag niet op zichzelf staat: er is nog meer aangetast. Meestal zijn ook zijn gevoelens verstoord, is er iets mis in de relatie met andere mensen, slaagt hij er niet in bevredigende contacten te leggen met anderen, kan hij zich niet duidelijk maken aan anderen, heeft hij lage verwachtingen van zichzelf en van anderen. Zijn hele functioneren lijkt verstoord te zijn. Als dat maar lang genoeg duurt wordt zijn algemene ontwikkeling geblokkeerd en uiteindelijk zal zijn hele persoonlijkheid achteruit sukkelen.

Als je de term 'vastgelopen mensen' gebruikt voorkom je ook dat je een nutteloos onderscheid gaat maken tussen de problemen van mensen met een 'hoog' en met een 'laag' intelligentie- of ontwikkelingsniveau. Dat onderscheid is namelijk niet wezenlijk als je probeert om de processen te verhelderen die spelen bij vastgelopen mensen.

Woorden als gedragsproblemen, emotionele problemen, psychische problemen of stoornissen, belichten ieder maar een stukje van de problematiek, terwijl we voortdurend mensen zien die totaal zijn aangedaan en vastgelopen. Niet alleen in hun persoonlijkheid, maar ook in hun relatie met de dingen en de mensen om hen heen.

Want laten we de omgeving niet vergeten. Familieleden, en professionele begeleiders kunnen net zo in de problemen verstrikt raken als de verstandelijk gehandicapte persoon zelf. Ze zitten gevangen in hun reacties, hun gevoelens, gedachten en verwachtingen. Soms lijken ze nog erger vastgelopen dan de verstandelijk gehandicapte die ze aanmelden in verband met zijn problemen. Gedreven door gevoelens van medelijden, angst, verdriet, schuld, schaamte, machteloosheid, woede, kunnen ook zij eraan meewerken dat ze met z'n allen in een vicieuze cirkel terechtkomen, en uiteindelijk in een neerwaartse spiraal. Juist het samen wonen en leven met deze vastgelopen mensen drijft familieleden en begeleiders naar hun persoonlijke grenzen: hun zwakke plekken worden pijnlijk zichtbaar, ze worden gedwongen tot meningsverschillen en ze zullen zich steeds onzekerder voelen over hun eigen opstelling. Samenleven met een 'vastgelopen mens' dwingt je om je eigen persoonlijkheid te leren hanteren. Er wordt een zeer krachtig beroep op je gedaan en daar kun je twee kanten mee op: je kunt ervan groeien als persoon, als ouders, team, familie of organisatie; of je groeit met gevoelens van mislukking uit elkaar.

'Vastgelopen mensen' is een term die we gebruiken omdat we ons niet zo heel erg veel tijd gunnen om uitgebreid op zoek te gaan naar het definitieve 'waarom'. Want de vraag naar het 'waarom' is vaak de wanhoopskreet van de direct betrokkenen, die hopen dat er ergens een knop zit die ze kunnen omdraaien, waardoor alles opeens 'over' is. Aan de hand van die vraag naar het 'waarom' gaan deskundigen vervolgens langdurig zoeken naar stoornissen, die ze trouwens vaak niet vinden, en als zij ze vinden leiden ze tot een eindpunt in het gezamenlijke denken en zoeken. Een eindpunt voor de deskundigen dan wel te verstaan, want voor de ouders en de begeleiders is dat eindpunt het begin van een soms lange en kronkelige uitweg.

Veel deskundigen zoeken de stoornissen in afwijkend lichamenlijk, biologisch of neurologisch functioneren, of in de vroege ontwikkeling van het kind. Maar wie op zoek gaat vindt altijd wel afwijkende of traumatische gebeurtenissen. Dit is echter geen pleidooi tegen een gedegen multidisciplinair onderzoek, eerder een pleidooi om grondig na te denken over de plaats die de gevonden gegevens krijgen binnen de manier waarop de begeleiders in de toekomst met een 'vastgelopen' man, vrouw of kind omgaan. Er zijn nu eenmaal heel wat afwijkingen die je niet kunt oplossen of veranderen, ze vormen gewoon een gegeven waarmee je moet werken en leven.

