

‘MET KLEINE BEER OP WEG’:

EEN VORM VAN IK-VERSTERKENDE PSYCHOTHERAPIE

Drs. M. Kok – van Eekelen

INLEIDING:

Een psychotherapeut heeft in de praktijk regelmatig te maken met kinderen die problemen hebben op het gebied van de informatieverwerking, doordat zij binnenkomende prikkels onvoldoende kunnen ordenen en structureren. De hier beschreven problematiek wordt gezien bij kinderen met een stoornis in het Autistisch Spectrum of ADHD, maar komt eveneens voor bij kinderen zonder een duidelijke DSM IV diagnose.

Voor deze kinderen is een therapiemethode ontwikkeld, waarbij de prentenboeken van Kleine Beer gebruikt worden als uitgangspunt voor een op ik-versterking gericht therapieproces. De aanleiding tot de ontwikkeling van deze methodiek vormde de regelmatig terugkerende ervaring dat bij deze kinderen zowel spel als symbooldrama onvoldoende bruikbaar zijn .

In dit artikel wordt de ontwikkelde methodiek beschreven en met behulp van enkele vignetten geïllustreerd. Tot slot wordt besproken hoe deze methode ook bij andersoortige problematiek bruikbaar is gebleken.

OMSCHRIJVING PROBLEMATIEK:

De kern van de problematiek van deze kinderen is dat zij problemen hebben met het ordenen en structureren van binnenkomende prikkels. In de resultaten van een intelligentietest is dat o.a. zichtbaar in een significant hogere score op het verbale IQ dan op het performale IQ. Bij de Rey Complex Figure Test (Rey en Osterrieth), waarbij een complexe figuur moet worden nagetekend, zien deze kinderen de hoofdlijnen van de figuur niet: ze beginnen met het tekenen van de details en proberen zo de figuur op te bouwen, hetgeen tot mislukken is gedoemd. De performale ontwikkeling is zwak en schiet tekort in het omgaan met situaties die vragen een onderscheid te maken tussen hoofd- en bijzaken; ook de affectregulatie verloopt problematisch.

Bij deze kinderen is er vaak sprake van een in aanleg gegeven ik-zwakke, waardoor ze kwetsbaar zijn en makkelijk ontregeld raken; hierdoor raken ze snel overspoeld en verliezen de controle. In het dagelijks leven is dit zichtbaar in forse gedragsproblemen, zoals problemen met de affectregulatie in de vorm van driftaanvallen met onderliggend hoog oplopende (maar doorgaans niet door de opvoeder onderkende) angsten; er is sprake van een zwakke interne regulatie. De problemen met de affectregulatie zijn niet het gevolg van een onvoldoende gezien zijn door de hechtingsfiguren, maar komen voort uit organisch bepaalde informatieverwerkingsproblematiek.

Alvorens op de problematiek en behandeling van deze kinderen in te gaan wordt een korte uitleg gegeven van de techniek van het symbooldrama (Katathym Imaginatieve Psychotherapie); dit is een methode, die in dit artikel regelmatig genoemd zal worden. Symbooldrama is een in beginsel door Hans Leuner in Duitsland ontwikkelde vorm van psychotherapie, toepasbaar zowel bij kinderen (vanaf ongeveer 6 jaar) als bij volwassenen. Het begrip ‘katathym’ verwijst naar gevoelens, emoties en affecten. ‘Imaginatief’ is een verwijzing naar beeldbewustzijn of voorstelling van iets.

Na een lichte ontspanning (concentratie), bij voorkeur met gesloten ogen, wordt het kind gevraagd zich een aangereikt thema (bijvoorbeeld ‘een wei’ of ‘een dier’) voor te stellen en vervolgens te beschrijven wat hij ‘ziet’. De therapeut kan als het ware ‘meekijken’ in het zich ontwikkelende beeld. Door de houding van de therapeut kan het kind geholpen worden zijn

aandacht te richten op allerlei verschillende aspecten van het beeld (zoals het zien, voelen, horen en ruiken) en komt het beeld verder tot ontwikkeling. Er vindt een zorgvuldige empathische verbale begeleiding door de therapeut plaats die helpend is voor het kind om het proces te verdiepen. De begeleidingsstijl wordt afgestemd op wat het kind nodig heeft maar is in het algemeen steunend, meevoelend, meekijkend en structurerend.

Na de 'dagdroom' wordt het kind gevraagd te tekenen wat het 'gezien' heeft om op die manier het beeld vast te leggen. Eventueel kan dit ook middels kleien of spel verbeeld worden. De therapeut en het kind bekijken en verkennen vervolgens samen het resultaat.. Middels deze techniek laten kinderen gevoelens, gedachten en ervaringen zien die ze (nog) niet kunnen vertellen, doordat ze er zich niet van bewust zijn of doordat ze er geen woorden aan kunnen geven; deze beelden komen voort uit hun innerlijke wereld, hun binnenwereld (dit 'dagdromen' is hierin te vergelijken met 'nachtdromen'). Op deze wijze wordt de koppeling gemaakt van gevoel via het beeld naar de taal.

Tijdens een psychotherapieproces kan symbooldrama gebruikt worden naast andere beeldcommunicatieve technieken.

Symbooldrama met kinderen met de boven beschreven problematiek leidt vaak tot overspoeling en 'innerlijke chaos'; in korte tijd gebeurt er van alles en de kleuring van de binnenwereld is daarbij, ondanks een zeer steunende begeleidingsvorm, onveilig en angstig. Deze innerlijke onveiligheid is doorgaans niet een gevolg van opvoedingsomstandigheden maar van de in aanleg gegeven informatieverwerkingsproblematiek (dus primair van aard). Een niet kunnen ordenen van binnenkomende prikkels leidt tot een niet kunnen overzien van en geen grip hebben op de wereld en roept gevoelens van onveiligheid op. De problematiek is in het ontwikkelingsverhaal van dergelijke kinderen vaak al vanaf het prille begin te herkennen in de vorm van regulatieproblemen, bijvoorbeeld heel gulzig drinken, problemen met het dag - nachtritme etc. Reactief kan er sprake zijn van hechtingsproblematiek. Kinderen die in aanleg moeite hebben om informatie te verwerken doen een sterk appèl op de ik-sterkte en sensibiliteit van de ouders; het goed aanvoelen van en afstemmen op deze kinderen vraagt veel van ouders.

De hier beschreven problematiek wordt, zoals in de inleiding vermeld, gezien bij kinderen met een stoornis in het Autistisch Spectrum of ADHD, maar komt eveneens voor bij kinderen zonder een duidelijke DSM IV diagnose.

