



Hoe houd je kinderen en jongeren geboeid in beeld?

In de werkelijkheid van het spel wordt ontdekt wat er in het echt speelt. Als gezinsbehandelaar, verbonden aan de kinder- en jeugdpsychiatrie, heb ik gemerkt hoe belangrijk het is om kinderen en jongeren te betrekken in gezinstherapie. In dit artikel kunt u lezen hoe verschillende therapeuten, zoals Nagy, Andolfi, Rober en Mets, eveneens dit belang zien.

door Willy Veijer

In dit artikel zal duidelijk worden dat ook spelvormen kinderen en jongeren kunnen helpen geboeid te blijven tijdens therapie.

Zo kwam ik bij een gezin met tieners waar veel onwil was met betrekking tot therapie. Vragen werden al gauw als te confronterend ervaren. Het Open Huis!-spel kwam op tafel. De tieners

waren verrast door het spelbord en gaven aan dat ze nooit spelletjes deden met hun ouders, omdat de ouders er geen tijd voor hadden en zichzelf druk waren met hun mobiel. Het spelbord leek genoeg uit te dagen om met z'n allen aan tafel te gaan zitten.

Tijdens dit spel kwamen vragen aan de orde over allerlei dingen: wat is een herinnering waar je nog vaak aan denkt? Wat doen jouw ouders hetzelfde als hun ouders? Zijn er

momenten geweest waarop je geprobeerd hebt iets te betekenen voor jullie gezin waarvan je denkt dat niemand dat gezien heeft? Vragen die de dialoog op gang brachten en waarbij het verhaal werd verteld. Bij gezinnen hoorde ik achteraf dat er over deze vragen was doorgepraat en er vragen waren gesteld aan oma's en opa's en andere familieleden.

Michael White (2009) zegt over narratieve gesprekken, waarin de verhalen verteld worden, het volgende: 'Ik heb gemerkt dat deze gesprekken mensen in staat stellen om hun relaties met anderen te herdefiniëren en dat mensen juist erkennen dat de stem van een ander een belangrijke rol speelt in de ontwikkeling van hun eigen identiteitsbesef.'

In dit artikel zal ik de toegevoegde waarde van de contextuele ingang in spelvormen en hoe het toewerkt naar verbinding tussen gezin en familie en hoe structuur veiligheid biedt, verder uitwerken aan de hand van geanonimiseerde casussen.

Het belang van kinderen en jongeren betrekken in de therapie

Verschillende therapeuten en psychiaters benoemen het belang van het betrekken van het kind in de gezinstherapie. Nagy (1994) zegt 'dat zelfs het heel jonge kind beschouwd moet worden als een volledig deelnemend lid van het therapieproces, als iemand die evenveel aandacht verdient als de volwassenen' (p. 321). Maurizio Andolfi (2007) beschrijft hoe hij 'twijfels had over de werkmethode binnen de kinderpsychiatrie: uitgerkend bij kinderen werd het gezin buiten de therapie gehouden' (p. 14). P. Rober in

Hermkens (2010): 'In een uitgebreid onderzoek in de Verenigde Staten ontdekten Korn en Brown dat 40% van de gezinstherapeuten nooit kinderen uitnodigt voor therapeutische sessies, en dat 31% wel kinderen uitnodigt, maar hen niet werkelijk betreft bij de therapie.' Bij speltherapie waren het kind en de therapeut betrokken, terwijl de ouder of verzorger in de wachtkamer zat. M. Andolfi (2007) had 'de rotsvaste overtuiging dat het een grove, een vaak schadelijke vergissing was om een kind los van de liefdevolle schakels van het gezin te observeren' (p. 15). Daarnaast ziet Andolfi (2007) kinderen als relatiedeskundigen, 'ze hebben een fantastisch gevoel voor systemische rechtvaardigheid, waardoor ze ook in de slechtste ouder een constructieve dimensie weten te ontdekken' (p. 15). Hij noemt dat het noodzakelijk is de taal van het kind te spreken: 'Heldere symbolische taal die tot uiting komt door middel van spel en non-verbale signalen' (p. 15). Dit is ook mijn eigen ervaring als therapeut.

