

# Steun ervaren & inzicht vergaren

---

zelfmanagement binnen beeldende therapie

**Saskia Pruisscher**

**2016 - 2017**

Een onderzoek naar de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie binnen de Kortdurende Structurerende Dagbehandeling locatie Jelgerhuis te Leeuwarden.

# Steun ervaren & inzicht vergaren

zelfmanagement binnen beeldende therapie

Naam student-onderzoeker **Saskia Pruisscher**

Relatienummer **281514**

Instituut **Stenden Hogeschool**

Opleiding **Creatieve Therapie Voltijd Beeldend**

Opdrachtgever **Herma Betten** Beeldend Therapeut bij GGZ-Friesland

Afstudeeronderzoeksbegeleider **Liesbeth Bosgraaf** Coordinator Afstudeeronderzoek

Beoordelaar

Datum en plaats **4 juli 2017 te Leeuwarden**

Eindbeoordeling Cijfer:

Geschreven argumentatie van het cijfer:

## Voorwoord

In de afstudeerfase van de opleiding Creatieve Therapie aan Stenden Hogeschool te Leeuwarden wordt gevraagd een praktijkgericht onderzoek te verichten op basis van een vraag die in het werkveld speelt. Tijdens het lopen van de jaarstage en het oriënteren op een praktijkvraag kwam ik in aanraking met Herma Betten, beeldend therapeut en werkzaam bij de Kortdurende Structurerende Dagbehandeling (voortaan benoemd als KSD) locatie Jelgerhuis te Leeuwarden. Zij is één van de therapeuten die de cliënten uit het onderzoek "Eigen regie doe je samen" (2015) van Michiel Beekman behandelde. Beekmans onderzoek (2015) heeft de elementen die binnen de KSD Leeuwarden bijdragen aan zelfmanagementondersteuning in kaart gebracht. Deze elementen noemt Beekman zelfmanagement-thema's. Betten wil ingaan op de aanbeveling van Beekman om de bijdrage van onder andere beeldende interventies die gebruik maken van de zelfmanagement-thema's te onderzoeken. Op die manier kan er meer inzicht komen in de bijdrage van de beeldende therapie aan zelfmanagementondersteuning.

### Dankbetuiging

Als eerste wil ik Herma Betten bedanken. De gezamenlijke passie voor ons vak zorgde voor een groot enthousiasme die dit onderzoek steeds weer groter, breder en meer interessant maakte. We gingen samen allerlei kanten op en hielpen elkaar nieuwe kanten van het vak te leren kennen. Herma heeft mij enorm geholpen de werking van het vak nog beter te leren begrijpen. Ze stond altijd voor mij klaar.

Daarnaast wil Sita Roorda bedanken. Zij ondersteunde Herma en keek met een overkoepelende blik met ons mee. Zij kon ons terugbrengen naar het oorspronkelijk idee wanneer wij te veel afdwaalden door ons enthousiasme. Ook hielp zij mee het onderzoek te voorzien van een professionele lading. Denk hierbij aan het schrijven van een begeleidende brief volledig volgens de kaders van de instelling. Om cliënten op professionele wijze uit te nodigen om deel te nemen aan dit onderzoek.

Ook wil ik Liesbeth Bosgraaf bedanken voor het meedenken met het uitvoeren en uitschrijven van dit onderzoek. Wanneer ik vastliep of iets niet begreep, legde zij alles rustig en duidelijk uit. Na haar gesproken te hebben kon ik altijd weer verder. Haar professionele kijk op onderzoek daagde mij uit om een goed onderzoek neer te willen zetten.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Saskia Pruisscher

Leeuwarden, 4 juli 2017

## Samenvatting

Zelfmanagementondersteuning is een belangrijke norm geworden in het geven van cliënt-gerichte behandelingen (Schippers, 2013). Het bleek echter onduidelijk op welke thema's, binnen het concept zelfmanagement, therapeuten kunnen inspelen (Silva, 2013). Beekman (2015) geeft in zijn onderzoek aan dat de twee zelfmanagement-thema's steun en zelfbewustwording hierbinnen belangrijk zijn. De individuele bijdrage aan deze thema's van de modules binnen de KSD Leeuwarden zoals de beeldende therapie is echter onduidelijk. De vraag vanuit het onderzoek van Beekman (2015) is dan ook op welke manier de beeldende therapie werkt aan de thema's steun en zelfbewustwording.

Er is met dit onderzoek interpretatief gezocht naar uitleg over hoe de beeldende therapie werkt binnen de twee thema's volgens de therapeut en de cliënten zelf. De beeldend therapeut is geïnterviewd en cliënten hebben twee vragenbladen ingevuld. Aan de hand hiervan is in kaart gebracht op welke manier de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording. Er is een onderverdeling gemaakt in bijdrage van de cliënt, de therapeut en het medium. Hierin is gebleken dat de therapeutische relatie de verbindende factor is.

Het zelfmanagement-thema steun bestaat uit vijf kenmerken (Beekman, 2015). Uit dit onderzoek is gebleken op welke manier deze kenmerken binnen de beeldende therapie aan bod komen. De therapeutische houding is voornamelijk als bijdrage van de beeldend therapeut genoemd. Ze geeft opdracht en bespreekt het beeldend werken. Het medium creëert succes-ervaringen en laat de cliënt in actie komen. Daarnaast is er aangegeven dat het beeldend werken zorgt voor rust en ontspanning. Het zelfmanagement-thema zelfbewustwording bestaat uit drie kenmerken (Beekman, 2015). Ook deze drie kenmerken worden gebruikt binnen de beeldende therapie. Het medium nodigt de cliënt uit tot spelen en het beeldend proces en product kunnen gebruikt worden als middel voor psycho-educatie. Door beeldend te werken kan de cliënt gaan ervaren en oefenen.

Er is echter maar één therapeut geïnterviewd. Daarnaast gaven de respondenten aan moeite te hebben met het invullen van de vragenbladen. Ze vonden het lastig om de

beeldende processen en opgedane ervaringen in woorden te vatten. Hierdoor kan er twijfel ontstaan over de kwaliteit van de antwoorden. Er is aan te raden voor verder onderzoek meer beeldend therapeuten te interviewen en ook cliënten te interviewen om hen te kunnen ondersteunen in het verwoorden van het proces.

### **Steekwoorden**

Medisch Psychiatische Crisis, Kortdurende Structurerende Dagbehandeling (KSD), Geestelijke Gezondheidszorg (GGZ), Beeldende therapie, Zelfmanagement

## Summary

Support in self-management became an important standard in client-referend treatment. It appears to be indistinct which kind of support therapist can offer. Beekman (2015) figures self-management in the KSD Leeuwarden consist two subjects: Support and self-awareness. The individual contribution of the modules, such as art therapy, remains indistinct. In which way contribute the art therapy in the KSD Leeuwarden to the subjects support and self-awareness?

The art therapist and the clients will give their thoughts about the contribution of the art therapy to support and self-awareness. The therapist will be interviewed. The clients will fill in two questions sheets. This will provide an explanation in what way the art therapy contributes to the two subjects of self-management. There will be a subdivision in the contribution of the client's their selves, the art therapist herself and the medium. The therapeutic relationship is the connecting component.

The self-management theme support has five characteristics (Beekman, 2015). This research points out in which way art therapy contributes to these characteristics. Above all, the therapeutic attitude is labeled as the contribution of the art therapist. She gives tasks en discusses the artwork(ing). The medium creates an experience of success and makes the client act. Besides, the medium allows the client to relax. The self-management theme self-awareness has three characteristics (Beekman, 2015). The art therapy uses these three characteristics in its treatment. The medium invites the client to play and the art process and product can be used as tools for psycho-education. The medium lets the client experience and practice.

Nevertheless, there is only one therapist interviewed. Moreover, the clients experienced inconveniences filling in the two questions sheets. They found it difficult to put their process and experiences in words. This can doubt the quality of the answers. Therefore it is recommended to interview more art therapist and interview the clients to be able to support them in their choice of words.

