

Verzachtende verhalen (Nady Van Broeck)

Geleide fantasie in de voorbereiding en begeleiding bij een onaangename of pijnlijke medische ingreep

Jana is zes jaar. Ze zit middenin de intensieve fase van de behandeling voor acute lymfoblasten leukemie. Bij de lumbale punctie zal lumbaalvocht afgenomen worden voor onderzoek en zal medicatie ingespoten worden. Bij de voorbereiding en begeleiding van Jana wordt gebruik gemaakt van **geleide fantasie**. De psycholoog-gedragstherapeut maakt deel uit van het team dat bij de medische interventie betrokken is. Haar taak bestaat eruit het kind psychologisch te begeleiden voor, tijdens en na de ingreep.

Jana weet dat ze tijdens deze opname een lumbale punctie zal krijgen. Er is met haar en haar ouders afgesproken dat we haar zullen inlichten wanneer de prik gepland is. De ouders geven er de voorkeur aan niet mee te gaan tijdens de ingreep. De ochtend van de lumbaalpunctie zorgt de pedagogisch medewerker ervoor dat ze al vroeg bij Jana is en dat deze zich leuk kan bezighouden. Ze werken aan een geschenk voor papa die jarig is. Een half uurtje voor de prik komt de psycholoog bij Jana om de prik voor te bereiden. Jana's gezichtje betreft als de prik ter sprake komt. De psycholoog / gedragstherapeut verzekert haar dat ze met Jana mee zal gaan om te helpen:

"Als je het goed vind ga ik met je mee. We gaan het samen doen, dan gaat het vaak beter. Als mama straks komt, gaan we haar vertellen hoe het is gegaan. Ik weet een middel om ervoor te zorgen dat de prik snel vooruit gaat. Wil je dat we dat samen leren?"

Ze stelt voor om een verhaal te vertellen, en daar al voor de prik mee te beginnen. Jana houdt erg van David en Lisa, de kabouters (Poortvliet, Huygen, 1976). De psycholoog kiest een verhaal waarin David de kabouterarts aan het werk is in het grote dierenbos. 5 minuten voor ze samen naar de onderzoekskamer moeten vertrekken start ze haar verhaal.

"Op een dag zegt David: 'Lieve Lisa, ik hoorde van de vogels in onze tuin dat er in het bos veel zieke dieren zijn die hulp nodig hebben. Ik heb aan de dieren laten weten dat ze vandaag mogen langskomen als ze me nodig hebben. Ik ga meteen na het ontbijt beginnen'. Kabouter David is nog maar net klaar met ontbijten als in de verte de eerste patiënt al komt aangekropen. Het is een vreemd dier, met een klein

kopje, gekke poten en een groot schild op haar rug. Ze kruipt heel langzaam, het lijkt wel uren te duren voor ze eindelijk aan de voordeur van het huisje van David en Lisa is. Welk dier is het denk je? Inderdaad, een schildpad! Kabouter David laat mevrouw schildpad binnen en vraagt wat hij voor haar kan doen. 'Ach kabouterarts', zegt de schildpad, 'ik ben zo moe, ik kan nog nauwelijks kruipen, elke dag heb ik het gevoel dat mijn schild zwaarder en zwaarder weegt, hoe moet dat nu verder? Kun je mij helpen?' De Kabouter fronst zijn wenkbrauwen, krabt eens in zijn baard, en begint de schildpad grondig te onderzoeken. Hij kijkt in haar muiltje, hij controleert één voor één haar pootjes, en tenslotte betast hij haar grote schild. 'Ik heb het gevonden' zegt hij. Weet jij wat er aan de hand is, waarom zou dat schild zo zwaar wegen?

Op dat moment verwittigt de verpleegkundige dat de arts klaar is. De psycholoog onderbreekt haar verhaal op een open moment: 'Zo meteen in de onderzoekskamer vertel ik verder, kom we gaan'. Ze **modelleert** actief en kordaat rechtstaan, kamerjas nemen, pantoffels aandoen, infuus uit het stopcontact trekken, deur open maken en naar de onderzoekskamer gaan. De stappen worden niet in vraagvorm gesteld maar als **directief** gegeven (niet: "Kom je mee?" maar wel: "Kom we gaan!") Daar gekomen wordt het kind begroet door de arts en de verpleegkundigen die assisteren. Ik vraag het kind om aan hen te zeggen welk verhaal we tijdens de prik gaan vertellen. Zelf benadruk ik dat tijdens het verhaal de arts telkens zal aangeven wat zij doet, en dat ze zeker tot drie zal tellen voor ze de prik geeft. Deze '**reminders**' zijn zowel bedoeld voor het kind als voor de arts. Indien het kind aarzelt, wordt zachte **fysieke aanmoediging** gegeven om op de onderzoekstafel plaats te nemen, om haar T-shirt uit te trekken en haar broekje naar beneden te schuiven. "Voorlopig komt de prik nog niet, ik zal alvast voort vertellen, waar waren we gebleven? Bij dat gekke dier, weet je al wat er aan de hand is?"

