

Radicale vernieuwing zorg

Ondersteund door 

HuidHonger: een dans- en beweegprogramma over aanraking

Geplaatst op 6 mei 2019



Iedereen heeft af en toe behoefte aan een knuffel of een aai over de bol. Ook kwetsbare (oudere) mensen. Maar hoe raak je cliënten/bewoners op een natuurlijke en ontspannen manier aan? Margreet Melman, bedenker van het dans- en beweegproject HuidHonger, vertelt.

Wat is dat eigenlijk, huidhonger?

“Kortgezegd: de behoefte aan fysiek contact. Oorspronkelijk werd de term vooral gebruikt voor baby’s. Het blijkt dat kleintjes zich trager ontwikkelen als ze niet voldoende worden aangeraakt. De behoefte aan lichamelijk contact verdwijnt echter niet met het ouder worden. Alleen worden kwetsbare mensen vaak nog maar zelden liefdevol aangeraakt. Denk aan mensen met bijvoorbeeld dementie, afasie, de ziekte van Huntington. Daar zijn allerlei redenen voor. Soms is de partner bijvoorbeeld overleden. Of hij/zij vindt de ander niet meer zo aantrekkelijk, vanwege de beperkingen. Eigenlijk zie je in zo’n situatie dat zowel de kwetsbare als de gezonde partner huidhonger heeft.”

Wordt huidhonger door zorg- en welzijnsmedewerkers voldoende gesignaleerd?

“Vaak niet. Maar huidhonger is ook niet zo makkelijk te herkennen, want lang niet altijd geven kwetsbare ouderen en hun naasten hun behoeften aan. Ze zullen niet snel zelf vragen om fysiek contact. Wordt de huidhonger wél gezien, dan is het overigens maar de vraag of medewerkers weten hoe ze hieraan tegemoet kunnen komen. Huidcontact wordt al snel verward met seksuele aanrakingen. Of medewerkers voelen weerstand tegenover fysiek contact, door hun eigen innerlijke blokkades. Het is belangrijk om die blokkades bespreekbaar te maken en waar mogelijk op te lossen. Hoe? Door te laten zien dat je door aanraken nieuwe vormen van communicatie kunt creëren. Ook als de oude vormen, zoals taal en eigen

fysieke uitingsvormen, door een ziekte of beperking zijn verdwenen.”

Jij bedacht een project voor zorgorganisaties rondom het thema huidhonger?

“Ja. Met Care&Culture als aanjagende stichting zijn we een aantal jaar terug gestart met de ontwikkeling van een dansprogramma rondom liefdevolle zorg, het belang van aanraking en intimiteit: HuidHonger.

In 2017 gaven de professionele dansers van HuidHonger voor het eerst workshops aan cliënten, naasten, zorg- en welzijnsprofessionals en vrijwilligers van vijf zorglocaties. De dansers kwamen steeds negen dagdelen naar een zorglocatie en gingen daar met de deelnemers aan de slag. Ze oefenden met hen een aantal bewegingen en bouwden daar een dans omheen. Het project eindigde steeds met een voorstelling, waarin alle deelnemers en dansers het stuk uitvoerden voor publiek.”

Hoe waren de reacties?



“Vrijwel zonder uitzondering positief. Zo zei een dochter dat ze haar moeder weer was gaan aanraken door de workshops en dat hun relatie daardoor enorm was opgeknapt. En zorg- en welzijnsprofessionals gaven dikwijls aan dat zij bijvoorbeeld vaker een bewoner even vastpakken, omdat ze meer beseffen hoe belangrijk fysiek contact is.

In 2018 hebben we het project op negen locaties gedraaid en ook een trainingsmodule ‘Liefdevolle zorg’ ontwikkeld, in eerste instantie voor zorgorganisaties, al kan het ook gebruikt worden voor training in onderwijsinstellingen. In 2019 zullen we het programma waarschijnlijk op vijftien locaties doen. Kortom: we groeien. HuidHonger wordt steeds meer een echte beweging.”

Dat heeft jou ertoe gebracht om HuidHonger onder te brengen bij jouw productiebedrijf?