We kunnen ons beter verdiepen in de vraag naar het 'hoe' van nu, in plaats van in de vraag naar het 'waarom' van vroeger. Als we goed kijken hoe iemand zich weet te handhaven, ondanks het feit dat hij diep in de put zit, dat hij zwaar gehavend is, komen we tot verrassende ontdekkingen. We zien allerlei nare gedragingen, zoals agressie, vernielzucht, zelfverwonding en dwanghandelingen. Maar daarnaast zien we ook allerlei ge-

dragingen waarmee mensen zichzelf in de hand proberen te houden. Alsof ze zichzelf willen beschermen tegen iets dat ze zelf ook liever niet doen of ondergaan. Alsof ze zich willen beschermen tegen schade aan anderen, schade aan zichzelf en schade aan de dingen om hen heen. Wie goed kijkt, ziet niet alleen dat ze zich proberen te beschermen tegen het kwaad dat ze zichzelf en anderen kunnen aandoen, maar dat ze ook gedrag vertonen waarmee ze indirect bijdragen aan het voorkómen van de ellende. Het zijn manieren van waarnemen, positie bepalen, handelen en denken waarmee ze zichzelf nog net staande kunnen houden, zich nog net kunnen handhaven.

Wie éénmaal heeft kunnen zien dat vastgelopen mensen zelf ook zoeken naar manieren om eruit te komen heeft de sleutel ontdekt waarmee je oplossingen kunt vinden voor gedragsproblemen. De oplossing zit hem in het uitbouwen van die zelfhandhavende en zelfbeschermende krachten. Als je naar die krachten op zoek gaat, en niet langer energie steekt in het zoeken naar een antwoord op de vraag ‘waarom’ iemand dit of dat doet, kom je uit bij ongebruikelijke antwoorden. De gebruikelijke manier van denken over mensen die in de put raken of die vastlopen bestaat vooral in het zoeken naar een oorzaak, naar één motief. Hij of zij doet het omdat... En dan komt er een antwoord dat suggereert dat er één reden is voor de agressie, voor de zelfverwonding: iemand is gefrustreerd, wordt alleen gelaten, is verwend, krijgt niet genoeg structuur aangeboden, heeft pijn, is een aandachttrekker.

We hebben te maken met onzekere mensen, die zich onveilig voelen, die heen en weer geslingerd worden tussen wel willen en niet willen, tussen kunnen en niet kunnen. Er is niet duidelijk aan te wijzen wat hen drijft tot een bepaalde reactie. Het zijn mensen die maar zelden duidelijk laten zien wat ze wel en niet willen, zelfs niet als ze kunnen praten om dat duidelijk te maken. Veel vaker zien we bij hen krachten die werken als weerstanden, angstaanjagend hoge drempels, wat leidt tot vermijden, vastklampen en afweren. Dat zijn dieperliggende krachten dan krachten als ‘ik wil’ of ‘ik kies’. Ook vastgelopen mensen bij wie je, gezien hun ontwikkelingsniveau, zou mogen spreken van een ‘ik’ blijken nauwelijks een ‘ik’ te hebben ontwikkeld. Alleen mensen die een ‘ik’ hebben ontwikkeld zijn tot een vrije keuze in staat, maar van de groep mensen over wie dit boek gaat zijn er maar heel weinig die dat stadium hebben bereikt. De populaire term ervoor is dat ze weinig weerbaar zijn.

Als je dat weet is het extra belangrijk om regelmatig opnieuw te toetsen of wat je doet echt in het belang van de gehandicapte is. Toetsen is hard nodig in al die gevallen waarin de ene persoon uitmaakt wat goed is voor een ander. Bij mensen bij wie dergelijke fundamentele krachten spelen komen we er niet uit met de psychologie van alledag, waarin we er bijvoorbeeld van uitgaan dat mensen gewoonlijk blijven doorgaan met zaken die ze plezierig vinden, en dat ze gedragingen die ze vervelend vinden minder vaak

zullen doen. Nee, deze mensen zitten vaak met grote pijn in hun lijf en ziel, in de vorm van schaamte en schuld, en dat kan nog eens een extra beweegreden worden om langer en heftiger door te gaan. Ze kunnen niet stoppen, juist omdat het pijnlijk is. Ze worden als het ware ‘gezogen’ naar een gedrag waarvoor ze zich schamen en waarover ze zich schuldig voelen. Het kan uitlopen op een toestand waar je over obsessie of dwang spreekt. Het zijn woorden die aangeven hoe iemand los kan komen te staan van het bewegen van zijn eigen handen, armen of gedachten.

### *Anders kijken naar...*

De poging om de eigen wijze van vastgelopen mensen te onderkennen en erbij aan te sluiten, is in de loop van de jaren uitgekristalliseerd in een werkwijze. Die werkwijze heeft de naam ‘Anders kijken naar...’ gekregen. Het is een actieve manier van kijken naar de ander, naar jezelf en naar aspecten van de omgeving. Het is ook een manier om actief naar je eigen oordelen, betekenissen, verwachtingen en standpunten te kijken. Video is daarbij een belangrijk hulpmiddel. Het is een opnieuw leren kennen van iemand die je mogelijk al jaren kent en waar vele schriften zijn vol geschreven en vele uren vergaderen aan zijn besteed. Het is dan schokkend om te ontdekken hoe beperkt de waarneming van de ander en jezelf is. Nog schokkender is de ontdekking van de hardheid in de oordelen en betekenissen die je geeft. Je ontdekt je eigen vooroordelen.