Wanneer deze kinderen tijdens het diagnostisch onderzoek in de spelkamer vrij mogen spelen komt hetzelfde beeld terug: ze komen niet tot spelthematiek of kunnen de lijn niet vasthouden. Er gebeuren veel opeenvolgende calamiteiten, zoals ongelukken, brand, opgegeten worden, etc. Duidelijk is dat uitspelen noch dagdromen voor deze kinderen op dat moment helpend is; het lukt niet om de innerlijke chaos onder controle te krijgen. Wanneer de dagdroom heel kort wordt gedaan kan de overspoeling tijdens de droom misschien nog wel voorkomen worden, maar tijdens het tekenen gebeurt het dan alsnog. Zij worden overspoeld door associaties en zijn onbegrensd in het tekenen, zowel qua thematiek als in de wijze van tekenen; de rampen volgen elkaar in een snel tempo op en de structuur raakt zoek. Bijvoorbeeld na een dagdroom met het thema 'beek' gaat tijdens het tekenen het beekje opeens hard stromen, wat leidt tot een alles vernietigende overstroming of de boom uit een dagdroom wordt tijdens het tekenen door de bliksem getroffen.

THERAPIE-INDICATIE:

Deze kinderen hebben een vorm van ik-versterkende therapie nodig waarbij er als het ware 'hekken' (als hulp-ik) worden geplaatst. Er is immers sprake van een vorm van 'ondercontrole', dit in tegenstelling tot de kinderen met neurotisch gekleurde problematiek, bij wie de 'hekken' juist voorzichtig moeten worden verwijderd om de 'overcontrole' te verminderen. Doel van deze egosteunende therapie voor ik-zwakke kinderen is dat de aangeboden structuren worden eigen gemaakt en verinnerlijkt en vervolgens kunnen worden generaliseerd naar andere situaties.

Al worstelend en zoekend naar de beste behandelingswijze voor deze kinderen is een methodiek ontwikkeld met het gebruik van prentenboeken als basis; in deze prentenboeken is 'Kleine Beer' de identificatiefiguur. Alvorens de ontwikkelde methodiek verder te beschrijven wordt kort het ontwikkelingsmodel uitgelegd, dat als uitgangspunt dient voor de opbouw van de gebruikte methode.

ONTWIKKELINGSMODEL:

Bij de ontwikkeling van deze vorm van ik-versterkende psychotherapie wordt voor de ontwikkelingsfasen van een kind gebruik gemaakt van het ontwikkelingsmodel van T. Bakker (1986).

Dit ontwikkelingsmodel bestaat uit 5 bouwstenen of fasen. Iedere bouwsteen heeft zijn specifieke kenmerken:

1. In de eerste bouwsteen staat het ontwikkelen van een gevoel van basisveiligheid centraal. Het gaat erom dat het kind zich prettig voelt en merkt dat er iemand is die zijn onprettige gevoelens wegneemt; dat het ervaart dat er van hem gehouden wordt en dat er rekening met hem gehouden wordt. Het kind heeft het vertrouwen dat er iemand is die op hem let en zorgt dat alles goed komt: 'Ik ben welkom'. Dit allereerste begin vormt de basis voor je wel of niet veilig voelen en zal latere ervaringen kleuren en beïnvloeden. De ouder geeft het kind een veilige plek waar het mag zijn en groeien. In deze fase staat voelen centraal. Het kind ontwikkelt een gevoel van basisvertrouwen, tevredenheid en er – mogen – zijn; het heeft vertrouwen in de buitenwereld. Hiermee wordt de basis (het fundament) gelegd voor een relatie. Het kind krijgt een bodem voor zijn bestaan. Een fundament dat onstabiel blijft heeft gevolgen voor het hele gebouw (van de persoonlijkheid).
2. De tweede bouwsteen wordt gekenmerkt door de ontwikkeling van een emotionele band tussen ouder en kind. Het kind gaat zich toevertrouwen. Voor de ouder is het belangrijk dat hij zich kan afstemmen op het kind, zodat het kind zich begrepen voelt in zijn gevoelens van lust en onlust. Het is de fase van 'actief luisteren', volgen en meeleven, aansluiten op behoeften en inspelen op de eigen aard van het kind. Door dit aansluiten van de ouder op de uitingen van het kind wordt de basis gelegd voor het woorden kunnen geven aan gevoelens (bijvoorbeeld: 'Nou zeg, dat was even schrikken, maar je hebt het erg goed gedaan!') De ouder helpt het kind tegenslag te verwerken en om te gaan met frustraties; dit vormt de basis voor de affectregulatie, het adequaat kunnen omgaan met eigen gevoelens. Ouders hoeven angst en frustratie niet te voorkomen, maar wel is het hun taak het kind te helpen het te doorstaan en de veiligheid te herstellen. Daarnaast is het van belang dat ook positieve gevoelens worden herkend en versterkt: samen beleven en gevoelens kunnen delen versterkt de band en de ik-sterkte. Een kind dat gezien wordt en waar echt naar geluisterd wordt zal zich meer voor je openstellen. Voor het kind staan voelen en zich toevertrouwen centraal.
3. In de derde bouwsteen staan het op onderzoek gaan en de leefwereld verbreden centraal. Het kind heeft zich een veilig beeld van de ouders gevormd en weet dat zij er zijn, als het nodig is. Als de voorgaande fasen goed zijn doorlopen laat het kind een goed evenwicht zien tussen afstand nemen (zelf op onderzoek gaan) en nabijheid zoeken (contact met en zonnig steun zoeken bij de ouders). Het weet immers dat de ouders op de achtergrond als 'veilige haven' beschikbaar zijn. Op deze ontdekkingsreis zal het kind de eigen mogelijkheden en beperkingen leren kennen. Dit zal gebeuren met vallen en opstaan. Hier leert het kind enerzijds te genieten van zijn eigen kracht en mogelijkheden (hetgeen bijdraagt aan de groei van het zelfvertrouwen) anderzijds kan het leren omgaan met frustraties en tegenvallers. Het doen staat in deze fase centraal.

4. Als het kind heeft kunnen groeien in een veilige relatie, dan zal het zich sterk genoeg gaan voelen om op eigen benen te gaan staan (de autonomieontwikkeling). Het kind ontdekt dat het zelf iemand is, los van de ouder; er ontstaat een 'ik' - 'jij' relatie. Het zal geleidelijk rekening kunnen houden met de wensen en gevoelens van een ander. Er ontstaat een zelfbewustzijn, zelfvertrouwen, een eigen identiteit (separatie-individuatie). Het kan onderhandelen en voor zijn eigen belangen opkomen zonder de belangen van de ander uit het oog te verliezen. Voelen denken en doen raken goed op elkaar afgestemd. Hij is toegerust om met frustraties om te gaan. De ouder neemt het kind serieus, biedt duidelijkheid en stelt grenzen zonder af te wijzen of te krenken (middels zogenaamde 'ik-boodschappen'); de ouder geeft het kind ruimte voor autonomie door los te laten zonder in de steek te laten. In deze fase wordt geven en nemen mogelijk. Taal en denken staan in deze fase centraal.
5. De vijfde bouwsteen leidt tot de integratie van voelen, doen en denken. Wanneer er bijvoorbeeld een probleemsituatie is, kan het kind aanvoelen wat er is, begrijpen wat het probleem is en het probleem oplossen. Door de groei van de creativiteit kan er iets nieuws ontstaan. Het kind heeft voldoende zelfvertrouwen en durft zich te ontplooien. Het durft hulp te vragen, relaties aan te gaan en een onderlinge band op te bouwen.

