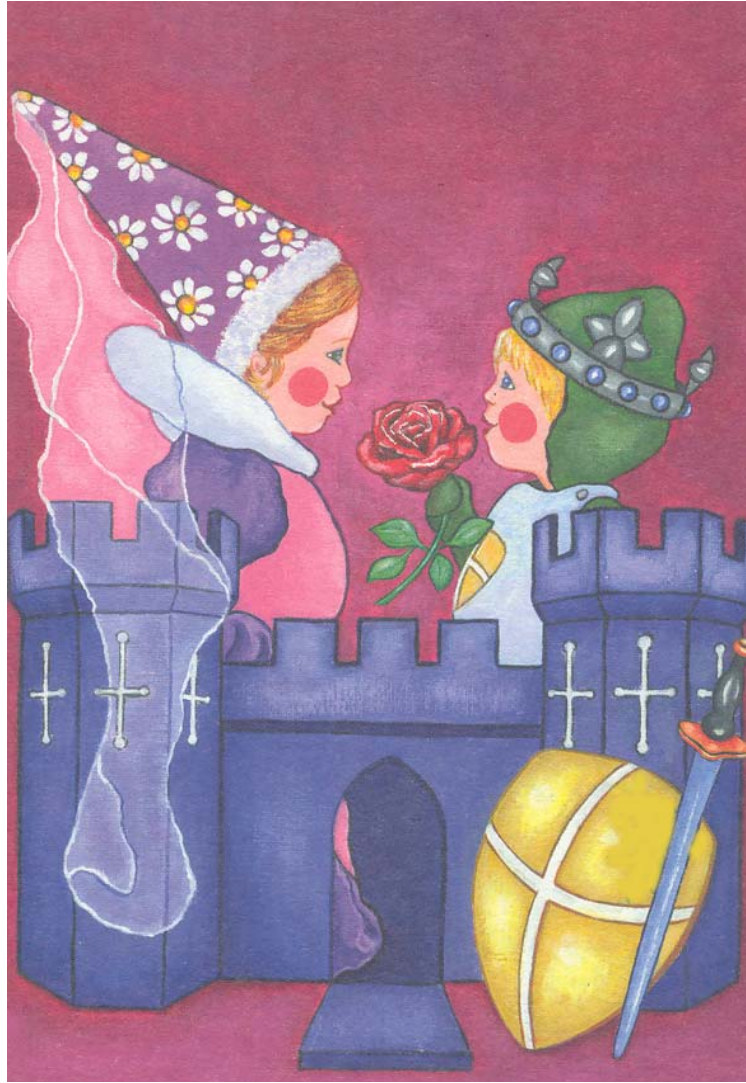


Helena(d)e Liefde



Wanneer werkt liefde therapeutisch binnen de cliënt-centered speltherapie?

Helene van der Heijden

Helen(d)e Liefde

Wanneer werkt liefde therapeutisch binnen de cliënt-centered speltherapie?

Helene van der Heijden

Deze scriptie werd geschreven in april 2006 als eindwerkstuk van de opleiding speltherapie aan de Hoge school Utrecht.

Er mag vrijelijk uit gekopieerd worden. Voor meer informatie of om een exemplaar te bestellen, mail:

helenevanderheijden@hetnet.nl

Voor Cobie en Nico,
Jullie, volstrekt eigen wijze,
van uiting geven aan je liefde voor het kind
is voor mij een bron van inspiratie.

De liefde:

Al ware het, dat ik met de tongen der mensen en der engelen sprak,
maar had de liefde niet,
ik ware schallend koper
of een rinkelende cimbaal.

Al ware het, dat ik profetische gaven had, en alle geheimenissen en alles, wat te
weten is, wist, en al het geloof had, zodat ik bergen verzette,
maar ik had de liefde niet,
ik ware niets.

Al ware het, dat ik al wat ik heb tot spijs uitdeelde, en al ware het, dat ik mijn
lichaam gaf om te worden verbrand,
maar had de liefde niet,
het baatte mij niets.

De liefde is lankmoedig,
de liefde is goedertieren,
zij is niet afgunstig,
de liefde praat niet,
zij is niet opgeblazen,
zij kwetst niemands gevoel,
zij zoekt zichzelf niet,
zij wordt niet verbitterd,
zij rekent het kwade niet toe.
Zij is niet blijde over ongerechtigheid, maar zij is blijde met de waarheid.
Alles bedekt zij, alles gelooft zij, alles hoopt zij, alles verdraagt zij.

De liefde vergaat nimmermeer;
maar profetieën, zij zullen afgedaan hebben;
tongen, zij zullen verstommen;
kennis, zij zal afgedaan hebben.
Want onvolkomen is ons kennen en onvolkomen ons profeteren.
Doch, als het volmaakte komt, zal het onvolkomene afgedaan hebben.

.

Zo blijven dan:

Geloof, hoop en liefde, deze drie, maar de meeste van deze is de liefde.

1 Korinthiers 13

© 1951 Nederlands Bijbelgenootschap

Inhoudsopgave.

1: Inleiding.	Blz. 5
2: Wat is liefde?	Blz.7
2-1: De omschrijving van de liefde.	
2-2: Onvoorwaardelijke liefde versus voorwaardelijke liefde.	
2-3: Symbiotische liefde versus rijpe liefde.	
3: Wat is cliënt-centered speltherapie?	Blz.12
4: De therapeutische werking van liefde in de cliënt-centered speltherapie	Blz.14
4-1: Hoe de liefde van de therapeut voor het kind een positieve bijdrage kan leveren aan het therapeutische proces:	Blz.15
4-1-1: De liefde als fundament binnen de therapeut-kind relatie.	
4-1-2: De therapeut ontvangt het kind.	
4-1-3: De therapeut accepteert het kind onvoorwaardelijk.	
4-1-4: De therapeut nodigt het kind uit om uit "zijn holletje te komen"	
4-1-5: De therapeut heeft een onvoorwaardelijke positieve gezindheid voor het kind en zijn ervaringen.	
4-1-6: De therapeut is actief getuige.	
4-1-7: De therapeut stelt zijn eigen persoon in dienst van het kind kind.	
4-2: Hoe de liefde van de therapeut voor het kind het therapeutische proces kan verstoren.	Blz.22
4-2-1: Blinde liefde.	
4-2-1-1: Blinde liefde door positieve tegenoverdracht.	
4-2-1-2: Blinde behoeftige liefde.	
4-2-2: Geblokkeerde liefde.	
4-2-2-1: Warmte vrees.	
4-2-2-2: Negatieve (tegen) overdracht.	
4-2-2-3: Blokkerende omstandigheden buiten het therapeutische proces.	
4-2-3: Als de liefde geen grenzen stelt.	
4-2-3-1: De tijdgrens.	
4-2-3-2: Grenzen bij het uiten van agressie.	
4-2-3-3: Grenzen aan het hebben van lichamenlijk contact.	
4-3: Hoe de therapeut de liefde van het kind voor hem, positief kan gebruiken in het therapeutische proces.	Blz.27
4-4: Aandachtspunten voor de therapeut in verband met de liefde van het kind voor de therapeut.	Blz.28
4-4-1: Positieve overdracht.	
4-4-2: Negatieve overdracht.	
4-4-2-1: Het aangepaste kind.	
4-4-2-2: Het agressieve kind.	
4-4-2-3: Afstand en nabijheid.	
5. Conclusie.	Blz.32
6. Samenvatting.	Blz.34
7. Literatuur.	BLz.37

1: Inleiding.



Alle goede speltherapeuten hebben minstens één ding gemeen: een grote mate van liefde voor het "gewonde" kind.

Waar anders haal je de motivatie vandaan om je elke keer weer opnieuw te verdiepen in de belevingswereld van het kind.

Je stelt je open, je leeft je in, je probeert te begrijpen en je bent soms getuige van dingen die je eigenlijk niet wilt weten. Je zet je eigen leven even aan de kant en biedt jezelf aan als helper. Je werkt aan je zelf om een zo zuiver mogelijke hulpbron te zijn en je leest boeken om nog meer van het kind te kunnen begrijpen. Je voegt in, je stemt af en je denkt na over wat een goede interventie zou kunnen zijn, waar het kind weer mee verder kan. Je voelt de pijn, het verdriet en de blijdschap en je ontvangt de shit. En als het uur dan voorbij is, ruim je ook nog alles op.

De liefde komt bij veel (zo niet alle) speltherapeuten voort uit hun eigen pijnlijke jeugdervaringen. "Mijn litteken is mijn kracht", heb ik altijd gezegd.

Dit is mooi, maar er zit ook een adder onder het gras. Naast alle prachtige eigenschappen van de liefde kan liefde ook verblinden, verstikken, ver sluieren.

Vandaar de vraagstelling: "Wanneer werkt de liefde therapeutisch in de cliënt-centered speltherapie?"

Liefde zie ik als het fundament van het leven.

Zij is een altijd noodzakelijke aanwezige in de speltherapie. Zonder liefde geen therapie. Tijdens mijn stage heb ik ontdekt, dat mijn liefde voor het kind zowel therapeutisch als ook verstorend kan werken.

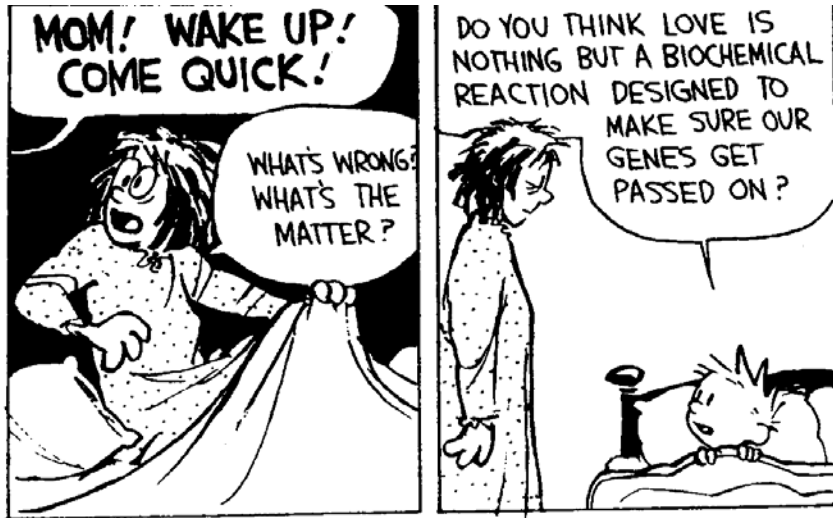
Naar aanleiding hiervan heb ik besloten om verder onderzoek te doen naar de therapeutische waarde van de liefde binnen de speltherapie:

In hoofdstuk 2 worden verschillende aspecten en vormen van de liefde beschreven.

In hoofdstuk 3 komt de essentie van de cliënt-centered speltherapie aan de orde. In hoofdstuk 4 ga ik in op de therapeutische werking van de liefde in de cliënt-centered speltherapie. Er wordt gekeken naar de positieve bijdrage van de liefde van de therapeut aan het therapeutische proces en ook hoe deze liefde dit proces kan verstoren. Vervolgens bekijk ik hoe de therapeut de liefde van het kind voor hem therapeutisch kan gebruiken en benoem ik enkele aandachtspunten voor de therapeut in verband met de liefde van het kind voor hem. Tot slot concludeer ik dat de zuivere liefde een noodzakelijke aanwezige is voor een succesvolle cliënt-centered speltherapie en benadruk ik het belang van een goede zelfkennis van de therapeut. Hoe beter de therapeut zijn eigen blokkades heeft opgeruimd, zichzelf lief heeft en zich geliefd weet hoe vrijer hij is om een liefdevolle therapeutische cliënt-centered relatie aan te gaan met het kind.

