

# ‘Papa, nu ben ik Krokodil!’

Timo leeft vooral in zijn hoofd, vinden zijn ouders. Hij heeft weinig vertrouwen in zijn lichaam en gaat contact met anderen uit de weg. Samen met zijn vader gaat Timo griefelen. Hij leert het verschil tussen spanning en ontspanning en maakt daarna een goede start op de basisschool.

Timo is een peuter van drie en wordt in de herfst aangemeld met eetproblemen. Zijn ouders spreken over een vicieuze cirkel. Door de eetproblemen werken Timo's darmen niet goed en krijgt hij regelmatig klisma's en laxeremiddelen. Dit geeft veel weerstand. Verder is Timo nog erg eenkennig, heeft hij weinig contact met anderen en is hij nauwelijks zindelijk. Hij is het liefst thuis en ziekenhuisbezoeken zijn een drama.

## Intake en doelstelling

Tijdens de intake blijkt dat Timo met anderhalf jaar een openhartoperatie heeft ondergaan. Voor die tijd kon hij weinig, had geen energie om te kruipen en observeerde vooral. Zijn moeder heeft de eerste twee jaar rechtop in bed zittend, met Timo tegen haar schouder, geslapen. Anders ging het niet. De operatie vonden de ouders heftig, maar inmiddels is Timo gezond verklaard en kan hij alles wat kinderen van zijn leeftijd kunnen. Timo heeft een zusje gekregen, waar hij dol op is.

Volgens zijn ouders leeft Timo vooral 'in zijn hoofd'. Er lijkt weinig verbinding met zijn lichaam, alsof de energie niet stroomt. Samen veronderstellen we dat Timo zich eigenlijk nooit prettig heeft gevoeld in zijn lichaam. Vanaf zijn geboorte te weinig energie, dan een forse operatie en vervolgens enorm veel in moeten halen. Onze doelstelling: Timo weer vertrouwen geven in zijn lichaam en hem daarin thuis laten voelen.

## De ouders

De ouders krijgen, los van de intake, een startgesprek, een tussen- en een eindevaluatie. Zij evalueren elke bijeenkomst via de mail. Voor thuis hebben ze een map meegekregen, met de verhalen van de bijeenkomsten en oefeningen voor thuis. Vooraf zijn de ouders geïnstrueerd over 'stevig staan' (gronden) en de (bui)kademhaling. Vader is bij elke griefelbijeenkomst van Timo aanwezig.

## De behandeling

Bij de kennismaking zit Timo op vaders arm. Hij is gespannen en het contact is vluchtig. De introductie van de dieren breekt het ijs. Timo is meteen gefascineerd door Stokstaartje, dat in het programma de rol van het jonge kind heeft en op reis gaat in het grote dierenbos, om de wereld te ontdekken. Timo is gegrepen door het verhaal. De oefeningen doet hij in het begin vooral mee omdat vader zo enthousiast is.

Het materiaal doet wonderen: de groter en kleiner wordende Hobermansphere (als het in- en uitademen van de longen), bellen blazen, ballon opblazen. Timo mag laten zien 'hoe stevig hij kan staan'. Hij krijgt een elastische band om zijn middel, waarvan zijn vader de uiteinden vasthoudt. Timo gaat lichtjes door zijn knieën, haalt zijn zwaartepunt naar beneden en zijn armen gaan als Popeye de lucht in. Hij straalt kracht uit. Vader probeert hem met de band omver te trekken. Timo doet zo zijn best dat hij zijn adem inhoudt. 'Doorademen!', zegt zijn vader. Samen moeten ze lachen om het geluid van Timo als hij zijn adem loslaat. Ze concluderen dat lachen en 'stevig staan' niet goed samengaan.

## Ik ga je pakken!

Het zet de toon voor de volgende bijeenkomsten. Vader en zoon experimenteren en onderzoeken. Uitgaand van ritme en balans (het liedje) en het verhaal (op rijm), om dan via spel de spanning op te laten lopen. Meteen gevolgd door spel dat leidt tot aarden en rustig ademhalen. Het verschil tussen spanning en ontspanning beleven ze zo totaal.