Een gezin waar de ouders kort geleden gescheiden waren, vroeg hulp vanwege moeilijk gedrag van de kinderen. Hun vader was langdurig depressief, onvoorspelbaar en suïcidaal geweest. Bij mijn eerste bezoek waren de kinderen erg druk en was een gesprek niet mogelijk. Ik ben bij hen op de grond gaan zitten en we hebben samen een huis van lego gebouwd. Al spelend haalde Bas van 5 jaar de poppetjes erbij. Vader mocht niet in huis komen en er werden allerlei stellingen ter verdediging aangebracht. Moeder en broertje mochten wel in het huis, Bas ging zelf op de muur staan

Veel wapens ter verdediging, maar vader stond wel altijd ergens op de tekening of was aanwezig in het spel.

om te beschermen. In de therapiesessies die daarop volgden tekende of speelde hij vaak hetzelfde thema. Veel wapens ter verdediging, maar vader stond wel altijd ergens op de tekening of was aanwezig in het spel. Ondertussen vroeg ik wie konden helpen en wat er nodig was zodat vader weer wat dichterbij kon komen. Opa en oma waren hulpbronnen voor moeder, waardoor zij in het spel voor zichzelf kon zorgen. Moeder kon middels het spel bevestigen dat oma haar hielp, maar dat ze ook zelf op de muur kon staan. Er kwamen verhalen los en al spelend vertelde Bas dat hij vooral wilde dat vader voorspelbaar werd.

Praten had in dit gezin geen nut gehad, dan waren de kinderen afgehaakt. Maar door te spelen werden de verhalen verteld over wat tevoren op slot had gezeten. Via het spel konden deze kinderen veel vertellen over de relationele aspecten in dit gezin en over hulpbronnen. Het was mooi dat Bas erkenning kon krijgen voor zijn zorg voor het gezin. Moeder zag haar verdienste, omdat Bas haar bescherming ging erkennen en tegen haar zei dat hij niet voor haar hoefde te zorgen. Ze groeide hierdoor in haar zelfvertrouwen, wat zijn uitwerking had op het gevoel van veiligheid van de kinderen.

In onze observatie nemen we daarin niet alleen mee wat we horen, maar zeker ook wat we zien aan interacties en non-verbale ►

Volgens Nagy is het veel krachtiger wanneer erkenning komt van een eigen familielid, dan wanneer het komt van de therapeut.

taal. Juist vanwege de eerlijkheid van kinderen is dit een belangrijke hulpbron voor ons als therapeuten om het gezin bij de kern te brengen. Een reden te meer waarom je ze niet zou willen missen in de therapie sessies.

Daarnaast is de zorg en de verantwoordelijkheid voor de kinderen de hefboom waarmee ouders in beweging komen. Meer dan eens heb ik gemerkt dat ouders vanwege hun kinderen aan hun problemen willen werken.

Zo was ik in het gezin van Melodie (tien jaar) die zich verzette tegen haar ouders. Melodie vertelde mij dat ze erachter was gekomen dat haar ouders haar altijd hadden voorgelogen over haar bestaan. Ze had in een fotolijstje achter de foto van haar zelf een foto gevonden van een kleine baby, bij een vreemde man op de arm. Voor haar was dit het overduidelijke bewijs dat zij geen biologisch kind van haar ouders was. Als ouders gelogen hadden over haar afkomst, waarom zou zij dan naar hen luisteren, zo was haar redenering en ze was er behoorlijk boos over. Ouders wisten niets van deze stellingname, totdat Melodie erover vertelde. Ondertussen was er veel boosheid en ruzie in het gezin geweest.

