

Dolfijntherapie

X-factor dolfijnen stimuleert kinderen met autisme

Tekst en foto's: Daniëlle Kraft, journalist.

Laura, een verstandelijk gehandicapt en autistisch meisje van 17 jaar, doet dolfijntherapie in het Dolfinarium in Harderwijk. Daniëlle Kraft, journalist en moeder van Laura, verwonderde zich, reflexzonetherapeute Titia Licht observeerde.

Dolfijntherapie wordt georganiseerd door stichting SAM, voor kinderen met autisme en Down-syndroom. De reden voor Laura's aanmelding is dat ze zo vaak verdrietig is. Dat wil zeggen: zij ervaart dat zo. "Vroeger was ik altijd boos en nu ben ik altijd verdrietig en daar word ik ook weer ook zo verdrietig van", zegt ze. Laura kan dingen mooi zeggen als ze zich veilig voelt, maar blokkeert volledig in onzekere situaties. Dan gaan alle luikjes dicht, keert ze in zichzelf en komt er geen woord meer uit. Ze ging pas praten toen ze vijfenhalf was. Herinneringen aan vroeger maken Laura overstuur. 'Vroeger' staat voor haar gelijk aan dokters, ziekenhuizen, niets kunnen en vooral: niet kunnen praten. Laura worstelt daarbij met het feit dat ze verstandelijk gehandicapt en autistisch is. Ze ontkent het, ze wil 'gewoon' zijn. Ze heeft ook een milde vorm van het syndroom van Gilles de la Tourette en ervaart aanrakingen als onaangenaam of zelfs pijnlijk (tactiele afweer). Verbaal en cogni-



Speltherapie. De dolfijnen komen meteen aanzwemmen en happen vanachter het glas blij naar de ballen of ballonnen.

tief functioneert Laura op relatief hoog niveau, ze is communicatief, maar haar emotionele en sociale kwetsbaarheid beperken haar. Ik hoop dat dolfijntherapie haar wat zekerder en vrolijker maakt.

Lachen

Er zijn zeven sessies, inclusief terugkomsessie. Laura's therapeute Eeuwke is een in autisme gespecialiseerde logopediste. Zij en de andere therapeuten van SAM (psychologen, fysiotherapeuten, pedagogen en orthopedagogen) overleggen intensief over de kinderen die ze onder hun hoede nemen. Bij elke sessie zit ook de vaste 'observant' Femke (orthopedagoge).

Laura begint zeer gespannen aan de eerste sessie. Ze wil vooraf precies weten wat haar te wachten staat én wat er van háár wordt verwacht (minstens even belangrijk) en kan niet uit de voeten met ons antwoord dat we het ook niet precies weten. Alle stress ontaardt zich bij het emmertje water met desinfectans, waarin ze vooraf haar handen moet wassen. Ze huilt tranen met tuiten. Daarna splitsen we; Laura gaat naar de benedenruimte, het onderwaterbassin, 'overgeleverd' aan Eeuwke en Femke, ik ben vanaf nu alleen nog maar toeschouwer. Laura gooit met nog een restje weerstand ballen tegen het glas, waarop direct vier, vijf dolfijnen komen aanzwemmen, die blij naar de ballen happen. Ze lacht. Eeuwke doet daarna, aan de rand, spelletjes met Laura en bouwt zo op een veilige manier contact en vertrouwen op. Ik hoor Laura honderduit praten.

Confronterend

Na een minuut of twintig gaat ze naar het buitenbad, voor de gestructureerde doe- en de vrije speelsessie met

de dolfijnen. En daar staat ze dan, op de vlinder: mijn Laura, tussen de therapeute en de dolfjintrainer, oog in oog met de vriendelijke en afwachtende dolfijn Tia. Het is voor mij een onverwacht confronterend moment: ik voel haar kwetsbaarheid bijna lijfelijk, zo totaal. Daar staat mijn onzekere dochter die dolfijntherapie doet, omdat haar moeder denkt dat dat goed voor haar is. Tegelijkertijd is er diepgevoelde ontroering: ik zie ook een dapper, stoer en sterk kind. Een 'survivor' die haar eigen manieren heeft ontwikkeld om zich staande te houden in een wereld die voor haar zeer gecompliceerd en bedreigend is. Ik zie de dolfijnen die niet moeilijk doen, die geen onderscheid maken, die gewoon willen spelen. Met hun hoge EQ, hun intelligentie, hun lachende snoeten, hun speelse karakter en hun vrolijke geluiden hebben ze een X-factor waar niemand ongevoelig voor is.

WAT OPVALT: ALLES IS THERAPIE

Laura heeft met haar ijzeren geheugen de benodigde handgebaren snel onder de knie - ze is er vertrouwd mee vanuit het verleden, toen ze nog niet kon praten- en 'vraagt' haar dolfijn daarmee te zingen, rondjes te draaien, te zwaaien, te spetteren of te springen. Ze moet (oog)contact maken en krachtig gebaren en dan doen Tia, Lucy of Skinny met plezier het 'kunstje' dat Laura



Met oogcontact en handgebaren wordt de dolfijnen een 'kunstje' gevraagd. En dan springen ze met plezier drie keer achter elkaar vijf, zes meter door de lucht.

van ze vraagt. Ze springen drie keer achter elkaar vijf, zes meter door de lucht. Ook dolfijnen ontroeren.

