

Coachen kan ook met je handen

Fit 5

Noordhollands Dagblad

FIT

Fred Rutten
weg als coach
Anderlecht

Sport 10

WOENSDAG 17 APRIL 2019

Ervaar hoe aanraken klinkt

Een eivormig houten instrument met de naam CRDL (Cradle). Het maakt contact mogelijk met mensen die moeilijk communiceren. Muziektherapeute Melissa Maijenburg van de Purmerendse Prinsenstichting is enthousiast. „De CRDL werd al toegepast in de zorg voor dementerenden, maar wij hebben gemerkt dat het ook heel goed werkt bij mensen met een verstandelijke beperking.” De CRDL brengt mensen tot elkaar, door aanraking. „Ouders en verwanten van cliënten weten niet altijd hoe ze het bezoekuur moeten invullen. Soms is het al jaren niet meer mogelijk om contact te maken. De CRDL is dan een uitkomst.”

→ **FIT6/7: Je bespeelt elkaar met de CRDL**



De een begint te lachen, bij de ander biggelen tranen over de wangen. Het instrument CRDL - spreek uit 'Cradle' - raakt emoties. Een bijzondere manier om contact te maken met mensen met een verstandelijke beperking.

Contact maken

Je bespeelt elkaar met de CRDL



Activiteitenbegeleidster Patricia Bos bespeelt samen met client Sandy en muziektherapeut Melissa Maijenburg van Prinsensichting het instrument CRDL.

FOTO ELLA TILGENKAMP

Zacht streelt activiteitenbegeleidster Patricia Bos over Sandy's wang. Gelijk aan de beweging klinkt er strijkmuziek uit de CRDL.

Zodra Bos met haar vingers over de hand van Sandy tikt, verandert het geluid in de klank van piano-toetsen. Sandy, een jonge vrouw met meervoudige beperking, luistert aandachtig. Een diepe, ontspannen zucht. „Dit vind je prettig hè!”, zegt Patricia Bos. Dagelijks maakt ze gebruik van de CRDL (Cradle) bij de dagbesteding van de Purmerendse Prinsensichting, die zorg en ondersteuning biedt aan mensen met een verstandelijke beperking. „We hebben er drie en zijn er heel blij mee.” Sandy, met roze bloemetje in het haar en roze gelakte nagels, heeft 's ochtends vier epileptische toevallen gehad. Ze is moe. Toch geniet ze zichtbaar van het gekriebel over haar huid. „Als ze geen zin heeft laat ze dat gelukkig ook goed merken. Dan trekt ze haar hand terug en kan kan je proberen wat je wilt: nee is nee.” Het eivormige houten instrument werkt op aanraking. Wanneer twee of meer mensen een hand op de CRDL leggen en elkaar met de andere strelen, vasthouden, kneden, kloppen of tikken, ontstaat er geluid. Zoals de zee, vogels, krekels, fietsbel, tram, kerkklok, cello, gitaar, klaterend beekje, kippen, eenden en varkens. Of huis-tuin-en-keukengeluiden, zoals een fluitketel, lopen op een houten vloer, rinkelende wekker of koffie-

kopjes. De Haarlemse architecten Jack Chen en Dennis Schuivens ontwikkelden het instrument oorspronkelijk voor mensen met vergevorderde dementie. Via de CRDL worden patiënten weer aangeraakt. De geluiden roepen herinneringen en emoties op. En door de zintuiglijke beleving, van geluid en aanraken, komen patiënten en hun begeleider, partner of familielid nader tot elkaar. Er ontstaat contact.

Aanraking

„Wij zagen al snel mogelijkheden voor meer doelgroepen. Zoals ernstig meervoudig beperkte cliënten en cliënten met autisme. Ik zie ook mogelijkheden in de psychiatrie, met kinderen”, zegt muziekagoog Melissa Maijenburg van Prinsensichting enthousiast. „Dit instrument stimuleert begeleiders om de aanraking aan te gaan. De CRDL maakt dat een stuk gemakkelijker. Je bent niet zozeer bezig iemand te aaien, je bent bezig muziek te maken. We willen het ook inzetten tijdens bezoeken. Want ouders die hier hun kind opzoeken, weten het soms ook niet meer. 'Nog maar een kopje koffie drinken, of weer een rondje wandelen?' Met de CRDL maak je echt contact. Hoe mooi om je kind weer aan te raken en te zien dat jouw kind jou ook opmerkt.” Ook bij mensen met autisme is het een uitkomst. „Zij hebben over het algemeen best moeite met aanraking. Tot nu toe niemand gehad die niet wilde. Ze vinden het allemaal interessant. Dat komt omdat