Eerst gaven we haar de gelegenheid te vertellen hoe dit voor haar is geweest. Door het verhaal begrepen ouders nu de verwarring bij hun dochter. Toen we het fotolijstje erbij pakten bleek dat de babyfoto een foto was die in de

winkel als voorbeeld in de lijstjes werd gedaan. Nu bij daglicht bekeken en zonder de stress die de 'ontdekking' bij Melodie had opgeleverd, zag zij dat ze het helemaal verkeerd had gezien. Opeens werden opmerkingen die ze de laatste tijd gemaakt had begrepen. Hierdoor konden ouders en dochter zich weer verzoenen met elkaar en kon er gewerkt worden aan meer openheid.

Een ander punt waarom het belangrijk is de kinderen te betrekken in de therapie is de hechting. Kinderen bij wie sprake is van een onveilige hechting, hebben het nodig dat er aan de verbinding met de beschikbare ouder wordt gewerkt. Het grote argument om ouders te betrekken bij therapie is dat wanneer kinderen hun verhaal vertellen aan de therapeut en zij een vertrouwensrelatie opbouwen, deze na therapie ophoudt te bestaan. Hierdoor komt er weer een breuk in het vertrouwen. Hoe verbindend zal het zijn wanneer de belangrijke personen in het leven van een kind betrokken zijn in de therapie en de vertrouwensband met hen versterkt wordt.

'Veelzijdige betrokkenheid ligt ten grondslag aan gezinstherapie, dit vloeit voort uit de overtuiging dat mensen er baat bij hebben als zij verantwoordelijkheid voor hun relaties op zich nemen. Het belangrijkste methodologische principe van contextuele

therapie – veelzijdige partijdigheid – gaat uit van een helende kracht van verantwoordelijkheid, die wordt verkregen door van ieder familielid de balans van geven en nemen en hun consequenties onder ogen te zien' (Nagy, 1994, p. 110-111).

Wanneer zowel kinderen als ouders betrokken zijn, kan hier aan gewerkt worden. Volgens Nagy is het veel krachtiger wanneer erkenning komt van een eigen familielid, dan wanneer het komt van de therapeut. 'Therapeuten moeten ervoor zorgen dat zij nooit de dynamische verbondenheid van belangrijke, wederzijds op elkaar betrokken relaties doorbreken' (1994, p. 321).

Mets zegt het zo: 'Het stimuleren van de veilige gehechtheid is misschien wel de allerbelangrijkste taak van alle volwassenen die een rol spelen in het leven van een kind. Door veilige gehechtheid te stimuleren, vergroot je de kansen van een kind om zich cognitief, sociaal, emotioneel en zelfs fysiek optimaal te ontwikkelen. Een veilige gehechtheid vergroot de veerkracht van een kind, waardoor het ook later in zijn leven beter bestand is tegen stressvolle gebeurtenissen of omstandigheden. Investeren in de veilige gehechtheid van kinderen is investeren in kinderen en investeren in onze wereld' (2017, p. 8).

Bij kinderen met hechtingsproblematiek is de structuur van de therapie van belang. 'Sommige kinderen die opgegroeid zijn in een gezin waarin ze werden aangemoedigd om hun eigen gang te gaan, vinden het moeilijk om de leiding van een volwassene en diens regels te accepteren. Ze hebben geleerd dat je alleen overleeft als je je lot in

eigen hand neemt' (Booth & Jernberg, 2010, p. 190).

Het is belangrijk, als therapeut, dat je in stapjes laat merken dat je structuur kunt aanbrenge in de therapie, waardoor de veiligheid gewaarborgd wordt. Dat vraagt ook een zekere vorm van leidinggeven en daarin volhardend te zijn wanneer het kind weg zou willen gaan bij de therapie of zelf de invulling wil bepalen. Een van die structuren zou een spel kunnen zijn.