Video is daarbij maar een technisch hulpmiddel. De manier waarop je met elkaar samenwerkt is hulpmiddel en voorwaarde. Een open samenwerking creëren we niet als vrijblijvend aardigheidje. Het is de basis om een genuanceerd beeld van de ander en jezelf te krijgen. Systematisch wordt een traject doorlopen waarbij we leren van opgedane ervaringen.

Gewoonlijk kijken wij met vooroordelen naar verstandelijk gehandicapte mensen: we hebben bepaalde ideeën over één verstandelijk gehandicapte persoon, of over gehandicapte personen in het algemeen, we hebben vooroordelen die ons worden ingegeven door algemene normen en doordat taal zo’n gebrekkig communicatiemiddel kan zijn. We vertrouwen te veel op taal, en daardoor ontnemen we onszelf de mogelijkheid om aspecten in iemands functioneren te ontdekken waarvoor onze spreektaal geen woorden heeft. Het gaat om zaken waarvan we ons meestal niet bewust zijn, maar die, als je er naar zoekt, met behulp van lichaamstaal wel zijn af te leiden. Want ons lichaam neemt een stroom van reacties waar en zendt voortdurend reacties uit, zonder dat ons bewustzijn daar weet van heeft.

Een technisch hulpmiddel, waarmee we onze blik kunnen verscherpen, is video. Je kunt dat medium bewust zo gebruiken dat je enerzijds afstand creëert, en anderzijds heel gedetailleerd kunt kijken. Een video-opname stelt je in staat te zoeken naar acties en reacties, die je in de dagelijkse omgang met iemand ontgaan, maar die wel degelijk invloed kunnen hebben



op jezelf en op anderen. Vaak ben je je in het geheel niet bewust van dergelijke invloeden.

Een video-opname laat zien hoe moeilijk het is om antwoord te geven op schijnbaar eenvoudige vragen als: ‘Wat zie ik?’, ‘Wat hoor ik?’ of ‘Wat voel ik?’ Probeer maar eens om onder woorden te brengen wat je precies gezien, gehoord of gevoeld hebt, naast of tegenover de totaalindruk die je hebt gekregen. Pas als je naar een video-band van jezelf en iemand anders hebt gekeken zie je hoe je eigen waarneming voortdurend wordt gekleurd door allerlei verwachtingen en ideeën die je koestert over die andere persoon.

Het is niet zozeer een streven om objectief te zijn. We zijn nu eenmaal altijd subjectief, we kunnen niet anders doen dan datgene wat we menen waar te nemen, interpreteren. Maar juist in de begeleiding van deze vastgelopen mensen is de volgende vraag van levensbelang: ‘Geeft de interpretatie die je van hun doen en laten hebt, wel voldoende ruimte aan hun persoonlijkheid?’

Wil je daar een antwoord op vinden, dan moet je dus anders gaan kijken, en stap voor stap opnieuw een idee over iemand proberen te krijgen. Het gaat om schijnbaar uiterst simpele vragen als:

- Waar staat hij?\*
- Welke plaats neemt hij in?
- Waar kijkt hij naar?
- Waar luistert hij naar?
- Wat doet hij met zijn handen?
- Hoeveel kracht zet hij?
- Welke klanken en tonen gebruikt hij?
- Hoe is zijn gelaatsuitdrukking?
- In welke richting kijkt hij?
- Wat zegt hij eigenlijk?

Je zult snel merken dat als je op de ene vraag uitgebreid antwoord kunt geven, je met verbazing merkt hoe iemand anders, die een andere vraag heeft beantwoord, met punten komt die jij helemaal niet gezien of gehoord hebt. Zo’n ervaring leidt tot bescheidenheid van wat jezelf kunt waarnemen van de ander en jezelf. Het dwingt tot samenwerken met anderen die weer met hun ogen en ervaringen naar dezelfde persoon kijken.

Kortom, je bent op zoek naar datgene wat hem bezighoudt; letterlijk, naar zijn eigen wijze van zijn. Of nog directer: wat beweegt hem, wat trekt hem aan, wat doet hem zich terugtrekken?

