

‘Niet denken, maar doen’.
Een beeldende therapie voor jongeren die emotioneel zijn vastgelopen.

GISELA VAN SPRANG

BE1-3A/2007

Zorgprogramma Kinder- en jeugdpsychiatrie

Prototype werkvorm Steunend

Rationale

Jongeren kunnen door een obsessief-compulsieve, stemmings-, of angststoornis ernstig belemmerd worden in hun emotionele functioneren. Er is steeds sprake van een psychisch conflict: cliënt wil gevoelens wel tonen, maar schaamt zich bijvoorbeeld hiervoor; cliënt benadert alles vanuit een volwassen visie, waarbij eigenheid niet aan bod komt. De beeldende therapie biedt jongeren die emotioneel zijn vastgelopen, de mogelijkheid om via tastbare, voelbare en zichtbare oefeningen bewust te worden van eigen belevingen. Er wordt gebruik gemaakt van elementen uit de supportieve therapie, gestalttherapie en kunst-analoge methodiek. De ervaringsgerichte manier doet een minimaal appél op het rationele functioneren¹.

De nadruk ligt op het experimenteren met materiaalomgang en vormgeving en beleven het hier en nuⁱⁱ.

Indicaties

Jongeren tussen de 12-18 jaar met een angststoornis, obsessief-compulsieve stoornis of een stemmingsstoornis en één of meer van de onderstaande klachten:

- Identiteit- en/of hechtingsproblemen.
- Emotioneel vastlopen door sterke neiging tot rationaliseren en weinig contact hebben met eigen gevoelens.
- Sterke controlebehoefte.
- Perfectionisme.
- Parentificatie.

Contra-indicaties

- Ernstige borderline-kenmerken.
- Autisme Spectrum Stoornis.
- Psychosen.
- ADHD en gedragsstoornissen.
- Gebrek aan motivatie.

Doelen

- Exploreren van (nieuwe) gedachten en gevoelens.
- Ervaren, verdragen en uiten van gevoelens.
- Controle leren loslaten.
- Ontdekken van eigen mogelijkheden.
- Ontdekken van eigenheid en vergroten van zelfbeeld.

Interventies

Rol therapeut

- De therapeut biedt holding en containment en heeft een uitgenodigde attitude.
- De therapeut moet in staat zijn om overstijgend mee te denken en adviezen kunnen meegeven voor de groep en/of het gezin waar de jongere toe behoort.

Activiteit in fasen

- Verkennende fase (6-8 weken): in beweging komen, controle loslaten en exploreren, nadruk op ervaren en doen.
- Verdiepende fase (4-6 weken): Ontdekken en verkennen van eigen vormgeving, bewustwording en generalisatie.
- Afrondende fase (2 weken): Laten beklijven van eigen vormgeving/identiteit.

Materiaal

Een breed assortiment aan beeldende materialen en technieken.

Randvoorwaarden

Individuele therapie of een open groep waarin individueel gewerkt wordt.

Subtypen

Dit product kan een vervolg krijgen met een werkvorm die gericht is op verdieping van het zelfbeeld.

Behandelduur en frequentie

12 tot 16 wekelijkse sessies van 45 minuten.

Eindtermen

- Cliënt is in staat eigen gevoelens te herkennen, verdragen en uiten.
- Cliënt is in staat de controle lossen te laten in bepaalde situaties.
- Cliënt kan zich richten op eigen mogelijkheden.
- Cliënt heeft inzicht in eigenheid.
- Cliënt is in staat genuanceerd naar zichzelf te kijken.

ⁱ F. Perls: Emotionaliteit wordt in onze cultuur overheerst door cognities a.g.v. opvoeding en sociale controle worden deze soms gedwongen innerlijke gevoelens te ontkenen/niet uit te drukken.

F.Perls – Gestalttherapie, 1994, Servire Uitgevers bv, Utrecht

ⁱⁱ H. Smeijsters: In actie/beweging komen; herhaling binnen divers materiaal als beklijving/internalisatie; een ervaringsgerichte therapie; de creatieve activiteit is altijd ervaren in het hier en nu, ook al refereert het aan het verleden. H. Smeijsters – Handboek creatieve therapie, Bussum, Coutinho, 2000