“Klopt. Ik ben iemand met veel ideeën en kan goed projecten ‘uit de grond stampen’ rondom thema’s met een maatschappelijke noodzaak. Het liefst met een kunst- en cultuurinvalshoek. Als iets me raakt en ik zie hoe een situatie verbeterd kan worden, dan wil ik daarmee aan de slag. Zo bedacht ik onder meer, samen met andere direct betrokkenen, het Care&Culture-koor, waarin verschillende generaties samen zingen. Of ik sluit als fondsenwerver aan bij startende projecten om ze beter op de kaart te zetten. Zoals bij het project Clean Cooking Service, waarbij we vrouwen wereldwijd helpen om schoon en rookvrij te koken. Vele vrouwen en kinderen – 1,4 miljard op jaarbasis! – sterven nu nog door rookvergiftiging.

In de eerste fase van een project ontwikkel ik een passend netwerk, doe de fondsenwerving, verzamel de juiste mensen en geef ik het project als het ware handen en voeten. Als de pilotfase is afgerond en het project echt loopt, ga ik weer op zoek naar volgende uitdagingen. Soms buiten het project, soms daarbinnen. Daar speelt mijn productiebureau vervolgens een mooie rol. [Melman Producties](#) is een bedrijf met vier vaste medewerkers en daaromheen een schil van zo’n 25 zzp’ers. Binnen het productiebedrijf kan een project worden doorontwikkeld en uitgerold. In deze fase moet het ook financieel ‘op eigen benen gaan staan’. In het geval van HuidHonger betekent dit dat zorgorganisaties die ermee aan de slag willen, hiervoor gaan betalen.”

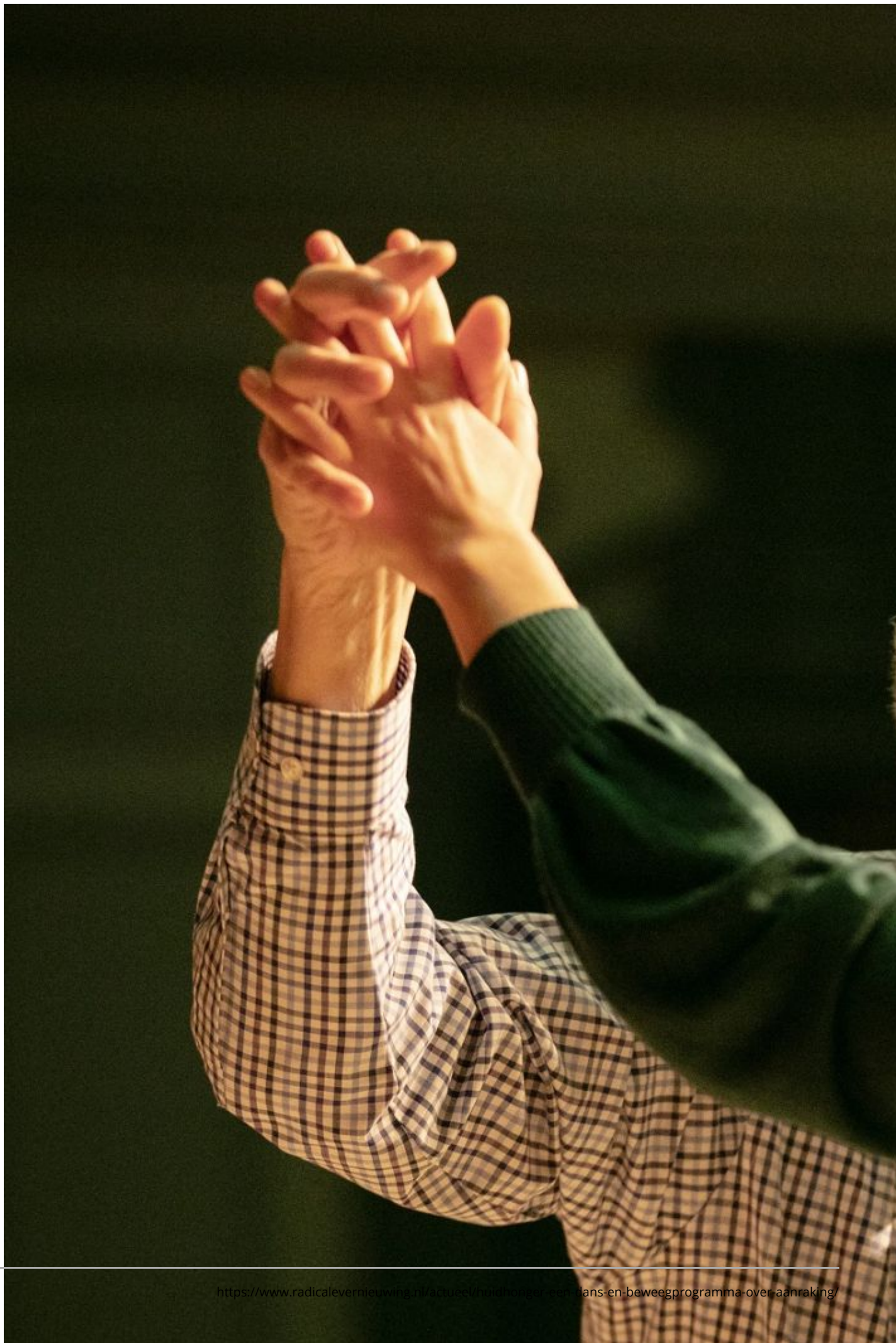
Hoe wordt er binnen Radicale Vernieuwing Waarde-vol Onderwijs® (RVWO) aandacht geschonken aan HuidHonger?