### Keywords

Crisis, Short-term Structuring Day Treatment, Art Therapy, Self-management

# Inhoudsopgave

|                                                                                                                                                                              | Pagina |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Hoofdstuk 1 Inleiding</b>                                                                                                                                                 |        |
| 1.1 Context, probleem- en situatieanalyse . . . . .                                                                                                                          | 10     |
| 1.2 Probleemstelling . . . . .                                                                                                                                               | 12     |
| 1.3 Doelstelling . . . . .                                                                                                                                                   | 12     |
| 1.4 Centrale vraagstelling en deelvragen . . . . .                                                                                                                           | 12     |
| 1.5 Leeswijzer . . . . .                                                                                                                                                     | 13     |
| <b>Hoofdstuk 2 Methode</b>                                                                                                                                                   |        |
| 2.1 Typering onderzoek en operationalisatie van het begrip zelf management . . .                                                                                             | 14     |
| 2.2 Deelvraag 1: welke bijdrage levert de cliënt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut? . . . . .  | 16     |
| 2.3 Deelvraag 2: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut? . . . . . | 18     |
| 2.4 Deelvraag 3: welke bijdrage levert de therapeut aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt? . . . . .           | 19     |
| 2.5 Deelvraag 4: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt? . . . . .             | 22     |
| <b>Hoofdstuk 3 Resultaten</b>                                                                                                                                                |        |
| 3.1 Deelvraag 1: welke bijdrage levert de cliënt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut? . . . . .  | 23     |
| 3.2 Deelvraag 2: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut? . . . . . | 24     |

|                                                                                                                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>3.3</b> Deelvrag 3: welke bijdrage levert de therapeut aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt? . . . . . | 26 |
| <b>3.4</b> Deelvraag 4: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt? . . . . .  | 28 |
| <br><b>Hoofdstuk 4 Conclusie, discussie en aanbevelingen</b>                                                                                                             |    |
| <b>4.1</b> Conclusie . . . . .                                                                                                                                           | 30 |
| <b>4.2</b> Discussie . . . . .                                                                                                                                           | 31 |
| <b>4.3</b> Aanbevelingen . . . . .                                                                                                                                       | 34 |
| <br><b>Literatuurlijst</b> . . . . .                                                                                                                                     | 36 |
| <br><b>Bijlagen</b>                                                                                                                                                      |    |
| <b>1.</b> Uitnodigingsbrief voor deelname aan het afstudeeronderzoek . . . . .                                                                                           | 39 |
| <b>2.</b> Vragenblad voor cliënten over steun . . . . .                                                                                                                  | 40 |
| <b>3.</b> Vragenblad voor cliënten over (zelf)bewustwording . . . . .                                                                                                    | 41 |
| <b>4.</b> Interviewverslag met de beeldend therapeute . . . . .                                                                                                          | 42 |
| <b>5.</b> Data-analyse van het interview met de beeldend therapeut . . . . .                                                                                             | 47 |
| <b>6.</b> Data-analyse van de door cliënten ingevulde vragenbladen . . . . .                                                                                             | 49 |
| <b>7.</b> De bijdrage van de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden aan het zelfmanagement-thema zelfbewustwording . . . . .                                        | 50 |
| <b>8.</b> De bijdrage van de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden aan het zelfmanagement-thema steun . . . . .                                                    | 51 |

# Hoofdstuk 1 Inleiding

## 1.1 Context, probleem- en situatieanalyse

De Wet maatschappelijke ondersteuning zet met het compensatiebeginsel het belang van zelfmanagementondersteuning op de kaart. Dit houdt in dat gemeenten passende zorg moeten aanbieden aan cliënten met een zorgvraag, om zo de cliënt deel te kunnen laten nemen aan de maatschappij (Avi, 2009). Het gezondheidsbeleid van het kabinet wil dat behandelingen worden aangeboden met als focus zelfmanagementondersteuning (Schippers, 2013). Daarnaast heeft het Bestuurlijk akkoord geestelijke gezondheidszorg 2014-2017 onder andere zelfmanagementondersteuning en het herstelvermogen van de cliënt als belangrijk agendapunt gesteld (Rijksoverheid, 2013). Het is alleen onduidelijk welke ondersteuning zorgaanbieders kunnen aanbieden om het zelfmanagement van de cliënt te vergroten (Silva, 2011).

Allereerst moet duidelijk gemaakt worden wat het begrip zelfmanagement inhoudt. De definities van zelfmanagement lopen namelijk breed uiteen. Beekman (2015) spreekt om die reden over een concept. Hij noemt de meta-synthese van Schulman-Green waarin het proces van zelfmanagement bij chronisch zieken in drie categorieën wordt verdeeld. De Zorgmodule Zelfmanagement (CBO, 2014) definieert het begrip zelfmanagement als de inzet van de cliënt om balans te vinden tussen zijn conditie en het leven. Deze inzet wordt onderverdeeld in drie aandachtsgebieden. Beide definities en aandachtsgebieden zijn samengebracht in tabel 1.

tabel 1. De definitie van zelfmanagement volgens de meta-synthese van Schulman-Green (Beekman, 2015) en de Zorgmodule Zelfmanagement (CBO, 2014)

| Categorieën of aandachtsgebieden van zelfmanagement | Focuspunten of processen van zelfmanagement                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Leven met de ziekte                              | a. Kennis van de eigen ziekte<br>b. Regie nemen in de eigen gezondheidsbehoeftes<br>c. Positief beïnvloeden van de eigen gezondheid<br>d. Uitvoeren van bevorderende vaardigheden |
| 2. Eigen aandeel in de zorg                         | a. Een professionele behandeling volgen                                                                                                                                           |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | b. Zoeken naar een eigen intrinsieke kracht<br>c. Vragen naar ondersteuning door naasten                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3. Organiseren zorg- en hulpbronnen | a. (processen om te) Leren leven met de chronische ziekte; <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Het aanpassen als cliënt aan deze ziekte</li> <li>◦ Het inpassen in het dagelijks leven</li> <li>◦ Het reguleren van emoties die vrijkomen</li> <li>◦ Betekenisgeving aan het eigen leven</li> <li>◦ Persoonlijke groei</li> </ul> |

Beekman formuleert met zijn onderzoek (2015) een handreiking voor onder andere therapeuten in de Geestelijke Gezondheidszorg (voortaan benoemd als GGZ) om cliënten effectief te kunnen ondersteunen in het vergroten van het zelfmanagement. Uit Beekmans onderzoek (2015) komen twee belangrijke thema's binnen zelfmanagementondersteuning naar boven: Steun en zelfbewustwording. Deze twee thema's keren binnen de KSD Leeuwarden met name terug bij de modules psychomotore therapie, beeldende therapie en activiteitenbegeleiding. De inzichtgevende modules zoals emotieregulatie therapie en cognitieve gedragstherapie dragen volgens Beekman (2015) vooral bij aan het thema zelfbewustzijn.

Beekman (2015) stelt echter dat het onduidelijk is wat de verschillende modules individueel bijdragen aan het vergroten van het zelfmanagement in de algehele behandeling. Dit geldt ook voor de module beeldende therapie. Dit maakt het lastig voor de beeldend therapeut om aan te tonen dat de ondersteuning die zij de cliënten biedt ook daadwerkelijk gericht is op de thema's steun en zelfbewustwording.

De module beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden heeft een supportieve werkwijze. De doelstellingen zijn ondersteunend en stabiliserend van karakter. Het doel van de algehele behandeling, een kortdurende deeltijd behandeling met een totale duur van zes weken, is om het toestandsbeeld van de cliënt te stabiliseren en het motiveren voor verdere diagnostiek en behandeling.

Het levensritme van de cliënt is namelijk zo verstoord door een psychiatrische of ernstige psychosociale stoornis dat dit schadelijk is voor de directe omgeving en zijn eigen psychosociale en maatschappelijke functioneren: Hij heeft een medisch psychiatrische crisis (Roorda, 2014).

## 1.2 Probleemstelling

De probleemstelling van dit afstudeeronderzoek wordt geformuleerd als volgt: Er is geen inzicht op *welke manier* de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording bij de cliënt met een medisch psychiatrische crisis.