Ik hoop dat u met plezier deze scriptie zult lezen en dat het u mag inspireren en motiveren tot zelfreflectie. Misschien kan zij een steentje bijdragen in uw persoonlijke groeiproces naar het zijn van een vrij mens, vrij om lief te hebben.

2: Wat is liefde?



2-1: De omschrijving van de liefde.

Liefde is de meest wezenlijke behoefte van de mens. Ze is het basale principe van de menselijke relatie. Zij komt voort uit onze behoefte om ons te verenigen met anderen.

Zij heeft talrijke schrijvers geïnspireerd en er zijn over haar ontelbare boeken geschreven.

De bibliotheek van Amsterdam geeft alleen al 940 titels op het trefwoord liefde.

Hier volgen een paar citaten ik gebruikt heb als inspiratie voor deze scriptie.

De omschrijving van liefde in het Nordisk Familjebok heb ik gekozen omdat zij benadrukt dat een onderdeel van de liefde, het streven is om het welzijn van de ander te bevorderen. Dit streven vind je terug bij elke speltherapeut.

Voor het citaat uit de Bijbel (zie bladzijde 1) heb ik gekozen, omdat ik geloof in een onvoorwaardelijke goddelijke liefde, die op een dieper niveau bij elk mens te vinden is. In dit vers komt duidelijk naar voren dat een leven zonder liefde niet de moeite waard is. Succesvol speltherapie geven, zonder liefde voor het kind, lijkt mij onmogelijk.

Wat me bij Erich Fromm o.a. aanspreekt, is dat hij het vermogen tot liefhebben ziet als een persoonlijke gave, die te ontwikkelen is. Ik zie dit als een bemoediging en ook als een opdracht voor elke speltherapeut.

Voor het citeren van Piet Weisfelt heb ik gekozen omdat hij de liefde benoemt als een noodzakelijk aanwezige, een oerkracht, de basis voor groei. Bij kinderen die in therapie komen is deze groei juist gestagneerd en het is de taak van de therapeut om te helpen deze groei weer op gang te brengen.

Het Nordisk Familjebok:

Liefde is een diep gevoelde sympathie, in de oorspronkelijke betekenis voor personen, maar in afgeleide zin ook voor ideeën en dingen. Zij wekt een plezierig gevoel op voor degenen van wie of waarvan men houdt; maar het behoort bij de liefde dat er tegelijkertijd ook sprake is van een gerichte wil, de welwillendheid jegens de geliefde, het streven diens welzijn te bevorderen.

De Bijbel.

Op bladzijde 1 van deze scriptie heeft u kunnen lezen hoe in de bijbel de liefde omschreven wordt met haar kenmerken: zij is geduldig, vriendelijk, ze kwetst en beledigt niet. Ze is niet jaloez en niet trots. Ze voelt zich nooit beledigd en neemt niemand wat kwalijk. Zij is niet blij met onrecht maar juist met de waarheid. Zij beschermt altijd en ze heeft altijd vertrouwen. Ze gelooft, hoopt en verdraagt. Zij is de meest belangrijke van alles en ze zal voor eeuwig blijven bestaan. Een leven zonder liefde heeft geen enkele waarde.

Erich Fromm: Liefde een kunst, een kunde.

Erich Fromm beschrijft de liefde als een kunst, een kunde. Het mooie van dat gezichtspunt is dat liefde net als schilderen of dansen te leren is.

Fromm: " liefde is niet primair een verhouding tot een bepaalde persoon. Zij is een door ervaring verworven "instelling" (attitude) van de persoonlijkheid, waardoor haar betrokkenheid op de wereld in haar geheel wordt bepaald en niet door een speciaal liefde-object wordt opgewekt.....

Principieel is liefde ondeelbaar, voorzover zij betrekking heeft op de verhouding tussen "objecten" en het eigen zelf. Je kunt een ander niet meer liefhebben dan dat je zelf lief hebt.

De zuivere liefde is een uitdrukking van creativiteit en impliceert zorg, respect, verantwoordelijkheid en inzicht, zij is geen "aandoening" in de zin dat zij door iemand wordt opgewekt, maar een ingespannen poging tot bevordering van de groei en het geluk van de geliefde mens, welke wortelt in iemands eigen vermogen tot liefhebben.

Liefde is alleen maar mogelijk als twee mensen vanuit de kernen van hun bestaan gemeenschap met elkaar hebben. Liefde, die zo wordt beleefd, is een voortdurende uitdaging; zij is geen rustplaats, maar een samen in beweging zijn, samen groeien en werken.

Piet Weisfelt: Nestgeuren.

Liefde is het basale principe van de menselijke relatie. Zij is de vruchtbare aarde voor de groeiende plant, de oerkracht van ons bestaan. Zij is een energie die de mens overstijgt en ze schept de voorwaarden die groei mogelijk maken.

Wanneer mensen in omstandigheden opgroeien waarin de energie van de liefde niet of te weinig wordt ervaren, ontbreekt de basis voor verdere groei.

De liefde is een universeel begrip, maar ze wordt door iedereen anders ervaren. Ieders beleving van liefde is voor een deel gevormd door zijn vroege jeugd ervaringen. Zo kan bijvoorbeeld een kind met hardwerkende ouders die weinig tijd voor hem hebben en dit compenseren door het geven van cadeautjes, het krijgen van cadeautjes als liefde gaan ervaren. Zo iemand loopt kans om later erg materialistisch ingesteld te zijn. Uit mijn eigen kindertijd herinner ik me nog hoe mijn "grote zus" soms met mij het spelletje meespeelde, dat zij deed wat ik haar opdroeg. Voor mij, als jongste kind, was het heerlijk als iemand eens deed wat ik zei en ik heb dat ervaren als een uiting van haar liefde voor mij. Als speltherapeute stel ik me ten dienste van het kind en doe ik, binnen mijn grenzen en de therapeutische doelstellingen, dat wat het kind van me vraagt. Dit is voor mij een uiting van mijn liefde voor het kind.

2-2: Onvoorwaardelijke liefde versus voorwaardelijke liefde.

Wanneer de ouders hun kind onvoorwaardelijk liefhebben zal het ervaren: "ik word bemind, mijn ouders houden van mij omdat ik hun kind ben. Het enige wat het heeft te doen is er te zijn, hun kind te zijn." Zij houden van mij omdat ik ben. De ervaring van het kind dat zijn ouders van hem houden is volkomen passief, het hoeft er niets voor te doen. Het is onvoorwaardelijk. Er is echter een keerzijde aan deze onvoorwaardelijkheid. Het is niet alleen zo dat zij niet hoeft te worden verdiend - ze kan evenmin worden verworven, gewekt of afgedwongen. Als zij er is, is ze een zegen. Als zij ontbreekt is het, alsof alle schoonheid verdwenen is uit het kinderleven en het kind kan niets doen om haar te wekken.

Naast de zorg en verantwoordelijkheid van de ouders voor het kind is er nog een ander aspect aan de ouderliefde. Zij doet het kind voelen dat het goed is geboren te zijn. Zij doet het kind de liefde tot het leven indrinken en niet alleen maar de wens om in leven te blijven. Om dit te kunnen doen moeten de ouders niet alleen

goede ouders zijn, maar ook zelf gelukkige mensen. Hier zijn velen niet toe in staat. De onvoorwaardelijke liefde voor het opgroeiende kind, de liefde welke niets voor zichzelf eist, is misschien wel de moeilijkst te verwerkelijken liefde. Alleen ouders die waarlijk kunnen liefhebben, dat wil zeggen niet alleen hun partner, hun kinderen, maar ook de vreemdeling, zijn hiertoe in staat.

De voorwaardelijke liefde wordt geleid door stelregels en door verwachting. Zij moet worden verworven. Erich Fromm(1956) zegt hierover: "Wanneer zij geduldig is en verdraagzaam, zonder een bedreiging en niet autoritair, kan het kind ervaren dat het de liefde ook zelf kan opwekken. Het kind ervaart controle te hebben. Het opgroeiende kind kan dan een toenemend gevoel van eigen kunnen ontwikkelen, zodat het tenslotte op eigen gezag kan leven". Het negatieve aspect van de voorwaardelijke liefde is, dat zij verloren kan gaan als het kind niet doet wat van hem wordt verwacht. Er wordt gestraft met onthouding van liefde. De volwassene misbruikt zo zijn macht over het kind. Om de liefde te winnen zal het kind zijn handelen aanpassen aan de wensen van zijn ouders. Het legt zich beperkingen op en dit heeft invloed op hoe het kind zichzelf ervaart. Het kan een negatief zelfbeeld ontwikkelen en dat heeft weer invloed op zijn handelen. Dan is de cirkel rond. Het kind zal moeten leren dat het oordeel van zijn ouders over zijn handelen kan verschillen van de gevoelens van zijn ouders voor hem. Ook zal hij moeten leren dat de manier waarop zijn ouders zijn gedrag waarderen, anders is dan de manier waarop hij zichzelf waardeert.

Een krachtig aspect van de cliënt-centered speltherapie ligt in de relatie tussen het kind en de therapeut. Doordat het kind de onvoorwaardelijke liefde van de therapeut ervaart, die onafhankelijk is van wat het hij zegt of doet, voelt het kind dat het er mag zijn zoals het is. Deze liefde hoeft niet verdiend te worden en geeft het kind veiligheid. Hierdoor durft het kind dieper te gaan in het onderzoeken van zijn eigen gevoelens en kanten van zichzelf, die hij ervaart als bedreigend of beschamend. Doordat hij zijn afwerende houding durft los te laten krijgt hij meer contact met, en liefde voor zichzelf. Ook leert het dat de manier waarop anderen zijn gedrag waarderen anders kan zijn dan de manier waarop hij het zelf waardeert. Doordat de therapeut zelf liefde voor het leven ervaart en dit uitstraalt ontdekt het kind dat hij zelf en het leven de moeite waard zijn.

2-3: Symbiotische liefde versus rijpe liefde.

De symbiotische liefde vinden we in de verbondenheid tussen de zwangere moeder en de foetus. In de psychische symbiotische vereniging zijn de twee lichamen onafhankelijk van elkaar, maar psychologisch bestaat er dezelfde vorm van verbondenheid. Dit zien we op gezonde wijze in de relatie tussen moeder en baby. Doordat de hechting die het kind aangaat met de moeder door haar wordt beantwoord ervaart het kind liefde.

Wanneer de moeder deze symbiotische relatie met de baby niet (volledig) aangaat, geraakt het gefrustreerd in zijn pogen om zich te hechten. Kleine kinderen - met nog onvoldoende denkvermogen - kunnen dan pijn, angst en eenzaamheid ervaren zonder dit te begrijpen. Bij ongehechte kinderen komt het zelfbeeld onder druk te staan en zij kunnen zich zelf ervaren als een slecht kind. Dit kan zich (later) uiten in het moeilijk aangaan van vriendschappen.

Het is de taak van de ouders om het kind de vrijheid te geven en zelfs te stimuleren zich uit de gezonde symbiotische relatie los te maken en op eigen benen te gaan staan.

Wanneer een van de ouders zelf bang is om een zelfstandig leven te leiden of wanneer de ouder niet weet hoe zelf van het leven te genieten kan hij het kind maken tot zijn reden van bestaan. De ouder gaat dan bijvoorbeeld dingen voor het kind doen die dit zelf al lang zou moeten kunnen. De prijs die het kind hiervoor betaalt is dat hij een stuk van zijn vrijheid moet inleveren. Een kind dat opgroeit in een symbiotische relatie valt vaak op door zijn zeer afhankelijke gedrag. Dit kan zich uiten in passiviteit, in agiteren of in over-aanpassing.

De rijpe liefde biedt, in tegenstelling tot de symbiotische liefde, een ver-eniging aan waarbij de integriteit en de individualiteit van de betrokken personen bewaard blijft.

