

## **Nu is er tijd om te investeren in uw gezin**

In deze tijd van crisis rond corona zijn we nog meer aangewezen op elkaar en wordt het besef groter hoe belangrijk het is te zeggen wat het hart van onze relatie raakt.

Ouders en kinderen zijn thuis aan het (school)werk. Avondbijeenkomsten en clubs vallen weg. Nu is er tijd om te werken aan verbinding. Ga ervoor!

We leven in een bijzondere tijd, waarin we terug geworpen worden op onszelf en ons gezin. Het is een intensieve tijd, waarin het digitaal werken meer energie vraagt dan het gaan naar school en werk. Het is een tijd om keuzes te maken. Wat is werkelijk van belang? Familie om ons heen kan ziek worden, het kan ons overkomen dat we met ons gezin een tijd in quarantaine moeten gaan. De verbinding in het gezin komt in beeld. Kunnen we elkaar tot steun zijn of komen de gezinsrelaties te veel onder druk te staan? Wordt er gesproken over de dingen die er werkelijk toe doen? Je komt elkaar dagelijks tegen en schuurt aan elkaar, maar weten kinderen van hun ouders wat hun gevormd heeft? Weten we van elkaar wat de reden is waarom het schuurt? In het huidige tijdperk van veel aandacht voor social media is het soms wat sober wat betreft het contact in het gezin. Wordt er gepraat over hoe je voor elkaar van betekenis bent of bent geweest. Weten gezinsleden op welke manier er geïnvesteerd is in de verbinding met elkaar of juist wat zo gemist wordt? Het praten over dat waar je naar verlangt en het bespreekbaar maken van intenties die de basis waren van bepaalde acties, maken dat een gezin in verbinding komt.

Nu we door de corona crisis zoveel thuis zijn, is dit de kans voor gezinnen om te investeren in de gezinsrelatie. Verbinding wordt in onze vluchtige maatschappij, met al haar eisen, zo vaak gemist. Jongeren lopen vast omdat er geen tijd meer is voor echt contact. Ouders vragen zich soms vertwijfeld af, hoe breng ik onderwerpen aan de orde, hoe kan ik met mijn kinderen in contact komen.

Daarom wil Willy Veijer het recent uit gegeven spel 'Open Huis!' onder de aandacht brengen, als hulpmiddel om het gezin weer in verbinding te brengen. Ze werkte jaren als gezinsbehandelaar. In haar werk met gezinnen heeft ze gezien hoe behulpzaam spel en creatief werken kan zijn.

Open Huis! is een bordspel waarbij je door de kamers van een huis loopt. Iedere kamer heeft een eigen thema. Zo liggen op zolder vergeten herinneringen en in de kelder zorgen en angsten. De slaapkamer gaat

over jezelf; de keuken en de woonkamer gaan over de waarden en de regels van het gezin. In de logeerkamer leer je de belangrijke anderen van het gezin kennen. Tijdens het spel word je uitgenodigd om elkaar verhalen te gaan vertellen of doe-opdrachten uit te voeren.

Het basisspel is geschikt om gewoon, gezellig in je eigen gezin te spelen. Voor therapiedoeleinden is er een aparte uitbreiding van het spel. Aan het idee ervoor ligt de contextuele benadering ten grondslag, ontwikkeld door de Hongaarse psychiater Boszormeni Nagy. In het zorg dragen voor anderen groeit ook je eigenwaarde en je zelfbeeld. Nagy beschrijft hoe de erkenning en het gezien worden in je eigen gezin van belang is. Niets is bijvoorbeeld krachtiger dan erkenning en bevestiging door je eigen ouders. Mensen die de erkenning van hun ouders hebben gemist, hoor je soms verzuchten: "Ik wilde dat ze - al was het maar één keer - hadden gezegd dat ik het goed had gedaan."

Willy Veijer: "Dit spel is een hulpmiddel om elkaar te vertellen over je achtergrond, over vergeten verhalen of angsten die je moeilijk deelt. Het zet een gezin stil om te kijken zowel naar het gezamenlijk belang, waarin je iets voor de ander kunt betekenen, als naar je eigen verlangens en identiteit. Dat sámen geeft je eigenwaarde, het maakt dat je er toe doet. Voor ouders is dat toch iets geweldigs om aan hun kinderen te kunnen meegeven?"

Over de auteur:

Willy Veijer is contextueel therapeut en werkzaam bij Eleos. Samen met Jaap van der Meijden en Kees Verduijn, beide docent en contextueel therapeut, ontwikkelde ze het spel 'Open Huis!' Voor meer informatie zie: [www.binnendecontext.com](http://www.binnendecontext.com).