## 1.3 Doelstelling

Cliënten in Beekmans onderzoek (2015) geven aan dat de beeldende therapie bijdraagt aan de twee zelfmanagement-thema's steun en zelfbewustwording. Dit betekent dat volgens Beekmans onderzoek (2015) de beeldende therapie op microniveau, de zorgverlening op het niveau van de zorg aan individuele cliënten, als passende zorg benoemt kan worden. Wanneer de cliënten door middel van passende zorg weer deel kunnen nemen aan de maatschappij wordt er rekening gehouden met het Wmo en blijkt de beeldende therapie ook werkzaam te zijn op mesoniveau; de zorgverlening op het niveau van de organisatie van de zorg in instellingen.

Het doel van dit afstudeeronderzoek is inzicht te krijgen in *de wijze waarop* de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording. Door inzicht te krijgen in de bijdrage aan de zelfmanagementondersteuning binnen de behandeling wordt er duidelijk waarom de beeldende therapie als passende zorg benoemt kan worden.

Uiteindelijk zal de beeldende therapie ook op macroniveau, de zorgverlening op landelijk niveau, werkzaam zijn doordat er een handreiking geformuleert kan worden voor beeldend therapeuten om cliënten effectief te ondersteunen in het vergroten van het zelfmanagement. Dit afstudeeronderzoek zorgt er voor dat de desbetreffende beeldend therapeut kan aantonen dat de ondersteuning die zij de cliënten biedt ook daadwerkelijk gericht is op de twee thema's steun en zelfbewustwording.

## 1.4 Centrale vraagstelling en deelvragen

Vanuit de probleemstelling en doelstelling kan de volgende centrale vraagstelling gevormd worden:

- Op *welke manier* draagt de module beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden bij aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording bij de cliënt met een medisch psychiatrische crisis?

Om de centrale vraagstelling te beantwoorden, worden de volgende deelvragen gesteld:

- Welke bijdrage levert de cliënt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie *volgens de beeldend therapeut*?
- Welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie *volgens de beeldend therapeut*?
- Welke bijdrage levert de therapeut aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie *volgens de cliënt*?
- Welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie *volgens de cliënt*?

## 1.5 Leeswijzer

In hoofdstuk 2: methode worden allereerst de onderzoekstypering en de operationalisatie van zelfmanagement uitgelegd door middel van het beschrijven van de kenmerken van de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de KSD Leeuwarden. Ook worden de te meten begrippen geoperationaliseerd.

De resultaten van het onderzoek zijn te lezen in hoofdstuk 3: resultaten. Per deelvraag wordt beschreven wat de meetinstrumenten aan data hebben opgeleverd. In hoofdstuk vier worden de conclusie, discussie en aanbevelingen gedaan. Ook wordt hierin de koppeling gemaakt tussen de context, de literatuur en de resultaten. Hierna wordt het onderzoek afgesloten met aanbevelingen voor eventueel vervolgonderzoek en de instelling.

## Hoofdstuk 2 Methode

### 2.1 Typering onderzoek en operationalisatie van het begrip zelfmanagement

De beschrijving van de onderzoekspopulatie en –steekproef en procedure gegevensverzameling worden per deelvraag vermeld. Hieronder worden eerst de onderzoekstypering en de operationalisatie van de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording uiteengezet.

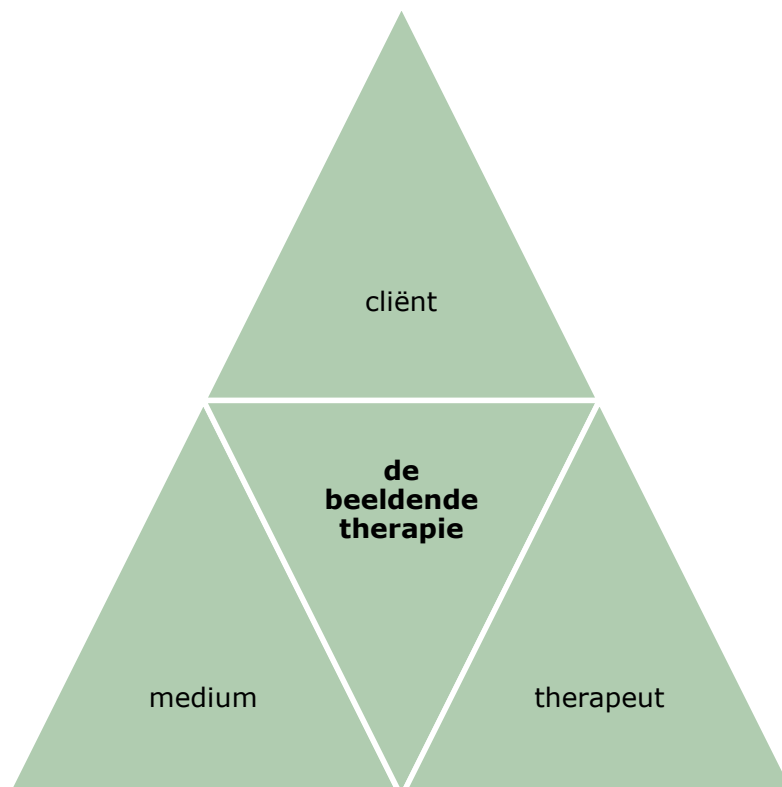
Dit afstudeeronderzoek heeft willen definiëren en verklaren op welke manier de module beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording bij de cliënt met een medisch psychiatrische crisis. Dit is gedaan door middel van een kwalitatief onderzoek. Er is interpretatief gezocht naar uitleg over hoe de beeldende therapie werkt met de twee thema's volgens de therapeut en de cliënten zelf.

De bijdrage van de KSD Leeuwarden aan het vergroten van het zelfmanagement en het kunnen voorkomen van een crisis na de behandeling bij de cliënt met een medisch psychiatrische crisis is al onderzocht door Beekman (2015). Deze bijdrage ligt in de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording. Om te onderzoeken op welke manier de beeldende therapie hierin een bijdrage levert zijn in tabel 2 eerst de kenmerken van de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de KSD Leeuwarden beschreven. De deelvragen zijn opgesteld aan de hand van de creatief therapeutische driehoek (Dooren et al., 2010) die in figuur 1 is afgebeeld. Vragen over de cliënt, de therapeut en over het medium hebben ervoor gezorgd dat binnen dit onderzoek aan alle drie aspecten van de beeldende therapie aandacht is besteed.

tabel 2. De kenmerken van de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording volgens Beekman (2015)

| <b>Zelfmanagement-thema</b>                | <b>Kenmerken</b>                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| [ervaren van]<br>1. Steun                  | a. Verminderen van weerstand<br>b. Balans vinden in draagkracht en draaglast<br>c. Niet aanspreken / aangesproken willen worden op de autonomie<br>d. Herkennen van ervaringen en klachten bij groepsgenoten<br>e. Afleiding |
| [eerste stap naar]<br>2. Zelfbewustwording | a. Herkennen van ervaringen en klachten bij groepsgenoten<br>b. In waarde laten / gelaten willen worden en zichzelf kunnen zijn<br>c. Structuur                                                                              |

figuur 1. De creatieftherapeutische driehoek (Dooren et al., 2010)



