

Kunstzinnige therapie bij Multiple Sclerose

Mijn naam is Susan Doornbos en ik ben 25 jaar. Momenteel (zomer 2003) ben ik mijn studie, Kunstzinnige Therapie aan de Hogeschool Leiden, aan het afronden. Tijdens mijn stages heb ik als aankomend kunstzinnig therapeute gewerkt met kinderen en met ouderen. Hieronder vertel ik iets over mijn ervaringen met een oudere mevrouw tijdens de laatste stage.

Mevrouw B. was één van mijn cliënten tijdens de stage in een verpleegtehuis. Ze was een 68 jarige vrouw die leed aan de ziekte M.S. Mevrouw B. zat in een rolstoel en kon eigenlijk alleen nog maar haar armen een beetje bewegen.

Ze maakte meteen veel indruk op mij. Aan de ene kant kwam dit door haar ziekte, waardoor ze bijna niets meer kon, aan de andere kant vond ik dat ze echt haar waardigheid had behouden in haar manier van doen en in haar uitstraling.

Mevrouw B. heeft vanaf haar 15^e jaar als gouvernante in huishoudens gewerkt. Dit heeft ze altijd graag gedaan. Ze vertelde dat haar man al een tijd geleden overleden was en dat ze 35 jaar gelukkig getrouwd is geweest. Verder vertelde ze dat ze geen kinderen kon krijgen, daarom had ze ook altijd voor andermans kinderen gezorgd. Ze zei dat je niet alles kunt hebben: “Gelukkig getrouwd zijn én kinderen hebben”. Ik had toch het gevoel dat dit nog steeds pijnlijk voor haar was. Verder had ze een heel afwisselend leven gehad en veel meegemaakt. Na een tijdje begon ze wat over haar ziekte te vertellen. Ze vertelde dat ze al 20 jaar weet dat ze M.S. heeft. Ze vindt het moeilijk om hier in het verpleegtehuis te zijn, omdat ze er niet vrijwillig zit. Vanwege haar ziekte kon het echter niet anders. De ziekte begon heel sluipend, struikelen over dingen, lichamelijke onhandigheid e.d. Ze zei dat het niet meevalt wat ze op haar bordje heeft gekregen. Ik merkte dat er veel emoties en onverwerkt verdriet bij mevrouw B. zaten.

Ik heb twee keer met mevrouw B. vrij geschilderd aan één schilderij (zie plaatje 1). In haar vrije schilderwerk viel me op dat ze vlekkelig schilderde, zonder enige samenhang. Ook het feit dat ze met de “koele” kleurencombinatie blauw en groen was begonnen, die ik in haar eerdere schilderwerken van de activiteitenbegeleiding ook vaak aantrof, vond ik opvallend. Dit koele associëer ik met afbraak. M.S. is een ziekte waarbij de afbrekende krachten overheersen. Dit en een gebrek aan verbinding in het schilderwerk wijzen op verzwakte levenskrachten.

De tweede keer dat ze aan de vrije schildering heeft gewerkt, begon ze voorzichtig aan de linkerkant van het blad te schilderen. Opeens schilderde ze bovenin met oranje! Geheel onverwacht voegt ze deze warme kleur erbij. Deze inconsequentie vond ik wel passen in haar chaotische manier van schilderen. Zodra het blad gevuld was met kleur, was ze klaar. Ik miste weer samenhang en structuur. Aan de chaos kon ik zien dat de “ordenende” principes van het Ik (het “Ik-bewustzijn”) te weinig ingrijpen.

Belangrijke **doelen voor de behandeling** van mevrouw B. waren warmte en ontspanning aanbieden (o.a. door steeds warmere kleuren), werken aan verbinding met behulp van kleurovergangen en haar stimuleren een verbinding te maken met het kunstzinnig werk. Verder wilde ik haar wilskracht en interesse aanspreken, haar levenskrachten stimuleren en haar in een stromende beweging laten schilderen om ontspannend en ontkrampend (loslaten) te werken.

Voor mevrouw B. was de aangewezen techniek nat-in-nat schilderen, vanwege het feit dat dit de “enige” voor haar haalbare kunstzinnige activiteit was.

