

# Wakker

**Hemma (38 jr) is naar mij verwezen door de huisarts. Ze is depressief, ze heeft last van SLE, een chronische spierziekte. Sinds de geboorte van haar dochter (die is nu 8) heeft ze nachtmerries, Ze heeft geen werk meer, in het huishouden wordt ze bijgestaan door familie.**

## Sprookje

SLE is een interne strijd tegen het immuunsysteem, het verwijst naar ingeslikte boosheid. "Hoe maakten je ouders ruzie?" "Ze hadden een boomgaard en gooiden met appels en peren, ik begreep nooit waar het overging. Ik was ook wel eens kwaad, gewoon kwaad, ik weet niet waarover." Haar boosheid heeft geen woorden, het wordt onderdrukt, het is een burger oorlog. "Welk sprookje vind je het mooiste?" "Die met de fee die een appel geeft aan de prinses." Ze gaat sprookjes lezen, want wat ze zegt is een leuke mix van Sneeuwwitje en Doornroosje. Is het de ingeslikte appel (boos gif) of de slaap (depressie)?

Het blijkt de slapende prinses te zijn. Aan het werk dus om deze prinses weer wakker te krijgen. Haar bewustzijn moet geactiveerd en ze krijgt als huiswerk mee om een collage te maken aan de hand van een aantal vragen.

## Kasteel

Op de vraag: "Wat vind je het mooiste plekje?" antwoordt ze: "Het strand."



Er staat echter duidelijk een schep op het plaatje. "Een zandkasteel maken." "Hoe ziet het kasteel eruit?"

Ze tekent een kasteel en ik nodig haar uit naar binnen te gaan.

Na een ontspanningsoefening, die heel goed is voor haar spieren, krijgt ze beelden van het kasteel. Er zijn kamers met bewoners. Het meisje, Lisa speelt met poppen, Hemma vindt het leuk om met haar vadersmoedertje te spelen. Tim woont tegenover haar, hij is ziek. Hemma vindt eerst dat het vanzelf wel overgaat, maar wil wel even zorgen. Tante Dora is oud, houdt van puzzelen, is saai en gezellig. Opa Teun is een oude man die heel veel weet van geschiedenis. De eigenaar kent ze niet, de ouders van Lisa beheren het pension in het kasteel.

## Toelichting

De personen komen overeen met aspecten van Hemma zelf. Ze is een braaf meisje dat het liefst klein blijft en met poppen speelt. De jongen is ziek: haar mannelijke daadkracht is ziek, geen wilskracht. In het dagelijkse leven is dat ook zichtbaar. Ze besluit te stoppen met nagelbijten.

Tante is de oude wijze vrouw, die bij Hemma alleen maar gezellig is en nauwelijks de deur uitkomt. Ze besluit om dagelijks te bewegen.

Opa is de oude wijze man, hij weet veel van geschiedenis. Langzaam komt ook Hemma op gang om zicht te krijgen op haar eigen geschiedenis. We bezoeken het kasteel vaker.

Op zolder ontmoeten we het vriendelijke spook. Hij laat haar een olielamp ontdekken. De lamp staat voor inzicht krijgen. Thuis ruimt ze de zolder op.

In de kelder staan oude overbodige spullen. Ze is geboeid door het vroegere leven, wat haar aanspreekt is de eenvoud.

## Toekomst

Een van de tekeningen die ze maakt is de boom. De toekomst-boom draagt liefdevolle vruchten, heeft een brede stam, is stevig geworteld, mist blijvend een zware tak en blijft een beetje scheef.



Het gaat goed met de nagels, ze ziet er steeds vaker stralend uit.

Ze heeft nog de neiging om spanningen in te slikken ipv ze woorden te geven. Ze leert dat de mensen in het kasteel haar kunnen helpen om oplossingen te vinden. De jongen is inmiddels beter. Tijd om de buitenwereld te gaan ontdekken. Die kant van haar kan versterkt worden: wilskracht, daadkracht, vormgeven aan wat haar bezighoudt. De tekeningen worden preciezer, ze kijkt beter. Ze is wakker. Nu nog wakker blijven!

## Gea Evenhuis

[www.agogischtherapeut.nl](http://www.agogischtherapeut.nl)