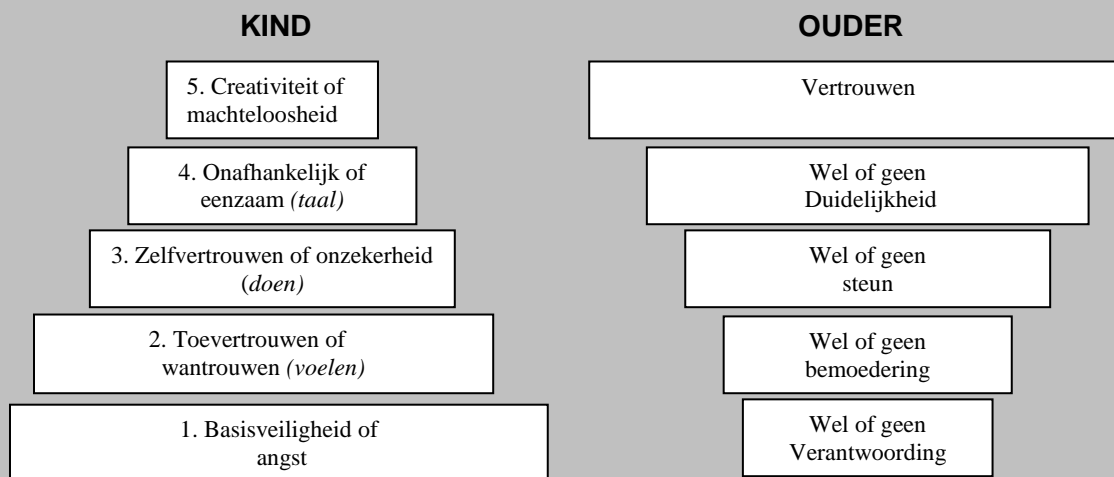


Fig. 1. De bouwstenen van de hechtingsontwikkeling (T. Bakker, 1986)

THERAPIEMETHODE:

De therapeutische contacten worden aanvankelijk gebruikt voor het voorlezen van boekjes over Kleine Beer.¹ Er is gezocht naar prentenboeken, die wat betreft thematiek goed aansluiten op de verschillende 'bouwstenen' van de ontwikkeling, en waarin Kleine Beer en Grote Beer de hoofdrol hebben. Daarbij wordt begonnen met het boekje 'Welterusten ...Kleine Beer' (M. Waddell). Hierin is de basale geborgenheid in het berenhol de centrale thematiek: Grote Beer heeft 'oog en oor' voor de angsten van Kleine Beer voor het donker. Het bieden van 'holding' staat hier centraal: aansluiten, sensitiviteit van de opvoeder, meevoelen en meekijken (bouwstenen 1 en 2. T. Bakker, zie fig.1). Na het lezen maakt het kind met de therapeut 'de wereld van Kleine Beer' in de zandtafel; daarbij wordt o.a. gebruik gemaakt van kleine boompjes en zacht mos (materiaal voor modelbouw van treinen) en natuurlijke materialen als takjes, stenen e.d. Tijdens het bezig zijn wordt een duidelijke begrenzing (egosteun) geboden in de te gebruiken ruimte (de zandtafel) en de te gebruiken

materialen en thematiek (een gevaarlijke jager mag bijvoorbeeld nog geen rol krijgen in het spel). Wanneer het kind dreigt overspoeld te worden door angstige fantasieën helpt de therapeut door te structureren en als hulp-ik 'heksen' te plaatsen.

Tijdens het spelen in de zandtafel wordt zichtbaar welke elementen van het verhaal een sterke impact op het kind hebben gehad. Deze elementen komen terug in de gebouwde wereld, zoals het veilige hol, de slaapplek, de nabijheid en de steun van Grote Beer en de lantarentjes die de wereld van Kleine Beer 'verlichten'. Dergelijke aspecten worden door de therapeut met nadruk verwoord en benoemd. In dit spel spelen ook sensopatische elementen een rol, bijvoorbeeld in het contact met het zand en door het gebruik van zacht mos om het bedje van Kleine Beer te maken; warm water wordt gebruikt om het zand te verstevigen of om een badje voor Kleine Beer te maken.

Aan het eind van elke sessie wordt een foto gemaakt van de wereld van Kleine Beer in de zandtafel om als brug te gebruiken naar de volgende sessie; het volgende therapiecontact wordt gestart met het bekijken van deze digitaal opgeslagen foto. Soms ook wordt een en ander aan de hand van de foto tevoren neergezet om als uitgangspunt te kunnen dienen voor de volgende sessie. Door als therapeut op deze manier er blijk van te geven dat vastgehouden wordt wat vorig uur is gespeeld en gemaakt, biedt hij de cliënt ook een vorm van psychische containment: hij laat merken dat de inhoud van het uur belangrijk is en hij biedt continuïteit door het maken van een verbinding tussen de verschillende sessies.

Voor het verder uitwerken en helpen verbeelden van deze basale geborgenheid zijn nog een aantal andere 'berenboekjes' met soortgelijke thematiek beschikbaar die in de volgende sessies gebruikt worden. Daarbij bedenken cliënt en therapeut samen wat kleine beertjes nodig hebben om 'groot te worden': veiligheid, warmte, Grote Beer die goed voor Kleine Beer zorgt en hem 'ziet', berenmelk en berenbrokjes, etc.

Vignet Robert²:

De 7-jarige Robert wordt aangemeld omdat hij zich heel slecht aan de regels kan houden waardoor er vaak conflicten zijn, zowel thuis als op school. Ouders vragen zich af of dit onwil of onmacht is. Een intelligentieonderzoek laat een significant verschil zien tussen het Verbale IQ (118) en het performale IQ (92). Vrij spel wordt met heel veel vaart gespeeld en leidt tot veel chaos en calamiteiten. Besloten wordt te starten met een wekelijkse individuele therapie volgens de berenmethodiek. Bij binnenkomst wil hij graag voor de stoere materialen kiezen, maar begrenzing en een terug voeren naar de boekjes van Kleine Beer en diens wereld accepteert hij makkelijk. Ook tijdens het spel in de zandtafel met Kleine Beer zijn er regelmatig momenten waarop hij uitstapjes probeert te maken naar het stoere (en voor hem beangstigende) spelmateriaal.

Tijdens het spel komt hij regelmatig tot deprojecties, zoals wanneer Grote Beer duidelijk de grens aan geeft tot waar Kleine Beer mag gaan: 'Dat zegt mamma bij mij ook altijd'. We bedenken samen hoe het voor Grote Beer zou zijn, wanneer hij Kleine Beer nergens meer kan vinden buiten. Geleidelijk aan komt hij tot steeds meer nuancering en differentiëring tijdens het zandtafelspel. Ook maken we nadrukkelijk een plannetje alvorens te beginnen en wordt de methode 'Stop Denk Doe' in het spel geïntegreerd.³ Steeds meer komt hij ook met eigen belevings- en gedragsaspecten, zoals wanneer hij vertelt: 'Ik doe ook vaak stoer als ik bang ben. Dan zeg ik dat ik Harry Potter cool vind, maar ik ben er juist bang voor!' We hebben een gesprekje over buitenkant - binnenkant en hoe moeilijk het is voor je vader of moeder om je te begrijpen als de buitenkant zo verschillend is van de binnenkant. De volgende sessie vertelt hij aan een vriendje gevraagd te hebben Harry Potter uit te zetten, omdat hij er bang van wordt. Zo worden er tijdens de sessies regelmatig uitstapjes gemaakt naar het leven van alledag. Duidelijk is dat Robert met zijn goede verbale mogelijkheden sterk profiteert van de berenmethodiek; binnen korte tijd is er een duidelijke vooruitgang in het gedrag op school en thuis.

