

Lezing 28 april 2006

Symposium Noi si Voi, project Giurcani te Barlad, Roemenië.

Drs. Marleen Oosterhof - van der Poel, orthopedagoog, GZ-psycholoog.

De 'andere' begaafdheid van mensen met een verstandelijke beperking.

Inleiding

Mensen met een verstandelijke beperking hebben een "andere begaafdheid", andere talenten dan wij. Wij sturen onze handelingen, onze leefwijze met ons hoofd, mentaal. Mensen met een verstandelijke beperking sturen hun handelingen primair met hun gevoel. Deze "andere begaafdheid" kan heel aanvullend en helpend zijn voor ons, mits ze de kans krijgt zich te ontwikkelen. En daar ontbreekt het in de huidige tijd nog vaak aan.

Historie.

Nog niet zo lang geleden wisten we hier niets van. We dachten dat mensen met een verstandelijke beperking onvolwaardige mensen waren. We stopten ze weg thuis in een kamertje of in een tehuis. Op straat en in de samenleving zag je ze nauwelijks. Vele mensen wisten niet eens dat er zoveel mensen met een andere begaafdheid waren.

Als er al iets met hen gedaan werd, probeerden we om hen aan ons mentaal begaafden te laten aanpassen. We leerden hen vele regeltjes om hun gedrag de hele dag te sturen. We hebben zo een tijd lang een soort robotjes van hen gemaakt. Dat lukte bij de groep die erg graag op ons wilde lijken. Er kwam echter een steeds grotere groep met gedragsproblemen. Dat was de groep die met zichzelf in de knoop raakte omdat ze hun eigen talenten in het geheel niet konden ontwikkelen.

Hoe ziet die "andere" begaafdheid er nu uit?

Als je niet mentaal alert bent, kun je je gevoelszintuigen veel meer ontwikkelen: je intuïtieve voelen en het vermogen subtiele zaken aan te voelen. Je bent primair ingesteld op de zijnskwaliteit van het leven. Je "beleeft" het leven, de natuur, een steen, een ander mens primair zonder er eerst van alles over te denken. Het is te vergelijken met de andere begaafdheden die dove en blinde mensen ontwikkelen. Een dove ontwikkelt zijn visuele alertheid en een blinde zijn auditieve vermogens op een diepere laag.

Een mens met een verstandelijke beperking is dus in aanleg gevoelsmatig begaafd. Hoe voelt dat?

Laten we samen een *oefening* doen in gevoelsmatig beleven.

Ga in uw gevoel met mij mee.

U loopt met mij in de mooie heuvels van Giurcani, richting het mooie stuwmeertje. U voelt de wind, de lucht, de heuvels, later het water, het zonlicht. U gaat er helemaal in op. Voelt zich eigenlijk helemaal één worden met de wind, de lucht, de

heuvels. U vergeet de tijd helemaal. Dit noemen we de Zijnskwaliteit van het leven. U bent één met uw omgeving. U denkt niet meer. U voelt alleen maar. Heerlijk.

Nu begin ik ineens met u de praten over de naam van een bloem of over het weer van morgen. Dit verstoort uw hele zijnservaring. U gaat denken, houdt op met dieper te voelen.

Einde oefening.

U kunt zich nu misschien voorstellen, dat wij, mentaal alerte, primair denkende mensen veel gevoelservaringen verstoren van de primair intuïtief gevoelsbegaafde medemens.

Wij hebben lang niets gezien of gemerkt van deze hoge begaafdheid van de verstandelijke beperkte medemens, omdat we hen niet de kans gaven hun kwaliteiten te ontwikkelen.

Maar nu.....in deze tijd, vinden er op vele plaatsen bemoedigende veranderingen plaats en laten steeds meer mensen met een verstandelijk afwijkend patroon hun begaafdheden zien.

Wat laten ze allemaal aan talenten zien?

- 1) *Een diepe fijngevoeligheid. Ze kunnen achter onze uiterlijke woorden en verschijningsvorm diep doorvoelen wat we van binnen voelen. Je ziet het als ze in een gezelschap zijn. Op eens kan zo'n hoog gevoelsbegaafde opstaan en een arm om iemand heenslaan die verdriet heeft van binnen, maar dat uiterlijk niet te zien is. Ze voelen achter de woorden. Dus ook al zegt iemand nog zulke mooie dingen, als hij het niet oprecht vanuit een eigen ervaring zegt, voelen ze dat. Ook al begrijpen ze mentaal niets van het gesprek omdat het intellectueel te hoog gegrepen is.*
- 2) *Deze zelfde diepe fijngevoeligheid kunnen ze hebben ten aanzien van dieren, planten, bomen. Ze voelen direct welk dier het niet goed maakt; welke plant iets nodig heeft. Ik ken zelfs een gevoelsbegaafde die het genezende kruid erbij kan vinden. Geheel intuïtief gevonden; zonder kennis van zaken, zonder over voldoende taal te beschikken om de naam van het kruid te kennen. Zo'n eigenschap is niet een gegeven bij de geboorte. Het is een gevolg van lang de kans krijgen tussen planten, kruiden en dieren te werken en gewaardeerd te worden op je talent. Pas als een ander je "ziet" en waardeert, kun je jezelf gaan zien en waarderen. Alleen dan is ontwikkeling van talent mogelijk.*
- 3) *Niet iedere gevoelsbegaafde is op dezelfde wijze begaafd. Er zijn er ook die door hun gevoelsmatige verbinding met de omgeving de sfeer positief kunnen beïnvloeden. Ze kunnen makkelijk luchtigheid en licht oppakken en zorgen zo voor een balans in een zware moeilijke omgeving. Een fantastisch talent.*

