

Kunsthinnige therapie op school

Anne-Marie Spallek

Een nieuw jaar waarin we elkaar alle goeds toewensen voor de dagen van het jaar die voor ons liggen. Als reactie op de vraag van Monic Slingerland¹ lees ik de nieuwjaarswensen van lezers: "Leren tevreden te zijn, meer aandacht geven aan elkaar: onze kinderen en kleinkinderen zullen ons daar op termijn dankbaar voor zijn, en gelukkiger! Laten we in Nederland de eerste stappen zetten om een omslag te maken!" Een verlangen dat ik onderschrijf, een wens waaraan we allemaal invulling kunnen geven. Ieder op zijn eigen terrein. Binnen het werkveld van de kunsthinnige therapie zijn er mogelijkheden. Met ingang van nu, januari 2015, ligt voor ons een groot werkveld dat we als zelfstandige kunnen creëren en/of uitbreiden. Het aandacht geven aan de kinderen is in de loop van de laatste vijfenveertig jaar zeker veranderd: "Vroeger moest je luisteren naar je ouders, dat betekende in feite: doen wat de ouders zeiden. Daar is sinds de jaren zeventig een grote verandering ingetreden: je moest luisteren, en luisteren betekende je mond houden. Nu moet het kind ook luisteren, maar kan het terugpraten, de ouders en grootouders luisteren nu ook naar hen"²

Groot worden kun je niet alleen

Aandacht geven aan het kind dat in ontwikkeling is, is essentieel. Opdat het identiteit ontwikkelt en het binnen korte tijd een bijdrage kan leveren aan de wereld. Daar moet het kind wel vaardigheden voor ontwikkelen. Die taak ligt natuurlijk in de eerste plaats bij de ouders. Ook aan de school wordt de eis gesteld om het kind intellectueel en sociaal in zijn ontwikkeling te stimuleren en te ondersteunen. Groot worden kan je niet alleen. Verantwoordelijkheid kunnen en durven nemen om later zelf keuzes te maken, aan te voelen wat je wilt en kunt en dat ook durven uitvoeren, vraagt een oefentijd. Opvoeding en onderwijs zijn het draagvlak.

De lagere scholen hebben meer en meer hun core-business gelegd in het cognitief leren (zenuwzintuiglijk vanaf groep drie reeds Cito-toetsen) Het voelen en ervaren (emotioneel-sociaal welbevinden) moet daar regelmatig voor plaats maken. Veel kinderen binnen de basisschool lopen aan tegen deze 'te' grote vraag die aan hen wordt gesteld en vallen erbuiten. De kinderen zijn vermoeid, voelen zich niet lekker of kunnen niet goed slapen. Het kan zijn dat een kind door scheiding van de ouders een terugval doormaakt of een moeilijke periode heeft door het overlijden van een ouder. Ook kan het dat het kind zich opsluit in zichzelf, zich moeilijk kan uiten, niet voldoende concentratie heeft en grote onrust laat zien. Voor weer andere 'open sensitieve' kinderen kan het moeilijk zijn zich gedurende de hele dag in een klas te concentreren op het werk. Middels individuele handelingsplannen wordt van de leerkrachten gevraagd deze kinderen bij de les te houden. Vaak betekent dit nog meer oefenen van rekenen en taal, nog meer aangesproken worden op het denken. Wat de kinderen in feite nodig hebben, is de ondersteuning in de andere gebieden zoals het gevoel en het doen (handelingsgebied). Voor deze kinderen is kunsthinnige therapie een weldaad. Binnen het werken als kunsthinnig therapeute is mijn houding naar het kind in dertig jaar ook veranderd: van een volgende houding, meer in een kunsthinnig dialoog. Het is opmerkelijk, als je goed luistert naar het kind, hoe deze kan aanvoelen wat het nodig heeft en dit ook kan aangeven.