In de cliënt-centered speltherapie respecteert de therapeut de integriteit van het kind en helpt het zijn individualiteit te ontdekken, te waarderen en te bewaren. Hierdoor ontstaat er een gezonde hechting. Na een succesvolle therapie zal het kind zelf de behoefte voelen en het zelfvertrouwen hebben om zelfstandiger de wereld te ontdekken. De therapeut stimuleert het kind hierin en draagt zorg voor een goed losmakingsproces.

3: Wat is cliënt-centered speltherapie?



" Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar."

Het hart van de cliënt-centered speltherapie is de ontmoeting tussen het kind en de therapeut. In een "onzichtbare dans van communicatie" tussen kind en therapeut, verbinden hun subjectieve werelden zich met elkaar. (Mears, D. (2000.)) Dit vindt plaats op een diep niveau voorbij alle weerstanden en alle (voor)oordelen; de kern van het kind en de kern van de therapeut ontmoeten elkaar. Dit is de wezenlijke ontmoeting waar ieder mens in het diepste van zijn wezen naar verlangt, de behoefte aan vereniging, zoals beschreven door Erich Fromm. Hoe belangrijk het is dat het kind in deze ontmoeting de liefde van de therapeut ervaart, wordt door Moustakas (1973) als volgt geformuleerd: "Maar het individu voelt zich pas werkelijk vrij en in staat zichzelf in de ogen te zien in een relatie, waarin zijn menselijke vermogen wordt erkend en gestimuleerd en waarin hij als mens wordt geaccepteerd en bemind."

Bij deze wezenlijke ontmoeting ontstaat een vrije stroom van wederzijdse, helende liefde. Deze liefde is een bron van leven en doordat bij het kind deze liefde (weer) gaat stromen verandert zijn zelfbeeld en zijn idee over de ander (de wereld). Om tot deze ontmoeting te komen neemt de cliënt-centered therapeut een basishouding aan van empathie en echtheid.

Empathie laat zich omschrijven als het zich verplaatsen van de therapeut in het kind. Hij kijkt en luistert naar het kind en voelt wat het kind bij hem doet. Hij verzamelt informatie over het kind nu, zijn verleden en zijn omgeving. Hij doet dit door met de ouders te praten en andere belangrijke volwassenen, zoals b.v. de leerkracht. Hij verdiept zich in de literatuur over de problematiek van dit kind en gaat te rade bij zijn eigen levenservaringen. Hij observeert het kind en zoekt uit, door het geven van samenvattingen of het maken van een opmerking, of hij het kind goed aanvoelt en begrijpt.

Met echtheid bedoelen we dat de therapeut zich niet verschuilt achter een masker, maar dat hij laat zien wie hij is. Hij verdraagt zijn eigen kwetsbaarheid en hij bewaakt de grenzen van afstand en nabijheid.

Tijdens de therapie blijft de therapeut congruent, dat wil zeggen, in contact met zijn eigen gevoelens. Hij waakt ervoor niet opgeslokt te raken door zijn eigen ervaringstroom of die van het kind, maar gebruikt die als instrument in de therapie. De therapeut kan besluiten, iets van zijn eigen ervaringstroom, wanneer hij dit van therapeutische waarde acht, te delen met het kind. Hierdoor en doordat hij duidelijk is in zijn intenties voor het kind en de doelstellingen van de therapie wordt hij transparant. Het is belangrijk dat de therapeut zichzelf goed kent om zo zuiver mogelijke te interveniëren.

Deze houding heeft echter alleen "succes" wanneer zij gefundeerd is op de onvoorwaardelijke liefde van de therapeut voor het kind en voor zichzelf. Soms is het moeilijk om onvoorwaardelijk lief te hebben. We splitsen dan de persoon van het kind van zijn gedrag.

Deze "truc" helpt ons om ons (voor) oordeel los te laten en kan daarom zeer functioneel zijn. Bij totale onvoorwaardelijke acceptatie accepteren we echter ook het gedrag. Zij is toch een uitdrukking van hoe het kind nu is? Ooit (of misschien wel nu) was zij een effectief overlevingsmechanisme en soms maken kinderen zulke erge dingen mee, dat ze zich niet de luxe kunnen permitteren om een "aardig" mechanisme te kiezen. Voor de therapeut is het belangrijk om bij zichzelf te erkennen wanneer hij een kind niet totaal onvoorwaardelijk kan accepteren. Wanneer dat zo is kan hij de keuze maken om aan zichzelf te gaan werken of, om het kind niet in therapie te nemen.

4: De therapeutische werking van liefde in de cliënt-centered speltherapie.



4-1: Hoe de liefde van de therapeut voor het kind een positieve bijdrage kan leveren aan het therapeutische proces.

*"Het gaat niet om wat je doet, maar om de hoeveelheid liefde die je erin stopt."
(Moeder Theresa)*

4-1-1: De liefde als fundament binnen de therapeut-kind relatie.

*"Love cures people—both the ones who give it and the ones who receive it"
(Dr. Karl Menninger)*

Piet Weisfelt beschrijft de liefde als de vruchtbare aarde voor de groeiende plant. Deze metafoor verder uitbreidend zou je de spelkamer als een kas kunnen zien, waarbinnen het optimale klimaat geschapen wordt voor het kind om te groeien. Zoals de tuinman zorgt voor de juiste temperatuur, vochtigheidsgraad, voeding en hoeveelheid zonlicht, zo zorgt de therapeut voor het emotionele klimaat van veiligheid, acceptatie, onverdeelde aandacht en vertrouwen in het zelf helende vermogen van het kind.

Liefde is de therapie van de natuur, zonder haar geen therapie, maar alleen liefde is niet genoeg.

Gary Chapman (1999) beschrijft de vijf "liefdestalen" waar kinderen gebruik van maken: lichamelijke aanraking, tijd en aandacht, positieve woorden, cadeautjes en dienstbaarheid.

Vanaf het vijfde levensjaar ontwikkelen kinderen hun eerste liefdestaal en liefde in die taal "gesproken" ontvangt het kind het beste. Chapman beschrijft het beeld van een goedgevulde "liefdestank" als voorwaarde voor een gezonde groei. De tank kan te leeg blijven doordat het kind te weinig liefde krijgt, hij liefde krijgt in een taal die hij niet begrijpt of de tank kapot is. De therapeut zal proberen de lekken in de tank en hun oorzaken op te sporen en het kind helpen deze te dichten. De liefdestalen "tijd en aandacht, dienstbaarheid en positieve woorden" zijn vaste ingrediënten van de speltherapie. Door een doos met kleine diertjes of speelgoedjes neer te zetten, waarvan het kind er eentje mag uitkiezen, om mee naar huis te nemen, spreekt de therapeut ook de cadeautjes - taal. Doordat sommige kinderen misbruikt zijn, is lichamelijk contact iets waar de therapeut heel zorgvuldig mee om gaat. Ik ga hier later verder op in. Door gebruik te maken van de cliënt-centered basishouding zal een goede therapeut automatisch de eerste liefdes taal van het kind herkennen en gebruiken. Het kan natuurlijk nooit kwaad om bij het reflecteren op de sessie ook na te denken over welke liefdes talen dit kind spreekt.

Jonathan vertelt zelf zijn eerste liefdes taal, wanneer hij beschrijft wat hij zo fijn vindt aan de speltherapie:

Jonathan: "gewoon een tijdje helemaal voor mij alleen en met u erbij, dat vind ik ook wel leuk."

4-1-2: De therapeut ontvangt het kind.

Voordat het kind komt maakt de therapeut zich klaar. Hij heeft de spelkamer volledig opgeruimd en bekijkt haar vanuit de ogen van het kind. In een opgeruimde kamer zal het kind de vrijheid ervaren om zijn eigen verhaal te schrijven op een "onbeschreven stuk papier" in plaats van verder te moeten gaan op een al "gebruikt blad". Doordat het speelgoed altijd op dezelfde plaats staat en de houding van de therapeut altijd dezelfde is, ervaart het kind dat hij de leiding heeft; als er veranderingen plaatsvinden, heeft hij dat zelf gedaan. De therapeut zorgt dat niemand hen kan storen en sommige speltherapeuten zetten limonade en wat lekkers neer.

Vanaf het eerste moment toont de therapeut zijn liefde door helemaal aanwezig te zijn voor het kind. Wanneer hij met zijn gedachten nog "ergens anders" zou zitten en zich niet volledig in het hier en nu zou bevinden, is hij niet in staat om goed in te voegen en af te stemmen. Een goede therapeut heeft zich leeggemaakt en ontvangt het kind. Hij benadert het kind respectvol en hij is open en eerlijk over wat het kind van hem mag verwachten. Hij bespreekt de reden waarvoor het kind in therapie is, hoe hij de privacy van het kind waarborgt, dat ze niet gestoord zullen worden en de regelmaat waarmee het kind zal komen. Bij kleine kinderen kan het belangrijk zijn om, bij de eerste sessie, duidelijk te maken dat ze na de spelsessie weer terug gaan naar huis of naar school. Dat dit niet altijd even gemakkelijk is blijkt uit het volgende:

Jonathan ontkende bij de eerste sessie dat hij gevoelens van verdriet of boosheid had, en hij zag dan ook geen reden om naar speltherapie te komen. De therapeute heeft zich er toen op gericht om zijn vertrouwen te winnen en het onderwerp is niet meer aan bod geweest tot Jonathan er zelf rond de 23e sessie over begon.

J: waar is de spelkamer nou eigenlijk voor? Ik ben het vergeten.

T: waar de spelkamer voor is?

J: ja

T: of waarom jij hier komt?

J: waarom de spelkamer er is.

T: de spelkamer is er om er kinderen te laten spelen, die nare dingen meegemaakt hebben, of bijvoorbeeld niet goed kunnen slapen, of dat soort dingen of die verdrietig zijn of boos zijn.

J: nu mijn vraag. Waarom ben ik hier?

T: waarom jij hier bent?

Nou je mama is hier gekomen en die heeft gezegd: "Jonathan heeft zoveel nare dingen mee gemaakt in zijn leven".

J: dat is zo.

T: "Daardoor is hij eigenlijk af en toe heel verdrietig en misschien is hij ook wel boos. Ik wil eigenlijk graag dat Jonathan weer lekker in zijn velletje komt te zitten. Ik houd heel veel van Jonathan", zei ze.

"Ik wil het beste voor hem."

J: mm mm maar, wat helpt er nou aan als je er naartoe komt?
T: heb je zelf het gevoel dat het je al geholpen heeft?
J: voor mij is het eigenlijk gewoon een plekje waar ik na schooltijd naar toe kan gaan om te spelen.

T: als je nou aan je zelf denkt hoe je aan het begin van het schooljaar was, hoe jij je toen voelde en hoe jij je nu voelt, is er dan iets veranderd of niet?
J: er is wel iets veranderd, maar het komt niet hiervandaan.
T: kan je verwoorden wat er veranderd is?
J: dat ik meer vrienden op school heb.
T: wat zeg je?
J: dat ik meer vrienden heb.
T: oh, wat heerlijk. Tenminste dat lijkt mij heerlijk vind je dat zelf ook fijn?
J: ja
T: leuk. Weet je Jonathan, wat het je doet als je hier komt spelen is niet altijd heel duidelijk. Hoe het je verder helpt. Maar bij de meeste kinderen veranderen wel dat soort dingen, wat jij ook zegt, dat ze zich beter gaan voelen of dat ze meer vrienden krijgen. Soms is het moeilijk om onder woorden te brengen waar dat nou precies aan ligt.
J. Ja, eigenlijk is het wel zo dat sinds ik hier kom alles veel beter gaat.
T: Dat vind ik heerlijk om te horen.
J: er komt meer vreugde in deze tijd
T: Nou dat is belangrijk, dat jij weer meer plezier in het leven krijgt.
J: ja
T. Dat is waarom wij graag wilden dat je hier kwam, hè
J: ja, ik vind het heel leuk dat ik hier ben. En het helpt ook echt vind ik.
T: ik vind het ook erg leuk dat je hier komt. Ik vind het erg leuk om te zien hoe je bezig bent.
J: zo, ik denk dat het tijd is.
T: oké, ja

4-1-3: De therapeut accepteert het kind onvoorwaardelijk.

" Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar."

(Antoine de Saint-Exupery. (1943))

Het kind ervaart dat de therapeut anders op zijn gevoelens en zijn gedrag reageert dan de meeste volwassenen. Er is geen verleiding en geen veroordeling. Maar wel onverdeelde aandacht en volledige acceptatie. Hij merkt dat wanneer hij zijn gevoelens uit, hoe slecht ze soms in zijn ogen ook mogen lijken, deze door de therapeut nooit beantwoord worden met kritiek. Ze worden aanvaard als zijn unieke reactie op de gebeurtenissen in zijn leven. Op gedrag, wat buiten de spelkamer, vaak als onwenselijk wordt gezien, reageert de therapeut ook anders. Zo mag het kind bij een spelletje zelf de regels bepalen en ook nog zo, dat zijn eigen kans om te winnen aanmerkelijk vergroot wordt.

Het kind mag meer kliederen en rotzooi maken, dan thuis is toegestaan en het hoeft zelf niet op te ruimen.

Wanneer het kind probeert de tijd van het speluur te rekken zal de therapeut daar niet bestraffend of afwijzend op reageren. Hij zal de wens van het kind om langer door te gaan benoemen en het ook confronteren met de realiteit van de tijdslimiet. De therapeut zal hem stimuleren om zelf een manier te vinden om op een, voor hen beide, goede wijze met deze tijdsgrens om te gaan.

Ook op agressief gedrag wordt niet bestraffend of veroordelend gereageerd. De therapeut zal grenzen stellen om de veiligheid van het kind, de therapeut en het speelgoed te waarborgen. Binnen deze grenzen zijn er talrijke mogelijkheden voor het kind om zijn boosheid te uiten en de therapeut zal hem juist stimuleren om dit te doen.

In deze relatie, waarin het kind merkt dat zijn menselijk vermogen wordt erkend en gestimuleerd en dat hij volledig wordt geaccepteerd en bemind, voelt het kind zich vrij om zichzelf in de ogen te zien. Hierdoor gaat hij zich in staat voelen om meer spontaan te zijn en om zijn eigen autonomie te ontwikkelen.

J: ik vind het leukste dat ik hier een tijdje voor mezelf heb. Al mijn privé dingen wat ik zelf wil doen en misschien kinderachtig is. Ik bedoel van diertjes knuffelen en, ik kan hier zelfs spelen met een babyborn. Niemand is er om mij uit te lachen, van wat ikzelf denk.

T: je hoeft je hier niet anders voor te doen dan je bent.

4-1-4: De therapeut nodigt het kind uit om uit "zijn holletje te komen."

*Mijn duif in de rotskloof,
Verscholen in de bergwand
Laat mij je gezicht zien,
Laat mij luisteren naar je stem.*

(Hooglied 2, vers 14)

Veiligheid en vertrouwen zijn onmisbare ingrediënten voor een succesvolle therapie. Helaas zijn de meeste kinderen die in therapie komen op een of andere manier gekwetst in hun vertrouwen. Dit kan variëren van zich niet begrepen voelen door hun ouders, of andere belangrijke volwassenen, tot daadwerkelijk mishandeld zijn. Soms heeft het kind al een hele reeks van hulpverleners en deskundigen achter de rug.

Al deze bagage neemt het kind mee de speltherapiekamer in. Daar is hij dan in een vreemde kamer, vol aanlokkelijk speelgoed, bij een onbekende meneer of mevrouw. Wat wil deze persoon van hem? Hoe kan hij het beste zorgen dat hij veilig is? Door zich aan te passen, door veel te gaan praten, door helemaal niets te doen, of juist door zich agressief te gedragen?

Het is de taak van de therapeut om in de eerste plaats te zorgen dat het kind zich veilig voelt.

Door goed te kijken en te luisteren, zowel naar het kind als naar zijn eigen gevoelens, probeert de therapeut zich te verplaatsen in het kind. Hij maakt hierbij gebruik van wat hij weet over zijn historie en zijn problemen.

De therapeut kan de gevoelens of de gedachten van het kind (zoals hij denkt dat ze zijn) verwoorden en het kind ervaart daardoor dat het gezien en begrepen

wordt. Vaak zal het zich daardoor ontspannen. De therapeut kan bijvoorbeeld zeggen: "ik vraag me af of het een beetje eng is voor je, om hier te zijn met mij, terwijl je niet goed weet wat er gaat gebeuren". Of "misschien voel je wel heel opgewonden, bij het zien van al het speelgoed, en weet je niet waar je mee wilt beginnen". Om de spanning te doorbreken bij een kind wat "vast lijkt te zitten in zijn ongemak", kan de therapeut voorstellen om samen de spelkamer te gaan ontdekken.

Het woord therapie komt van het Griekse substantief therapeuter: dienaar. Het werkwoord betekent "wachten" (Moustakas 1973). Janet West (1992) is van mening dat het 't beste is wanneer de therapeut geduld genoeg heeft om de weerstand van het kind of de moeilijkheid "uit te zitten". Zij schrijft dat dit vooral moeilijk is voor de beginnende therapeut en dat heb ik aan den lijve ondervonden:

De eerste keer kwam Jonathan binnen, ging op een stoeltje zitten met zijn hand onder zijn kin en keek naar de grond. Zijn houding sprak boekdelen. Daarna trok hij zich terug in de hangzak en zei: "ik wil hier niet zijn, ik heb geen problemen en ik snap niet waarom mijn moeder me hier naar toegestuurd heeft." Door Jonathan zijn gedrag te respecteren en te begrijpen won ik uiteindelijk, met veel geduld, zijn vertrouwen.

Jonathan beschreef in een latere sessie zijn eigen gewenningsproces als volgt:

*J: de eerste keer toen zat ik gewoon de hele tijd daar in
(hij knikt naar de hangzak)*

*en wachtte ik tot het voorbij was. De keer daarna wilde ik de
boksbal proberen en daarna begon ik er steeds meer aan te wennen
en begon ik het steeds leuker te vinden..... Donald Duckjes lezen.*

T: toen ging je eerst een half uurtje Donald Duckjes lezen.

*J: en toen ging ik met het kasteel spelen, ja ik vind het hier hartstikke leuk.
Ik vind dit het leukste ding wat er op vrijdag is. Niet dat ik eerder naar huis
kan gaan van school, het leukste is dat ik hier ben.*

4-1-5: De therapeut heeft een onvoorwaardelijke positieve gezindheid voor het kind en zijn ervaringen.

De houding van positieve gezindheid behoort tot de voedingsbodem van het therapeutisch werk. (Lietaer 1976) Zij valt te onderscheiden in de delen: inzet, bevestiging en niet-possessieve warmte.

Door de inzet van de therapeut, die blijkt door zijn volledige aanwezigheid, zijn volle aandacht en zijn liefde ontstaat er een veilige en energie-uitstralende werkrelatie, waardoor het kind de therapeut zal ervaren als iemand op wie hij kan rekenen.

De therapeut geeft steeds aan het kind de impliciete boodschap: "je mag er zijn, ik neem je ten volle au sérieux. Veranderen is mogelijk, ook voor jou". Doordat het kind het vertrouwen van de therapeut in hem ervaart, zal hij ook meer vertrouwen in zichzelf ontwikkelen. Met dit hernieuwde zelfvertrouwen kan hij "bergen verzetten".

Rogers(1961) beschrijft de niet-possessieve attitude van de therapeut als volgt: " Zijn houding - op haar best - is ontdaan van het wat-voor-wat karakter van de meeste ervaringen die we liefde noemen. Het is het eenvoudig menselijk gevoel dat kan uitgaan van een persoon naar een andere persoon, een gevoel - meen ik - dat zelfs fundamenteeler kan zijn dan seksuele of ouderlijke gevoelens. Het is een zodanig geven om de ander dat je met diens ontwikkeling niet wenst te interfereren, dat je hem niet wenst te gebruiken voor om het even welke persoonlijke doeleinden van zelfverheerlijking. Jou bevrediging haal je uit het feit dat je hem hebt vrijgemaakt om op zijn eigen manier te groeien." Deze behoefteloze liefde zal het kind als helend ervaren en hij zal er misschien ook blij van worden zoals Jonathan:

Jonathan aan het einde van een sessie:

J: dit is toch uw werk?

T: ja

J: lekker met kinderen spelen, zoals ik.

T: ja, ik vind het erg leuk om te doen hoor.

J: om ze blij te maken.

4-1-6: De therapeut is actief getuige.

We kennen allemaal het kind dat net iets nieuws geleerd heeft. Het durft voor het eerst tot boven aan het klimrek te klimmen of het kan al zijn eigen naam schrijven. Op een dergelijk moment roept het een van zijn ouders, of iemand anders die belangrijk voor hem is, en toont zijn nieuwe kunst. Het is net of de nieuwe bekwaamheid pas echt aanwezig is wanneer een ander getuige is geweest. Het kind vraagt niet alleen om bevestiging, maar wil ook graag zijn eigen gevoel met de ander delen. Wanneer we als volwassene iets meegemaakt hebben, wat voor ons belangrijk was, dan vertellen we dat aan anderen. We willen gehoord worden en tot we het gevoel hebben echt gehoord te zijn, zullen we ons verhaal blijven vertellen. In de speltherapie ervaart het kind dat hij gehoord wordt, doordat de therapeut volledig aandacht heeft voor hem. Hij merkt dit onder andere doordat de therapeut af en toe een samenvatting geeft, van wat hij zegt of speelt, naar hem en zijn spel kijkt en soms suggesties doet die hem helpen zijn spel verder uit te diepen.

Wanneer het kind zijn verhaal vertelt door spel, kan de therapeut zijn actief getuige zijn laten blijken, door bijvoorbeeld te zeggen: "Dat is vreselijk wat het leeuwje heeft meegemaakt." Wanneer het kind zijn verhaal vertelt met woorden kan de therapeut bijvoorbeeld reageren met: "Dat is heel erg." Hierdoor ervaart het kind dat niet alleen zijn spel gezien wordt maar ook zijn gevoelens.

Getuige zijn is niet altijd gemakkelijk, het vraagt liefde en vaak ook moed van de therapeut. Waar een therapeut moeite mee heeft getuige van te zijn is heel persoonlijk en heeft te maken met zijn eigen ervaringen. Dat het niet altijd hoeft te gaan om heel pijnlijke gebeurtenissen blijkt uit het volgende voorbeeld.

Jonathan ging helemaal op in het drinken uit de fles. Als een kleine baby zoog hij gulzig, maakte " klok geluidjes" en draaide met zijn ogen "naar binnen". De therapeut zat er bij en keek. Ze ervoer dit tafereel als heel intiem en voelde zich

een voyeur. Ze werd er ongemakkelijk van en wist niet goed waar te kijken. Ze vond het moeilijk getuige te zijn van deze intimiteit.

4-1-7: De therapeut stelt zijn eigen persoon in dienst van het kind.

Door echt, congruent en transparant te zijn stelt de therapeut zijn eigen persoonlijkheid ten dienste van het kind. Hij blijft in contact met zijn eigen gevoelens, opgeroepen door het kind en zijn spel, en gebruikt ze om het kind verder te helpen in zijn groeiproces.

