



JOOP HELLEENDOORN (58) is psychologe en orthopedagoge. Zij geeft al 32 jaar speltherapie aan kinderen. Ze werkt bij het ambulatorium, een polikliniek van de Faculteit der Sociale Wetenschappen van de Rijksuniversiteit Leiden. Zij leidt psychologen en pedagogen op tot speltherapeut.

Wat is het doel van speltherapie?

C Ik behandel kinderen van drie tot veertien jaar die piekeren over dingen die ze hebben meegemaakt en moeilijk kunnen verwerken. Ze zitten vaak met rouwverwerking, mishandeling en echtscheidingen. Objectief gezien hoeft dat laatste niet altijd heel erg problematisch te zijn, maar voor kinderen betekent het meestal het verlies van een van de ouders met daaromheen een hoop narigheid. Dan ontwikkelen zich klachten als gebrek aan zelfvertrouwen en problemen in de ouder/kind-relatie.

Ouders zijn de eerst verantwoordelijken en de officiële aanmelders en we vragen altijd of ze willen meekomen. Een gezins-

en schoolobservatie kan onderdeel zijn van de therapie. Je probeert zo breed mogelijk te kijken om erachter te komen wat er aan de hand is.

Als therapeut heb je twee doelen: enerzijds probeer je de belevingswereld van het kind te veranderen en daardoor zijn gedrag, anderzijds wil je de opvoedingssituatie optimaliseren. Je probeert het kind en de ouders tot betere 'partners' te maken. Als dat is gelukt, beschouw ik de therapie als afgerond.'

Wat houdt speltherapie in?

'Het is een aspect van kinderspsychotherapie. Tijdens de speltherapie spelen kinderen hun belevingen uit en komt naar voren waar ze mee bezig zijn. Vadertje en moedertje spelen is niet voor niets de absolute nummer één in de top tien van kinderspelletjes.

Een kind kan nu eenmaal niet goed praten over diepe emoties. Taal is beperkt en beelden drukken soms net de ambivalentie uit die het kind gevangen houdt. Het is voor volwassenen vaak al moeilijk om zoiets in woorden uit te drukken, maar voor een kind is het nog ingewikkelder omdat het minder taalvaardigheid heeft.

Kinderen zijn loyaal ten opzichte van hun ouders en in het dagelijks leven zijn ze van hen afhankelijk. Het is echter vaak moeilijk om daar direct over te praten; in het spel werk je meer indirect. Zo hadden we hier een meisje dat een boze koningin ten tonele voerde. Het was een mopperende koningin en de mensen om haar heen mopperden ook op die vervelende koningin. Ik zie dit dan als een symbolische weergave van hoe het meisje met haar moeder bezig is, maar daar zeg ik niks over. In plaats daarvan zeg ik bijvoorbeeld „Ik geloof niet dat het een aardige koningin is, ik hoor iedereen op haar mopperen.” Zo kan een kind er beter op ingaan.

De kinderen die wij hier krijgen, zijn dichtgeklapt en geremd in de communicatie. Maar bijna elk kind speelt en fantaseert en zo kan met behulp van het symboliseren contact gelegd worden en kunnen de conflicten waarmee het kind worstelt naar buiten komen. Doordat wij samen met de kinderen spelen, wordt het gemakkelijker voor ze. De meeste therapieën duren een half tot een heel jaar met elke week een sessie.'

Vindt u speltherapie geschikt voor alle kinderen?

'Nee, de therapie is niet geschikt voor autistische kinderen en bij kinderen met ernstige verwaarlozing in hun vroege

jeugd. Verwaarloosde kinderen hebben weinig vaste grond onder de voeten en ze durven het niet aan om de realiteit los te laten. Daarom kunnen ze weigeren te gaan spelen en daar hebben ze natuurlijk groot gelijk in.

Bij kinderen met ernstige gedragsstoornissen werken we minder met psychotherapie. De meeste therapieën maken veel los en bij kinderen die de boel kort en klein slaan, is het niet de bedoeling dat je dat verergert. Dan probeer je liever dat gedrag in te perken door structuren aan te brengen.