De eerste therapeutische oefening was een kleurstemming schilderen met saggroen en met een schuine, iets golvende penseelstreek om een stromende beweging op gang te brengen (zie

plaatje 2). Sapgroen is een heel toegankelijke kleur en een mooie eerste stap om van koele kleuren naar warme kleuren toe te werken, zonder met een al “tè” koele kleur te beginnen. Mevrouw B. zat meteen in de goede beweging, al koste het haar wel moeite. Ik merkte dat het goed was om haar af en toe even te laten pauzeren. Ik liet haar het schilderwerk van een afstandje zien. Ze vond het leuk en vond deze kleur groen een fijne kleur om mee te werken.

De volgende opdracht was om met violet een kleurstemming te schilderen in een komvormige beweging om haar een gevoel van geborgenheid en rust te geven (zie plaatje 3). Ik heb tijdens het vrije werken gemerkt dat mevrouw B. violet een heel prettige kleur vond om mee te werken. Violet is een kleur die rust geeft. Het is echter ook een serieuze kleur, vandaar dat ik haar op het einde een vleugje magenta wilde laten toevoegen, om het geheel wat lichter te maken. Ze vond het effect van het vleugje magenta bijzonder.

In de volgende sessies wilde ik zo langzamerhand wat meer de warmte in gaan door te werken met magenta en onderin wat violet te schilderen, om het magenta wat te “dempnen” en voor een goede bodem te zorgen. Mevrouw B. reageerde goed op het magenta dus wilde ik met de opdracht daarna weer een stukje verder gaan, door haar een kleurstemming aan te bieden met magenta en gebrande sienna. Lekker warm dus. Tijdens het schilderen kreeg mevrouw B. hele warme handen en blosjes op de wangen (terwijl ze normaal altijd koude handen had). Op een gegeven moment vond ze het zelf te warm. Na een pauze heb ik daarom de kleuren wat lichter gehouden.

Zoals mevrouw B. al eerder had gevraagd, bestond de volgende opdracht uit het schilderen van de Canadese vlag (zie plaatje 4), omdat daar familie van haar woont. Deze schildering sloot goed aan op het werken met warme kleuren en mijn doel om haar interesse te wekken. Het ging hier om een “interpretatie” van de originele vlag, omdat mevrouw B. niet precies kan werken en dit voor haar ook geen therapeutische waarde heeft.

Ze vond het erg leuk om te doen. Ook had ze weer blosjes op de wangen gekregen. Ik zag voor het eerst duidelijk dat ze ergens écht enthousiast over was! Dit gaf me een groot gevoel van voldoening. Ik kon merken dat ze zich op de volgende keer verheugde. Ik had er ook zin in.

De volgende sessies hebben niet meer plaatsgevonden wegens het overlijden van mevrouw B. Ik schrok hier erg van en werd emotioneel. Ik had dit gewoon niet verwacht. Helemaal niet omdat ze weer in een stijgende lijn zat.

Er was iets bijzonders aan de laatste schildering die ze heeft gemaakt (plaatje 4). Ik had het eerst nog niet gezien, maar na een tijdje kon ik in die schildering een baarmoeder (met een kindje) zien! Het frappante was dat mevrouw B. nooit kinderen heeft kunnen krijgen, waar ze veel verdriet over heeft gehad, maar hier moeilijk over kon praten. Het leek net alsof dit stuk weer terugkwam in de schildering, een non-verbale uiting, alsof deze nodig was en haar de kracht gaf om het leven los te kunnen laten. Wat ik ook zo bijzonder vond, was dat toen ze eenmaal overleden was, deze schildering weer een andere betekenis kreeg. Alsof ze “in de schoot” is wedergekeerd! Ik vond dit een mooi beeld.

Het was een uitdaging om met mevrouw B. te werken. Ik vond het bijzonder dat je voor iemand die ernstig ziek is, nog zoveel kunt betekenen. Bij mevrouw B. heb ik geleerd flexibel en inventief te zijn. Ook heb ik van het werken met haar, het belang van subtiele signalen geleerd. Ik heb kunnen genieten van de kleine momenten. Na elke sessie had ik een gevoel dat ik iets goeds had gedaan. Wat mij veel deed, was toen ik een keer bij mevrouw B. langs ging, dat ze mijn hand pakte en mij bedankte voor alles en ik echt haar dankbaarheid voelde. Ik voelde me meteen heel nederig en zei dat ik het fijn vond dat ik iets voor haar kon betekenen.

plaatje 1



plaatje 2



plaatje 3



plaatje 4