Om dit goed te kunnen doen is de therapeut bereid naar zichzelf te kijken, zodat hij weet, hoe zijn eigen levenservaringen zijn gevoelens kunnen kleuren. Gedreven door onzelfzuchtige liefde voor het kind reflecteert hij. Hij vergroot zijn bewustwording door intervisie en supervisie. Wanneer hij bij zichzelf "blokkades" ervaart, die een goede therapeutische houding in de weg staan, dan zal hij deze proberen op te lossen of er zo mee leren omgaan dat ze hem niet belemmeren. Een therapeut die zich bewust is van een bepaalde blokkade kan op grond daarvan kinderen met een specifieke problematiek besluiten niet in therapie te nemen.

Het kind merkt dat de therapeut oprecht is, doet wat hij zegt en duidelijk is in zijn bedoelingen. Dit geeft hem veiligheid en hij voelt zich gerespecteerd en serieus genomen. Doordat het kind de emoties van de therapeut kan zien, ervaart het een echt contact.

Soms besteden kinderen hun gevoelens uit aan de therapeut, door hem zo te behandelen, als ze zichzelf behandeld voelen. Doordat de therapeut deze gevoelens verwoordt, ervaart het een helende erkenning.

In het volgende voorbeeld probeert de therapeut eerlijk te zijn, maar verliest daarbij een stukje contact doordat ze meer "in haar denken gaat" dan in haar gevoel.

Jonathan heeft net genoten van zijn spel met een met water gevulde plastic handschoen.

J: wilt u alstublieft iets voor mij doen?

Ook vertellen aan andere kinderen dat dit wel leuk is.

T: ja

J: wilt u hen ook vertellen, dat het leuk is als we hem in de deze bak zo laten glijden.

T: ja, dat doe ik

J: dat hij er grappig uitziet. Ze vinden dat misschien ook wel leuk.

T: ja

J: misschien kunnen ze daar dan ook meespelen.

(De therapeute voelt warmte en blijheid voor Jonathan, omdat hij na het uiten van veel boosheid in voorgaande sessies, zich nu gaat interesseren voor het plezier van andere kinderen. Ze wil echter ook een eerlijk antwoord geven aan Jonathan en daardoor vergeet ze haar gevoelens te verwoorden)

T: ik zal dat vertellen als ik denk dat een kindje dat ook wil.

ieder kind hier heeft zo zijn eigen spel, hè

ik kan het zeggen, maar het hangt van het kind of hij dat wil.

*J: ja dat de bedoelde ik ook.
dat u het gewoon vertelt. Net als bij mij. Je kunt het ook met water vullen.*

Gelukkig geven kinderen de therapeut vaak een herkansing:

Jonathan aan het begin van de volgende sessie:

J: en heeft u het verteld?

T: bedoel je over het spelen met de handschoen?

J: ja

T: ik heb nog niet de gelegenheid gehad om het aan een ander kind te vertellen, maar ik zal het zeker doen. Het maakt me blij dat je aan het plezier van andere kinderen denkt.

4-2: Hoe de liefde van de therapeut voor het kind het therapeutische proces kan verstoren.

4-2-1: Blinde liefde.

Iedere volwassene draagt (gedeeltelijk pijnlijke) bagage mee uit zijn eigen leven. Wanneer de therapeut zich bewust is van deze bagage en haar weet te hanteren, hoeft zij geen probleem te zijn. Integendeel, zij is een bron van informatie en inspiratie. Maar wanneer de therapeut zijn bagage niet kent, of gedeeltelijk ontkent, weet hij niet hoe deze bagage zijn gedrag, gedachten en gevoelens beïnvloedt. De kans bestaat dan dat de liefde, die hij voor het kind voelt, het gevolg is van positieve overdracht of een onbevredigde behoefte. Deze liefde kan hem verblinden voor wat er gaande is in zijn contact met dit kind.

4-2-1-1: Blinde liefde door positieve tegenoverdracht.

Tegenoverdracht is volgens Freud het (onbewuste) gevoel dat bij de therapeut ontstaat als reactie op het door het kind overgedragen gevoel. (Delft 2004) Het kind kan bij de therapeut gevoelens van liefde opwekken, doordat het hem herinnert aan iemand anders waar hij liefde voor koesterde. Hij ontwikkelt dan een beeld van het kind, dat gedeeltelijk ingevuld is door zijn vroegere ervaringen. Onbewust kan dit een negatieve invloed hebben op de neutrale houding die de therapeut zou moeten hebben. Het kind zal dit merken doordat de interventies van de therapeut er net naast zitten en als dit vaak gebeurt zal hij zich onbegrepen en niet goed gezien voelen.

4-2-1-2: Blinde behoeftige liefde.

Wanneer de therapeut het kind lief heeft vanuit zijn eigen behoefte, zal hij van daaruit op het kind reageren.

Hij kan bijvoorbeeld het kind gaan bevaderen of moederen. Het kind ervaart dan dat de therapeut van alles voor hem gaat doen, veel interventies pleegt en adviezen geeft.

Wanneer de therapeut zelf niet goed weet om te gaan met zijn "pijnplekken", zal hij de neiging hebben het kind te willen beschermen voor zijn pijn. Het kind kan dan merken, dat wanneer hij bijvoorbeeld een pijnlijke gebeurtenis naspeelt, de therapeute door een opmerking de aandacht op iets anders richt in plaats van getuige te zijn.

Jonathan was ziek, maar hij stond er op om wel naar de speltherapie te gaan. De therapeute merkte dat er wat mis was, maar Jonathan maakt haar duidelijk dat ze geen vragen mocht stellen. Aan het eind van de sessie zaten ze tegen over elkaar, Jonathan speelde met zijn voeten met de grote dobbelsteen, waar ze net mee gespeeld hadden. Er viel een stilte. Het was duidelijk dat Jonathan zich niet lekker voelde, maar de therapeute wist niet wat de oorzaak was. Ze voelde zich gefrustreerd, ze wilde hem zo graag helpen, zo graag hem weer gelukkig maken, maar ze wist niet hoe. Vanuit haar frustratie, en de moeite om getuige te zijn van Jonathan die niet gelukkig was, kwam ze met weinig adequate voorstellen:

Jonathan zit in de stoel tegen over de therapeut en zwijgt. Hij speelt met zijn voeten met de dobbelsteen.

Stilte

T: wil je nog een ideetje van mij?

J: (Jonathan kijkt de therapeut aan) "zeg het maar".

*T: we kunnen alles aan de kant schuiven en een barricade maken.
we kunnen elkaar dan proberen te raken met elastiekjes.*

Stilte

J: kucht een paar keer.

Ook kan de therapeut het kind vanuit zijn eigen "kindeel" liefhebben en het meer benaderen als een vriendje of vriendinnetje. Het kind zal dan heerlijk met de therapeut kunnen spelen, maar zal verdiepende opmerkingen van de therapeut missen.

Wanneer de therapeut zich van dit alles niet bewust is, wordt hij kwetsbaar en gemakkelijk te manipuleren. Hoogstwaarschijnlijk zal hij moeilijk grenzen weten te stellen en misschien krijgt hij de neiging cadeautjes mee te geven aan het kind.

Het kind zal ervaren dat de therapeut hem wil "pleasen" en dat hij zich soms zelfs als zijn slaafje laat gebruiken. Het kind zal hierdoor zijn respect voor de therapeut verliezen en ook zijn gevoel van veiligheid. Meestal zal een therapeut echter wel tijdig door hebben, wanneer hij in dit proces terechtkomt.

4-2-2: Geblokkeerde liefde.

Wanneer de liefde niet wil stromen, kan dit het gevolg zijn van "warmte vrees" of negatieve tegenoverdracht, maar soms ligt de oorzaak buiten het therapeutische proces.

4-2-2-1: Warmtevrees.

Wanneer de therapeut te weinig afstand houdt van het kind kan dit schadelijk zijn, maar hij kan ook te veel afstand houden. Rogers (1961) zegt hierover: "sommige therapeuten hebben warmtevrees, ze zijn bang voor nabijheid en durven hun positieve gevoelens nooit te tonen. Dikwijls speelt hierin de vrees mee, door het kind te zeer in beslag genomen te worden. Het gevolg kan dan zijn dat deze nochtans cruciale component van de werkrelatie verstikt geraakt onder een defensief getinte afstandelijke professionele houding."

4-2-2-2: Negatieve (tegen) overdracht.

Zoals het kind liefde bij de therapeut kan opwekken kan het ook negatieve gevoelens losmaken, die hun wortels hebben in het verleden van de therapeut. Het kind kan bijvoorbeeld de therapeut herinneren aan het kind wat hem vroeger altijd pestte of een kind waar hij jaloers op was. Hierdoor kan de therapeut zich niet goed verplaatsen in het kind en het gevaar bestaat dat de therapeut vanuit zijn eigen gekwetste kind gaat reageren. Het kind zal dit bijvoorbeeld kunnen merken doordat de therapeut veel weigert, weinig geduld heeft, of snel geïrriteerd raakt. Het gevaar bestaat dat er een machtsstrijd ontstaat.

Bij de eerste sessie wees Jonathan de pogingen van de therapeute om contact met hem te maken af. Hoewel de therapeute begreep waar zijn weerstand vandaan kwam, werd ze toch geraakt door zijn afhouden van het contact. Ze herinnerde zich de vele afwijzingen die ze gehad had in haar leven en ze merkte hoe ze hierdoor "stijf" werd in haar gedrag. Ze ging zich strak aan de regels houden en kon zich niet meer verplaatsen in wat Jonathan allemaal zou kunnen voelen.

4-2-2-3: Blokkerende omstandigheden buiten het therapeutische proces.

Lasuy onderzocht 41 therapieën met in totaal 325 sessies. Op de vraag: "Met welke gevoelens of verwachtingen bent u aan deze sessie begonnen?" gaven de therapeuten bij een op de zes sessies als antwoord "niet in de stemming te zijn voor het doen van therapie". Als reden gaven zij hiervoor aan: vermoeidheid, ziekte, een te drukke dag, vakantiestemming, gebrek aan interesse. (Lasuy 1988). Tijdens een sessie, gekleurd door deze stemming van de therapeut, zal het kind ervaren dat hun contact oppervlakkiger is dan anders. Het lijkt me duidelijk dat de liefde in bovengenoemde situaties, niet vrijelijk kon stromen.

Jonathan had al een aantal keren, op verschillende manieren, zijn innerlijke strijd vormgegeven door "oorlog" te spelen. Nu vochten de dinosaurussen tegen de mensen. De therapeute had die nacht slecht geslapen, de zon scheen door het raam en de kamer was lekker warm. Ze voelde zichzelf wegzakken, haar betrokkenheid bij het spel verslapte. En terwijl Jonathan streed met zijn innerlijke gevoelens vocht zij tegen de slaap.

4-2-3: Als de liefde geen grenzen stelt.

Moustakas(1973): "Er zou geen therapie mogelijk zijn als er geen grenzen gesteld werden. Zij herinneren het kind aan het feit dat hij een verantwoordelijkheid draagt voor zichzelf, de therapeut en de spelkamer. Ze geven een bepaalde zekerheid en stellen het kind tegelijkertijd in staat zich vrij en onbezorgd in zijn spel te verliezen. Ze dragen ertoe bij dat zijn verblijf in de spelkamer tot een stuk levende werkelijkheid wordt. Zonder grenzen zou het kind gedwongen worden zich in het onbekende en onzekere te begeven, hetgeen onnodig tot angst en schuldgevoelens zou kunnen leiden."

Dat kinderen zelfs om grenzen kunnen vragen, blijkt uit het volgende:

Jonathan staat met een rol Tesa crêpe in zijn hand. Hij is bezig op de vloer een veld af te plakken ter begrenzing van een strijdtoneel. In eens vraagt hij de therapeut of hij wel zoveel Tesa crêpe mag gebruiken. De therapeute zegt dat hij de rol op mag maken. Ja, zegt Jonathan dat wil ik graag weten, anders voel ik me net alsof iemand me een trommel vol snoep geeft en niet zegt hoeveel snoepjes ik mag pakken.