Hoe houd je kinderen en jongeren geboeid in de therapie

Kinderen en jongeren vinden het soms heel moeilijk om zich te concentreren tijdens een gesprek. In dat geval kan een spelvorm hen helpen. Met nadruk wil ik zeggen dat het een van de middelen is die zou kunnen helpen. Soms is het gesprek voldoende, soms is een beeldende therapie beter. Misschien ten overvloede: de houding van de therapeut is van groot belang. Vanuit een nieuwsgierige en niet wetende houding kan de therapeut vragen naar gebeurtenissen uit het leven van de cliënt of het gezin. Hij zal proberen een ontspannen sfeer te creëren waarbij de veiligheid zoveel mogelijk is gewaarborgd. Vanuit de meerzijdig partijdige houding ziet de therapeut de inbreng van ieder gezinslid als waardevol en nuttig.

Martine Delfos noemt in haar boekje 'Luister je wel naar mij?' het belang om te luisteren naar wat het kind zegt. Wij als volwassenen schieten daar nog wel eens in tekort, we vullen vaak in wat een kind bedoelt. Door het kind te vragen jou te helpen om het te begrijpen, krijgt het de



gelegenheid om meer uit te leggen wat het bedoelt. Je eigen taal moet aangepast zijn aan het begripsniveau van het kind en het is goed na te vragen of het kind begrijpt wat je gezegd hebt. Een kind heeft al gauw door wat er verwacht wordt, waardoor het sociaal wenselijke antwoorden geeft. Hierdoor wordt niet gezegd wat er werkelijk in hem leeft.

Zelf merk ik dat geduld hebben, uit laten praten en hier de ouders in stimuleren, helpend is. Het vraagt van de therapeut een goede inschatting hoe er aan verbinding gewerkt kan worden en wanneer je moet vertragen in het proces om te zorgen dat het kind erbij kan blijven. Vaak vraag ik in de therapie na of aannames kloppen. In een gezin waarin tijdens een spel een puber de vraag kreeg wat ouders ervan zouden vinden als hij een tattoo zou laten zetten, wist de puber meteen dat zijn moeder dat niet goed zou vinden. Ze hadden hier nog nooit over

gepraat. Ik heb de uitnodiging neergelegd om dit samen te bespreken. Veel meer dan de vraag over de tattoo kwam het gesprek op gang over het autonoom beslissingen mogen maken. De tiener was geïnteresseerd hoe dat bij zijn moeder in haar gezin van herkomst was en zo kwam er middels het spel een open dialoog op gang.

Hoe te werken met een spelvorm

Met de inzet van spelvormen schept de begeleider een aangename werkcontext. Dit is niet alleen prettig voor de betrokkenen, het is ook functioneel in het licht van begeleidingsdoeleinden, want de speelse context en sfeer werken uitnodigend om zichzelf over te geven aan het proces (De Ronde, 2015, p. 346).

Alleen al het gebruik van spel zal in veel gezinnen saamhorigheid bewerken en daarvoor ook preventief werken. Door voor een spelvorm te kiezen kun je kinderen en jon-



De therapeut kan een voorbeeldfunctie hebben door tijdens het spel oog te hebben voor het geven van het kind.

geren beter betrekken. 'In elk spel is een element van onvoorspelbaarheid aanwezig, dat zorgt voor een zekere opwinding, concentratie of spanning' (De Ronde, 2015, p. 62). Je weet nooit van tevoren welke vraag je krijgt en hoe die zal uitpakken. Hierdoor zijn vragen minder belastend. Stel je de vraag: 'Hoe wordt er in jullie gezin over drank gedacht?' aan een puber die afgelopen weekend ruzie over drank heeft gehad met zijn ouders, dan voelt het als een aanval. Komt dezelfde vraag via het spel bij een gezinslid terecht dan kan het een open gesprek worden, omdat de vraag los komt te staan van het gebeuren in het weekend.

