

Niet om de pijn heen: Een haptonomische benadering

Auteur: I. Mol
Vertaald/bijgewerkt:
Nieuwsbrief: 1991
Pagina: 45
Jaargang: 7
Nummer: 4
Toestemming:
Illustraties:
Bijzonderheden:
Kernwoorden: pijn congresverslag haptonomie
Literatuur:

De haptonomie heeft als doel om mensen voelend en tastend te leren omgaan met anderen en zichzelf. Dit dient zowel letterlijk (in de lichamelijke aanraking) als figuurlijk (in de emotie) te worden opgevat. In onze samenleving is dat niet meer zo vanzelfsprekend. Vaak gaan we aan ons gevoel voorbij. Keuzes worden met het verstand gemaakt en ons gevoel blijft op de achtergrond. Deze keuzes kunnen volledig tegen ons gevoel indruisen. Door het verstand op de voorgrond te plaatsen en voorbij te gaan aan het gevoel, zijn we zover gekomen dat we ons gevoel vaak niet meer vertrouwen. De haptonomie wil vooral mensen die werken in de gezondheidszorg leren, de aanraking en het voelen weer te gaan gebruiken als leidraad in hun contact met de patiënt. Voelen doen we met onze tastzin. Het is een zintuiglijk vermogen net als bv. proeven. We nemen de hele dag beslissingen op basis van die tastzin. Voelt een lapje op de markt onprettig aan dan koopt u het niet. Zo krijgen we ook al voelend indrukken van onze medemensen, die sympathie of antipathie oproepen. U raakt in uw werk de hele dag mensen aan. Die opgedane tastgebaarwordingen worden zowel door de patiënt als door u gevoeld. Elke aanraking roept gevoelens op; vertrouwen, respect, angst enz. Weten wat uw aanraking teweeg kan brengen is dus in uw werk van belang.

Pijn

Voor iemand met pijn is het belangrijk om zich in veilige handen te voelen. Wat zijn veilige handen? Een verpleegkundige die steeds tegen het bed stoot omdat ze een slecht gevoel heeft voor de ruimte waarin ze werkt, is niet veilig. De patiënt zal alert en gespannen blijven, wat meer pijn dan nodig oplevert. Een verpleegkundige die in haar aanraking laat voelen dat ze weet heeft van degene die ze aanraakt en met respect en zorgvuldigheid werkt wekt vertrouwen, de patiënt zal zich onbewust meer ontspannen.

Zorgvuldig is niet hetzelfde als voorzichtig. Voorzichtig worden we als we de patiënt willen sparen, als we bang zijn om iemand pijn te doen. Hiermee sparen we dan ook onszelf. Want door om de pijn van de patiënt heen te gaan, krijgt deze niet de ruimte om pijn en daarmee

samenhangende emoties te uiten. Voor een genezingsproces is dit echter van wezenlijk belang.

I.mol, Wijkverpleegkundige 's-Gravenhage