Een open blik vraagt in de eerste plaats een open houding. Wil je jezelf in staat stellen iets te vinden bij dit gedetailleerde zoeken, dan moet je hem in zijn waarde willen laten, ook al voldoet hij op het eerste oog niet aan

\* In het boek wordt ‘hij’ gebruikt, waar hij/zij hoort te staan.

onze maatstaven. En ook al is hij niet in staat op een voor ons verstaanbare manier via taal of gebarentaal met ons te communiceren.

Nu tref je die open houding bij de meeste ouders of begeleiders van verstandelijk gehandicapten gelukkig wel aan. Maar de zorgen en de drukte van alledag willen de blik nog wel eens vertroebelen. En daarmee komen we op nog een belangrijk voordeel van video: je kunt er een bepaalde afstand mee scheppen: je hebt even geen last van de dagelijkse beslommeringen, je hoeft niet ter plekke in actie te komen. Je kunt rustig blijven zitten om goed te kijken en dat geeft je de gelegenheid zo onbevangen mogelijk te kijken naar de beelden van je kind of van degene voor wie je zorgt.

De term ‘vastgelopen mensen’ is ook bedoeld om het gat te dichten tussen de enorme hoeveelheid theorieën en theorieetjes die in de loop der jaren zijn gevormd over dat ene vastgelopen individu, en de grauwe werkelijkheid, waarin familieleden en opvoeders het dag-in-dag-uit maar proberen te rooien met die persoon. Want al die indrukwekkende verklaringen over het ontstaan van probleemgedrag kunnen niet voorkomen dat steeds meer mensen vastlopen in hun dagelijkse leven met anderen. Ze staan met hun rug tegen de muur en raken steeds meer geïsoleerd van de andere gehandicapte mensen met wie ze samenwonen, met wie ze werken. Als ze nog thuis wonen raakt het gezin geïsoleerd van de rest van de familie; ouders raken in conflict met hun andere kinderen, met elkaar. Teams in voorzieningen krijgen ruzie met andere teams, teamleden onderling kunnen het niet eens worden over verklaringen en manieren van aanpak, en ten slotte krijgen ze thuis ook nog onenigheid omdat ze ongerust, moe en onvoldaan zijn: het probleem raakt niet opgelost.

Wat ik in dit boek wil doen is nu eens niet een integratie proberen aan te brengen tussen theorie en praktijk. Ik wil de praktijk van alledag laten zien en vandaar uit mogelijke aangrijpingspunten uit bestaande theorieën gebruiken.

Met deze manier van werken voorkomen we, dat we ons scharen in de rijen van deskundigen, die dikke dossiers samenstellen over problematische verstandelijk gehandicapten, en aan de hand daarvan adviezen opstellen waarvan ze verwachten dat die worden uitgevoerd door anderen: door groepsleiders, door ouders. We gaan ervan uit dat alle betrokkenen samen zoeken en vervolgens samen proberen krachten te versterken, die al aanwezig waren bij zowel de gehandicapte als bij de begeleiders, en die we hebben kunnen vinden dank zij het feit dat we ernaar zochten.

Bij die zoektocht naar positieve krachten is de video-camera onontbeerlijk. Hij stelt je in staat om uitvergroot, desnoods enkele keren herhaald, te kijken naar wat zich dagelijks om je heen afspeelt. In het dagelijks leven is de mens druk, druk met degenen voor wie hij zorgt en ook druk met zichzelf. Hij vergeet dat zijn eigen gedrag effect heeft op de mensen om hem heen. Hij vergeet dat de mensen om hem heen zijn gedrag net zo hard beïnvloeden. Hij is zorgelijk en misschien te geïrriteerd om nog positieve

krachten te ontdekken in iemand die hij op dat moment liever achter het behang zou plakken. Of in zichzelf, want wie zichzelf machteloos voelt ziet niet veel 'krachten' in zichzelf.

Toch zijn die krachten er. Misschien zijn ze heel klein, misschien is er alleen een beginnetje. Maar ongeacht het niveau waarop een gehandicapte functioneert, en ongeacht de ernst van de problematiek, altijd is ergens een aanzet te vinden van pogingen om de problemen in de hand te houden.

Als we in staat zijn om genuanceerd naar onszelf te kijken, naar de gehandicapte te kijken en naar wat er tussen ons gebeurt, hebben we al een begin gemaakt met een gunstige ontwikkeling. Een klein begin, maar zodra we daar gebruik van maken, en zien dat we er iets mee bereiken, zal die gunstige ontwikkeling zich voortzetten.

Dat wil niet zeggen dat daarmee alle problemen de wereld uit zullen zijn. Vaak is dat wel het resultaat, maar soms is het resultaat niet groter, dan dat de cliënt en de mensen om hem heen: zijn ouders, zijn begeleiders, kunnen leven met het probleemgedrag zonder er voortdurend onder gebukt te hoeven gaan.