- 4) *Sommigen worden op den duur zelfs genezend voor de mensen om hen heen.* Niet openlijk, maar stil zittend stralen ze zoveel genezingskracht uit, dat de ander voelt dat hij tot rust komt en dat stress verdwijnt. Ik kom in een gezin met een verstandelijk beperkte spastische jongen van 12 jaar die dit vermogen heeft ontwikkeld. Zijn moeder had kanker en beweert dat ze mede door hem genezen is. Dat weten we natuurlijk niet zeker, maar het is medisch gezien bijzonder dat ze genezen is en ze voelde zich door zijn stille uitstralende aanwezigheid steeds weer in balans gebracht.
- 5) *Er zijn gevoelsbegaafden die onheil en gevaar eerder aanvoelen en positief kunnen beïnvloeden.* Ik ken een verhaal van een jongen met het syndroom van Down en zijn familie. Er was een windhoos. Hij ging midden in het huis stil zitten en concentreerde zich. De hele familie was in paniek en ging onder de trap zitten. Hij wilde niet met hen mee. Het was het enige huis wat bleef staan.
- 6) Een andere begaafdheid die ik ken van iemand met een verstandelijke beperking is *voorwerpen al van verre vinden*. Heel bijzonder!
- 7) *Een hoge mildheid ontwikkelen.* Zij vergeten vervelende zaken die geschied zijn veel eerder dan wij, omdat zij van nature meer in het "hier en nu" leven en niet zo bezig te zijn met wat er vorige week gebeurde. Daardoor stellen velen zich milder en vergevingsgezinder op, dan wij mentaal begaafden.

Welke dagactiviteiten passen bij hun te ontwikkelen gevoelskwaliteiten?

Op grond van deze bijzondere gevoelskwaliteiten en mogelijkheden is het dus belangrijk om bezigheden te zoeken die hier een beroep op doen: Bijvoorbeeld:

- Verzorging van dieren, bloemen en planten.
- Bosarbeid.
- Zorg dragen voor de sfeergevoeligheid in huis.
- Tuinonderhoud. Geheel zelf mogelijk aanleggen van een miniatuurtuintje (het zal geheel anders gaan dan zoals wij het doen), het maken van bloemmozaïeken.
- Veel handvaardige taken kunnen als ze eenmaal beheerst worden ook grotendeels vanuit een gevoelsmatige beleving gedaan worden: weven, een kapsel verzorgen, met kleuren werken.

Het is de kunst een dagactiviteit of een beroepsactiviteit aan te passen aan de specifieke kundigheid van de gevoelsbegaafde. Verder kan het belangrijk zijn na een bepaalde periode te wisselen van beroep, als een bepaalde gevoelskwaliteit op dat gebied optimaal ontwikkeld is.

Mensen met een verstandelijke beperking kunnen ons veel leren!

Toen ik studeerde voor orthopedagoog, leerde ik niets over de bijzondere talenten van kinderen met een verstandelijke beperking. Ik probeerde hen

mentaal veel bij te brengen en zag velen hun best doen mij na te doen in plaats van zichzelf te zijn.

Toen ik leerde gevoelsmatig met hen contact te maken, zonder woorden met mijn hart en ziel, toen ging er een wereld voor me open. Ik heb veel aan hen te danken.

- Ik doe dankzij hen nu minder met mijn hoofd en meer met mijn gevoel.
- Ik heb een aantal fijnere gevoelszintuigen ontwikkeld juist door het omgaan met hen die niet of nauwelijks spreken met woorden, maar spreken met hun hart.
- Ik heb mezelf beter leren kennen, omdat velen van hen direct reageren op elke gekunsteldheid van me.
- Zij hebben me geleerd sensitiever te worden voor alle non-verbale communicatie.
- Zij hebben me geleerd hoe heerlijk het is minder met woorden en meer met beelden te werken.
-

Ik meen het oprecht, wat ik nu zeg. Ik heb in mijn leven het meeste geleerd van kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking, omdat zij mij heel fijngevoelig hebben gemaakt.

Emotionele en gedragsproblemen van mensen met een verstandelijke beperking.