"Juist, er is iets met dat schild. Het weegt loodzwaar, omdat het vol met modder ligt. Mevrouw de schildpad heeft pas haar winterslaap achter de rug, ze is vanonder een hele hoop warme blaren te voorschijn gekomen, met bovenop haar schild een heleboel vuil en modder dat daar heel de winter op gevallen is."

"Zit je gemakkelijk? De arts heeft haar propere jas en handschoenen aan, nu gaan ze ook jouw rug heel proper maken. Eerst wassen en dan ontsmetten. Dat voelt wat koud aan. Ik zal ondertussen verder vertellen en ik stop dan telkens als het tijd is voor de volgende stap."

“Om die modder eraf te krijgen heeft de kabouterarts water en een tuinslang nodig. De schildpad moet op het grasveld gaan staan, en de kabouter gaat haar proper spuiten.”

“Nu gaat de arts met haar vingers voelen waar het beste plekje is. Als ze het goede plekje gevonden heeft, zal ze tot drie tellen. Maak je rug mooi rond zoals we geleerd hebben, kun je goed ademen?” Ondertussen vertel ik voort:

‘Sluit maar je oogjes mevrouw de schildpad’, zegt de kabouterdokter, ‘want er komt een stevige straal water.’

De arts zegt: ‘Ik heb het goede plekje, duw eens even met je rug tegen mijn vinger. Oké, dat doe je zo meteen als ik de prik geef ook, nu ga ik tot drie tellen: één, twee, drie. Even op je tanden bijten, niet terugtrekken, tegenduwen, adem rustig. Ik zal je zeggen als de druppeltjes komen... ze komen, ze lopen heel mooi in het buisje, Zit je goed, wat voel je... Dan vertel ik verder:

“Met een harde straal spuit de kabouter de dappere schildpad helemaal proper, ze vindt het niet prettig maar houdt vol omdat ze weet dat ze zich daarna veel beter zal voelen, beetje bij beetje spoelt de modder op de grond en komt haar mooie, glanzende schild tevoorschijn.

De arts zegt: ‘de druppeltjes lopen goed, het tweede buisje van de vier is vol, daarna ga ik je nog medicamenten geven.

“Als alle modder weg is, stopt de kabouterdokter met spuiten. ‘Hemeltje’, zegt de schildpad: ‘Het lijkt wel op ik zweef, zo licht weegt mijn schild, nu kan ik weer gaan en staan waar ik wil, ik voel me net een veertje, ik heb bijna zin om te dansen, heb jij dat al eens gezien een dansende schildpad? ... Dat is wel een gek gezicht.’ Van blijdschap geeft ze kabouter David een klinkende schildpaddenzoen voor ze de terugweg naar het bos aanvat. ‘Tot ziens kabouter, hartelijk dank en als je mij ooit nodig hebt, roep me maar’. De kabouter wuift de schildpad uit en ziet dan al zijn volgende patiënt aankomen. Hij schrikt wel even, want het is een dier dat hij nog nooit gezien heeft, een dier dat niet thuishoort in zijn dierenbos, een groot, grijs dier met een slurf in plaats van een snoet. Wat zou dat kunnen zijn? Ja, een olifant, een babyolifant.

Even opletten. Alle buisjes zijn vol, nu komen drie spuitjes medicamenten, dat voel je wel even. Wat voel je? Gaat het? De dokter gaat het medicament langzaam inspuiten, dan voel je er het minst van.

'Wat doet die babyolifant hier in het bos?', vraagt de kabouterdokter zich af. Het olifantje komt tot bij David en dan merkt de kabouter dat het diertje heel hard huilt, dikke olifantentranen stromen langs zijn wangen naar beneden. Kabouter David haalt er een ladder bij, kruipt erop en vraagt aan het olifantje wat er scheelt: 'Ik kom uit het circus, we speelden hier in het dorp een voorstelling, ik ging een wandelingetje maken en ik ben mijn weg verloren, ik ben zo verdrietig want ik ben nu mijn mama en mijn papa kwijt.'

Het tweede spuitje is klaar. Nu het laatste. De arts zal zeggen als het klaar is en tot drie tellen als ze de naald eruit trekt.

'Dat is een probleem', zegt de kabouter, 'maar ik denk dat we dat samen kunnen oplossen. Stop maar met huilen en laat ons eens nadenken. Je wil zo snel mogelijk terug naar je papa en mama, maar we weten niet waar ze zijn. Wie kan ons daarbij helpen? Onze vrienden de vogels! Kabouter David fluit op zijn vingers en op één twee drie komen alle vogels van het dierenbos aangevlogen. Welke vogels ken je allemaal? Noem er eens een paar!'

