

Therapie voor personen met een beperking: een zinvolle keuze

“Therapie voor mensen met een beperking is tegelijk hetzelfde én anders dan therapie voor ‘normaal begaafde’ mensen. Hetzelfde omdat onze cliënten evengoed te maken hebben met gebeurtenissen in het leven die ze moeilijk verwerkt krijgen. Anders omdat het soms wat langer duurt voor je de juiste aanpak vindt. Hoe kunnen we een cliënt van 45 jaar met de verstandelijke leeftijd van iemand van 10 jaar respectvol benaderen maar toch begrijpbaar, op zijn niveau? Soms is een klassieke setting van twee mensen in een zeteltje die met elkaar praten niet de juiste aanpak en dan zoeken we naar meer creatieve communicatiekanalen zoals tekenen, knutselen, wandelen met de hond, rituelen... “

Aan het woord is Gerd Claes, coördinator van De Kanteling, een therapeutische groepspraktijk voor mensen met een beperking of een chronische ziekte in Schilde. In een vorige leven werkte Gerd bij Opvang, een dienst voor pleegzorg. Maar het was haar ervaring als zus van een broer met een licht verstandelijke handicap en autisme en als moeder van een zoon met een handicap, in combinatie met haar werk als therapeut die haar deden beslissen om een groepspraktijk op te starten voor deze specifieke doelgroep.

Dat therapie voor personen met een beperking noodzakelijk is, is voor Gerd na 10 jaar De Kanteling overduidelijk. De thema's die in de sessies aan bod komen zijn veelzijdig: sociale vaardigheden, de wereld verstaan, relaties... Toch zijn er twee thema's die er uitspringen: acceptatie en afscheid nemen.

Acceptatie

“Mensen met een beperking hebben heel wat te accepteren en niet in het minst hun handicap”, aldus Gerd. “Het is daarbij belangrijk dat je de dingen eerlijk durft te benoemen. Mijn cliënten hebben een handicap, dat is zo en het zal nooit weggaan. Het is toch normaal dat je daar bij momenten triest en kwaad om bent?! Het determineert je leven, je zijn. Je zult nooit zelfstandig kunnen leven, je moet je kinderwens opbergen, vaak behoort zelfs een relatie of een seksueel leven niet tot de mogelijkheden. Het is belangrijk dat in de therapie ruimte is voor dit verwerkingsproces maar het is ook belangrijk dat we samen ontdekken dat er méér is dan de handicap, dat het verdriet na de sessie ook weer in een doosje kan zodat er ruimte komt voor andere dingen.”

Afscheid nemen

“Acceptatie van handicap of ziekte gaat gepaard met een rouwproces maar daarnaast moeten personen met een beperking ook op andere manieren zeer vaak afscheid nemen. Zeker mensen die in een voorziening leven. Bewoners komen en gaan, begeleiders komen en gaan, er wordt een nieuwbouw gezet en plots wordt er verhuisd naar een andere kamer, er wordt beslist dat een andere ondersteuningsvorm beter aansluit bij de behoeften en dus gaat de cliënt naar een andere leefgroep of voorziening... Ik heb veel respect voor deze mensen die zo vaak afscheid moeten nemen. In De Kanteling willen we een plek creëren waar deze rouw en dit verdriet welkom zijn.”

Meer dan bij 'gewone' cliënten wordt er bij mensen met een beperking intens samengewerkt met ouders, pleegouders of andere vertrouwenspersonen. Dat gebeurt via overlegmomenten maar ook via een heen en weer schriftje. Op het einde van een sessie overlegt de therapeut met de cliënt wat van de sessie in het heen en weer schriftje mag komen en wat niet. Tussen de sessies door kan er dan thuis of in de voorziening nog verder rond de thema's gewerkt of erover gepraat worden. In de volgende sessie leest de therapeut dan wat er in de tussentijd gebeurd is. Dat werkt goed.

Therapie met personen met een beperking duurt vaak lang omdat het tempo van de cliënten lager ligt maar ook omdat veel cliënten bij De Kanteling een plek voor hen alleen vinden. Een plek die volledig onafhankelijk is, waar ze vrij kunnen praten over zichzelf en over hun relaties met anderen. Dat plekje loslaten, is niet evident en is alweer afscheid nemen. Er wordt dan ook veel tijd vrijgemaakt voor het afbouwen van de therapie.

Toch zijn er ook enkele onverwachte obstakels waar personen met een beperking mee af te rekenen krijgen als ze in therapie willen. De meeste cliënten zijn afhankelijk van anderen om in De Kanteling te geraken. Het is niet vanzelfsprekend om iemand te vinden die je wekelijks of om de twee weken wilt brengen en op je wacht om na een uur weer met je terug te rijden. En dan is er nog het financiële aspect. Veel personen met een beperking zijn verlengd minderjarig of hebben een voogd. Daardoor hebben zij niet de vrijheid om zelf te beslissen waar ze hun geld aan uitgeven. Jammer genoeg zijn er nog veel mensen die de overtuiging hebben dat psychotherapie, zeker voor personen met een handicap, overbodig is. En dat is spijtig want psychotherapeutische begeleiding voor personen met een beperking kan veel betekenen.

Personen die onvoldoende financiële middelen hebben om therapie te betalen, kunnen een beroep doen op het sociaal fonds dat De Kanteling oprichtte.