Het volgende thema dat middels berenboekjes wordt aangeboden (o.a. M. Waddell: Ga je mee, Kleine Beer?) is het verkennen van de buitenwereld met Grote Beer als steunende en meelevende ander: Grote Beer en Kleine Beer gaan samen op stap in het

berenbos, waarbij Grote Beer meekijkt en meeleeft met Kleine Beer, hem stimuleert en aanvoelt wat hij nodig heeft (bouwsteen 3).

Aansluitend op het voorlezen van de boekjes volgt steeds het maken van de wereld van de Kleine Beer in de zandtafel en het verbeelden van de in het boek voorgelezen thematiek onder de boven vermelde condities en externe structuren; daarbij wordt ruimte geboden aan eigen variaties van de cliënt op het betreffende thema.

Vervolgens worden berenboekjes voorgelezen waarin Kleine Beer verstoppertje speelt met Grote Beer (M. Waddell: Jij en ik, Kleine Beer - R. Edwards: Beertje, waar zit je?) Centrale thematiek is hier het bezig zijn met autonomie en identiteit en met de separatie tussen Grote Beer en Kleine Beer. Daarbij gaat het om het verdragen van de tijdelijke separatie en het even op zichzelf moeten zijn, de spanning van het gevonden worden en het steeds weer opnieuw 'gezien' worden door de belangrijke ander. Kern vormen de groei en de erkenning van de eigen identiteit (bouwsteen 4). Ook het omgaan met onlustgevoelens (Grote Beer die geen tijd heeft om met Kleine Beer te spelen) en het moeten verdragen van uitstel zijn aspecten die hierin naar voren komen (bouwsteen 4: het leren omgaan met grenzen). De affectregulatie wordt hierdoor ondersteund (bouwsteen 2). Door het verwoorden van de gevoelens van Kleine Beer, zowel tijdens het voorlezen als tijdens het spel in de zandtafel, wordt het kind geholpen ook zelf woorden te geven aan gevoelens; hierdoor worden deze meer gedifferentieerd en worden ze beter begrijpbaar, controleerbaar en communiceerbaar gemaakt.

Het tijdens de therapeutische contacten bezig zijn met de thematiek van separatie en hereniging blijkt in het dagelijks leven vaak terug te komen in de vorm van een zich verstoppen en weer gevonden willen worden.

Het volgende boekje dat wordt voorgelezen is gecentreerd rond het thema identificatie: het groot willen worden en het willen leren van Grote Beer (o.a. M. Waddell: Goed zo, Kleine Beer). Grote Beer stimuleert Kleine Beer bij het ondernemen van nieuwe activiteiten en is zonnig als 'vangnet' en 'veilige haven' op de achtergrond beschikbaar (Schuengel en Sterkenburg, 2004). Kleine Beer leert met 'vallen en opstaan' en ontwikkelt zelfvertrouwen (bouwstenen 3 en 4).

Vanuit dit zelfvertrouwen durft Kleine Beer meer en meer zichzelf te zijn en ontwikkelt hij zijn eigen identiteit. Het boek 'Hommelbeer' van G. Ruck gaat over een beer die zich aanvankelijk erg aanpast aan de verwachtingen van de omgeving ('false-self'), maar zich daarbij steeds ongelukkiger en bozer gaat voelen. Pas wanneer hij zichzelf durft te zijn ('true-self'), is hij blij en gelukkig (Winnicott, 1967).

Vanuit deze goede basis die Kleine Beer gekregen heeft kan en durft hij zich ook open te gaan stellen voor de ander (van diade naar triade) en kan hij vriendjes gaan maken met anderen (M. Pfister: Een fijne verjaardag, Kleine Beer – G. Lobel: Kleine beer heeft een wens). Doordat de therapeut tijdens het spel gevoelens en signalen van andere spelfiguren verwoordt en verduidelijkt wordt het kind geholpen om het standpunt van anderen te begrijpen (perspectief nemen) en te mentaliseren; door het versterken van de reflectieve functie wordt gewerkt aan bouwsteen 4. Dit verruimt zijn mogelijkheden tot interactie en tot het beseffen van het effect van eigen daden op anderen. In deze fase van het werken met de berenboekjes kan het oefenen van sociale vaardigheden (zoals 'geven en nemen' – 'samen spelen is samen delen') in het zandtafelspel worden verweven. Soms ook wordt de methode Stop Denk Doe, ontwikkeld voor kinderen met een zwakke impulscontrole, in het spel aangereikt en geïntegreerd.

Tot slot van deze reeks boekjes worden berenboekjes voorgelezen waarin het oplossen van alledaagse problemen en het omgaan met gevaar (het ontwikkelen van copingsvaardigheden) belangrijke thema's zijn (o.a. I. Schubert. Samen kunnen we alles). Hierin wordt gewerkt aan elementen van bouwsteen 5.

Aanvullend kunnen nog berenboekjes gebruikt worden bij specifieke actuele thematiek in het leven van de cliënt, zoals bij rouw om verlies van een geliefd persoon (C. Kadmon. Dag, oude Beer) en bij geboorte van een broertje of zusje (N.Kern. Vind je me lief?).

WERKZAME FACTOREN VAN DEZE METHODIEK:

Op bovenstaande wijze worden in de therapeutische contacten de verschillende bouwstenen van de ontwikkeling opnieuw doorlopen en door de therapeut vorm gegeven. Egosteun bieden middels begrenzing en verwoorden van de centrale thematiek zijn daarbij steeds terugkerende, belangrijke therapeutische aspecten. De thematiek van de verschillende boeken volgt daarbij de verschillende ontwikkelingstaken waar kinderen zich in het leven voor geplaatst zien. Voor elk thema zijn zondig verschillende 'berenboekjes' beschikbaar.⁴

De persoon van Grote Beer schept een veilig conceptueel betekenisgevend kader; in zijn wijze van omgaan met Kleine Beer maakt hij duidelijk wat wel en niet kan en hoe de veiligheid bewaakt kan worden en problemen kunnen worden opgelost. Het bezig zijn in de zandtafel biedt kinderen een begrensde, duidelijk afgebakende speelplek..