## 2.2 Deelvraag 1: welke bijdrage levert de cliënt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut?

De data betreffende de beantwoording van deelvraag 1 is verzameld via een interview. De beeldend therapeut van de afdeling KSD valt voor deze deelvraag onder de onderzoekspopulatie. Het betreft hier een vrouw van 54 jaar. De locatie van het onderzoek is de KSD locatie Jelgerhuis te Leeuwarden in het beeldende therapie lokaal geweest. Het interview is gedaan aan de hand van de volgende topics (operationalisatie):

tabel 3. De bijdrage van de cliënt aan de kenmerken van het zelfmanagement-thema [ervaren van] steun

| Kenmerk van het zelfmanagement-thema [ervaren van] Steun        | De bijdrage van de cliënt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Verminderen van weerstand                                    | <p>a. Motivatie</p> <p>Een gevoel van controle hebben (Kroes &amp; van Eijndhoven, 2010).<br/>Het gevoel hebben dat hij zijn leven daarwerkelijk positief kan beïnvloeden (Kroes &amp; van Eijndhoven, 2010).</p> <p>b. Proces</p> <p>Open staan voor zowel de samenwerkings-relatie met de beeldend therapeut als voor het beeldend werken (Boevink, 2009).</p> |
| 2. Balans vinden in draagkracht en draaglast                    | <p>a. Eigen kracht</p> <p>Gebruik maken van de eigen kracht (Kluft, 2014).</p> <p>b. Zelfwerkzaamheid</p> <p>Oefenen in creatief en kritisch denken (Kapitan, 2014).<br/>Oefenen in het nemen van risico's (Kapitan, 2014).<br/>Oefenen met en richten op gezonde volwassen gevoelens, gedachten en handelingen (Haeyen, 2011).</p>                              |
| 3. Niet aanspreken / aangesproken willen worden op de autonomie | <p>a. Eigenaarschap</p> <p>Zelf keuzes maken (Kluft, 2014).<br/>Zeggenschap nemen over wat hij zelf doet en wat er met hem gebeurt (Kluft, 2014).</p>                                                                                                                                                                                                            |
| 4. Herkennen van ervaringen en klachten bij groepsgenoten       | <p>a. Betrokkenheid</p> <p>Samenwerken (Wagenaar &amp; Balder-van Seggelen, 2010).<br/>Betrokken zijn in de groep (Wagenaar &amp; Balder-van Seggelen, 2010).</p>                                                                                                                                                                                                |
| 5. Afleiding                                                    | a. Beeldend werken                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

tabel 4. De bijdrage van de cliënt aan de kenmerken van het zelfmanagement-thema [eerste stap naar] zelfbewustwording

| <b>Kenmerk van het zelfmanagement-thema [eerste stap naar] Zelfbewustwording</b> | <b>De bijdrage van de cliënt</b>                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herkennen van ervaringen en klachten (bij groepsgenoten)                      | a. Zelfwerkzaamheid<br>Leren om gaan met de effecten van zowel zijn eigen leven als dat van anderen (Kapitan, 2014).                 |
| 2. In waarde laten / gelaten willen worden en zichzelf kunnen zijn               | a. Eigenaarschap<br>Eigen waarden en drijfveren kenbaar maken (Kluft, 2014).<br>Eigen waarden en drijfveren ontdekken (Kluft, 2014). |
| 3. Structuur                                                                     | a. Zelfregie / Empowerment<br>Doelen stellen (Budde, 2008).                                                                          |

De bijdrage van de cliënt aan de zelfmanagement-thema's zijn in kaart gebracht door middel van een interview met de beeldend therapeut. Dit heeft zicht gebracht in en over de manier waarop de beeldende therapie bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's binnen de behandeling van de KSD te Leeuwarden. Het interview is namelijk dieper in gegaan op de achterliggende motieven en de beleving van de beeldend therapeut. Dit heeft deze kwalitatieve methode geschikt gemaakt voor het vraagtype verklaren (Verhoeven 2011). Het interview heeft gebruik gemaakt van een lijst met onderwerpen, een zogenoemde topiclijst, in plaats van vragen. De onderwerpen zijn besproken, maar op een vrije en informele manier. Op die manier heeft de respondent de vrijheid gekregen om de eigen motieven en beleving op haar manier over te brengen.

Het interviewverslag is vervolgens geanalyseerd. Kwalitatieve analyse kan betrouwbare uitkomsten brengen dankzij de fasen die het doorloopt (Verhoeven, 2011). Allereerst is het interviewverslag verveeld in kleine fragmenten die elk gecodeerd zijn met een samenvattend woord. De termen die door de beeldend therapeut gebruikt zijn, zijn geëvalueerd op waarde en interpretatie. De gecodeerde fragmenten zijn op basis hiervan gegroepeerd en in hiërarchie gezet. Hierna zijn er verbanden gelegd: Er is gezocht naar associaties en combinaties. Met de vragen "Kan er antwoord worden gegeven op de vraag?", "Zijn er aanvullende vragen?" en "Ontbreekt er nog informatie?" is de conclusie getrokken. Het voordeel van deze manier van dataverwerking is dat er (meer) kennis opgedaan is over de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie. Er is namelijk duidelijk geworden welke betekenis de beeldend therapeut geeft aan de zelfmanagement-thema's binnen de therapiesessies, het medium (beeldend werken) en bij de cliënten.

## 2.3 Deelvraag 2: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut?

Ook hier betreft de onderzoekspopulatie de beeldend therapeut van de afdeling KSD, zie verder punt 2.2. Het interview is gedaan aan de hand van de volgende topics:

tabel 5. De bijdrage van het medium aan de kenmerken van het zelfmanagement-thema [ervaren van] steun

| Kenmerk van het zelfmanagement-thema [ervaren van] Steun        | De bijdrage van het medium                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Verminderen van weerstand                                    | <p><b>a. Proces</b></p> <p>Gevoel van trots opwekken bij de cliënt over zijn beeldend werk[en] en zijn uitdrukkingsvermogen hierin (Kramers &amp; van Straten, 2014).</p> <p>Werkvormen die de cliënt de mogelijkheid geeft om inzicht te krijgen in zijn eigen drijfveren, achtergrond en zienswijzen om zijn kennis te vergroten (Budde, 2008).</p> <p>Expressie- en structureringsmogelijkheden die laten ervaren, bewust worden en uiten. Dit laat de cliënt de controle voelen over het uiten of het handelen (Schweizer, 2009).</p>                                                                                        |
| 2. Balans vinden in draagkracht en draaglast                    | <p><b>a. Proces</b></p> <p>Chaotische emoties veranderen in emoties die voor de cliënt wel te managen zijn (Malchiodi, 2012).</p> <p>De cliënt leren de situaties te herkennen die heftige emoties triggeren en welke reacties dit teweegbrengen (Malchiodi, 2012).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 3. Niet aanspreken / aangesproken willen worden op de autonomie | <p><b>a. Product</b></p> <p>Het kunnen verbergen van bepaalde delen van een beeldend werk geeft de cliënt meer controle over wanneer hij de anderen iets wil laten zien en wanneer niet. Hij leert doseren en zelf regie voeren over zijn eigen veiligheid (Haeyen, 2011).</p> <p><b>b. Proces</b></p> <p>De autonomie van de cliënt versterken doordat bij het beeldend werken onderwerpen van autonomie direct aan bod komen. De cliënt wordt namelijk in staat gesteld contact te maken met gevoelens en drijfveren. Zelf beeldend werken is een daad van autonomie waarbij de cliënt zelf de regie heeft (Haeyen, 2007).</p> |
| 4. Herkennen van ervaringen en klachten bij groepsgenoten       | <p><b>a. Inhoud</b></p> <p>Kan symbool staan voor het dagelijks leven van de cliënt (Smeijsters, 2008).</p> <p>De beeldende elementen en hun onderlinge samenhang kunnen associaties oproepen (Smeijsters, 2008).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 5. Afleiding                                                    | <p><b>a. Proces</b></p> <p>Non-verbale op zintuig gerichte werkvormen die voor verlichting zorgen bij gevoelens van innerlijke pijn, chaos en hulpeloosheid (Malchiodi, 2012).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

tabel 6. De bijdrage van het medium aan de kenmerken van het zelfmanagement-thema [eerste stap naar] zelfbewustwording

| Kenmerk van het zelfmanagement-thema [eerste stap naar] Zelfbewustwording | De bijdrage van het medium                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herkennen van ervaringen en klachten (bij groepsgenoten)               | <p>a. Product</p> <p>Laat het vormgevend vermogen van de cliënt zien. Vormgeving ontstaat in een psychisch proces dat de cliënt bij het maken van het beeld [beeldend proces] doorloopt. Het gaat hierbij om zaken als keuzes maken, van materiaal verwisselen en de wijze waarop de cliënt door middel van bewegen komt tot lijnen die analoog zijn aan zijn gevoel (Smeijsters, 2008).</p>                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2. In waarde laten / gelaten willen worden en zichzelf kunnen zijn        | <p>a. Inhoud</p> <p>De cliënt drukt zich bewust of onbewust uit in het beeld, maar het beeld geeft ook iets terug aan de cliënt: verwoordbaarheid (Smeijsters, 2008).</p> <p>b. Proces</p> <p>Materialen leren kennen en onderzoeken wat er van binnen leeft. De cliënt leert zo zijn eigen behoeften, voorkeuren en eigenheid kennen. Het werken met materiaal en de eigen verbeelding kan zo bijdragen aan het herstellen van de verbinding met zichzelf (Kramers &amp; van Straten, 2014).</p> <p>De cliënt laten experimenteren met zijn eigen waarden, dromen, zorgen, overtuigingen en relaties (Malchiodi, 2012).</p> |
| 3. Structuur                                                              | <p>a. Proces</p> <p>Werkvormen waarbij technische vaardigheden nodig zijn. De cliënt kan hierdoor experimenteren met de grenzen van technieken en materialen en laat zo zien wat hij nodig heeft om zijn doel te bereiken en uit te voeren (Budde, 2008).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Betreffende deelvraag 2 is hetzelfde analyseplan ingezet als bij deelvraag 1.