Maar..... zult u nu misschien zeggen: "Mooi verhaal, er is toch ook veel 'ander' gedrag dat we probleemgedrag noemen. En dit gedrag verstoort de ontwikkeling van hun talenten". Ja, dat is ook zo. Hoe ziet dit probleemgedrag eruit?

Teveel praten.

Vooraf bij degenen die deels toch ook mentaal begaafd zijn, zien we vaak: teveel praten. Dat gedrag is meestal ontstaan door ons. Omdat we ze niet waardeerden op hun andere begaafdheden, proberen ze zich zoveel als mogelijk aan ons aan te passen. Ze zien ons de hele dag maar en gaan dat dan ook doen. Jammer. Want als je praat kun je niet voelen. Help hen door samen te werken en te zeggen: laten we nu een tijdje niet praten en alleen doorwerken en voelen.

Dwangmatigheden.

Sommigen hebben allerlei dwangmatigheden ontwikkeld. Omdat ze diep van binnen bang zijn alles niet onder een mentale controle te kunnen houden. Ook jammer. Deze personen kunnen hun aanleg om hun gevoelszintuigen te ontwikkelen onvoldoende ontwikkelen, hetgeen leidt tot vele wanhopige uitbarstingen van frustraties.

Getraumatiseerde groep.

Dan zijn er zowel hier in Roemenië als in Nederland vele mensen met een verstandelijke beperking die door ons aller onbegrip over hen in het verleden trauma's hebben opgelopen. Ze zijn dan vaak innerlijk teveel ontmoedigd om werkelijk verder te gaan en hun talenten te ontwikkelen. Soms laten ze alleen nog maar heel agressief afwijzend gedrag zien.

Ingetogen en gebogen gestalte.

Vele mensen met een verstandelijke beperking voelen zich door ons toedoen onaantrekkelijk binnen de vorm waarin ze geschapen zijn, omdat ze zich afwijkend voelen van hen die hen omringen. Dit maakt dat ze zich dan ook kleiner tonen dan zij feitelijk zijn. Ze doen zich letterlijk ingetogen en gebogen voor. Dit wordt een gewoonte, waardoor zij zich op den duur steeds moeilijker kunnen uitstrekken. (Dus.... laat hen zich psychologisch uitstrekken, laat hen doen waar ze goed in zijn en laat hen zich daarna dagelijks als lichamelijke oefening meerdere malen uitstrekken.)

Tot slot wil ik nog een aantal gedragingen van hen noemen die gewoon zijn als je je gevoelsmatig voortbeweegt met minimale mentale terughouding.

- 1) *Liefst alles en iedereen aanraken.* Sommigen zie je maar even aanraken en daarna weer direct loslaten. Dit is niet hun natuurlijke gedrag. Als je maar even aanraakt, heb je geleerd dat aanraken meestal niet mag. Jammer. Gevoelsmatig begaafden leren en ontwikkelen zich door voelen, aanraken. Dus geef hen die kans door zolang als ze willen iets te bevoelen.
- 2) *Kirrende hoge geluiden maken, met de handen fladderen vanuit een soort pretverwondering. Ineens een sprongetje maken.* Allemaal heel gewoon als je je gevoelsmatig voortbeweegt.
- 3) *Wiegen om tot rust te komen of om even in trance te raken om na te voelen en te verwerken.* Het is erg belangrijk voor hen om op deze manier weer in het lichaamsgevoel te komen na alle 'zijnservaringen'.
- 4) *Ons gedrag nadoen met groteske gebaren, zichzelf op de borst kloppen 'goed gedaan', onze intonatie nadoen.* Dit alles ter communicatie over het gebeurde. Ze proberen zo de gevoelde bewegingen over te brengen. En u weet, dan schieten woorden altijd te kort. Er is veel totale communicatie nodig om je belevingen over te brengen.
- 5) *Een paar moeilijk uitgesproken woorden met veel emotionele lading.* Als we achter deze woorden luisteren, dan ervaren we dat de hele gevoelsbeleving juist in de manier van uitspreken en in de hele lichaamstaal tot uiting komt.

(Voel dan alleen in en probeer niet mentaal tot een goede zinsbouw aan te zetten; dat zou de hele gevoelsbeleving eruit halen).

- 6) Ze kunnen *langdurig aandacht opbrengen voor een detail* of iets waarvan wij ons afvragen of het wel zoveel aandacht verdient. Meestal blijkt later dat er een fantastisch rijke belevingswereld door hen ervaren kan worden, waar wij gewoon nog te ongevoelig voor zijn.

Er is nog veel meer over te zeggen uiteraard. De tijd laat dit niet toe. Het is vast overbodig na dit verhaal om te zeggen, dat probleemgedrag ook kan ontstaan omdat we hun hierboven geschetste natuurlijke gedrag proberen af te leren.

Mijn stelling voor dit symposium:

Het omgaan met hen die mentaal minder alert, maar gevoelsmatig hoog alert zijn, kan voor ons geregeld een zegen zijn. Zij helpen ons in het "hier en nu" te leven en onze gevoelskwaliteiten te ontwikkelen.