Bij het eigen ervaren brengen

Zo werkte ik een periode met een meisje van groep acht. Zij was vrij onzeker, had altijd haar voelhoorns opstaan naar de directe omgeving (bemoederde haar broertje, hield de kinderen in de klas goed in de gaten: wist wie moe was of hoofdpijn had, of wie zich wat solitair opstelde). Kortom zij kende de intenties van de anderen. Ze gaf zich met haar hoge gevoeligheid teveel over. Gedurende zes weken kwam zij twee keer per week individueel werken, vormtekenen, verhaal schrijven en illustreren. Toen deze therapieperiode bijna afgelopen was vertelde ze dat ze eigenlijk nog niet wilde stoppen en hield een pleidooi voor zichzelf om verder te mogen werken: zij ervoer heel duidelijk de werking van de kunsthinnige therapie en zei dat ze nog een aantal sessies nodig had zodat het zou bekliven: "Anders denk ik echt dat ik het kwijt raak". Haar intonatie was zo helder, ze maakte zo duidelijk haar behoefte kenbaar, dat ouders, leerkracht





Experiment 1



Experiment 2



Experiment 3

en ik niet anders wilden dan haar wens te honoreren. Een voorbeeld van een jonger kind (groep vier): een jongen die heel duidelijk aangeeft dat hij moeilijk zijn aandacht kan vasthouden, dat hij onrustig wordt in de klas, heel veel hoort en vraagt of ik hem misschien kan helpen.

De inkeer en verstilling zijn direct zichtbaar als hij de vormtekeningen eerst loopt, dan op het grote schoolbord tekent en vervolgens op het papier weergeeft. Deze bewuste vragen, direct ook gericht naar mij, hoorde ik twintig jaar geleden niet. Ik ben een aantal jaren geleden een andere weg ingeslagen. De hulpvraag van het kind komt nog steeds van de arts, ouders of leerkracht, maar ook van het kind zelf. Wat ik belangrijk vind is het kind dicht bij het eigen ervaren te brengen. Hiermee leert het op zichzelf te vertrouwen. Het kind blijft nieuwsgierig. Vertrouwen geeft een basis waarop het kind oefent en ook fouten durft te maken.

Casus ter illustratie

Hulpvraag

E. is twaalf jaar, groep acht. Ze slaapt niet lekker en heeft veel getob in haar hoofd. Veel zaken op school vindt ze interessant, ze werkt alle opdrachten zeer zorgvuldig uit, zowel tekstueel als kunstzinnig: ze neemt altijd veel tijd en heeft een sterke neiging tot perfectionisme. Daar heeft ze hinder van. Ze wil wel anders maar kan niet. E. loopt vast. Ze maakt zich ook druk hoe het moet gaan als ze straks naar de middelbare school gaat. Moeder stelt haar voor om in kunstzinnige thera-

pie hieraan te werken. E. wil wel over het voorstel nadenken en belooft er bij moeder op terug te komen. Moeder weet uit ervaring dat zij dit aan E. kan overlaten. Of ze nu met een 'ja' of 'nee' besluit, E. zal er zeker op terug komen. En na enkele nachten slapen besluit E. kunstzinnige therapie te gaan volgen. E. heeft alle klassen van de Vrije School doorlopen en zal het aankomende jaar naar de bovenbouw doorgaan. Ze komt bij mij en ik vraag haar waar ze aan wil werken. "Ik weet dat ik het allemaal te goed moet doen van mezelf, maar ik kan het niet anders. Ik slaap soms ook niet goed en word 's ochtends heel moeilijk wakker".