Door het met affectie voorlezen en door het kind mee te laten kijken naar de plaatjes van de verschillende prentenboeken worden aspecten als veiligheid, warmte, en nabijheid middels verschillende zintuiglijke modaliteiten aangeboden en benadrukt (visuele en auditieve input). Door vervolgens de verschillende thema's uit te spelen in de zandtafel worden deze aspecten ook via het voelen beleefd en ervaren (sensopatische aspecten). Tijdens het spelen worden door de therapeut verschillende aspecten en elementen met woorden benoemd (auditieve input). Op deze manier worden dus verschillende informatieverwerkingskanalen benut: visueel, tactiel en auditief. Het handelend bezig zijn met de materialen is daarnaast een motorisch aspect hetgeen ondersteunend kan werken voor deze processen.

Tijdens het spel voegen de kinderen zelf elementen toe, wanneer ze er een eigen vorm aan geven binnen de door de therapeut aangegeven grenzen. Het spel wordt geleidelijk meer gedifferentieerd; er komen andere spelfiguren bij, zoals de vriendjes van Kleine Beer, of Kleine Beer krijgt een eigen speelplekje of hutje buiten de berengrot (bezig zijn met autonomie). Door dit zelf vorm geven en door de identificatie met de spelfiguur van Kleine Beer wordt de innerlijke beleving van de aangeboden thematiek geïntensiveerd. Geleidelijk aan wordt de van buiten af aangeboden veiligheid meer en meer verinnerlijkt, wat leidt tot groei van de innerlijke veiligheid. Steeds meer kan het kind er zelf woorden aan geven en komt de 'taal' beschikbaar. De wereld van Kleine Beer wordt steeds meer ook de wereld van het kind.

Aanvankelijk fungeert de therapeut dus als een soort hulp-ik van het kind; naarmate het kind deze ik-aspecten meer integreert en zijn persoonskern daardoor verstevigd wordt gaat de therapeut zijn steun meer en meer wijzigen (citaat G. Cluckers, 1986). Dit proces is vergelijkbaar met de wijze waarop de ouder zijn zorg voor en relatie met het kind vormgeeft, afgestemd op de ontwikkeling van het kind, zoals beschreven in bovengenoemd hechtingsmodel (T. Bakker, 1986). Tijdens het therapieproces wordt door de therapeut gewerkt aan het herstel van de bouwstenen door het aanbieden van een herstructurende ervaring, zowel in de relatie therapeut – kind als op symbolische wijze in de thematiek van de berenboekjes. Middels deze techniek wordt een basis gelegd om binnen een veilige relatie te kunnen groeien. Op deze wijze wordt het hechtingsproces opnieuw doorlopen en/of ingehaald.

Het toepassen van bovenstaande ik-versterkende technieken betekent dat er 'zorg op maat' geboden wordt en dat er met oog voor de sterke kanten van het kind afgestemd wordt op hetgeen dit specifieke kind nodig heeft; daarbij is de kwaliteit van de verschillende bouwstenen van het kind een belangrijke leidraad.

Bij de keus van de te gebruiken materialen wordt rekening gehouden met de eigenschappen en de eventuele voorkeuren van een kind. Bij een kind dat zich in het omgaan met zand dreigt te verliezen wordt bijvoorbeeld gekozen voor een klein houten huisje als 'berenhol'. Bij de oudere cliënten (vanaf ongeveer 8 jaar) wordt ook regelmatig gekozen voor bijvoorbeeld het tekenen, verven of kleien van Kleine Beer en diens wereld. Soms maakt de cliënt, als het proces is gevorderd, een eigen berenboekje met een zelfbedacht verhaal en

eigen illustraties. Dit vraagt uiteraard al meer ordeningsvermogen van de cliënt en is pas in de loop van het therapeutisch proces (en niet voor alle kinderen) mogelijk. Dergelijke verhalen laten reeds geïntegreerde belevingsaspecten van de al gelezen boekjes zien en geven een goed beeld van de fase van het therapeutisch proces waarin de cliënt op dat moment is.

Zowel het aantal aan te bieden berenboekjes als de thematiek van de boekjes worden zorgvuldig op het kind afgestemd met oog op diens leeftijd, de snelheid waarmee het therapeutisch proces wordt doorlopen en de specifieke problematiek.

Vignet Joanne:

De 9-jarige Joanne wordt aangemeld wegens forse angstproblematiek die met name s' avonds en s' nachts tot problemen leidt. Ze slaapt op moment van de aanmelding bijna elke nacht bij ouders op de kamer. Joanne zelf wil graag van haar angsten af. Eerder onderzoek door een andere hulpverlener laat een hoog intelligentieniveau zien met een significant verschil tussen de verbale en de performale intelligentie: TIQ 137, VIQ 150, PIQ 116.

In de gegevens van het psychologisch onderzoek komt Joanne naar voren als een meisje dat nog veel behoefte heeft aan de veiligheid biedende nabijheid van een volwassene. Er is onvoldoende innerlijke veiligheid. Hoewel de ouders als veiligheidsgaranten worden beleefd, zit daarin tegelijk ook haar kwetsbaarheid. Ze is nog sterk afhankelijk van de ouders voor het grip kunnen houden op haar angstwekkende fantasieën; het onderscheid realiteit – fantasie is onvoldoende. Haar zekerheid wordt ontleend aan de nabijheid van de ander; dit wijst op een stagnatie in bouwsteen 2, een nog sterk afhankelijk zijn van de ander.

Aan zichzelf overgeleverd overheerst een veelal beangstigende binnenwereld en wordt ze overspoeld door beangstigende fantasieën; ze kan zich moeilijk begrenzen. De egofuncties zijn onvoldoende ontwikkeld om zelf grip op de wereld te kunnen houden. Ze heeft hiervoor veel steun van de ander nodig, als een soort hulp-ik.

Als therapeutische techniek wordt gekozen voor de berenmethodiek; tevens wordt gezien haar leeftijd en haar sterke verbale vaardigheden gebruik gemaakt van cognitieve technieken.

Na de berenwereld in de zandtafel te hebben gemaakt kiest ze voor het kleien van Kleine en Grote Beer. Wanneer ik opmerk dat Grote Beer groot en stevig is, zegt ze: 'Eigenlijk is het niet nodig dat Grote Beer erbij is, als Kleine Beer bang is. Hij weet wel dat het niet kan gebeuren waar hij bang voor is. Hij weet wel dat hij niet bang hoeft te zijn, maar Grote Beer kan hem helpen niet bang te zijn en langzaam leert hij ook zelf hoe hij zichzelf kan helpen om niet bang te zijn. En hij leert ook hoe hij Grote Beer in zijn gedachten kan houden ook als hij er niet is'. Met deze laatste opmerking verwoordt ze het principe van de objectpermanentie, het innerlijk vasthouden van de belangrijke ander door het oproepen en gebruiken van een innerlijk beeld van het afwezige object.

Onderwijl heeft ze van moeder een poster gehad van Grote Beer met Kleine Beer die ze boven haar bed hangt. De slaapproblemen zijn onderwijl aanzienlijk verminderd; soms echter heeft ze de lijfelijke nabijheid van de ouder nog nodig om zich aan de slaap te durven en kunnen overgeven.