Het laatste spuitje is erin (de arts zegt: Ik ga tot drie tellen, dan gaat de naald eruit: één, twee, drie, oké, ga nu maar rustig op je zij liggen, de verpleegkundige gaat het rood van je rug wassen en een verband op je rug plakken.)

De fazanten, de merels, de spechten, de mussen, de vinken, de kraaien, allemaal komen ze aangefladderd. Ze schrikken wel even van het olifantje en fluiten en kwebbelen dat het een lieve lust is. Kabouter David vraagt om stilte en legt het probleem van het olifantje aan hen voor. 'Jullie kunnen ons helpen! We gaan in alle richtingen op zoek en vanuit de lucht kijk je waar het circus nu is. Zodra je het gezien hebt, kom je ons verwittigen.' Zo gezegd zo gedaan.

Ziezo, je bent klaar, dat hebben we samen goed gedaan. Je hebt zeer goed meegewerkt. Jij en de arts, jullie zijn een goed team."

De verpleegkundige draagt het kind naar zijn kamer. Ik volg met het infuus, op de kamer beëindigt de psycholoog haar verhaal. Daarna peilt ze naar de beleving van

het kind: 'Hoe is het gegaan? Wat ging er goed? Waar had je moeite mee? Wat zou je willen dat ik volgende keer anders doe? De arts komt nog even napraten en brengt het 'diploma voor moed' mee dat elk kind na een prik krijgt. Waar heb je nu zin in, want ik vind dat je wel een beloning verdiend hebt. Zal ik aan de juf vragen dat ze bij je komt om een verhaal voor te lezen?'

In functie van de ingreep kunnen telkens nieuwe onderdelen aan het verhaal toegevoegd worden. Als het kan wordt een dier gekozen wiens probleem in verband staat met de reële situatie van het kind.

Als het kind zijn keel en strottenhoofd moet ontspannen kan het verhaal gaan over een eend met een probleem aan de hals. Is het kind veralgemeend ziek en moet het in het ziekenhuis blijven kan het gaan over een dier dat in dezelfde situatie zit.

Het volgende dier dat aan komt gewaggeld heeft een lange hals en mooie gekleurde veren. Wat zou dat zijn denk je?

Een eend, dat heb je goed gezien! De eend ziet er niet goed uit. 'Dag kabouterdokter', kwaakt ze moeizaam, 'Ik heb je hulp nodig! Ik kan, kwaak, niet goed ademen, kwaak, ik heb zo'n raar gevoel in m'n keel.' De kabouterdokter onderzoekt de eend van snavel tot poot en ziet al snel wat er aan de hand is: er zit een dikke knobbel in de mooie lange nek van de eend. 'Dat zit daar niet op zijn plaats', zegt de dokter, 'dat moet naar beneden of naar boven, anders zit het in de weg. Ik weet wat er moet gebeuren mevrouw de eend, maar jij moet me zelf een beetje meehelpen. Ik zal dat wat er in je keel zit zachtjes naar boven masseren en jij moet ondertussen je keeltje zo goed mogelijk ontspannen. Het zal wel een beetje pijn doen maar als het eruit is ga je je stukken beter voelen'. De kabouterdokter masseert met zijn sterke handjes de hals van de eend en duwt beetje bij beetje de knobbel naar boven. De eend werkt goed mee, ontspant al haar spieren ook al doet het een beetje pijn. Daardoor kan de dokter goed zijn werk doen en ja hoor, plotseling moet de eend hard hoesten en er vliegt een hazelnootje de lucht in. 'Oh wat fijn, kwaak, ik kan terug mooi kwaken en goed ademen, ik ben zo blij en voel me zoveel beter. Dank je wel kabouterdokter, je hebt me echt geholpen.'

Het wordt al bijna donker als de laatste patiënt eraan komt. Het is de mooie zilversvos. De kabouterdokter kent de vos heel goed want als er heel snel een boodschap naar kabouterfamilie ver weg moet gestuurd worden, is de vos de beste boodschapper die je kan bedenken. De kabouterdokter ziet niet meteen wat eraan