het geluid erbij komt. Je zegt niet 'hé, wat raak je me lekker aan', maar 'hé, ik hoor een viool!’ „Je bespeelt elkaar. De CRDL werkt alleen als de kring gesloten is. Je moet elkaar vasthouden en het instrument.” De software en de elektronica in de CRDL herkennen bewegingen binnen de kring - en zetten die om in geluiden. Maijenburg zag de handgemaakte CRDL van massief edelhout voor het eerst op Facebook. „Ik wist meteen: Die moeten we hebben.” Het instrument sluit volgens de muziektherapeute naadloos aan op de begeleidingsmethode 'gentle teaching' van Prinsensichting. „Die gaat heel erg uit van de verbinding die je maakt met de ander. Het gaat uit van kameraadschap. Ik ben niks meer of minder dan Sandy. We zijn alle twee gelijk. Zo gaan we met alle cliënten om. Bij dit instrument gaat het ook om de verbinding.”

Scheten en boeren

De CRDL heeft een mooie vorm, je wil eraan voelen. Zelf geluiden toevoegen kan ook. „We willen ook graag scheten, boeren en niesen laten horen”, zegt Patricia Bos. „Dan stikken bewoners van het lachen. Dat is feest. Voor de geluiden hebben we proefpersonen genoeg.” Cliënt Mark komt even buurten. Een slechthorende, verstandelijk beperkte jongen met een muziekdoosje tegen zijn oor gedrukt. Hardhandig pakt hij Bos' bril en haar vast. Ze bevrijdt zich uit zijn grijpgrage vingers en trakteert

Instrument laat aanraken van huid horen

hem op een liefdevolle pakkerd. „Deze meneer pakt alles graag stevig vast.” Ze maakt gekke zoemende geluiden bij zijn oor. „Die trilling vindt hij fijn.” „Dit is zulk mooi werk”, verzucht Maijenburg. „Rijk word je nooit, maar in je hart ben je multimiljoenair. Ik zeg wel eens, als we de Staatsloterij winnen, alles leuk en aardig, maar ik blijf werken, zonder salaris.” Patricia Bos knikt. „Waarom zou ik stoppen? Mijn werk is veel te leuk.” Elke dag leren ze wijze lessen van cliënten. Zoals van die jongen die gek op pluïsjes is. Maijenburg: „Soms heb je gedoe thuis en zit het je tot hier. Maar dan kom je hier en zie je hem een pluïsjie bij de radiator pakken. Wij balen van pluïsjes, hij vindt ze geweldig. Buiten gooit hij het pluïsjie in de lucht, het dwarrelt in de wind. Daar wordt hij zo blij van. Dan sta ik naast hem en denk: 'Waar gaat het nou om in het leven, wat doen we nou eigenlijk moeilijk?' Die cliënt leert mij 'zen' zijn en te genieten van de kleine dingen.”

Annetarie de Jong



Zintuigenprikkelend instrument CRDL werkt door aanraking.

FOTO ELLA TILGENKAMP



CRDL zorgt bij dementie voor contact.

Maakt alert. FOTO'S SANDER NIEUWENHUIS

Contact maken



Dennis Schuivens en Jack Chen.

FOTO SANDER NIEUWENHUIS

Haarlemse architecten willen wereld veroveren

Architecten Dennis Schuivens (40) en Jack Chen (43) willen de wereld veroveren met hun innovatieve zorginstrument CRDL. „Dat zou toch mooi zijn? Meer verbinding tussen mensen.” Het houten object oogt minimalistisch. „Je moet het ervaren”, zegt Schuivens, die opgroeide in Alkmaar. Het idee voor de CRDL ontstond tijdens hun studie aan het Sandberg Instituut in Amsterdam.



CRDL gelakt. FOTO ROBIN VAN DER PLOEG

De CRDL bevordert de communicatie tussen patiënten en hun omgeving en zorgverleners. De ontwerpers deden onderzoek naar de belevingswereld van dementerende ouderen in zorginstelling Sint Jacob in Haarlem. „Er is zoveel meer aan communicatie mogelijk dan je denkt.” Inmiddels zijn er ongeveer 600 CRDL's verkocht. Veelal aan zorginstellingen. De volgende stap is de internationale markt. De prijs start bij 3950 euro (excl. btw) en loopt - mét onderhoudscontract - op tot ongeveer 6000 euro. De zorgverzekeraars geven nog geen vergoeding. Soms wordt de CRDL aangeschaft via

crowdfunding. Het instrument wordt met de hand gemaakt op het MAAK-terrein in Haarlem en won de juryprijs van de Nationale Zorginnovatie 2018. „Eigenlijk is de CRDL veel te intiem. Als je zomaar iemand over zijn wang zou aaien, krijg je te horen of je wel helemaal lekker bent. Maar als je er iets tussen stopt als ijsbreker - de CRDL - dan is aanraken ineens helemaal niet ongemakkelijk. Het gaat erom dat mensen elkaar in de ogen kijken, dat daar iets gebeurt. CRDL is het hulpmiddel om contact te maken.”