Waarnemingen

Wat me opvalt aan E. is haar fijnzinnige gevoel zich te kleden: subtiel de kleuren bij elkaar uitgezocht, kleine fijne ketting of kraagje voor een klein accent. Haar kunstzinnig werk is heel goed verzorgd, bijzonder veel aandacht voor ieder detail. Alles wordt zorgvuldig gewikt en gewogen zoals de lijndikte, grijswaarden, compositie en kleur (contrasten). Haar serieuze blik, haar duidelijk-

Anne-Marie Spallek is geschoold als pedagoog en kunstzinnig therapeut. Zij heeft werkervaring in de kinder- en jeugdpsychiatrie en in de adolescenten- en volwassenbegeleiding. Ook is zij docent kunstzinnige therapie aan de Hogeschool Leiden. Haar interesse gaat vooral uit naar de ontwikkelingsprocessen van de mens. Vanuit haar jarenlange ervaring schrijft ze over de kunstzinnige therapie op school.



ke stem, mooi articulerend. Haar goed verzorgde haar, los of in een staart. Een krachtig kind met een grote intuïtief vermogen, sterke gerichtheid, groot invoelingsvermogen. Serieus van aard. Ze roept bij me op: humor als tegenkracht en relativering.

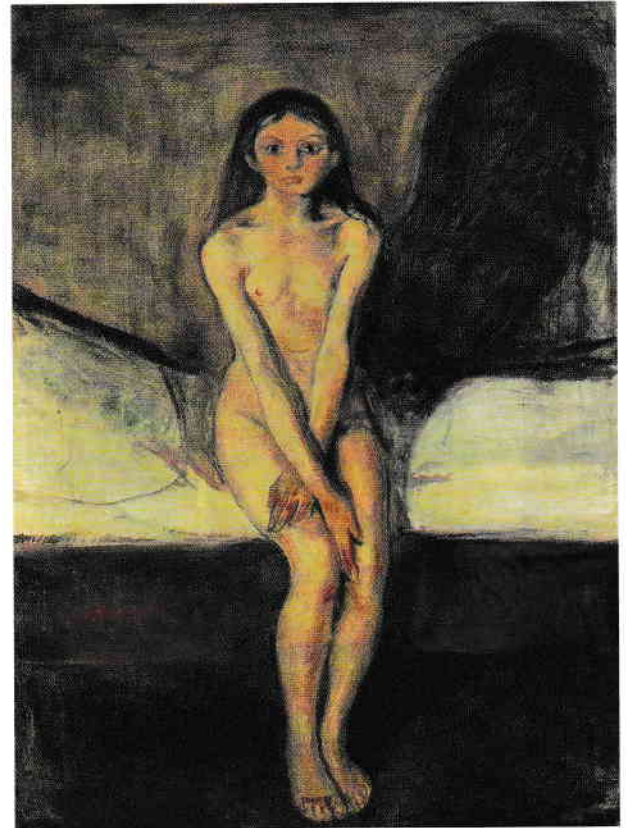
Behandelplan

Ik vraag haar wat zij wil ontwikkelen. "Ik wil leren om wat meer los te laten; als dingen niet 'zo mooi/goed' worden als ik me heb voorgesteld ben ik heel teleurgesteld en heb ik helemaal geen zin meer om verder te gaan, ik word er heel chagrijnig van". In mijn voorbereiding had ik in feite al besloten, dat ik met E. zou gaan werken aan werkvormen die zij nog niet kende (dan kan je geen oordeel vormen, want je hebt geen begripsmatig uitgangspunt). Daarom vraag ik haar: "Zullen we samen een experiment gaan doen? Gewoon alles anders dan je gewend bent?" Ze kijkt me wat weifelend aan, neemt de tijd voor overweging, dat is duidelijk. Glimlachend bevestigt zij tenslotte mijn vraag. Ze zegt dat ze zich uitgedaagd voelt en het spannend vindt.

Behandelproces

Voor deze specifieke vraag van E. heb ik het antwoord gezocht in het durven een confrontatie aan te gaan met ongewone en onbekende dingen, getransformeerd naar het kunstzinnige. Natuurlijk moet aan basale voorwaarden worden voldaan: er moet sprake zijn van een verbinding/een relatie tussen de cliënt en de therapeut (ik had eerder met E. gewerkt, het contact was levendig en goed), het moet een veilige omgeving zijn, open, rustig en ontspannen. Samen werken we eerst aan de ruimte: tafels en stoelen werden verschoven, ruimte om te bewegen wordt daardoor gecreëerd. Zodoende werkt E. mee aan een omgeving in verandering. Vervolgens vraag ik haar of zij door de ruimte wil lopen, al dan niet over tafels klimmen of er onderdoor gaan: aftasten, fysiek, een nieuwe ruimte leren kennen, handen en voeten gebruiken en innerlijk evenwicht overwegen.