Bij die kinderen bij wie tijdens het psychologisch onderzoek ook de techniek van symbooldrama gebruikt is wordt tijdens het therapeutisch proces met zorg een moment gekozen om de methodiek van het symbooldrama opnieuw in te voeren middels een dagdroomthema 'Kleine Beer'. Wanneer tijdens het spel zichtbaar is dat het kind zelf in toenemende mate in staat is te structureren, te ordenen en zichzelf te begrenzen, betekent dit dat het kind bezig is de tijdens het therapeutisch proces aangeboden structuren steeds meer te verinnerlijken en daarmee niet meer afhankelijk is van de therapeut als egosteun biedende persoon. Dit is de fase in het therapeutisch proces waarin de dagdroom 'Kleine Beer' wordt aangeboden ('Stel je maar eens ergens een klein beertje voor'). De begeleidingsstijl van de dagdroom is sterk steunend en gericht op een 'dicht bij de cliënt blijven'. Wanneer het moment van het aanbieden van de dagdroom goed gekozen is, blijkt

tijdens de dagdroom dat de cliënt veel van de van buitenaf aangeleverde elementen geïnternaliseerd heeft. De cliënt kan nu goed focussen op het kleine beertje zonder weg te schieten en overspoeld te raken. Een toename van de innerlijke veiligheid wordt zichtbaar. Het nauwlettend steeds weer begrenzen en het plaatsen van 'hekken en dammen' heeft geleid tot verinnerlijking van deze structuren. In het innerlijk landschap van de dagdroom worden nu aspecten van nabijheid, veiligheid, en warmte verbeeld. Door in deze fase van de therapie gebruik te gaan maken van de techniek van het symbooldrama worden de aanvankelijk van buitenaf aangevoerde elementen als 'veiligheid', 'warmte' en 'voeding' nu van binnenuit nog eens extra doorleefd en gevoeld. Nadat er aanvankelijk veel 'steigers' zijn neergezet voor de bouw van het 'huis' van de persoonlijkheid lijkt langzaam maar zeker de stabiliteit van het huis toereikend om voorzichtig naar binnen te kunnen gaan om aan de 'stoffering en inrichting' van het huis te kunnen beginnen.

Afhankelijk van het therapieverloop en het herstelvermogen van de cliënt is het bij sommige cliënten in de loop van deze therapeutische methodiek mogelijk ook de basisthema's van het symbooldrama aan te gaan bieden. De barsten in de 'bouwstenen' zijn dan zodanig hersteld dat de innerlijke wereld voldoende veilig is geworden om op eigen kracht dergelijke thema's te kunnen symboliseren. Wanneer dit mogelijk is betekent dit dat cliënt nog meer kan toekomen aan het verkennen van de eigen binnenwereld en het verwerken van innerlijke conflicten en dilemma's.

Bij andere cliënten echter moeten de aangeboden thema's duidelijk blijven verwijzen naar Kleine Beer als houvast (en 'steiger') voor hun innerlijke veiligheid.

Vignet Erik:

De 7-jarige Erik heeft tijdens het onderzoek een dagdroom waarin dieren met elkaar vechten, elkaar doden en verdrinken; de bijbehorende tekening laat veel chaos, overspoeling en onveiligheid zien.

Na tijdens een aantal therapiesessies met 'Kleine Beer' gewerkt te hebben wordt Erik uitgenodigd tot een dagdroom met als thema 'een Klein Beertje'. Erik ziet een klein beertje in een hol met zijn moeder. Ze gaan samen naar buiten en het beertje zit op de rug van moeder. Ze komen vader tegen die eten is gaan zoeken. Het beertje springt op de rug van vader; moeder, vader en kleine beer smullen samen van de lekkere vis, de berenbrokjes en de warme melk. Daarna lopen ze samen terug naar het hol; het kleine beertje loopt tussen vader en moeder in. De aansluitend gemaakte tekening laat de innerlijke groei van Erik zien en het beter kunnen ordenen in vergelijking met het onderzoek; de tekening is planmatig opgebouwd en overzichtelijk. Erik geeft de tekening de titel: 'Het veilige hol met de beren en met de speelplaats'.

Tijdens het spel wordt de voortgang van het therapeutisch proces o.a. zichtbaar doordat het kind meer vrijheid aan kan; het kan de lijn van het spel beter vasthouden en raakt minder snel overspoeld. Bij sommige kinderen kan na verloop van tijd ook in de spel- en themakeuze meer vrijheid gegeven worden: ze kunnen het aan te kiezen uit de andere spelmogelijkheden en komen dan tot goed illusief spel. Soms is het nog nodig dat tevoren met het kind een plannetje wordt gemaakt: 'Wat ga je spelen...Wat heb je daarvoor nodig?'

Vignet Roel:

De 8-jarige Roel met eveneens problematiek zoals boven omschreven heeft tijdens het onderzoek een dagdroom waarbij een duif dood uit de lucht valt, vlak voor de pootjes van een klein varkentje. Het vrij spelen laat een enorme innerlijke onveiligheid zien en een niet vast kunnen houden van de lijn van het spel. Hij schiet van het een naar het ander, zowel in de keuze van de materialen (de zandtafel wordt steeds voller), als in de spelthematiek; de spelinhoud heeft een sterke emotionele lading en laat elkaar snel opvolgende calamiteiten laat.

Na een aantal uren volgens deze methodiek van ik-versterking gewerkt te hebben bied ik opnieuw een dagdroom aan met het thema 'wei'. Hij ziet een vader en moeder koe met een kalfje dat tussen hen in staat. Allen staan gras te eten. Het kalfje zou wel graag vrij willen zijn

en voorbij de sloten willen kunnen gaan, maar vader en moeder koe vinden dat niet goed. Ze willen goed op het kalfje kunnen letten.

In deze fase van de therapie laat hij zien dat hij de begrenzing als zorg ervaart en ervan profiteert. Dit is ook zichtbaar wanneer hij vrij mag spelen; eenmaal gekozen thematiek wordt vastgehouden en goed uitgewerkt.

DE OMGEVING ALS COTHERAPEUT

Bij deze methodiek zijn (zoals altijd) de ouders als co-therapeuten een niet te onderschatten schakel in het proces. Het is belangrijk dat de ouders door oog te krijgen voor het 'tekort' van hun kind, het belang van egosteun gaan inzien. Wanneer het kind teveel aan zichzelf wordt overgelaten raakt het makkelijk overspoeld en lopen angst en onveiligheid op; dit kan zich vertalen in driftbuien en woede-uitbarstingen. Wanneer de ouder anticipeert op wat mis zou kunnen gaan en het kind meer 'bij de hand neemt' (egosteun biedt) kan een negatieve gedragsspiraal soms voorkomen worden. Dit betekent ook het zorgen voor 'bijtankmomenten' en regelmatig het kind even 'stilzetten om te voorkomen dat de motor oververhit raakt'. Tijdens de ouderbegeleidende gesprekken wordt de ouders uitleg gegeven over de verschillende bouwstenen van de ontwikkeling en wordt met hen besproken hoe zij ook thuis in de omgang met hun kind het inhalen van eventuele tekorten kunnen ondersteunen en kunnen bijdragen aan het verstevigen van de verschillende bouwstenen. Ook de leerkracht van het kind zal bij dit alles betrokken moeten worden, opdat ook hij gaat inzien wanneer en op welke wijze het kind extra ondersteuning geboden kan worden. Voorkomen moet worden dat deze kinderen afgerekend worden op hun onmacht en onvermogen. Zo zal een vrije handenarbeidopdracht, waarbij het kind zelfstandig uit een bol klei iets moet maken en daarbij zelf moet bedenken wat en hoe hij dat gaat doen, bij kinderen met deze problematiek tot veel frustratie en onmacht (en daardoor mogelijk storend gedrag) leiden.