Wanneer de therapeut bang is om afgewezen te worden en de liefde van het kind te verliezen zal hij moeilijk grenzen durven te stellen. Hij kan zichzelf voor de gek houden door te zeggen: "ik gun dit kind deze ervaring" of "hij speelt zo mooi, hij moet zijn spel toch kunnen uitspelen". Door deze houding gaat de therapeut de confrontatie niet aan en dit gaat ten koste van de relatie.

Moustakas(1973) zegt hierover: "als ik tijdens een therapie een grens stel, dan is dat een aspect van mijn wezen, een uiting van datgene wat ik op een bepaald moment in de tijd ben. Het is in feite mijn grens, het punt waar mijn ik ophoudt. Als het kind deze grens aanvaardt, komt er een verbintenis tussen ons beiden tot stand. De grens behoort dan tot de structuur en begrenzing van onze relatie."

4-2-3-1: De tijdgrens.

"Liefde wordt het beste tot uitdrukking gebracht door tijd, zij is ons kostbaarste geschenk, omdat we er slechts een bepaalde hoeveelheid van hebben."(Warren(2004))

Zoals het belangrijk is dat de therapeut de hoeveelheid liefde die hij geeft aan het kind begrenst, zodat het daar niet door overweldigd wordt, is het ook belangrijk de tijd van de sessie duidelijk te begrenzen. Het kind zal hierdoor veiligheid en rust ervaren en de therapeut kan er op vertrouwen dat belangrijke thema's, die niet voldoende aan bod geweest zijn, in een andere sessie weer terug komen. Vlak voor het einde van iedere sessie geeft de therapeut deze begrenzing aan. Hij geeft het kind te kennen dat er nog maar enkele minuten gespeeld kan worden. Dan, aan het eind van de sessie zegt hij: "ik geloof dat de tijd vandaag weer om is. We zullen nu moeten stoppen".

Sommige kinderen gaan zo op in het spel, dat ze de tijdmeldingen van de therapeut niet horen. Bij deze kinderen kan het handig zijn om ze te vragen of ze het gehoord hebben, of om ze een klein tikje op de schouder te geven.

Jonathan ging helemaal op in het gevecht dat hij uitspeelde. Hij maakte er geluiden bij en had veel plezier.

De therapeute had hem keurig 10 minuten en 5 minuten voor het einde van de sessie gewaarschuwd. Toen ze uiteindelijk zei dat de tijd om was keek Jonathan haar verbaasd aan: "Nu al?" was zijn reactie.

Of de therapeut precies op de minuut de therapie stopt is heel persoonlijk. Soms kan de therapeut, vanwege het therapeutische proces, besluiten het kind een paar minuten extra te geven. Wanneer echter het "op tijd stoppen" een steeds terugkerend thema wordt is het raadzaam om met het kind te bespreken wat er gebeurt en waarom het belangrijk is om op tijd te stoppen. De therapeut kan het kind wijzen op zijn eigen verantwoordelijkheid hierbij en hem de ruimte geven om zelf een oplossing te vinden. Zo ervaart het kind dat de therapeut vertrouwen in hem heeft en zijn vermogen om zelf oplossingen te vinden.

4-2-3-2: Grenzen bij het uiten van agressie.

Er is een verschil tussen symbolisch gevaarlijk en agressief spel, waarbij dingen uitgespeeld worden zonder dat er echte schade berokkend wordt en echte agressie gericht op het speelgoed, het kind zelf of de therapeut. Aan dergelijk gedrag kan echter een andere richting gegeven worden voordat het uit de hand loopt. Een pop kan bijvoorbeeld geslagen worden in plaats van de therapeut. Moustakas(1973) beschrijft zijn motivatie om een agressief kind een halt toe te roepen als volgt: "Niet alleen omdat hij innerlijk lijdt als hij een ander pijn doet of omdat hij mij uiterst fel aanvalt als hij in feite bang is van mij te houden, maar ook vanwege mijn eigen zelf, zoals ik op ieder gegeven moment van het leven ben. Ik zou mezelf niet langer zijn als ik het feit niet accepteerde dat ik de ander inderdaad pijn doe wanneer ik hevig wordt aangevallen, dat ik alleen als ik mezelf niet verlies zo veel pijn kan verdragen. Alleen als ik dit feit als een aspect van mijn werkelijke zijn kan aanvaarden en onder ogen zien kan ik als een levende persoon met de ander blijven omgaan."

Juist een halt toeroepen is een uitdrukking van liefde voor het kind, omdat de therapeut hiermee voorkomt dat het kind pijn voelt over zijn eigen gedrag en dat hij het contact met hem verliest.

Door het kind de mogelijkheid te geven zijn agressie te uiten, op een veilige aanvaardbare manier ervaart het kind een enorme opluchting en acceptatie van zijn gevoelens.

In een latere stap kan met het kind gekeken worden hoe hij de energie die gepaard gaat met de boosheid, op een positieve manier kan gebruiken.

Jonathan vertelt over zijn boosheid en dat hij soms niet weet wat te doen met al die kracht.

T: weet je, die kracht die je hebt vanuit je boosheid die kan je ook heel goed, positief gebruiken.

J: hoe dan?

T. Bijvoorbeeld bij voetballen.

J: (lacht) ja dat doe ik. Ja, echt wel, voetballen is mijn lievelingssport.

T: dan kan je al de boosheid die je hebt, omzetten in kracht en dat werkt ontzettend goed.

Hierna vertelt Jonathan enthousiast hoe hij zijn boosheid projecteert op de voetbal en dan een flinke trap geeft.

4-2-3-3: Grenzen aan het hebben van lichamenlijk contact.

Het hebben van lichamenlijk contact behoort tot de basisbehoeften voor een gezonde ontwikkeling. Gary Chapman (1999) benoemt het als de eerste liefdes taal. Het kan dus zeer therapeutisch zijn om een kind aan te raken, het te knuffelen of op schoot, eventueel met een flesje, heen en weer te wiegen. Helaas hebben vele kinderen ook slechte ervaringen met lichamenlijk contact en is dit een terrein waarop de therapeut heel voorzichtig en sensitief moet zijn. Terwijl voor het ene kind een "hand op de schouder" een helende werking heeft, kan een ander kind het ervaren als bedreigend.

Geërotiseerde kinderen kunnen opgewonden raken wanneer ze een intieme relatie aangaan. Om de therapie succesvol te laten zijn is een intieme relatie echter juist noodzakelijk. Het geërotiseerde kind zal de therapeut testen om te zien of hij op dezelfde manier reageert als degene die hem misbruikt(e). Het is belangrijk dat de therapeut duidelijk en consequent, maar ook op een liefdevolle manier, zodat het kind zich niet hoeft te schamen of zich afgewezen voelt, een grens trekt. De therapeut kan bijvoorbeeld zeggen: "in de spelkamer raken we elkaar niet aan op intieme plekken" of "ons lichaam is van onszelf en het is oké om nee te zeggen". Wanneer het kind iets duidelijk wil maken kan de therapeut een pop of het maken van een tekening aanbieden.

Door deze houding van de therapeut ervaart het kind dat het ook mogelijk is intiem contact met een volwassene te hebben, zonder dat het kind moet voldoen aan de (seksuele) wensen van de ander.

4-3: Hoe de therapeut de liefde van het kind voor hem, positief kan gebruiken in het therapeutische proces.

Op een ochtend wordt Lola wakker met een woordjes. Zoveel lieve woordjes dat haar van staan. Lola wil haar lieve woordjes kwijt, maar niemand heeft tijd voor haar.. (Carl Norac(1998))



mond lieve wang er bol

Kinderen hebben een eindeloze bron van liefde in zich en wanneer deze liefde niet kan stromen kan dat veel frustratie veroorzaken. Frustratie die een negatieve invloed kan hebben op hun emotionele en fysieke welzijn.

Een van de basis vaardigheden van de cliënt-centered speltherapeut is in te voegen en af te stemmen op het kind. Wanneer de therapeut dit goed doet, ontstaat er een vreugdevolle ontmoeting tussen hen beiden. De liefde die het kind dan voor de therapeut gaat voelen geeft hem een beter gevoel over zijn eigen ik. Ook zijn ideeën over andere mensen (vader en moeder) en de wereld zullen hierdoor veranderen.

Belangrijk is dat de therapeut de taal van de liefde van het kind verstaat en het

kind laat merken dat het zijn liefde ontvangt en beantwoordt. Het kind zal dit ervaren doordat de therapeut laat zien blij te zijn met een cadeautje, een positief woord of met een knuffel. Ook wanneer het kind aandacht voor de therapeut heeft of iets voor hem gemaakt heeft zal de therapeut deze vol liefde ontvangen. Doordat de therapeut dit doet zonder verwachtingen en zonder claim zal het kind zich vrij voelen zijn liefde te uiten op zijn manier en op zijn tijd. Dit geeft het kind weer vreugde en het zal ook buiten de spelkamer meer zijn liefde laten stromen.

Jonathan komt enthousiast de trap opgerend naar de spelkamer. Hij heeft een enveloppe, versiert met vlinders, bij zich en een cadeautje. Beide zijn voor de therapeut. In de enveloppe zit een mooie kaart met een bloem er op, want vlinders houden van bloemen. Jonathan laat de therapeute beloven de kaart goed te bewaren. Het cadeautje, een doosje vol heerlijke snoepjes, heeft Jonathan zelf uitgezocht en van zijn eigen geld gekocht. De therapeute lacht en zegt erg blij te zijn met de cadeautjes. Samen eten ze een snoepje uit de doos.

4-4: Aandachtspunten voor de therapeut in verband met de liefde van het kind voor de therapeut.

4-4-1: Positieve overdracht.

Boswijk-Hummel(1997) beschrijft positieve overdracht als de projectie van de ideale vader of moeder op de hulpverlener: "het kind brengt zijn gevoelens over op de therapeut zoals hij zijn opvoeders graag gezien had. Dat kan gepaard gaan met gevoelens van afhankelijkheid, aanhankelijkheid, zoeken naar veiligheid, behoefte aan zorg en bewondering, verliefdheid."

Wanneer het kind zijn liefde voor de therapeut uit, dient de therapeut zich bewust te zijn van de relativiteit hiervan en de mogelijkheid van positieve overdracht, zonder daarmee de waardering naast zich neer te leggen.

Het is belangrijk dat hij zichzelf trouw blijft en congruent: hij is zich bewust van zijn eigen gevoelens, oordelen, gedachten en fantasieën.

Sommige therapeuten vertellen de ouders van het kind bij de intake, dat het mogelijk is dat het gaat lijken, voor een periode, alsof het kind meer liefde voor de therapeut koestert dan voor hen. Door uit te leggen dat dit een tijdelijk onderdeel is van het therapeutische proces en kan bijdragen tot een betere hechting van het kind aan hen, kan de therapeut voorkomen dat de ouders zich minderwaardig gaan voelen of jaloers worden. Doordat in de loop van de therapie deze positieve gevoelens van het kind zich meestal verplaatsen naar de opvoeder zelf, plukken zij uiteindelijk de vruchten.

De positieve overdracht kan gevoed worden door het speciale van de therapie - situatie. Het kind krijgt een uur lang onverdeelde aandacht en er mag ook veel meer dan thuis.

Doordat de therapeut het kind hierop wijst, helpt hij het kind alles in het juiste perspectief te zien.

Jonathan pakt het scheerschuim en spuit het tafelblad vol. Hij kliepert, voelt, ruikt, verstopt zijn handen en schrijft zijn naam.

"Als ik dit thuis zou doen, dan zou ik bij mijn moeder goed in de problemen komen!" zegt hij. De therapeute benadrukt hoe heerlijk het is om met het scheerschuim te spelen en ook, dat er in de spelkamer meer kan dan thuis, omdat deze er op ingericht is.

4-4-2: Negatieve overdracht.