## 2.4 Deelvraag 3: welke bijdrage levert de therapeut aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt?

De data betreffende de beantwoording van deelvraag 3 is verzameld via een surveyonderzoek. De cliënten met een medisch psychiatrische crisis die binnen de behandeling van de KSD Leeuwarden de module beeldende therapie hebben gevolgd vallen onder de onderzoekspopulatie (N=23). Om een beeld te kunnen krijgen van de gehele populatie, maar niet de gehele populatie te hoeven enquêteren, is er gebruik gemaakt van een steekproef. De beeldend therapeut heeft de cliënten gevraagd deel te nemen aan het afstudeeronderzoek waardoor zij vervolgens bij deelname onder het steekproefkader vallen. De begeleidende brief is opgenomen in de bijlagen.

Er is gekozen voor een selecte steekproef vanwege de kleine populatie. Maar bovenal ook omdat het doel van het onderzoek niet was de conclusies te generaliseren naar de populatie, maar om de resultaten binnen de KSD Leeuwarden te gebruiken. De locatie van het onderzoek is dan ook de KSD locatie Jelgerhuis te Leeuwarden in het beeldende therapie lokaal geweest, na het volgen van de module beeldende therapie. De survey is opgesteld aan de hand van de volgende operationalisatie:

tabel 7. De bijdrage van de beeldend therapeut aan de kenmerken van het zelfmanagement-thema [ervaren van] steun

| Kenmerk van het zelfmanagement-thema [ervaren van] Steun        | De bijdrage van de beeldend therapeut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Verminderen van weerstand                                    | <p>a. Supportieve werkwijze</p> <p>Ontspanning creëren (Dooren et al., 2010).</p> <p>Veiligheid creëren (Dooren et al., 2010).</p> <p>b. Interventie</p> <p>Informerend, deelgenoot maken, kennis en vaardigheden aanbieden, perspectief bieden en motiveren, belonen, afspraken maken en regels stellen, uitleg en feedback geven, mededelen, inspireren, luisteren, wachten, aanspreken, provoceren of voorbeelden geven (Budde, 2008).</p>                                                              |
| 2. Balans vinden in draagkracht en draaglast                    | <p>a. Supportieve werkwijze</p> <p>Handhaven van het evenwicht (Dooren et al., 2010).</p> <p>Herstellen van het evenwicht (Dooren et al., 2010).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 3. Niet aanspreken / aangesproken willen worden op de autonomie | <p>a. Supportieve werkwijze</p> <p>Ontspanning creëren (Dooren et al., 2010).</p> <p>Veiligheid creëren (Dooren et al., 2010).</p> <p>b. Zelfregie / Empowerment</p> <p>De cliënt ondersteunen tijdens zijn proces en met ideeën komen over het vormgeven en de materialen (Kramers &amp; van Straten, 2014).</p> <p>De cliënt zeggenschap geven over materialen, processen en inhoud (Kapitan, 2014).</p> <p>Uitgaan van de mogelijkheden in plaats van de beperkingen van de cliënt (Boevink, 2009).</p> |
| 4. Herkennen van ervaringen en klachten bij groepsgenoten       | <p>a. Therapeutisch materiaal</p> <p>De therapeut stelt haarzelf ter beschikking om ervaringen op te doen, net zoals dat bij bijvoorbeeld thema's en materialen gebeurt (Grabau &amp; Visser, 2002).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 5. Afleiding                                                    | <p>a. Supportieve werkwijze</p> <p>De problemen van de cliënt niet weg nemen, maar zijn omgang met de problemen verbeteren (Smeijsters, 2008).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

tabel 8. De bijdrage van de beeldend therapeut aan de kenmerken van het zelfmanagement-thema [eerste stap naar] zelfbewustwording

| Kenmerk van het zelfmanagement-thema [eerste stap naar] Zelfbewustwording | De bijdrage van de beeldend therapeut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herkennen van ervaringen en klachten (bij groepsgenoten)               | <p>a. Interventie</p> <p>Het bijbrengen van kennis en technische vaardigheden (Silva, 2011).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 2. In waarde laten / gelaten willen worden en zichzelf kunnen zijn        | <p>a. Medemens zijn</p> <p>Tonen van onvoorwaardelijke acceptatie (Grabau &amp; Visser, 2002).</p> <p>Een luisterend oor bieden (Boevink, 2009).</p> <p>Tonen van empathie (Grabau &amp; Visser, 2002).</p> <p>Interesse tonen in de cliënt en zijn mening (GGZ Nederland, 2003).</p> <p>Tonen van echtheid (Grabau &amp; Visser, 2002).</p> <p>b. Supportieve werkwijze</p> <p>Rekening houden met de mogelijkheden van de cliënt (Dooren et al., 2010).</p> <p>c. Creatief procestheorie</p> <p>Het aanpassen van de activiteiten aan de behoeften van de cliënt door rekening te houden met de eigenschappen van materialen. De beeldend therapeut moet dan ook de eigenschappen en mogelijkheden van materialen kennen. Zij weet de kans op slagen of falen, verrassingseffecten en variaties (Schweizer, 2009).</p> <p>d. Zelfregie / Empowerment</p> <p>De cliënt laten kiezen voor zichzelf, zijn eigen wensen en doelen door de cliënt de ruimte te geven zelf invullingen te geven, perspectief te brengen en onbekende gebieden te onderzoeken (Budde, 2008).</p> |
| 3. Structuur                                                              | <p>a. Supportieve werkwijze</p> <p>Rekening houden met de beperkte tijd (Dooren et al., 2010).</p> <p>b. Creatief procestheorie</p> <p>Doelen stellen (Schweizer, 2009).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

De bijdrage van de beeldend therapeut aan de zelfmanagement-thema's zijn in kaart gebracht door middel van een surveyonderzoek. Een kwalitatieve enquête heeft zicht gebracht in de manier waarop de beeldende therapie bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's binnen de behandeling van de KSD te Leeuwarden. Dit heeft deze kwalitatieve methode geschikt gemaakt voor het vraagtype verklaren (Verhoeven, 2011). De enquête is een schriftelijke vragenlijst die aan meerdere cliënten is voorgelegd. Deze vorm van onderzoek is kwalitatief doordat er gekozen is om alleen open vragen op te nemen in de enquête. Bij een vragenlijst met gesloten vragen blijft de context, de

beweegredenen van de respondent waarom hij dit antwoord geeft, onbekend. Met open vragen is er wel een antwoord op de context van de respondenten gekomen en werd er toch een grotere groep respondenten bereikt dan wanneer er gekozen zou zijn voor een interview (Verhoeven, 2011). Dit is voor de opdrachtgever van dit onderzoek een belangrijk gegeven geweest. Het kan dan ook gezien worden als een schriftelijk interview. Respondenten hebben antwoord gegeven vanuit de eigen beleavingswereld. Om die reden is er ook gekozen om de vraagstellingen breed te houden. De kenmerken van de zelfmanagement-thema's en de bijdrage van de beeldend therapeut, zoals beschreven in de operationalisatie in De survey is opgesteld aan de hand van de volgende operationalisatie:

tabel 7 en tabel 8, zijn bewust niet genoemd om de respondenten te laten antwoorden vanuit de eigen refentiekaders rondom de begrippen steun en (zelf)bewustwording. De gegeven enquête is als bijlage toegevoegd.