DUUR THERAPEUTISCHE PROCES:

De snelheid waarin een dergelijk therapeutisch proces doorlopen kan worden is afhankelijk van de ernst van de problematiek (zoals de aanwezigheid van co-morbiditeit) en de intelligentie van het kind. Het aantal therapeutische sessies varieert doorgaans van 10 tot 20 bijeenkomsten. Hoewel de techniek toepasbaar is bij kinderen tot en met ongeveer 10 jaar, kunnen elementen hiervan ook op oudere leeftijd nog gebruikt worden. Gebruik van deze methode laat ook een positief resultaat zien bij kinderen met een stoornis in het Autistisch Spectrum; kinderen met dergelijke problematiek krijgen bij de meeste hulpverleningsinstanties geen indicatie voor individuele therapie. Hoewel de stoornis uiteraard blijft bestaan, laat deze methodiek ook bij hen een ik-versterkende werking zien.

Vignet Nancy:

De 7-jarige Nancy is een meisje met een stoornis in het Autistisch Spectrum; ze wordt aangemeld kort na het plotseling overlijden van haar vader. Tijdens het psychologisch onderzoek beperkt haar spel zich tot het ordenen van dieren in de zandtafel; ze worden keurig in een rijtje achter elkaar geplaatst. Ze komt nauwelijks tot illusief spel.

Tijdens de therapeutische contacten wordt gestart met de berenmethodiek. Ze maakt met veel enthousiasme de veilige berenwereld. Kleine Beer krijgt vriendjes: 'Anders zijn ze niet tevreden.' Met steun van de therapeut wordt bedacht hoe Kleine Beer vriendjes zou kunnen maken, waarop ze zegt: 'Als ik geen vriendje had zou ik ook niet tevreden zijn, maar ik ben wel meer een alleen-mens'. Elk vriendje krijgt een soortgelijk groot dier erbij om te letten op de veiligheid: ze benoemt de scheiding tussen 'de dieren die spelen en de dieren die opletten'. Als de dieren gaan slapen legt ze de jonge dieren veilig tussen de volwassenen

dieren in. In een volgende sessie is bij enkele dieren de moeder dood; binnen het spel kan worden stilgestaan bij het verdriet en het gemis van de dieren. Ook komen enkele jonge dieren terecht in drijfzand om vervolgens gered te worden door de volwassen dieren; hiermee lijkt ze te symboliseren dat haar bodem als drijfzand is geworden na het overlijden van haar vader. Tijdens een latere sessie lezen we het boekje 'Dag, Oude Beer', over het overlijden van een oude beer en het verdriet en gemis van de andere dieren uit het berenbos (C. Kadmon). Aansluitend speelt ze op voorstel van de therapeut in de zandtafel de begrafenis van de grote oude beer. We maken een mooi plekje met bloemen en plantjes ter herinnering aan de oude beer. Ze vertelt onderwijl over de begrafenis van haar vader: 'Die week van de begrafenis was niet zo fijn. Er waren heel veel mensen, het was druk en al die geluiden van het huilen....'. Tijdens de volgende contacten (deels met moeder samen) worden het verdriet en boosheid om het overlijden van haar vader regelmatig gesymboliseerd. Binnen de geboden veilige structuren van de berenmethodiek en het aansluitende spel blijkt ze zich nu voldoende vrij en veilig te voelen om iets van zichzelf te laten zien en eigen gevoels- en ervaringsinhouden binnen het spel te symboliseren en te delen.

VERDERE VERBREDING VAN DE ONTWIKKELDE METHODIEK:

Inmiddels wordt reeds een aantal jaren met deze methodiek gewerkt en blijkt de methode ook bij cliënten met andersoortige problematiek zeer goed bruikbaar: bijvoorbeeld bij kinderen die als gevolg van een zeer onveilige hechting het niet verdragen om contact te hebben met hun binnenwereld. Wanneer een appèl gedaan wordt op hun binnenwereld roept dat te veel pijn op met als gevolg een overspoeld worden door gevoelens die het niet kan hanteren. Dit kan dan bijvoorbeeld zichtbaar zijn in heftige boosheid, agressie en neiging tot destructie. Bij dergelijke kinderen is het niet helpend om explorerende sessies te doen; deze kinderen hebben nog onvoldoende egosterkte om een therapieproces gericht op groei en ontwikkeling middels explorerend en inzichtelijk werken te kunnen verdragen. Door bij deze kinderen te starten met de 'berenmethodiek' wordt hen als het ware containment en holding geboden; pas wanneer deze containment steeds weer opnieuw gevoeld en doorleefd wordt tijdens de sessies zal geleidelijk ook de binnenwereld heel voorzichtig verkend kunnen gaan worden.

Vignet Daan:

De 6 - jarige Daan wordt aangemeld wegens agressief gedrag naar volwassenen en naar andere kinderen. Daan blijkt een krachtig, temperamentvol maar zeer kwetsbaar kind met een sterk gemis aan basisveiligheid. Er is sprake van een onveilige hechting van het angstig vermijdende type. Daan heeft in zijn leventje teveel onrust en chaos meegemaakt om een stevige basis te hebben voor zijn persoonsontwikkeling; hij mist het vertrouwen dat de opvoeder oog heeft voor zijn behoeften en gevoelens. Wanneer er tijdens het contact een appèl gedaan wordt op gevoelens en affectieve componenten verdraagt hij dit nauwelijks; het lijkt erop dat dit teveel de pijn van het gemis raakt. Een en ander resulteert dan in krachtige agressie, boosheid en destructie die heel moeilijk is te reguleren en regelmatig leidt tot een fysieke op persoon en materiaal gerichte aanval. Werken met de berenmethodiek lijkt geïndiceerd, aangezien een exploratieve therapie niet verdragen zal worden. Deze beslissing zal later een goede keuze blijken te zijn. Aanvankelijk wordt hij nog regelmatig geraakt en overspoeld door zijn onlustgevoelens; een verdrietig of bang beertje raakt zichtbaar aan zijn eigen innerlijke pijn. Geleidelijk aan komt er echter meer rust en is zichtbaar hoe Daan steeds meer op eigen wijze vorm geeft aan de thema's uit de prentenboeken. De bodem van het berenhol wordt bijvoorbeeld met zorgvuldig gemaakt cement en beton versterkt. Tijdens een latere sessie krijgt Kleine Beer vriendjes; bij de vriendjes wordt steeds een groot bijpassend dier gezocht die op de kleine let, hiermee aangevend hoe belangrijk de nabijheid van de ander is. Wanneer het beertje valt en zich pijn doet, roept het 'help' en komt Grote Beer aanrennen (appèl doen en gehoord worden).

