

Verknocht aan mijn bal

Het verhaal van Eline Ossevoort, 23 jaar

Na mijn bezoek aan Solvejg Dunnewolt heb ik bijna een half uur telefonisch gesproken met Eline Ossevoort. Vanaf haar 14^e jaar brengt ze regelmatig een bezoek aan Solvejg. In dit gesprek vertelt ze me dat zij gelooft in (de filosofie achter) de BALanstherapie en dat ze verknocht is aan haar bal.

Scoliose ontdekt

Eline is 13 jaar oud als tijdens een buktest geconstateerd wordt dat ze scoliose heeft. Dus... ze gaat naar de orthopeed, waar opgemeten wordt dat haar bocht ca. 40 graden is. Hij geeft aan dat haar waarschijnlijk een operatie te wachten staat. Maar omdat ze nog niet uitgegroeid is, moet dat uitgesteld worden tot na de groei. Ze krijgt een brace aangemeten. Eline, die een operatie als allerlaatste middel ziet, gaat op zoek naar alternatieven. Heel even gaat ze aan de gang met Ceasartherapie, maar dat levert haar onvoldoende winst op. Via via hoort zij van de BALanstherapie. Alhoewel de therapie niet naast de deur is, stapt ze er op af. En dat is een goede zet geweest!



Eline op haar bal

De bal zorgt voor de goede houding en het kost minder moeite om een goede houding te vinden die 'lekker zit'. De komende jaren zal zij de bal zoveel mogelijk als 'zitmeubel' blijven gebruiken en oefeningen blijven doen. Daarnaast is het nodig dat zij regelmatig aan beweging (of sport) doet. Het zitten op de bal en het in beweging blijven zal in de toekomst belangrijk voor haar blijven.

Naast een betere houding en een sterk verminderde scoliose, heeft de BALanstherapie een ander effect gehad: ze heeft de afgelopen jaren meer overtuigingskracht gekregen: "Ik sta er, ik mag er zijn".

BALanstherapie

Als ze 14 is, komt ze voor het eerst bij Solvejg. Het oefenen met de bal vindt ze veel leuker dan de Ceasartherapie. De bal en de trampoline maken het speels (of zoals een andere patiënt het omschreef: "Het lijkt wel een feestje, maar dan een feestje voor één kind") en ze gaat dan ook trouw iedere week met veel plezier naar de therapie. Solvejg maakt in de eerste lessen, voordat ze gaan oefenen, foto's van haar rug. Na de les maakt ze weer een foto en het is verbazend hoe anders haar rug er dan uitziet. Eline ervaart ook zelf het verschil. Ze krijgt een bal mee naar huis, waarmee zij dagelijks oefeningen kan doen.

Controle bij de orthopeed

Nadat Eline drie jaar de brace heeft gedragen, gaat ze voor controle terug naar de orthopeed. De bocht wordt weer opgemeten en wat blijkt? Deze is nu 25 graden. Dit is zowel voor haar als de orthopeed een (mooie) verrassing.

Dit impliceert dat een operatie niet nodig is. Eline is ervan overtuigd dat dit mooie resultaat te danken is aan de BALanstherapie. De BALanstherapie heeft haar geleerd hoe zij met haar lijf moet omgaan. Door de oefeningen wordt het lichaam ertoe aangezet om zich op natuurlijke wijze te strekken vanuit het bekken. De therapie heeft haar bewust gemaakt van haar eigen houding en beweging.

Overtuigingskracht

Inmiddels is Eline 10 jaar verder. Regelmatig komt ze nog 'voor onderhoud' bij Solvejg, al is de frequentie behoorlijk teruggeschroefd. Je ziet weinig aan haar rug. Ze studeert en werkt.

Op onhandige collegebanken of op een bureaustoel zittend achter de computer, verlangt ze naar haar bal. Zodra ze op haar bal zit, merkt ze dat haar rug weer in balans komt.

De houding, die zij zich door de therapie heeft eigen gemaakt, straalt meer overtuigingskracht uit. Ze is zich bewust geworden van haar houding en beweging en kan deze bewust aansturen. Dit inspireert haar enorm en daarom is het voor haar geen enkel probleem om dagelijks met de therapie aan de gang te gaan. De therapie heeft opgeleverd dat zij zelf een 'korset van spieren' heeft opgebouwd dat haar zowel lichamelijke als persoonlijke kracht geeft.

Erica Theloosen,
redactielid