Beekman (2015) heeft al aangegeven dat de kenmerken van de zelfmanagement-thema's terug komen binnen de beeldende therapie. Deelvraag 3 heeft dan ook niet laten zien of de thema's aan bod komen of in welke mate, maar *op welke manier* de thema's binnen de beeldende therapie aanwezig zijn. De kenmerken van de thema's volgens Beekman (2015) hebben, samen met de in de literatuur gevonden bijdrage van de beeldend therapeut, een afbakening gegeven hiervoor. Het ontdekken van de betekenis hiervan is gedaan aan de hand van de termen die door de respondenten gebruikt zijn. Deze zijn geëvalueerd op waarde en interpretatie. De termen zijn vervolgens gegroepeerd en in hiërarchie gezet. Hierna zijn er verbanden gelegd: Er is gezocht naar associaties en combinaties. Met de vragen "Kan er antwoord worden gegeven op de vraag?", "Zijn er aanvullende vragen?" en "Ontbreekt er nog informatie?" is de conclusie getrokken.

## 2.5 Deelvraag 4: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt?

De data betreffende de beantwoording van deelvraag 4 zijn tevens verzameld via het surveyonderzoek betreffende deelvraag 3. De onderzoekspopulatie en locatie zijn tevens aangegeven bij deelvraag 3. Het interview is gedaan aan de hand van de volgende topics:

tabel 5 en tabel 6 geven de bijdrage van het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording, en hiermee de operationalisatie van deze thema's, binnen de beeldende therapie weer. De bijdrage van het medium aan de zelfmanagement-thema's zijn net als bij vraag 3 in kaart gebracht door middel van een enquête. Bij het

meetinstrument van deelvraag 3 is dit instrument verder uitgelegd. De gegeven enquête is als bijlage toegevoegd. Betreffende het analyseren van deelvraag 4 is er aangesloten bij het analyseplan van deelvraag 3.

## Hoofdstuk 3 Resultaten

### 3.1 Deelvraag 1: welke bijdrage levert de cliënt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut?

Betten heeft aangegeven dat zij de cliënt uitgenodigd om te ontdekken wat zijn eigen wijze van werken is. Hij heeft hierin zelf de regie. Dit zorgt er voor dat de cliënt ineens op een ander vlak wordt aangesproken en anders naar zichzelf leert kijken. Samen met de cliënt wordt er benoemd wat er letterlijk te zien is, bijvoorbeeld de beeldaspecten kleur, vorm en formaat. Een beeld kan dan ineens andere signalen geven dan woorden. Het werkstuk kan ook meegenomen worden naar de andere modulen en gesprekken met de regiebehandelaar. Via een beeld praat makkelijker en veiliger wanneer een cliënt verbaal bijvoorbeeld niet sterk is. Aan de hand van de analyse van het interview met Betten zijn de volgende kenmerken als bijdrage van de cliënt aan het zelfmanagement-thema steun binnen de beeldende therapie naar voren gekomen:

tabel 9. De bijdrage van de cliënt aan het zelfmanagement-thema steun volgens de beeldend therapeut

| De bijdrage van de cliënt aan steun     | Focuspunten of processen van de bijdrage                                                                                                                 |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Eigen regie nemen                    | a. Beeldend werken op eigen wijze<br>b. Nieuwsierig zijn naar wat hij wil, wat niet en waarom<br>d. Betrokkenheid tonen door te kijken naar wat hij doet |
| 2. Succes-ervaringen                    | a. Grenzen en mogelijkheden ontdekken                                                                                                                    |
| 3. Delen van beeldend product en proces | a. Werkstukken meenemen naar andere modulen<br>b. In gesprek durven gaan over het beeldend werk en proces<br>c. Binnenwereld in beeld brengen            |

Betten heeft aangegeven het belangrijk te vinden dat de cliënt durft te experimenteren en te spelen. Zij ziet dit als het opladen van de cliënt en zet het in als therapeutische interventie om de persoon achter de crisis te prikkelen. De ratio van de cliënt vindt dit vaak nutteloos, wat faalangst en negatieve patronen met zich meebrengt.

Cliënten met een crisis piekeren veel waardoor er minder tot geen verbinding is. Spelen zorgt er voor dat de cliënt verbinding kan maken met het beeldend werken. Durven genieten tijdens het beeldend werken, het durven loslaten van de ratio en in het hier en nu durven te zijn is dan al het halve werk! De volgende kenmerken zijn als bijdrage van de cliënt aan zelfbewustwording naar voren gekomen:

tabel 10. De bijdrage van de cliënt aan het zelfmanagement-thema zelfbewustwording volgens de beeldend therapeut

| De bijdrage van de cliënt aan zelfbewustwording | Focuspunten of processen van de bijdrage                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Openstaan voor analogie                      | a. Koppeling maken met dagelijks leven (praten over beeldend proces)<br>b. Oefenen in beeldend werken met problemen oplossen (doelen stellen en behalen)                                                   |
| 2. Positief labelen                             | a. Durven experimenteren en spelen<br>b. Focus verleggen van het probleem naar de persoon achter de crisis<br><div>Anders (leren) kijken naar zichzelf</div> <div>Mogelijkheden vergroten en creëren</div> |
| 3. Inzicht krijgen in zichzelf                  | a. De effecten van eigen doen en denken inzien<br>b. Denkstijlen en copingmechanismen inzien                                                                                                               |
| 4. Delen van beeldend product en proces         | a. Werkstukken meenemen naar andere modules<br>b. In gesprek durven gaan over het beeldend werk en proces<br>c. Binnenwereld in beeld brengen                                                              |

### 3.2 Deelvraag 2: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de beeldend therapeut?

Steun is volgens Betten een belangrijke voorwaarde om een crisis te kunnen bestrijden: De cliënt moet eerst op de kant staan zodat hij niet verdrinkt. Een kader, duidelijkheid en veiligheid creëren helpt hierbij. Voorspelbaarheid biedt veiligheid. Betten biedt dit met een netjes, overzichtelijk en gestructureerd lokaal en door te werken met de weekthema's die alle modules binnen de behandeling aanhouden. Daarin biedt ze opdrachten. De cliënt in crisis is warrig en denkt rationeel. Hij vraagt zich altijd af hoe het beeldend werken hem helpt. Uitleggen wat en waarom ze iets aanbiedt zorgt op dat moment voor duidelijkheid volgens Betten. Wanneer ze hem uitnodigt om te ontdekken wat zijn eigen wijze van werken is, kijkt Betten naar de persoon achter de crisis in plaats

van naar het probleem. Hierin maakt ze duidelijk dat de cliënt niet gefaald heeft, maar dat zijn sterke kant is doorgeschoten en een valkuil is geworden. Hij hoeft niet extreem te veranderen maar hier en daar bijsturen. Betten normaliseert de crisis door de binnenwereld van de cliënt positief te labelen. Ze vraagt dan ook altijd naar hoe de cliënt is in zijn goede doen. Aan de hand van de analyse van het interview met Betten zijn de volgende kenmerken als bijdrage van het medium aan het zelfmanagement-thema steun binnen de beeldende therapie naar voren gekomen:

tabel 11. De bijdrage van het medium aan het zelfmanagement-thema steun volgens de beeldend therapeut

| <b>De bijdrage van het medium aan steun</b> | <b>Focuspunten of processen van de bijdrage</b>                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Succes-ervaringen                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Eigen grenzen en mogelijkheden ontdekken</li> <li>b. Beeldend oefenen met het oplossen van problemen</li> <li>c. Doelen stellen en behalen</li> <li>d. Opdrachten en materialen aanbieden door de therapeut</li> </ul> |
| 2. Drempelverlagend                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Positief labelen</li> <li>b. Binnenwereld van gedachten en gevoelens (letterlijk) in beeld brengen</li> <li>c. Eigen regie door beeldend te werken op eigen wijze</li> </ul>                                           |
| 3. Voorspelbaarheid door vaste weekthema's  | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Opdrachten</li> </ul>                                                                                                                                                                                                  |
| 4. Voorspelbaarheid in de ruimte            | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Overzichtelijk door structuur in materialen (soorten en kleuren) en indeling tafels</li> </ul>                                                                                                                         |