Boswijk-Hummel(1997) beschrijft dit als het projecteren in de therapeut van de onveilige, tekortschietende, afwijzende ouder (of een andere belangrijke persoon): het kind brengt negatieve gevoelens over die sluimeren ten aanzien van de opvoeder. Deze overdracht kan gepaard gaan met gevoelens van angst, onveiligheid, eenzaamheid, boosheid.

Wanneer het kind bang is voor, of boos is op de therapeut dan dient de therapeut bereid te zijn, zijn eigen aandeel te onderzoeken, zonder zich de gevoelens van het kind al te sterk aan te trekken. Wanneer de therapeut de ontmoeting met het kind als het ware mee naar huis neemt, of wanneer het hem onverschillig laat, dan doet hij er goed aan zijn waarschuwinglampje te laten branden en interventie of supervisie aan te vragen.

Toen Jonathan in speltherapie kwam had hij een leven achter de rug waarin volwassen mensen besluiten hadden genomen die gevolgen hadden gehad, die Jonathan als zeer pijnlijk en verdrietig had ervaren. Hij was gefrustreerd dat anderen altijd maar beslissingen namen in zijn leven. Ook had hij 8 therapie - sessies gehad bij een psychologe waarbij hij veel moest praten. Hij had het afschuwelijk gevonden. Nu kwam hij weer bij een dergelijke vrouw, die zijn moeder voor hem geregeld had. De manier waarop hij de speltherapeutes zag was ongetwijfeld gekleurd door zijn eerdere ervaring en hij wilde er dan ook niet zijn.

De therapeute voelde zich, ondanks haar begrip voor zijn houding, toch afgewezen. In supervisie heeft ze haar kwetsbaarheid op het gebied van afwijzing verder onderzocht.

4-4-2-1: Het aangepaste kind.

Kinderen hebben verschillende strategieën om zich in een onzekere situatie veilig te stellen.

Wanneer een kind de ervaring heeft dat lief zijn en zich aanpassen goed werkt, dan kan het zijn dat hij dit in de spelkamer ook zal doen. Per slot van rekening kan het in het begin best spannend zijn om een uur lang alleen met een vreemde volwassene in een kamer vol speelgoed te zijn.

Het kind kan proberen te ontdekken hoe hij de therapeut kan behagen. Sommige kinderen doen dit bijvoorbeeld door de therapeut steeds om zijn mening te vragen. Doordat de therapeut, op vriendelijke wijze, de vraag weer terug speelt of een neutraal antwoord geeft, ervaart het kind dat hij zijn eigen mening mag hebben. Het is aan de therapeut om hier alert op te zijn en het kind te laten voelen dat hij het onvoorwaardelijk lief heeft. Een kind dat zich niet helemaal veilig voelt kan bijvoorbeeld een regelspel kiezen. Als hij dan merkt dat

hij zelf de regels mag bedenken, ook in zijn eigen voordeel en dat de therapeut zijn verlies neemt zonder boos te worden, kan er iets van vertrouwen groeien waardoor hij zich minder gaat aanpassen.

Wanneer het ijs eenmaal gebroken is en het kind in fantasiespel uiting kan geven aan die gevoelens die hij in het dagelijkse leven niet durft te laten zien, zal hij ervaren dat de therapeut deze gevoelens accepteert als horende bij hem. Hierdoor kan het kind komen tot een grotere zelfacceptatie en liefde voor zichzelf.

Jonathan wordt erg netjes opgevoed. Hij heeft geleerd soms, uit beleefdheid, iets te zeggen wat een beetje naast de waarheid ligt. In de spelkamer heeft hij ervaren dat hij open en eerlijk kan zijn, wanneer hij met Sinterklaas en witte chocolade letter krijgt, terwijl hij meer van melkchocolade houdt worstelt hij even met eerlijkheid en beleefdheid.

De therapeute geeft J zijn chocoladeletter. Hij trekt er enthousiast het papier van af.

J: is het wit?

T: ja

J: Is het witte chocolade?

T: ja,

J: O, jammer

T: je houdt niet zo van witte?

J: nee, niet zo erg.

J: nou, wel hoor. Em.

Als ik mocht kiezen tussen chocolade wit en puur, dan zou ik chocolade kiezen.

Ik bedoel, niet echt jammer, ik ben er wel blij mee, heerlijk, maar als ik zou kiezen, dan zou ik toch gewone chocolade willen.

T: als je wilt kan ik hem nog wel ruilen. Vind je puur lekkerder?

Misschien hebben zij ze nog.

J: Nou puur vind ik niet zo lekker, dat vind mijn zusje heel erg lekker.

T: wat vind jij dan het lekkerste?

J: ik vind melkchocolade het lekkerst.

T: oké. Zal ik kijken of ik hem nog kan ruilen voor je?

J: graag.

T: ja? Dan kijk ik gewoon of ze nog melk hebben.

J: ik wil u niet teleurstellen hoor.

T: nee, nee, nee, ik ben blij dat je eerlijk bent Jonathan.

Ik denk dat als je iets krijgt dat het goed is als je eerlijk zegt wat je er van vind, hè?

Dat is toch belangrijk.

J: ja

T: ik wil je graag iets geven waar je blij mee bent.

J: mm mm

Kan u dit nou opruimen in uw eentje?

T: ik kan dit heel goed opruimen in mijn eentje hoor.

4-4-2-2: Het agressieve kind.

Het komt voor dat het kind zich agressief gedraagt tegen de therapeut. Het kan zijn dat deze agressie gevoed wordt door de angst van het kind om van de therapeut te houden, er kan echter ook sprake zijn van negatieve overdracht of een algemeen opgekropte woede. Wat de oorzaak ook is het is niet altijd even gemakkelijk om er liefdevol mee en om te gaan. Toch gaat het erom dat de therapeut het kind voortdurend actief blijft volgen en het gebeuren door zijn ervaringswereld mee blijft beleven. Moustakas(1973) zegt hier over: "samen met het kind moet hij ervaren, misschien zelfs lijden, en tegelijkertijd een elementaire waardering en liefde voor het kind tot uitdrukking brengen. Zelfs als het kind hem wil doden, moet hij dezelfde mate van respect aan de dag leggen, dezelfde vastberadenheid om hem te helpen zich in positieve zin te ontwikkelen..... Het is soms een buitengewoon ingewikkelde en pijnlijke zaak te moeten omgaan met een woedend kind en het lang genoeg vol te houden om hem de talenten en eigenschappen te doen ontdekken die werkelijk van hem zijn, het vermogen om een positieve relatie aan te gaan, om lief te hebben en teder te zijn en het vermogen tot ontplooiing en zelfonderzoek."

4-4-2-3: Afstand en nabijheid.

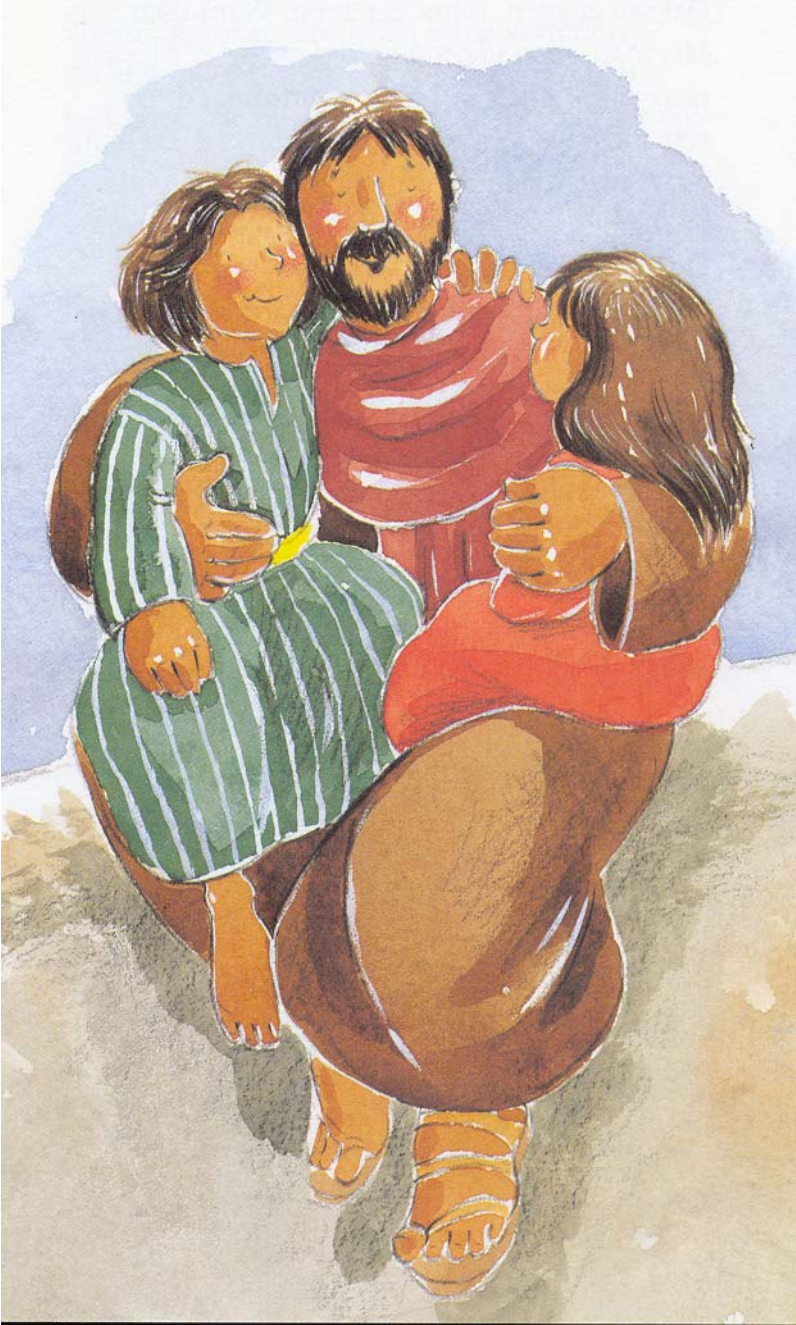
Het kind en de therapeut kunnen samen heel wat meemaken en elkaar ontmoeten op een diep innerlijk niveau. De liefde tussen hen kan gaan stromen en ze raken op elkaar gesteld. Het is belangrijk dat de therapeut zorgvuldig omgaat met de afstand en de nabijheid tussen hem en het kind. Hij moet zich voldoende nabij het kind weten om mee te kunnen voelen en tegelijkertijd voldoende afstand houden om de relatiepatronen te doorzien. Hij dient ervoor te waken dat het kind verkeerde verwachtingen krijgt of schuldgevoelens. Het is belangrijk dat het kind uiteindelijk "vrij kan vertrekken".

Wanneer de therapie in de laatste fase is beland zal de therapeut het afronden van de therapie ter sprake brengen. Er kan dan bijvoorbeeld samen besloten worden om de sessies eens in de twee weken te gaan doen. Soms neemt het kind dan iets mee naar huis waar hij thuis verder aan kan werken (bijvoorbeeld een "levensboek"). Wanneer het kind thuis "vergeet" om aan het boek te werken, kan dat een indicatie zijn dat de therapie (en daarbij ook de relatie met de therapeut) niet meer zo belangrijk is.

Bij de laatste sessies kan een afscheidsritueel verder helpen met de voorbereiding op het naderende afscheid. Doordat het kind ervaart dat zijn eigen autonomie gegroeid is en de therapeut vertrouwen in hem heeft, kan het kind met hernieuwd zelfvertrouwen, op een goed moment, de deur van de spelkamer achter zich sluiten.

Aan het begin van de therapie heeft de therapeute Jonathan verteld dat, wanneer hij dat wil, zij gedurende de sessies foto's kunnen maken. De therapeut biedt aan er dan een boek van te maken wat hij meekrijgt bij de laatste sessie. Jonathan is enthousiast over dit idee en elke keer wanneer ze foto's maken is dit een kleine verwijzing naar het eindige karakter van de therapie.

