

# 5

## Ontwikkelingsdenken: de sensitiefase

### 5.1 Alles draait om sensaties

In de sensitiefase draait het om het waarnemen en beleven van zintuiglijke sensaties. Je hoort, ziet, voelt, beweegt, proeft en ruikt. Je ervaart. Je ervaart zonder dat je daar verwachtingen of gedachten bij hebt. Je zit in het moment. Het is prettig of niet. Bij kinderen die zich 'gemiddeld' ontwikkelen, staat in het eerste levensjaar de sensitiefase centraal. Ze maken nog geen klikjes en de begrijpfase is nog ver weg. Dit geldt ook voor een deel van de mensen met EVMB.

Wat betekent het voor je cliënt om in de sensitiefase te zitten? Hoe kun je je als begeleider inleven?

Het is moeilijk voor te stellen dat Sara en Samuel alleen maar sensaties ervaren. Dat ze geen enkel klikje maken, dat ze geen verwachtingen hebben. Ook voor Joost en Aziz draait vrijwel alles om sensaties, hoewel zij inmiddels wel enkele klikjes maken. Het is lastig om je te verplaatsen in iemand voor wie de wereld bestaat uit sensaties. Die geen besef heeft van wat kort geleden is gebeurd. Die niet weet wat zo meteen gaat gebeuren. Die volledig in het hier en nu leeft. Die alles 'overkomt'.

Zelf zit je ook wel eens in de sensitiefase. Misschien ben jij wel een echte hier-en-nu-koffiedrinker. Iemand die alles om zich heen vergeet zodra hij het kopje in zijn handen heeft. Die het kopje tegen zijn lippen voelt, die de warme koffie in zijn mond ervaart, die de tinteling voelt van het drinken.

Herkenbaar? Dan ben je een sensatie-koffiedrinker. Je wordt één met de koffie. Koffie brengt jou weer even in de sensatiefase. Toch komt er al snel weer het moment dat je gaat denken. Dat je hoofd weer gaat meedoen. Dat je nadenkt over de boodschappen, of weer verder gaat met je werk. Sara en Samuel komen nooit 'in hun hoofd'. Aziz en Joost zo nu en dan een beetje.

Binnen de sensatiefase zie je veel verschillen. Iemand die laag in de sensatiefase zit, is vooral gericht op de prikkels uit en aan het eigen lijf. Dit zijn bijvoorbeeld de bewegingen die hij zelf maakt. Of zijn eigen geluiden. Of zijn eigen handen in zijn mond. Hij is niet gericht op de sensaties *buiten* zijn lijf. De buitenwereld bestaat niet voor hem. Hij is niet gericht op anderen. Hij is zelf het centrum van zijn wereld.

*Sara zit vaak met haar vingers in haar mond of beweegt met haar tanden over haar lippen. Ze volgt de begeleiders die heen en weer lopen niet. Soms draait ze haar hoofd naar een geluid. Ze huilt wanneer ze een droge mond heeft en zich daardoor niet prettig voelt. Ze heeft geen idee dat hierdoor begeleiders bij haar komen. Ze 'doet' zoals ze zich voelt.*

Iemand die wat hoger in de sensatiefase zit, merkt meer sensaties uit de buitenwereld op. Hij is meer gericht op zijn omgeving en probeert mensen en dingen te volgen. Hij probeert prettige sensaties vast te houden. Iets wat fijn voelt, mag doorgaan. Iets wat niet prettig voelt, moet stoppen. Sommige sensaties worden vertrouwd, hij went eraan.