Betten geeft duidelijk aan dat beeldend werken an sich niet het doel is van de module. Ze gebruikt het proces en het product als psycho-educatie middel om de cliënt zicht te laten krijgen op zichzelf en weer met zichzelf aan de slag te kunnen laten gaan. Een succeservaring hierin kan zorgen voor bewustwording en het vergroten van de ik-sterkte. De cliënt kan in de beeldende therapie in het klein oefenen met het oplossen van problemen die hij in het dagelijks leven tegenkomt: Hoe stelt hij zichzelf een doel en hoe zorgt hij ervoor dat hij dat doel behaalt. Het beeldend proces loopt volgens Betten namelijk analoog met het dagelijks leven. Onderliggende denkstijlen en copingmechanismen worden inzichtelijk in de beeldende therapie. Zelfbewustwording staat volgens Betten dan ook voor ons vak: Binnen de eigen grenzen en mogelijkheden richting geven aan het eigen leven. De cliënt leert wat hij kan en niet kan, wat de effecten zijn van zijn denkstijlen en copingmechanismen, en kan daar vervolgens een

combinatie van maken om op pad te kunnen en te blijven. De volgende kenmerken zijn als bijdrage van het medium aan zelfbewustwording naar voren gekomen:

tabel 12. De bijdrage van het medium aan het zelfmanagement-thema zelfbewustwording volgens de beeldend therapeut

| De bijdrage van het medium aan zelfbewustwording     | Focuspunten of processen van de bijdrage                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Spelen                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Faalangst en negatieve patronen doorbreken</li> <li>b. Plezier maken</li> <li>c. Verbinding maken</li> <li>d. Geen einddoel hebben</li> <li>e. Loswerken, materialen combineren, toeval omarmen</li> <li>f. Creeëren</li> </ul>                              |
| 2. Proces en product als middel voor psycho-educatie | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Koppeling maken met het dagelijks leven</li> <li>b. Zicht krijgen op zichzelf door de binnenwereld (letterlijk) in beeld te brengen en hierover in gesprek te gaan</li> <li>c. (Letterlijk) Met zichzelf aan de slag gaan door beeldend te werken</li> </ul> |

### 3.3 Deelvraag 3: welke bijdrage levert de therapeut aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt?

Er is benoemd dat de therapeutische houding, ongeacht het thema steun of bewustwording, grotendeels bepalend is in het bestrijden van een crisis. Betten is volgens de cliënten empathies, begripvol, uitdagend en legt duidelijk uit. In combinatie met het beeldend werken biedt dit volgens de cliënten een houvast. Op de vraag hoe de beeldend therapeut de cliënten heeft gesteund in hun behandeling is het meest geantwoord dat zij luistert. Ze voert individuele gesprekken waarin zij de cliënt laat ventileren en hem een andere focus leert zien. Dit doet zij volgens de cliënten begrijpelijk en volgbaar. De opdrachten die Betten geeft helpen volgens de cliënten te kunnen ontspannen doordat het als afleiding werkt. Ook helpen ze met het leren omgaan met problemen. In combinatie met de nabespreking zorgt dit voor rust en inzicht. Hierin hebben de cliënten aangegeven dat Betten rekening houdt met hun mogelijkheden en ze op eigen wijze mogen werken. Hierdoor gaan ze meer durven in het beeldend werken en leren ze hun eigen krachten ontdekken.

tabel 13. De bijdrage van de therapeut aan het zelfmanagement-thema steun volgens de cliënt

| <b>De bijdrage van de therapeut aan steun</b> | <b>Focuspunten of processen van de bijdrage</b>                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Therapeutische houding                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Luisteren</li> <li>b. Begrijpelijk en volgbaar zijn</li> <li>c. Behulpzaam zijn</li> <li>d. Begripvol</li> <li>e. Complimenten geven</li> <li>f. Opmerkzaam zijn</li> <li>g. Belangstelling tonen</li> <li>h. Rustig zijn</li> <li>i. Enthousiast zijn</li> </ul> |
| 2. Nabespreken                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Andere fous laten zien</li> <li>b. Positief labelen door naar de persoon te kijken in plaats van het probleem</li> <li>c. Normaliseren</li> <li>d. Doorvragen</li> <li>e. Samenvatten</li> <li>f. Laten ventileren</li> </ul>                                     |
| 3. Opdrachten geven                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Rust: Laten ontspannen</li> <li>b. Inzicht: Leren omgaan met problemen</li> <li>c. Motiveren</li> <li>d. Uitnodigen om op eigen wijze te werken</li> <li>e. Rekening houden met mogelijkheden</li> </ul>                                                          |

De bijdrage van de beeldend therapeut aan het thema zelfbewustwording ligt volgens de cliënten vooral bij de nabespreking. Aan de hand van de weekthema's geeft Betten gerichte opdrachten waarin de cliënten zichzelf, hun kwaliteiten en valkuilen, ontdekken. Ze stelt volgens de cliënten gerichte vragen over hun denken, voelen en doen die inzicht geven. Ze pluist samen met de cliënt uit wat er speelt en komen samen achter denkstijlen en copingmechanismen. Dit staat in wisselwerking met de andere modules doordat er zowel beeldend gewerkt kan worden aan de hand van gesprekken als dat werkstukken meegenomen kunnen worden naar gesprekken ter ondersteuning.

tabel 14. De bijdrage van de therapeut aan het zelfmanagement-thema bewustwording volgens de cliënt

| De bijdrage van de therapeut aan zelfbewustwording | Focuspunten of processen van de bijdrage                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Nabespreken                                     | a. Inzicht creeëren in denkstijlen en copingmechanismen<br>b. Vragen naar denken, voelen en doen                                                                            |
| 2. Opdrachten geven                                | a. Kaliteiten en valkuilen ontdekken<br>b. Werkstukken meenemen naar andere modules<br>c. Beeldend werken aan de hand van andere modules<br>d. Weekthema's laten terugkomen |

### 3.4 Deelvraag 4: welke bijdrage levert het medium aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording binnen de beeldende therapie volgens de cliënt?

Cliënten hebben aangegeven vooral rust en ontspanning als steun te ervaren in het beeldend werken. Ze ervaren het als afleiding. Dit komt volgens de cliënten doordat er binnen het beeldend werken geen druk is en ze zelf keuzes leren maken. Ze kunnen ventileren en hun eigen krachten ontdekken. De cliënten ervaren daarnaast het beeldend werken als een middel om weer in actie te komen. Ze zijn letterlijk bezig en het zet hen aan tot creeëren. Het krijgen van gerichte opdrachten helpt hierbij. Het helpt de cliënten om bij hun gevoel te komen op een behapbare manier. Ze kunnen namelijk stoppen met beeldend werken wanneer het hen te veel wordt. Daarnaast hebben de cliënten aangegeven dat een beeld kan helpen om ergens over te praten doordat het werkstuk letterlijk in beeld brengt wat er speelt. Dit brengt volgens hen zowel overzicht als inzicht. Het kan zelfs aanzetten tot denken ondanks dat dit soms als confronterend wordt ervaren. De cliënten hebben aangegeven dat Betten hen hiermee helpt omgaan door te kijken naar hen als persoon en niet naar hun problemen.

tabel 15. De bijdrage van het medium aan het zelfmanagement-thema steun volgens de cliënt

| De bijdrage van het medium aan steun | Focuspunten of processen van de bijdrage                                                                               |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Afleiding                         | a. Creeërt rust en ontspanning<br>b. Eigen krachten ontdekken<br>c. Beeldend werken op eigen wijze<br>d. Geen werkdruk |

|                   |                                                                                                     |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | e. Ventileren                                                                                       |
| 2. In actie komen | a. (Letterlijk) Creeëren<br>b. Geeft inzicht<br>c. Bij gevoel leren komen<br>d. Gerichte opdrachten |