5. Conclusie.



"Dan is hij een vrij mens, vrij om lief te hebben."
(Henry Nouwen (2004))

Liefde werkt therapeutisch in de cliënt-centered speltherapie wanneer zij zuiver is en onvoorwaardelijk gegeven wordt. Zij vormt een noodzakelijk fundament voor de cliënt-centered basishouding en samen zijn zij het uitgangspunt voor een succesvolle therapie. In de wezenlijke ontmoeting met de therapeut ervaart het kind deze liefde, waardoor zijn eigen liefde weer gaat stromen. Haar helende werking helpt het kind bij het verwerken van zijn "problemen" en het groeien naar emotionele en geestelijke gezondheid. De liefdestank wordt gerepareerd en gevuld.

De mate waarin de therapeut zijn eigen blokkades heeft opgeruimd en zichzelf lief heeft, bepaald hoe zuiver en onvoorwaardelijk zijn liefde is.

Brian Thorne(2000) zegt hierover: "Jezus is de belichaming van de persoon die zichzelf volledig lief heeft en daardoor is hij vrij om zichzelf volledig te geven aan het lief hebben van anderen.

Voor mij is het niet belachelijk of een uiting van blasfemie om in Jezus Christus de perfecte "person-centred" therapeut te zien: deze man, wiens compassie nooit afnam, wiens empathies reageren al zijn ontmoetingen betrof en wiens congruentie hem toestond om publiekelijk te huilen en uiting te geven aan een reinigende woede.

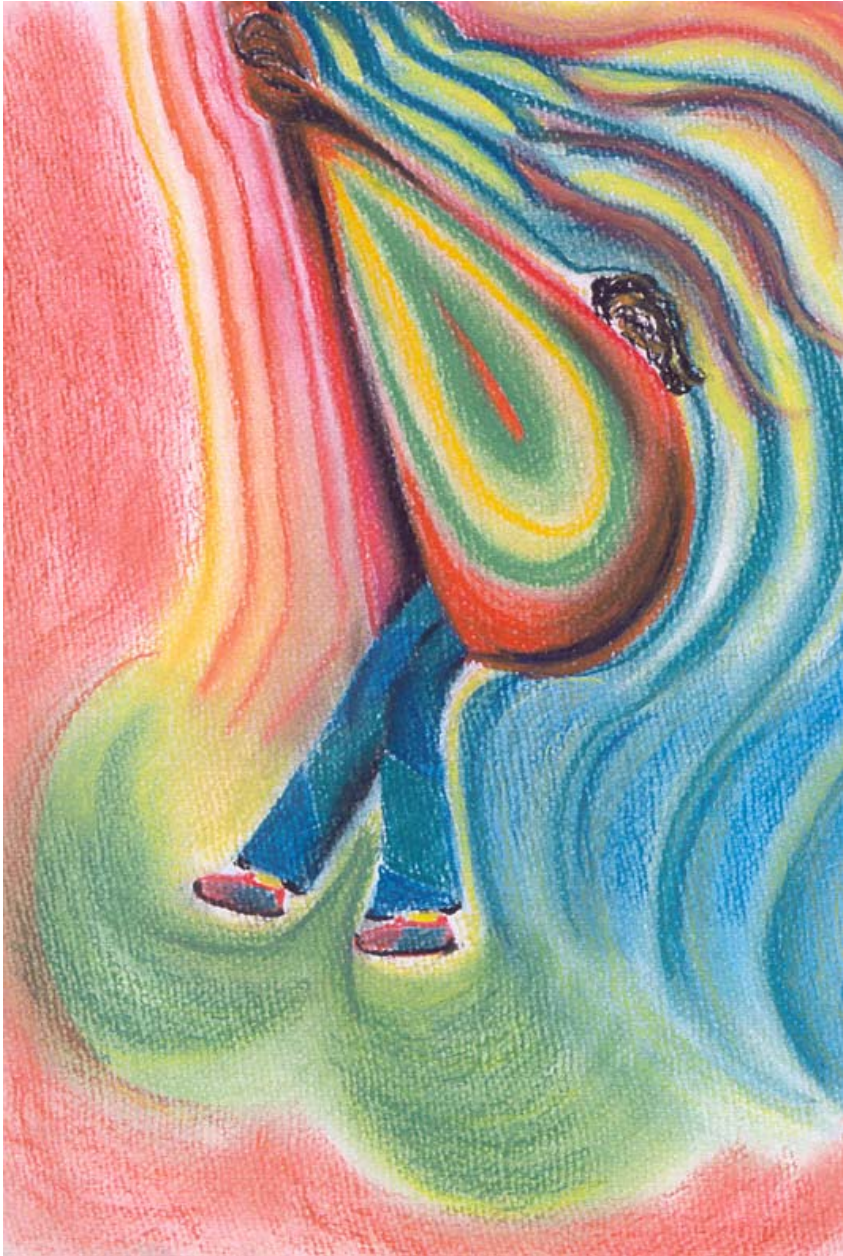
Het is misschien niet onbelangrijk dat Carl Rogers als jongeman, zeer aangetrokken werd tot de persoonlijkheid van Jezus, nadat hij de persoon van vlees en bloed achter de vertekende versie, geportretteerd door het evangelische christendom van zijn opvoeders, had ontdekt."

Niemand is zo totaal liefdevol als Jezus, maar we kunnen er wel naar streven om dat zoveel mogelijk te worden.

Iedere therapeut zal zijn eigen weg bewandelen in dit proces. Wanneer hij zich hierbij te veel laat leiden door zijn eigen verlangen naar grenzeloze genegenheid, grenzeloze zorg, of grenzeloos geven, is het raadzaam voor hem om grenzen te gaan stellen aan zijn eigen genegenheid. Hij zal moeten leren beter bij zichzelf te blijven en zijn verlangen in toom te houden, want "echte wederkerige liefde veronderstelt mensen die over zichzelf beschikken en die kunnen geven zonder hun identiteit te verliezen." (Henry Nouwen (2004))

De therapeut kan alleen onvoorwaardelijk liefhebben, wanneer hij zichzelf liefheeft en wanneer hij zich bemind en aanvaard weet. Dan zal hij dankbaar zijn voor wat hem gegeven wordt zonder zich eraan te hechten en blij zijn met wat hij kan geven zonder er prat op te gaan. "Dan is hij een vrij mens, vrij om lief te hebben!"

6: Samenvatting.



In deze scriptie heb ik een antwoord proberen te vinden op de vraag:
Wanneer werkt liefde therapeutisch binnen de cliënt-centered speltherapie?

Allereerst heb ik gekeken naar de verschillende aspecten van de liefde. Zij is geduldig, vriendelijk en blij met de waarheid. Zij is niet jaloers, trots, beschuldigend of beledigend. Zij komt voort uit de basisbehoefte van de mens aan vereniging en zij streeft ernaar het welzijn van de ander te bevorderen. Ze kan ontwikkeld worden en zij is het belangrijkste wat er bestaat.

Onvoorwaardelijke liefde is een geschenk dat je krijgt of niet.

Voorwaardelijke liefde kan, mits goed gegeven, en kind stimuleren een gevoel van eigen kunnen te ontwikkelen, maar het kan ook uitmonden in een machtsmisbruik.

Symbiotische liefde tussen moeder en baby bevordert de hechting, maar wanneer de moeder het kind gebruikt voor haar eigen behoeftebevrediging, ontstaat er een ongezonde symbiotische relatie.

Rijpe liefde is daarentegen een vereniging waarbij integriteit en individualiteit bewaard blijven.

Het hart van de cliënt-centered speltherapie is de ontmoeting tussen het kind en de therapeut. Wanneer de therapeut in staat is, om zuivere, onvoorwaardelijke, rijpe liefde aan het kind te geven in de liefdestalen die het kind verstaat en in hoeveelheden die het kind aankan, dan vormt dit een prachtige basis voor een succesvolle therapie gebaseerd op empathie, echtheid en positief focus. De therapeut weet het kind te ontvangen, onvoorwaardelijk te accepteren en uit zijn holletje te lokken. Door de positieve gezindheid, het actief getuige zijn en de dienstbaarheid van de therapeut ervaart het kind een totale acceptatie voor wie hij is. Daardoor durft zichzelf in de ogen te zien en zichzelf te accepteren en lief te hebben.

Aangezien geen mens volmaakte liefde kan geven, zal elke therapeut alert moeten zijn op valkuilen zoals blinde liefde, behoeftige liefde en geblokkeerde liefde.

Het stellen van grenzen is een wezenlijk onderdeel van de therapie en de therapeut die denkt liefdevol te zijn door geen grenzen te stellen houdt zichzelf voor de gek.

Kinderen hebben een eindeloze bron van liefde en soms is deze geblokkeerd. Er zijn vijf verschillende liefdestalen en een kind boven de vijf jaar heeft één taal die hij het beste spreekt en verstaat. Doordat de therapeut de liefde van het kind ontvangt en beantwoordt, zal deze liefde eerst naar hem en daarna ook naar anderen weer gaan stromen.

De therapeut dient er alert op te zijn dat het kind gevoelens gerelateerd aan anderen, op hem kan overdragen. Dit kan hem bruikbare informatie geven over de belevingswereld van het kind en wanneer hij er goed mee omgaat, zijn ze een waardevolle bijdrage in de therapie.

Tot slot ben ik tot de conclusie gekomen dat zuivere, onvoorwaardelijke liefde de noodzakelijke basis vormt voor een succesvolle therapie. Hoe meer de therapeut zijn blokkades heeft opgeruimd, van zichzelf houdt en hoe meer hij zich geliefd weet, hoe beter hij deze zuivere liefde zal kunnen geven.

Het schrijven van deze scriptie heeft mij ervan doordrongen hoe belangrijk het voor mij als therapeute is om mezelf te kennen, te accepteren en lief te hebben. Het is ook essentieel dat ik mezelf geliefd weet. Dit is een groeiproces waar ik mijn hele leven voor open wil staan, al is het alleen al om steeds beter kinderen te kunnen begeleiden in hun proces om op te groeien tot gezonde liefdevolle mensen.

Literatuur:

- De Bijbel. 1 Korinthiers 13. Nederlands Bijbelgenootschap 1951
- Chapman, C. De 5 talen van de liefde van kinderen. Vaassen, Medea, 1999
- Delft, F. van. Overdracht en Tegenoverdracht. Soest, Nelissen, 2004.
- Fromm, E. Liefhebben, een kunst, een kunde. Utrecht, Erven J Bijleveld, 1956.
- Korczak, J. Hoe houd je van een Kind. Utrecht, Erven J Bijleveld, 1986.
- Korczak, J. Een mensenleven voor het kind. Kampen, Kok, 1994.
- Lietaer, G. uit reader 441,
Lasuy 1988 uit reader 441, Lietaer, G. blz 42.
- Mears, D and Thorne, B. Person-Centred Therapie Today. London. Sage Publications. 2000.
- Moustakas, C. Speltherapie. Rotterdam, Lemniscaat, 1973.
- Norac, C en Dubois, C.K. Lieve woordjes. Haarlem, Gottmer, 1998.
- Nouwen, H. Binnen geroepen. Tielt, Lannoo, 2004.
- Sonhoven, E. Therapeut en cliënt in
relatie.www.mandala.be/psychotherapie/inrelatie.htm
- Straaten, H, van. De liefste kusjes zijn voor jou. Amsterdam. Van Goor.
- Warren, D. Doelgericht leven. Vaassen, Medea.2004 ISBN: 9063534310
- Weisfelt, P. Nestgeuren. Soest, Nelissen. 2003
- West, J. Child Centered Play Therapie. London, Arnold, 1992.



I will connect you with a client-centered play therapist.