*Aziz is gericht op zijn omgeving. Zijn moeder streelt over zijn hand, dat vindt hij zichtbaar prettig. Als ze ermee stopt, richt hij zijn hoofd op. Als ze bij hem wegloopt, probeert hij haar te volgen. Hij draait z'n hoofd zover mogelijk. Ook als er begeleiders in de buurt zijn, kijkt hij op en volgt. Eerder schrok hij van de bewegingen om hem heen. Nu is hij er aan gewend.*

## 5.2 Sensaties: prettig of niet prettig

*Je hoort muziek. 'Wat een lekkere swing!'*

*Je hebt pijn in je hoofd. 'Wat een rotgevoel!'*

*Je staat onder de warme douche. 'Wat is dit heerlijk!' Opeens wordt het water koud. Je deinst achteruit en slaakt een gil. 'Dit is niet fijn!'*

Er is een prikkel en je 'voelt' hier iets bij. Je vindt deze sensatie prettig, neutraal of niet-prettig. Wij kennen dit natuurlijk allemaal. Je hoeft er niet over na te denken: je weet het. Je weet dat je het warme water prettig vindt. Je weet dat hoofdpijn niet prettig is. Het is een vorm van weten, zonder dat je daar bewust mee bezig bent. En zonder dat je er de woorden bij kent. Ook onbewust is er de behoefte dat een prettige sensatie dóórgaat. Zolang je een bepaalde sensatie prettig vindt, kun je ervan blijven genieten.

*Joost pakt alles op wat hij tegenkomt. Als het niet prettig voelt, laat hij het direct weer vallen. Prettige sensaties wil hij vasthouden. De afwasborstel wrijft hij eindeloos tegen zijn gezicht aan.*

*Samuel kan genieten van het warme bad. Elke keer als hij uit het bad wordt getild, gaat hij huilen. Hij spant zijn lichaam aan en krijgt forse spasmen. Omdat er vandaag wat extra tijd is, kan Samuel langer in bad blijven. Maar ook nu huilt hij als hij uit bad gaat. Dit houdt minutenlang aan. Samuel is moeilijk te troosten. De begeleidster vindt dit vervelend. Ze is al zoveel langer met Samuel bezig, en dan toch weer zo'n reactie. Ze vraagt zich af of Samuel misschien verwend is.*

Herken je dit? Het is een begrijpelijke reactie van de begeleidster. Als je je realiseert dat Samuel in de sensatiefase zit, kun je zijn gedrag goed verklaren. De prettige sensatie is afgelopen en dat vindt hij niet prettig. Hij heeft geen gevoel voor tijd, hij weet niet dat hij langer in bad zat dan normaal.





Voor Samuel is er alleen een nu. Hij heeft geen verwachtingen. Hij kent geen straks. Hij ervaart alleen de kou als hij uit het warme water gaat. En hij vindt die kou niet prettig.

*Sara ligt in haar rolstoel. Het is warm, de zon schijnt op haar benen en ze zweet. Ze huilt. De begeleider tilt haar uit de rolstoel en legt haar in de bedbox. Ze zingt het favoriete liedje van Sara. Na een paar minuten stopt Sara met huilen. Even later ligt ze op haar handen te sabbelen. Een teken voor haar begeleider dat het nu weer prettig voelt voor Sara.*

Sara reageert op een onbehagelijk gevoel: ze voelt zich warm en zweterig. Ze reageert met haar lijf, met emotie: ze huilt. Als de begeleider ervoor zorgt dat haar lijf goed voelt, reageert ze daar op. Ze ontspant langzaam en het huilen stopt.

Iemand in de sensitiefase kan niet in het hoofd en hart van een ander kijken. Hij weet niet dat een ander ook iets voelt of denkt. Toch zie je dat sommige mensen in de sensitiefase reageren op de emoties van een ander, of op sfeer. Ze voelen het aan. Dit leidt nog wel eens tot verwarring. Als begeleider kun je gaan twijfelen aan het niveau van de cliënt. Sommigen zien de gevoeligheid als een 'kwaliteit'.

*Aziz huilt als anderen huilen. En hij is blij als anderen blij zijn. Hij is heel gevoelig voor sfeer. Het lijkt hierdoor alsof hij veel inlevingsvermogen heeft. Maar volgens mij heeft hij gewoon veel last van het huilen van anderen.*

» Begeleidster van Aziz

Aziz is gericht op zichzelf en op zijn omgeving. Hij kan emoties van anderen ervaren en erop 'meedeinen'. Hij begrijpt die emoties niet en houdt er ook geen rekening mee. Aziz zit meestal hoog in de sensitiefase.