Soms vraagt Daan expliciet: 'Mag ik ook met gevaarlijke dingen spelen?', waarmee hij de krokodillen, soldaten e.d. bedoelt. Wanneer dit niet wordt toegestaan (de therapeut verwacht dat dit zal leiden tot overspoelende agressie en destructie) accepteert hij dat gemakkelijk en lijkt het hem gerust te stellen. Hij zoekt vervolgens bewust dieren uit 'die lief zijn'; een 'boze' gorilla-aap wordt een stukje naar achteren geplaatst op de speelgoedplank.

Bij het afsluiten van de sessie mag moeder altijd even binnenkomen om te zien wat we hebben gedaan. Daan vertelt dan bijvoorbeeld dat de Grote Beer goed oplet terwijl Kleine Beer in een bootje vaart en hem ook een reddingsband heeft aangedaan. Wanneer moeder te laat is, wordt zichtbaar wat het afwijken van de vaste structuur met hem doet: hij is onrustig, er komt onweer en bliksem en het gemaakte stort in elkaar.

Geleidelijk aan maakt hij ook uitstapjes naar een andere wijze van symboliseren van nabijheid en veiligheid. Zo is er een spel waarin een strandwacht bij het meer goed oplet, dat Kleine en Grote Beer niets overkomen; aansluitend maakt hij met veel zorg een prachtige tekening waar de strandwacht op een grote, heel stevige uitkijktoren goed zicht over het water heeft, waarin Grote Beer en kleine Beer hand in hand aan het pootje baden zijn. Een enkele keer komen er duidelijk al eigen belevingsaspecten in het spel terug; nadat Daan bijvoorbeeld een eigen kamertje heeft gekregen (voor het eerst) maakt hij in de zandtafel een stevig berenhuis met een eigen kamer voor 'Kleine Beer' dicht bij de kamer van 'Grote Beer'. Daarmee symboliseert hij o.a. de behoefte aan een eigen plekje en het belang van nabijheid van de opvoeder.

Enkele sessies later brengt hij zijn eigen Grote Beer en Kleine Beer mee. Hij geeft ze een plekje in een kring samen met de Grote Beer en Kleine Beer van de therapieruimte en de grote en kleine vogeltjes die daar staan. Tot slot zet hij in het midden twee vuurtjes voor de warmte. Door het meebrengen van de beren legt hij als het ware ook een brug van thuis naar de therapiecontacten.

Helaas wordt tijdens deze therapie onvoldoende beantwoord aan de eis van ouders als co-therapeut, waardoor generalisatie van de gedragsverbetering naar het leven van alledag grotendeels uitblijft en gezocht moet worden naar een meer intensieve vorm van behandeling. Tijdens de laatste sessie tekent hij een Grote Beer die uitroept: 'Kleine Beer, ik mis je!!', daarmee iets van de pijnlijke gevoelens rond dit afscheid verbeeldend.

Ook zeer angstige kinderen profiteren van deze methodiek, zij het dat de methodiek steeds 'op maat' gebruikt moet worden.

Bij meer neurotisch gekleurde problematiek kan de veilige structuur van de Kleine Beer helpen om geleidelijk het contact met de binnenwereld te herstellen en de inhoud van de angsten te durven gaan verkennen, wetende dat Grote Beer er voor je is en je helpt en steunt bij het reguleren van de onlustgevoelens. De berenmethodiek wordt dan meer gebruikt als een vorm van containment waarbinnen meer exploratieve therapie mogelijk is. Bij wat minder ernstige problematiek kan het ook geïndiceerd zijn om halverwege de berenmethodiek 'in te stappen', afhankelijk van de fase waarin de eerste 'barsten in de bouwstenen' zichtbaar zijn.

TOT SLOT

Bovenstaande laat zien hoe het therapeutisch werken met kinderen steeds weer een beroep doet op de creativiteit en inventiviteit van de therapeut; het stelt de therapeut steeds weer voor de uitdaging te zoeken naar de voor dit kind meest geschikte methoden en technieken. Het laat tevens zien hoe het gebruik van prentenboeken kan bijdragen aan de persoonlijkheidsgroei van kinderen.

Marijke Kok – van Eekelen, Praktijk voor Kinder- en Jeugdpsychologie, Woerden, maart 2005

Literatuur:

- Bakker – van Zeil, T. (1986). Hechten en loslaten in therapie. Interne publicatie.
- Bakker – van Zeil, T. (1999) Vertrouwen in adoptie: Hechten en loslaten. Brochure bij video: 'Vertrouwen in adoptie'.
- Gluckers, G.(1986). Steungevende kinderpsychotherapie. Uitgeverij Van Loghum Slaterus te Deventer.
- Leuner H. (1990): Dagdroomtherapie. Servire Uitgevers B.V. te Cothen.
- Rey, A. en Osterrieth, P.: Rey complex figure test. Uitgeverij Zwets en Zeitlinger
- Schuengel, C. en Sterkenburg, P. (2004), In Kinder- en Jeugdpsychotherapie, jaargang 31, nummer 4. Gehechtheid als gemeenschappelijk terrein voor psychotherapie en orthopedagogiek.
- Weisfelt, P. (1999) Nestgeuren. Uitgeverij Nelissen B.V. Baarn.
- Winnicott (1967) in: De Wolf, M.H.M. (2002). Inleiding in de psycho-analytische psychotherapie. Uitgeverij Coutinho te Bussum
- WAN (Wegwijzer Adoptie Nazorg 2002) brochure nummer 13.: Informatie voor ouders; adoptie en hechting als proces.

Berenboekjes:

- Kadmon, C. Dag, oude beer. Uitgeverij De vier windstreken.
- Kern, N. Vind je me lief? Uitgeverij Kluitman.
- Lobel, G. Kleine beer heeft een wens. Uitgeverij Memphis Belle Standaard Uitgeverij
- Pfister, M. Een fijne verjaardag, Kleine Beer! Uitgeverij De vier windstreken.
- Ruck, G. Hommelbeer. (niet meer leverbaar)
- Schubert & D. Schubert. Een gat in mijn emmer. Uitg. Lemniscaat Rotterdam.
- Waddell, M. Welterusten....Kleine Beer. Uitgeverij Lemniscaat Rotterdam.
- Waddell, M. Ga je mee, Kleine Beer? Uitgeverij Lemniscaat Rotterdam.
- Waddell, M. Goed zo, Kleine Beer. Uitgeverij Lemniscaat Rotterdam.
- Schubert & Schubert, D. Een gat in mijn emmer. Uitgeverij Lemniscaat Rotterdam.

¹ De namen van de vignetten zijn gefingeerd.

² Deze methode wordt in diverse therapeutische methoden gebruikt, zoals Remweg (1997, uitgeverij Colofon) en Stop en Denk programma (PI Amsterdam).

³ De volledige lijst met berenboekjes is opvraagbaar via bovenstaand emailadres.