Dip

Wat opvalt: alles is therapie: het ophalen bij de entree ('dag Laura, leuk dat je er bent, mag ik je een hand geven?'), het omkleden (zelfstandigheid, leren vragen om hulp), de speltherapie bij het onderwaterbassin, de training van de dolfijnen in het buitenbad en het douchen/aankleden na afloop. Laura leert (haar) emoties te be-



Met hun lichtheid en hun interactieve kracht halen de dolfijnen Laura uit haar schulp en stellen ze haar gerust.



Laura en haar moeder: "Ik zie ook een dapper, stoer en sterk kind."

noemen, te begrijpen en te erkennen, ze leert te vragen in plaats van te eisen, ze leert te kiezen en haar veilige standaardreactie 'ik weet het niet' los te laten. Ik hoor hoe therapeute Eeuwkje tijdens de tweede therapiesessie per ongeluk 'wat zeg je?' vraagt en ik zie met pijn in mijn hart hoe overstuurd Laura hierop reageert. Ik weet hoe ze dit ervaart: wéér iemand die haar niet verstaat/begrijpt. Laura gooit boos haar racket weg en gaat demonstratief met haar rug naar Eeuwkje en de dolfijnen staan, de armen over elkaar, een en al verdriet en verzet. Eeuwkje noemt het later een 'goed therapeutisch moment', dat ze gebruikt om Laura te vragen waarom ze dit zo erg vindt. Ze bevestigt Laura in haar emotie en legt haar rustig uit dat mensen elkaar soms niet verstaan wanneer er te veel lawaai of afleiding is, omdat de één misschien niet duidelijk praat of de ander even niet oplet. De dip duurt amper tien minuten. Dan pakt Laura haar racket op en gaat ze door met 'ballontennis'. Ze lacht weer. Spelenderwijs maakt Eeuwkje intussen ook zware items, zoals 'vroeger' en 'gehandicapt zijn' bespreekbaar. Beneden gebruikt ze daar het emo-brievenbusspel voor (Laura krijgt tekstkaartjes, die ze in de brievenbus bang, blij, boos of verdrietig moet doen, al naar gelang de emotie die de specifiek voor haar gemaakte tekst bij haar oproept), buiten bij de dolfijnen zijn dit soort gesprekjes afhankelijk van de situatie. Aanleidingen zijn bijvoorbeeld het bootje waar Laura niet in durft, een dolfijn die niet oplet of Laura's gebaar niet goed begrijpt of het gedrag van de andere gehandicapte kinderen die dolfijntherapie krijgen.

ZE ERVAART DAT ZE INVLOED HEEFT

EN ZELF DINGEN TOT STAND KAN BRENGEN

Gaandeweg zie ik Laura's basale (veilige) passiviteit met behulp van de dolfijnen veranderen in actieve betrokkenheid; ik zie haar onbevangen plezier, haar blij

gezicht en haar trots als de dieren doen wat ze vraagt. Ze ervaart dat kiezen, beslissen, vragen en contact aangaan haar iets opleveren, dat ze invloed heeft en zelf dingen tot stand kan brengen. De dolfijnen spelen daar een cruciale rol in. Met hun lichtheid en hun interactieve kracht halen de dolfijnen Laura uit haar schulp en stellen ze haar gerust. Ik zie tot mijn verbazing hoe Laura ze glibberige visjes geeft en aait (hun vel voelt als een hardgekookt, gepeld ei) en ze een hand (vin) en op het laatst zelfs een kus geeft!

Effecten

Wat we zien na zes dolfijnsessies:

- Laura is vrolijker. Als ze huilt, is dat meer met een duidelijke reden.
- Ze wordt opener en assertiever.
- Ze gaat langzaam accepteren dat ze 'anders' is.
- Praten over vroeger lijkt wat minder beladen te worden.
- Ze wordt flexibeler, ze blijft minder lang hangen in boosheid of verdriet.
- Ze is zelfverzekerder. Het enthousiasme in haar omgeving over de dolfijntraining versterkt haar zelfvertrouwen.

De dolfijntherapie heeft een aantal positieve ontwikkelingen in gang gezet. Of ze beklijven? De kunst is ze thuis vast te houden en uit te bouwen. We krijgen goede adviezen mee. Ik heb er een goed gevoel over. De dolfijntherapie heeft namelijk niet alleen Laura, maar ons hele gezin een enorme stimulans gegeven; wij - ouders, broer en zusje - zagen in Harderwijk een andere, ik zou bijna zeggen 'nieuwe' Laura. De dolfijnsessies in Harderwijk waren bovendien erg gezellige (gezins)uitjes, we hadden plezier met elkaar, ook dat heeft ons opgepept. We zullen de dolfijntherapie ook 'NLP-achtig' (NLP = NeuroLinguïstische Programmering) gebruiken. Dat wil zeggen: teruggrijpen op de ervaringen in Harderwijk, Laura's goede gevoel hierover oproepen en haar herinneren aan wat ze daar op die vlonder met de dolfijnen voor elkaar kreeg. Het 'klaar'-gebaar voor de dolfijnen blijkt thuis intussen effectief om Laura's boze of verdrietige buien af te ronden. Vooralsnog is de dolfijntherapie voor Laura en voor ons een succes.

Stichting SAM

Stichting SAM biedt kinderen met autisme/Downsyndroom activerende dolfijntherapie in het Dolfinarium in Harderwijk. Eigen bijdrage: € 2100. Meer informatie: tel. 020-453 48 91 (dinsdag 9.00-15.00 uur, donderdag 9.00-12.00 uur).

E-mail: info@stichtingsam.nl

www.stichtingsam.nl

www.laatlauralachen.nl