Een groot vel papier ligt voor haar op de tafel, brede houtskoolstaafjes. Blind tast zij het papier af met haar handen, "Het is veel groter dan ik dacht". *Werkend* met beide handen, in ronde bewegingen bewerkt zij het hele papier, aanvankelijk nog dichtbij haarzelf, in de loop van de oefening meer over het hele papier. Zwarte handen, armen en tafel zijn het resultaat; deze oefening brengt een grote ontspanning en grote lach! Met handen hoog geheven bekijkt ze



E. Munch, 'Puberteit'

zichzelf van alle kanten. Een oefening om diep in het lichaam te komen, "Mijn hoofd komt in mijn buik", zegt ze als ik vraag naar wat ze *voelt*.

Tekenen met de linkerhand, dat vindt ze maar gek en akelig: "Dat kan toch nooit erop gaan lijken?" Relativering moest in eerste instantie van mijn kant komen: "Ja maar E., het kan niet gaan zoals je in gedachten hebt, want je kan niet zien, of je linkerhand kan niet dat doen, wat je wil. Oordeel niet te snel he!" Blind tekenen: stoelen. Deze tekening heb ik gekopieerd, waarna ze expressief verschillende experimenten deed met de invulling van de tekening.

Ze vindt de manier van werken vreemd, maar wordt er duidelijk wel door getriggerd, ze wil het onderzoek in het tekenen op deze manier heel graag doen. Er volgen enkele sessies waarin de verbazing, het plezier en de uitdaging voorop staan. "Ik weet niet hoe het werkt, maar ik merk echt dat het me helpt om in mijn hoofd anders te denken". Naarmate de sessies verstrijken worden de expressie en durf groter en gemakkelijker aangegaan. E. kan de activiteiten ook koppelen aan haar vraag: in beweging komen, oplossingen zoeken wanneer het niet zo gaat als ze gedacht had. Ze vertelt dat ze het in haar dagelijkse leven kan gebruiken. Dat ze bijvoorbeeld eerder stopt





Kunstzinnig werk E.

met een werkstuk, iets lossier tekent. Of haar gedachten op iets anders brengt door gewoon te gaan bewegen.

In het laatste stadium van de therapie wordt het lichaamsbewustzijn er sterker bij betrokken door

het werken met klei: op de tast, zonder te kijken, werkend met de handen onder de tafel, wordt een mensfiguur gevormd. Bij deze opdracht is duidelijk te zien, dat zij haar lichaam innerlijk aftast om tot het beeld te komen: hoe zit ik eigenlijk op deze stoel, waar zijn mijn voeten, mijn billen, mijn rug, schouders, armen, hoofd. Het is lichaams-bewustzijn wordt hierdoor geactiveerd. Het beeld dat zij uiteindelijk van zichzelf op deze manier boetseert, toont een grote gelijkenis met het schilderij van E. Munch "Puberteit". Door in de therapie actief bezig te zijn met loslaten van haar beelden, meer spelen en meer lucht krijgen en zelf nieuwe grenzen en vorm aanbrengen voelt zij zich ondersteund. De weg van het vervolgonderwijs kan worden ingezet. Met minder huiver, 'van zo moet het zijn', naar meer 'zin in het onbekende'.

Nawoord

Deze casus bevestigt voor mij dat de grootste stimulans om te durven ontwikkelen komt als je gehoord en gezien wordt!

*'Met ieder mens
is er iets nieuws ter wereld gebracht,
dat er nog niet was,
een eerste en enige'*

Martin Buber

- 1 Dagblad Trouw 07 januari 2015
- 2 Citaat van Hans Achterhuis, denker des vaderlands 2011, VPRO uitzending: 'Boeken' met Wim Brand 27-11-2014