Als het gaat om verwarde kinderen, kan speltherapie ze zelfs nog verwarder maken. Ze worden meegesleept door hun fantasie en dan moet je meer structurend werken, er grenzen in aanbrengen.'

Fantasie, wat verstaat u daaronder?

'Fantasie is het fundamenteel menselijke vermogen je iets anders te kunnen voorstellen, iets te symboliseren zonder dat het echt aanwezig is. Al spelend schept het kind zich een heel een aparte eigen wereld.'

Wat is uw meest succesvolle therapie geweest?

'Ik onthoud over het algemeen de therapieën die *niet* goed zijn gegaan, want daar leer ik het meeste van. De therapieën die goed zijn gegaan kun je uit je geheugen zetten.

Om een voorbeeld te geven: ik heb een jongen behandeld die leed onder de scheiding van zijn ouders. Het was een intelligent joch, een heel gevoelig kind, maar hij kon niet met de afwezigheid van zijn vader overweg. We vochten veel tijdens de therapie. In het spel was hij cowboy en liep met klapper-

'Ouders kunnen hun kinderen veel steun en veiligheid meegeven door op tijd grenzen te stellen en daarbinnen toch veel ruimte voor ontplooiing te geven'

pistolen rond. Hij was met zichzelf in gevecht en met mij, als vertegenwoordiger van mensen die hem in de steek hadden gelaten. Na een klein jaar had ik het idee dat we een heel eind op weg waren en ook zijn moeder en de school vonden dat het goed ging. Ik besprak met hem de mogelijkheid om de therapie af te bouwen. Maar dat wilde hij niet, hij was er boos om en vond het niet eerlijk. Deze jongen had al verlies geleden en nu stond er een nieuw verlies aan te komen.

We bespraken het wel, maar daarna ging het slechter met hem. Bovendien kreeg hij een nieuwe leerkracht die hem niet goed aanvoelde. Waarschijnlijk was hij die onderwijzer ook vreselijk aan het provoceren, want daar was hij wel goed in.

We hebben de therapie toen weer hervat met één sessie per week. En ik heb toen met hem afgesproken dat hij zelf zou aangeven wanneer de tijd voor het afscheid daar was. We hebben de gevechten met verdubbelde kracht weer opgenomen.

Toen ik de therapie wilde afsluiten zat hij waarschijnlijk op een tussenstation: een fase dat er niet zoveel gebeurt, dat het goed lijkt te gaan, maar dat je nog wel verder moet. Dat had ik niet goed ingeschat.

Hij is veranderd van school en kreeg een goede leerkracht, iemand die ziet wanneer hij bij zijn vader is geweest, die het ziet als het niet goed gaat en hem dan even laat betijen. Op een gegeven moment zei hij uit zichzelf dat de therapie afgebouwd kon worden. Soms moeten we leren om nóg beter naar het kind zelf te luisteren.'

Is er verschil in de problematiek van nu en die in 1966, toen u begon?

'Ja, toen ik begon waren de problemen dikwijls een overmatig strenge opvoeding. Kinderen zaten klem in benauwde structuren. Op dit moment zijn de problemen juist vaak een *gebrek* aan structuur. Maatschappelijke opvattingen, zoals bijvoorbeeld een anti-autoritaire opvoeding, hebben daar zeker invloed op gehad. Ouders zijn onzekerder geworden en vragen zich meer dan vroeger af of hun manier van opvoeden goed is. Daarnaast zijn families uit elkaar gegroeid. Familieleden wonen verspreid door het land, waardoor ouders veel minder steun krijgen.'

Hoe zit het met het ouderlijk gezag?

'Dat kinderen meer vrijheid krijgen, is enerzijds een mooie ontwikkeling. Het democratische gezinsmodel is van deze tijd. Toch blijven het je ouders, en het natuurlijke gezag moet behouden blijven. Ouders kunnen hun kinderen veel steun en veiligheid meegeven door op tijd grenzen te stellen en daarbinnen toch veel ruimte voor ontplooiing te geven. Het zoeken naar een balans in de ruimte die je het kind geeft, de eigen ontwikkeling en de aanpassing aan het grote geheel, daar gaat het om bij de opvoeding. Daarom is het begeleiden van de ouders een heel belangrijk onderdeel van elke kindtherapie.'