Tijdens een spelvorm kun je als therapeut observeren hoe interactieve patronen liggen en hoe de balans van geven en nemen is. De therapeut kan een voorbeeldfunctie hebben door tijdens het spel oog te hebben voor het geven van het kind. 'Bedachtzaam gebruik van de zorg van een kind vereist van volwassenen dat zij de bijdragen van een kind onderkennen in plaats van kleineren', zegt Nagy (1994, p. 412).

Er zijn ook andere leerzame aspecten, zoals

het wachten op je beurt, stil zijn als de ander vertelt, je houden aan spelregels, iedereen heeft een aandeel, etcetera. Het geeft structuur die veiligheid kan bieden bij bijvoorbeeld een kind met onveilige hechting.

De Ronde zegt: 'Een positieve interactie en vreugde beleven aan samen spelen en bezig zijn, zorgen voor een gezond vertrekpunt van de kinderlijke ontwikkeling. Het is belangrijk dat ouders/opvoeders invoelend reageren op het kind. Dat ze enthousiast reageren op zijn pogingen contact te maken. Dat is wat kinderen willen: verbinding' (2015, p. 17).

Onlangs was ik in een gezin met drie jonge kinderen. Fred groeide op bij zijn moeder die verschillende relaties had gehad. Met zijn opa mocht hij soms mee om klussen te doen en daar was aandacht voor wie hij was en kon hij zichzelf zijn. De laatste en langst gebleven vriend van moeder stelde veel eisen en maakte hem duidelijk dat hij niets kon.

Fred leerde Mary kennen die heel goed in zorgen was en dat vervulde zijn behoefte om gezien te worden. Zij was niet voor niets zo

goed in zorgen geworden. Ze groeide op in een gezin waar veel geweld tussen haar moeder en stiefvader was en waar zij, door zo lief mogelijk te zijn, geprobeerd had het leven van haar moeder makkelijker te maken. Maar het werd niet gezien. Ook nu nog probeerde ze steeds het de ander naar de zin te maken, maar ging ze voorbij aan haar eigen behoeften. Fred en Mary kregen drie kinderen. Nu Fred zelf kinderen had, was zijn grootste wens een goede vader te zijn. Alleen zijn opa was voor hem een voorbeeld hoe vaderschap eruitzag. Tijdens huisbezoeken bleken de kinderen de regie overgenomen te hebben en bepaalden zij wat er wel en niet mocht. Het was chaotisch in huis. Mary vond het moeilijk consequent te zijn, omdat ze bang was dan te horen dat ze geen lieve moeder was. We keken samen hoe zij van betekenis was geweest in haar gezin van herkomst en langzamerhand begon ze autonomie te verwerven en kon ze naar de kinderen toe duidelijk en consequent zijn. Mary vertelde dat Fred niet zo goed was in lief zijn voor de kinderen en ze als volwassenen benaderde. Regels werden uitgebreid met redenen omkleed en er werd veel gevraagd van het inlevingsvermogen van de kinderen,

ook waar het nog niet bij hun leeftijd paste. Hij voelde zich onhandig om met de kinderen te spelen.

Regelmatig deden we spelvormen met het hele gezin. De kinderen leerden zich aan regels houden en ouders om consequent te zijn. Tijdens een therapie sessie had ik een hele grote doos meegenomen, waar ze met zijn allen een huis van zouden maken. Allemaal zittend op de grond waren ze aan het samenwerken en hadden ze plezier in het contact en overleg met elkaar. We hebben opnames gemaakt en teruggekeken waar ouders aandacht hadden voor de kinderen.

De week hierop volgend bleven de kinderen met elkaar spelen en luisterden ze naar de regels van ouders. Vader was verbaasd hoe zo'n eenvoudig spelmoment zoveel uitwerking had. Twee maanden later hoorde ik dat ze opnieuw een doos in huis hadden gehaald om samen mee te spelen.