de hand is. Vos is niet gewond maar ziet er wel moe en ziek uit. Haar vacht is dof en dun en haar oortjes hangen naar beneden. Als de dokter aan haar snuit voelt merkt ze dat ze koorts heeft. Vos zegt dat ze pijn heeft in haar oren en haar keel en de dokter hoort ook dat ze hoest en een verstopte neus heeft. 'Jij moet flink uitrusten en medicamenten nemen Vosje', zegt de dokter. Vos moet in het kamertje voor zieke dieren van de kabouterdokter blijven. Om snel beter te worden geeft de kabouterdokter haar spuitjes in haar stevige achterpoten. Die spuitjes doen wel een beetje pijn maar het duurt niet lang en vos weet dat het is om weer helemaal beter te worden. Om de spuitjes minder te voelen zorgt vos ervoor dat ze de spieren van haar achterpoot goed los laat hangen. Terwijl ze in het ziekenkamertje van de kabouterdokter moet blijven zorgt Lisa ervoor dat ze goed verzorgd wordt en lekker eten krijgt. Goed eten is ook belangrijk om weer terug sterk en gezond te worden. Na een paar dagen is vos opgeknapt en mag ze weer het bos in. Haar vacht is weer mooi en stralend en ze kan weer net zo snel rennen als vroeger. Ze bedankt de kabouters en vraagt dat ze haar zeker zouden roepen als er weer een boodschap moet verstuurd worden naar een ander bos.

(andere mogelijkheden, een bange egel die zo snel zijn stekels opsteekt dat niemand nog bij hem durft komen, een konijn met een doorn in haar pootje die er moet uitgetrokken worden, een roodborstje met een gebroken poot)

Het doel van deze werkwijze is het kind in een toestand van dusdanige concentratie te brengen op het imaginaire verhaal, dat elementen van de realiteit minder goed of niet waargenomen worden. In het verhaal worden suggesties gebruikt die gericht zijn op het afleiden van de aandacht van pijn, angst, hulpeloosheid, onmacht en ziekte terwijl emoties van moed, geholpen worden, actief meedoen, doorbijten, oplosbaarheid van problemen, samenwerking op de voorgrond gebracht worden. De problemen van de protagonisten uit het imaginaire verhaal vragen dezelfde hanteringsgedragingen als diegene die het kind nodig heeft: niet terugtrekken of weglopen, rustig ondergaan, luisteren naar wat de zorgverleners zeggen.

Anders dan bij klassiek gebruik van hypnose worden elementen uit de reële situatie telkens voorspeld. Dit geeft het kind de rust en de veiligheid om zich te laten gaan in de fantasie tijdens de inductie en de suggesties. Door in fasen te werken en het verhaal te onderbreken wanneer de verschillende aspecten van de ingreep of het onderzoek aan de orde zijn, scheidt men voorspelbaarheid. Het kind kan zich concentreren op het verhaal en erop vertrouwen dat de begeleider op tijd zal aankondigen wanneer de volgende stap zal komen. Door deze afwisseling tussen het

imaginaire verhaal en de elementen van de onderzoeks- of behandelingsprocedure¹ moet het kind niet zelf de situatie volgen en kan het zich laten meedrijven met het verhaal. Ideaal is wanneer de realiteitselementen een zinvolle plaats krijgen in het imaginaire verhaal. Een dergelijk voorbeeld vinden we bij Jay e.a. (1985) die het verhaal van Wonderwoman gebruikt waarbij de inwijdingstest om te kunnen behoren tot het Superpowerteam precies bestaat uit het ondergaan van lumbale puncties en beenmergaspiraties.

Door het inlassen van open vragen **betreft** de psycholoog het kind meer bij het verhaal en kan ze **toetsen** of het mee volgt. Gesloten vragen waarop het kind geneigd is met 'ja' of 'nee' te antwoorden worden best vermeden, omdat dit vaak gepaard gaat met hoofdbewegingen. Tijdens de interventie maximaliseert de psycholoog de perceptie van controle ook door regelmatig te vragen hoe het kind zich voelt, of het goed zit, goed kan ademen. Wat het kind rapporteert wordt ernstig genomen. "Mijn neus jeukt, jullie houden me te strak vast, ik kan niet goed ademen, je duwt op mijn infuus", zijn meestal geen vermijdingsgedragingen maar accurate waarnemingen die door aanpassing van het vasthouden verholpen kunnen worden. Oudere kinderen kunnen ook mee beslissen in het moment van de prik. Een aantal van hen reageert zeer adequaat op vragen als: 'Ben je er klaar voor, tel zelf tot drie als het moment goed is. Het verschil tussen op punt stellen van de concentratie en vermijdingsgedrag is vrij duidelijk en in het laatste geval neemt de arts onmiddellijk zelf de beslissing weer in handen.

Referenties

Van Broeck, N. (1994). *Behandeling van Zieke kinderen*. Praktijkreeks Gedragstherapie. Bohn, Stafleu Van Loghum.

Poortvliet, R., & Huygen, W. (1976). *Leven en werken van de kabouter*. Van Holkema & Warendorf, Unieboek bv, Houten.

Hilgard, J R. & LeBaron, S. (1982). Relief of anxiety and pain in children and adolescents with cancer: Quantitative measures and clinical observations. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*. Vol 30(4), 417-442.

¹ Ook wel 'procedural landmarks' genoemd (Hilgard & LeBaron, 1982).