



Masseur
Caroline Bossink

Kneden als therapie

Ruben (6, kenmerken van autisme) heeft minder last van woedeaanvallen, Bram (17, Asperger) maakt makkelijker contact. Ze hebben massages gehad van Caroline Bossink uit Maartensdijk. "De aanrakingen bij massage zijn voorspelbaar, die vinden kinderen met autisme niet erg."

TEKST MARIA VAN AMERONGEN

Uit onderzoek blijkt dat kinderen met autisme zich door massage beter kunnen concentreren, makkelijker contact maken met anderen en het minder erg vinden als ze worden aangeraakt. Gediplomeerd masseur Caroline, die van huis uit leraar en leerlingbegeleider was en veel met kinderen met een beperking heeft gewerkt, gaat nu zelf een onderzoek doen onder kinderen met verschillende soorten autisme: Asperger, PDD-NOS of klassiek autisme. "Uit eerdere onderzoeken blijkt niet of je het kind met de ene vorm van autisme anders moet masseren dan de ander. Dat wil ik graag te weten komen. Deelname aan het onderzoek is gratis, en na een maand behandelen leer ik de ouders hoe ze zelf hun kind kunnen masseren." Uiteindelijk wil Caroline een massagecursus voor ouders opzetten. Vaak hebben kinderen met autisme moeite met aanraking, maar voor massage kennen zij geen angst, heeft Caroline ontdekt: "Als je op school tegen iemand aanbotst, of iemand legt een hand op je schouder, is dat heel onverwacht. Massage is voorspelbaar. Vaak vertel ik de kinderen precies wat ik ga doen, per lichaamsdeel. Dan weten ze wat er komt. Bovendien is massage een-op-een, dat maakt het makkelijker." Of Caroline rechtstreeks op de huid masseert of over de kleding heen, hangt vooral af van het

kind. De vader of moeder van het cliëntje is altijd aanwezig in de behandelkamer. De Maartensdijkse masseert ook kinderen met andere beperkingen, zoals ADHD. Ze vertelt over haar ervaringen met Ruben, Bram en Sheila.

Ruben

"Woedeaanvallen waarbij hij helemaal in zichzelf keert, razendknap met rekenen, de neiging om uren achter elkaar te computeren, en een inslaap- en doorslaapprobleem: dat zijn enkele kenmerken van Ruben. Een jongen die het niet altijd makkelijk heeft dus. Maar het blijkt dat hij het heerlijk vindt om gemasseerd te worden. En mét resultaat! Al snel slaapt hij stukken beter. Wat een opluchting voor zijn ouders, want Ruben kwam elke nacht wel zes à zeven keer bij hen in de slaapkamer, en wilde dan niet meer terug naar zijn eigen bed. Er gebeurt meer. Na een aantal sessies duren de woedebuien van Ruben, waarbij er met hem geen land meer te bezeilen was, een stuk korter. Bovendien zijn ze minder heftig. Ook is hij dan beter aanspreekbaar. Dat laatste geldt ook voor het computeren: hij accepteert makkelijker dat hij niet meer uren achter elkaar mag. Verder maakt Ruben nu makkelijker contact met zijn ouders. Hij is aanhankelijker, kruipt op de bank lekker tegen hen aan. En hij begint uit eigen

beweging gesprekjes met ze. Zijn ouders kunnen hem nu ook makkelijker aanraken, en mogen hem zelfs masseren. Dat laatste heb ik hen aan het einde van de sessies geleerd. Zo kan Ruben de positieve effecten vasthouden. Goed hè!"

Bram

"Bram is wat ouder: 17. Hij zit nog op school en loopt stage. Hij vindt het vreselijk moeilijk om contact te maken. Waar hij af en toe gek van wordt, is dat hij geen keuzes kan maken: hagelslag of vlokken, eerst wiskundehuiswerk, of toch Engels? Naast masseren praat ik met Bram over zijn dagelijks leven. Hij vertelt dat hij tijdens zijn stage en op school veel verschillende mensen ontmoet, en in de drukte op school botst hij wel eens tegen mensen aan. Dat vindt hij niet prettig. Hij geeft aan dat al die prikkels te veel zijn voor hem, dat ze hem overspoelen. Sinds hij gemasseerd wordt, is dat minder het geval. Ik leg hem uit dat hij zich door de massage bewust wordt van zijn eigen lichaam, en zo een begrensde gebied heeft waar de prikkels minder makkelijk kunnen komen. Door de massage schrikt hij ook minder van onverwachte aanrakingen, en kan hij wat makkelijker contact maken. Ik vertel hem verder dat als je beter in je lijf zit, keuzes maken wat eenvoudiger wordt. Maar dat is een proces dat veel tijd nodig heeft. Ook hebben we het erover dat emoties voor een autist overweldigend kunnen zijn. Emoties lopen via het lichaam, leg ik uit. Denk maar aan uitdrukkingen als 'een steen op de maag' en 'een brok in de keel'. Als het lichaam ontspant, lukt het verwerken van emoties ook beter. Bram knikt tevreden bij deze uitleg."

Sheila

"Een andere cliënte van mijn praktijk is de 13-jarige Sheila. Door haar ADHD is ze levendig en creatief, en wil ze vaak twintig dingen tegelijk. Ze maakt bijna niets af en is in haar werk nogal onzorgvuldig. Concentreren is ook een probleem. Geen wonder dat ze op school niet zulke beste cijfers haalt. Sheila zit in een klas met veel drukke kinderen, en gaat daar makkelijk in mee. Hoewel ze

onvoldoendes haalt, is ze ambitieus: de wil is er wel. Door de massage zie ik haar ontspannen. En dat is niet alleen in mijn praktijk het geval, maar ook op school. Dat komt haar concentratie

'Hij is aanhankelijker, kruipt op de bank lekker tegen hen aan'

ten goede, hoor ik van haar ouders. Als ze wat gespannen is, masseert ze nu ook haar eigen voeten. Slim, ze weet dat dat haar rust brengt. Doordat ze zich beter kan concentreren, is ze langer met één ding tegelijk bezig. Langzaamaan komen er weer voldoende op haar lijst. Ik heb ook haar moeder inmiddels masseren geleerd. Zij doet het nu twee keer per week bij haar dochter. Hierdoor wordt Sheila ook minder onrustig en is ze beter aanspreekbaar. Natuurlijk komt het ook de onderlinge band tussen moeder en dochter ten goede!" •

En wat vindt prof. dr. Pier Frins, klinisch kinder- en jeugdpsycholoog?

"Wat hebben deze drie kinderen gemeen? Dat wordt niet goed duidelijk uit de beschrijving van de therapie. Of het moet zijn dat ze volgens de therapeut alle drie positief reageren op massage. Is massage voor ieder kind met problemen geschikt? Het zou kunnen, maar we weten het (nog) niet. Waarom precies zou deze behandeling bij deze kinderen werken? Hoewel massage zinvol lijkt omdat het ontspanning geeft, mag het behandelingen waarover wel zekerheid bestaat zeker niet vervangen."

MEER WETEN

over het onderzoek? carolina.bossink@casema.nl
over massage? www.praktijkdevrjervimten.nl