Tijdens de sessies in dit gezin werden interventies gedaan die toewerkten naar meer autonomie van de ouders, maar ook van de kinderen. Via 'modeling' leerden ouders hun kinderen te zien en gericht aandacht te geven. Zo werden de ouders bij het zien van de uitwerking van het samen spelen meer in hun rol als ouders bevestigd. Moeder kreeg meer zelfvertrouwen als moeder toen ze oog kreeg voor wat ze had gegeven in haar gezin van herkomst. De kinderen voelden zich gehoord en gewaardeerd, wat leidde tot een begin in het verkrijgen van autonomie. Het mooie was dat ze tijdens dit proces samen plezier konden beleven, wat leidde tot meer verbondenheid.

Tot slot

In dit artikel heb ik duidelijk willen maken dat het betrekken van kinderen en jongeren van groot belang is in de gezinstherapie. Via het kind kom je vaak bij de kern van de problemen in het gezin. Daarnaast zijn juist de kinderen vaak een reden voor ouders om te willen veranderen, elke ouder verlangt ernaar iets te betekenen voor zijn kind. Maar om kinderen en jongeren geboeid te houden, zal de therapeut in de belevingswereld van het kind en de jongere moeten stappen. Als therapeut vind ik dat we het belang moeten onderkennen en van onze eigen veilige stoel af moeten komen en in de belevingswereld van het kind moeten durven stappen.

Ik wil afsluiten met een citaat van Mets: 'In je handelen wil je het kind tot zijn recht laten komen. Je wilt dat het schittert en dat zijn ogen twinkelen. Dit vraagt om een ware ontmoeting vanuit het hart.

Het is bovendien zo ontzettend nodig dat wij naar het kind uitstralen dat het goed komt. Dat we erop vertrouwen dat we er samen uitkomen, ook al zal dat niet altijd even gemakkelijk zijn... Door in een kind te geloven, verstevig je zijn eigenwaarde en zijn veerkracht en groeit zijn vertrouwen en verbinding met de opvoeder' (2017, p. 29). ◀

Literatuurlijst

- Andolfi, M. (2007). *Het kind in gezinstherapie*. Amsterdam: Hogrefe.
- Booth, P. & A. Jernberg (2010). *Theraplay gehechtheid tussen ouders en kinderen verstevigen door spel*. Amsterdam: Hogrefe
- Boszormenyi-Nagy, I. & B.R. Krasner (1994). *Tussen geven en nemen: Over contextuele therapie* (6e druk). Haarlem: De Toorts.
- Delfos, M.F. (2003). *Luister je wel naar mij?* (7e druk). Amsterdam: SWP.
- De Ronde, M. (2015). *Speelruimte voor ervaring en reflectie*. Delft: Eburon.
- Dillen, A. (2004). *Ongehoord vertrouwen*. Antwerpen: Garant.
- Hermkens, L. (2010). *Niet over maar met kinderen praten. De ontmoeting tussen ouders en kinderen mogelijk maken*. 14e Ammy van Heusdenlezing.
- Mets, M. (2017). *Spelenderwijs verbinden en hechten met meer dan honderd spelletjes*. Amsterdam: SWP.
- Michielsens, M., W. van Mulligen & L. Hermkens (2008). *Leren over leven in loyaliteit*. Leuven/Leusden: Acco.
- Rober, P. (2014). *Gezinstherapie in praktijk* (7e druk). Leuven /Den Haag: Acco.
- White, M. (2016). *Narratieve therapie in de praktijk*. Amsterdam: Hogrefe.

Willy Veijer is sinds 2009 werkzaam als gezinsbehandelaar in de GGZ, vanaf 2019 bij Eleos en daarvoor bij Psychiater Praktijk Vechtdal. Werken met het hele gezin is haar passie. Ze heeft de Specialisatie Contextuele Therapie afgerond. Tevens is zij schrijfster van de contextuele vragenwaaier 'Vragen binnen de context'. Eind vorig jaar gaf zij het spel 'Open Huis!' uit. Zie www.binnendecontext.com