

IN DE SPIEGEL

Carla Buntsma uit Woubrugge weet als contactclown Toet iets los te maken bij mensen met dementie en mensen met een verstandelijke beperking.

‘Ik maak zo emoties los’

Bert van den Hoogen

SPIEGELBEELD

„Ik zie een tevreden iemand die nu doet wat ze al heel lang wil, maar telkens voor zich uit heeft geschoven. Er was steeds wel iets om niet door te zetten om contactclown te worden. Maar ik bleef erover lezen. Toen twee jaar geleden de opleiding in Leiden startte, wist ik: als ik het nu niet doe, komt het er nooit van.”

LANGGEKOESTERDE WENS

„Na mijn opleiding detailhandel werkte ik als inkoopster bij een verpleeg- en ziekenhuis. Daarna heb ik meerdere banen gehad. Bij alle voelde het niet compleet. Familie en vrienden zeiden mij ook telkens dat ik iets met mensen moest gaan doen. Tijdens mijn functie als activiteitenbegeleidster in een verpleeghuis voelde ik de klik: dit is mijn passie.”

CLOWN

„Bij contactclown gaat het niet om het clownsgebeuren. Een clown moet een groep mensen aan het lachen maken. Bij contactclown gaat het om het contact met een individu. Het gaat veel meer om het gevoel. Er mag natuurlijk gelachen worden, maar het gebeurt ook vaak dat er een traan vloeit. Als contactclown maak ik emoties los.”

CLINICLOWN

„Daar zou je het mee kunnen vergelijken. Een CliniClown is gericht op kinderen. Ik richt me als contactclown op dementerenden en mensen met een verstandelijke beperking.”

CLOWNSACT

„Nee, ik voer geen act op. Ik ben wel een personage, bijvoorbeeld een schoonmaakster. Aan mijn kleding merk je al dat er iets niet klopt, dat ik niet echt een schoonmaakster ben. Maar ik weet vooraf niet wat ik ga doen. Soms begint het met een opmerking over een voorwerp op tafel, of begin ik te neuriën. Als ik daar reactie op krijg, ga ik daarop weer verder. Het is constant aanvoelen hoe ver ik kan gaan, of die persoon mij wel in de buurt wil hebben.”

RODE NEUS

„Ik ben minimaal geschminkt. Een clown heeft felgekleurde haren, grote ogen en een dikke rode mond. En natuurlijk de rode neus. Die neus heb ik ook. De rode neus en de vrolijke kleding zijn de ingang voor het eerste contact.”

INTIEM

„Het kan zeker intiem worden. Bij een demente vrouw die vrijwel niet meer communiceerde kon ik mijn hoofd op haar hoofd leggen. Dat kan ik alleen doordat ik niet mijzelf, maar de contactclown ben. En dat kan ook



▲ Carla Buntsma voert geen act op: „Ik weet vooraf niet wat ik ga doen.” FOTO MARTIN SHARROTT

PASPOORT

Geboren: 3 augustus 1962 in Woubrugge.

Opleiding: Detailhandelschool, opleiding contactclown.

Loopbaan: Magazijn/inkoopmedewerkster, secretaresse bij fysiotherapie, activiteitenbegeleidster verpleeghuis, zorgmedewerkster sinds maart contactclown.

Privé: Getrouwd, twee kinderen.

niet meteen. Toen ik dat kon doen, zag ik een traan bij haar. Maar een andere keer is het een vrolijke boel. In alle gevallen gaat het erom dat je oprecht in iemand wilt verdiepen. Je moet echt met iemand samen zijn, de emoties in je op kunnen nemen.”

OPLEIDING

„De opleiding tot contactclown is heel intensief. Je leert niet acteren als een clown, maar veel meer om in stappen met iemand in contact te komen. Je leert dat op een pure manier te doen. Dat betekent dat je veel van jezelf moet geven. In de opleiding word je telkens een spiegel voorgehouden. Je leert ook over dementie en verstandelijke beperkingen. Je moet namelijk wel weten wat je doet,

want het is een heel kwetsbare groep. Er wordt weleens gezegd dat ik een beetje de lolbroek ga uithangen, maar dat is niet zo.”

EXTRA ZORG

„Ik ben zorgmedewerkster in een zorginstelling. Als contactclown voeg ik iets toe aan de kwaliteit van de zorg. Bij dementie beschadigen de hersenen en gaan hersenfuncties verloren. Personen veranderen en raken veel kwijt. Maar ze verliezen nooit de emoties. De emoties zijn mijn tools waar ik op inspel, ook al kan het zijn dat de zorgvrager ons het moment daarna is vergeten. Maar op dat moment geniet de zorgvrager en ik weet dat de gevoelens blijven hangen. Daar doe ik het voor.”

VERSTANDELIJKE BEPERKING

„Bij mensen met een verstandelijke beperking werk ik veel met geluiden. Een andere methode is om het gedrag te gaan spiegelen. Ik was had een keer bij een jongen die de hele dag dwanghandelingen vertoont en zich uit met geluiden. Ik ben naast hem gaan zitten en die geluiden net even anders na gaan doen. Zo kreeg ik contact en stopte de dwangbehandeling. Het verzorgend personeel stond ervan te kijken dat ik dat voor elkaar kreeg en vertelde mij later dat deze jongen langere tijd rustig was.”

RESULTATEN

„Ik heb niet de illusie dat dementerenden zich mij de volgende dag nog weten te herinneren. Maar ik zorg er wel voor dat ze een positief moment op een dag hebben. Iemand die de hele dag op een stoel voor zich zit te kijken, wordt er zeker niet beter op. Ik krijg van het verzorgend personeel vaak te horen dat een dementerende de rest van de dag anders is. Ze zijn iets positiever en maken wat makkelijker contact. Door de contactclown gaat er die dag een knop bij ze om.”

THERAPIE

„Je zou het een therapie kunnen noemen, maar dat doe ik niet. Dan zou ik medische claims leggen op mijn aanpak en dat kan ik niet. Hoe toon je wetenschappelijk aan dat iemand baat heeft bij een contactclown? Bovendien zijn het vaak maar enkele momenten die ik met iemand heb. Als je echt resultaat wilt hebben, dan zou je langere tijd wekelijks bij iemand langs moeten.”

ONBEKEND BEROEP

„Er zijn al veel contactclowns in Nederland. Toen ik de opleiding volgde, waren we met acht personen. Als je een contactclown zoekt, kun je ze in heel Nederland vinden. Dus zo onbekend is het niet. Maar ik ken geen andere contactclown in het Groene Hart. Ik vind het belangrijk dat er meer bekendheid komt over contactclowns, zodat er meer gebruik van gemaakt wordt. Ik kan niet alle tehuizen in de regio langs, dus het zou goed zijn als er in het Groene Hart meer contactclowns komen.”

CONTACTCLOWN CADEAU

„Het is best lastig om voor iemand met dementie een verjaardagscadeau te bedenken. Waar maak je zo iemand nou nog blij mee? Een bloemetje? Chocola? Een leuk idee is om een bezoek van een contactclown cadeau te geven.”

KOFFER

„Die koffer zit vol met allerlei attributen. Als contactclown kom ik altijd met de koffer binnen en kan ik eruit halen wat op dat moment het beste van pas komt.”