“In het kader van het HuidHonger Trainingsprogramma, dat gebruikt kan worden door onderwijsinstellingen, volgden studenten een informatieve ochtend. Deze stond onder leiding van danstherapeut Job Cornelissen. Studenten oefenden deze ochtend ook al een beetje met het maken van lichamelijk contact. En ze formuleerden [leervragen](#), waarmee ze in de praktijk aan de slag zullen gaan. Aansluitend gaan ze een aantal workshops volgen – de bedoeling is drie tot zes – op de zorglocatie waar ze stage lopen. Onze dansers zullen dit onderdeel begeleiden. Samen met bewoners, collega’s, vrijwilligers, naasten en studenten wordt toegewerkt naar een presentatie.”

Waren de studenten al bekend met het begrip huidhonger?

“Nee, de meesten nog niet echt. Wat me opviel: ik zag dat de oudere studenten, de mensen met meer levenservaring, het veel makkelijker vonden om te oefenen met het maken van fysiek contact dan de jongeren. Dat is niet gek; we zien dit vaker. Het heeft te maken met de levensfase waarin jongeren zitten. Ze ervaren vaker schroom rondom het thema ‘intimiteit’. Ook hun onervarenheid met de zwaardere kanten van het leven – en hoe je in moeilijke situaties verlichting kunt bieden door huidcontact – speelt mee. Het mooie was wel, dat de oudere studenten de jongere studenten soms letterlijk bij de hand konden nemen.”

Studenten RVWO gaan ook nog naar de Inspiratiemiddag ‘Kom in Beweging!’ op 20 mei, in de Stadsgehoorzaal te Leiden. Wat is dat voor middag?



“Het is een initiatief van het Jo Visser fonds en Kenniscentrum Leyden Academy on Vitality and Ageing. Zij nodigen mensen uit om hun ervaringen met vernieuwende communicatievormen in de (ouderen)zorg te delen. Hierbij staan HuidHonger en [DanceforHealth](#), dat zich richt op mensen met Parkinson, reuma en MS, centraal. Deelnemers kunnen workshops volgens of inspiratie opdoen met behulp van filmische fragmenten uit beide programma's. Ook zal er een paneldiscussie plaatsvinden aan de hand van prikkelende stellingen. Hieraan zullen studenten RVWO deelnemen, docenten uit het zorgonderwijs en zorgexperts Joris Slaets van de Leyden Academy, Ageeth Ouwehand van Beweging 3.0 en Ronnie van Diemen van de Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd. Dan is het woord aan Jet Bussemaker, van de LUMC-Campus Den Haag. En tot slot is er nog een verrassend slotoptreden.”

Wat hoop je uiteindelijk binnen RVWO te bereiken?

“Dat studenten RVWO straks dagelijks voelen dat huidhonger een heel natuurlijk onderdeel is van het leven. En dat ze handvatten hebben gekregen om er iets mee te doen, zodat ze via aanrakingen het isolement van kwetsbare mensen kunnen verbreken. En ook, dat deze aanpak geborgd wordt in de betrokken zorgorganisaties. In alle lagen: van de werkvloer tot en met de directie. Als dat lukt, ben ik heel tevreden!”

Tekst: Femke van den Berg. Beeld: Melman Producties.

Meer artikelen over de thema's met trefwoorden:

Thema's: [Vernieuwing onderwijs](#), [Radicale Vernieuwing Waarde-vol Onderwijs®](#)

Trefwoorden: [Onderwijs](#), [Waarde-vol onderwijs Leiden](#)