Volgens de cliënten is zelfbewustwording vooral naar zichzelf leren kijken als persoon in plaats van naar hun problemen. Het nabespreken van gerichte opdrachten en weekthema's helpt hen hierbij om er van een afstandje naar te kijken. Op die manier krijgen ze inzicht in zichzelf en hun situatie. Het beeldend werken helpt om patronen en problemen uit het dagelijks leven te herkennen door het in het klein te ervaren. Vervolgens hebben de cliënten aangegeven te kunnen oefenen met veranderen. Het beeldend werken helpt de cliënten in het hier en nu te komen doordat ze oefenen met ontspannen en hun hoofd leeg maken. Het werkt als afleiding door leuke dingen te doen in het beeldend werken maar ook door hun eigen krachten te ontdekken.

tabel 16. De bijdrage van het medium aan het zelfmanagement-thema zelfbewustwording volgens de cliënt

| <b>De bijdrage van het medium aan zelfbewustwording</b> | <b>Focuspunten of processen van de bijdrage</b>                                                                                  |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Kijken naar persoon                                  | a. Inzicht<br>b. Nabespreken opdrachten en weekthema's                                                                           |
| 2. Ervaren en oefenen                                   | a. Eigen krachten ontdekken<br>b. Helpt in het hier en nu te komen<br>c. Helpt ontspannen<br>d. Afleiding door leuke dingen doen |

## Hoofdstuk 4 Conclusie, discussie en aanbevelingen

### 4.1 Conclusie

Ondanks dat zelfmanagementondersteuning een belangrijke norm is geworden in het geven van cliënt-gerichte behandelingen (Schippers, 2013), bleek het nog steeds onduidelijk te zijn welke ondersteuning therapeuten hierin kunnen aanbieden (Silva, 2013). Beekman (2015) formuleerde hier een handreiking voor met de twee zelfmanagement-thema's steun en zelfbewustwording. De individuele bijdrage van de modules binnen de KSD Leeuwarden zoals de beeldende therapie bleef echter onduidelijk. De vraag vanuit Beekman (2015) was dan ook op welke manier de beeldende therapie werkt met steun en zelfbewustwording. Dit afstudeeronderzoek is op zoek gegaan naar de uitleg van de beeldend therapeut en de cliënten van de KSD Leeuwarden over de bijdrage van de beeldende therapie aan deze twee thema's.

Het zelfmanagement-thema steun bestaat uit vijf kenmerken (Beekman, 2015). Uit dit onderzoek is gebleken dat al deze kenmerken binnen de beeldende therapie aan bod komen. Zo verminderen de therapeutische houding en het medium de weerstand van de cliënt. De beeldend therapeut luistert, zorgt dat zij duidelijk is, is begripvol, toont belangstelling en is zowel rustig als enthousiast. Het medium kan daarnaast succeservaringen bieden door het beeldend oefenen met het oplossen van problemen. Het medium laat de cliënt in actie komen. Het nabespreken van het beeldend werken is de manier waarop de therapeut bijdraagt aan het vinden van balans in draagkracht en draaglast. Zij laat de cliënt namelijk een andere focus zien door naar de persoon te kijken in plaats van het probleem. De therapeut kan hierin overigens gelijk werken met het derde kenmerk van steun door beeldende opdrachten te geven. Het medium ondersteunt de therapeut hierin doordat het drempelverlagend werkt. De cliënt kan op een ongedwongen manier aan zijn autonomie werken. Het herkennen van ervaringen en klachten kan de cliënt dankzij de therapeutische houding. En ten slotte werkt het medium met het vijfde kenmerk van steun doordat het als afleiding kan werken. Het beeldend werken zorgt namelijk voor rust en ontspanning.

Het zelfmanagement-thema zelfbewustwording bestaat uit drie kenmerken (Beekman, 2015). Ook deze drie kenmerken worden gebruikt binnen de beeldende therapie. De cliënt kan ervaringen en klachten herkennen binnen het medium terwijl hij nog steeds in waarde wordt gelaten en zichzelf kan zijn. Het nodigt hem namelijk uit tot spelen en het beeldend proces en product kunnen gebruikt worden als middel voor psycho-educatie. Dit leert de cliënt kijken naar wie hij is als persoon in plaats van naar zijn problemen. Door beeldend te werken kan hij gaan ervaren en oefenen. De therapeut ondersteunt hem hierin door opdrachten te geven en het beeldend werken na te bespreken. De cliënt kan ontspannen, in het hier en nu komen, zijn eigen krachten ontdekken en inzicht vergaren. De therapeut leert de cliënt namelijk aan de hand zijn beeldend werken de koppeling te maken met het dagelijks leven.

Bovengenoemde manieren waarop de beeldende therapie bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's zijn samengebracht in een overzicht per thema. De twee overzichten zijn als bijlagen toegevoegd.

## 4.2 Discussie

Beekman (2015) heeft de kenmerken van het zelfmanagement-thema steun in kaart gebracht. Het eerste kenmerk is het verminderen van weerstand. Volgens Betten kunnen de cliënten hier een bijdrage aan leveren door open te staan voor de therapeutische relatie en het beeldend werken. Boevink (2009) bevestigt dit. Hij benoemt het open staan voor zowel de samenwerkings-relatie met de beeldend therapeut als voor het beeldend werken als een proces van de cliënt. Ook kan de cliënt volgens Betten zijn weerstand verminderen door zelf de regie te nemen. Hij kan beeldend werken op eigen wijze, nieuwsgierig zijn wat hij wil en betrokkenheid tonen in wat hij doet. Volgens Kroes & van Eijndhoven (2010) kan dit bijdragen aan de motivatie van de cliënt doordat hij het gevoel krijgt controle te hebben en zelf zijn leven positief te beïnvloeden. Bovendien wordt door het beeldend werken het vijfde kenmerk van Beekman (2015) aangesproken: Afleiding. Het tweede kenmerk is het vinden van balans in draagkracht en draaglast. De cliënt kan hiermee aan de slag door zijn grenzen en mogelijkheden in het beeldend werken te ontdekken en op die manier succes-ervaringen creëren. Kluft (2014) ondersteunt Betten hierin door aan te moedigen dat de cliënt gebruik maakt van de eigen kracht. Niet aangesproken willen worden op de autonomie is het derde kenmerk van steun. Ook hierin vindt Betten dat de cliënt zelf de regie mag (leren) nemen. Volgens Kluft (2014) kan de cliënt dit doen door zelf keuzes te maken en zeggenschap te nemen over wat hij zelf doet.

Het medium kan volgens Betten de weerstand van de cliënt verminderen door de kansen op het ervaren van succes-ervaringen. De cliënt kan namelijk beeldend oefenen

met het oplossen van problemen, doelen stellen en deze ook daadwerkelijk behalen. Kramers & Van Straten (2014) benoemen dit als een gevoel van trots opwekken. Budde (2008) en Schweizer (2009) sluiten hierbij aan door te benoemen dat het medium expressie- en structureringsmogelijkheden en werkvormen kan bieden die een succes-ervaring kunnen creeëren. Beekman (2015) geeft als kenmerk van steun aan dat de cliënt niet aangesproken wil worden op de autonomie. Volgens Betten werkt het medium hier drempelverlagend. Haeyen (2007) legt dit prachtig uit door aan te geven dat het zelf beeldend werken een daad is van autonomie waarbij de cliënt zelf de regie heeft. De cliënt wordt in het beeldend werken in staat gesteld om contact te maken met gevoelens en drijfveren waardoor de autonomie versterkt kan worden. Betten vult hierin aan door de cliënt uit te nodigen op zijn eigen wijze beeldend te werken.

De cliënten benoemen de therapeutische houding als belangrijkste bijdrage van de therapeut aan beide thema's. Daarna noemen ze het nabespreken en het geven van opdrachten als bijdragen van de therapeut aan het thema steun. Alle drie komen overeen met de beschrijving van de supportieve werkwijze die Dooren et al. (2010) geeft. Namelijk het creeëren van veiligheid en ontspanning door de therapeut, wat weerstand vermindert en de balans laat vinden in draagkracht en draaglast. De therapeut kan volgens Grabau & Visser (2002) gezien worden als een therapeutisch materiaal, net zoals het medium. Dit kan het vierde kenmerk aanspreken, het herkennen van ervaringen en klachten. Budde (2008) geeft interventies aan die de beeldend therapeut kan bieden die overeenkomen met de therapeutische houding die de cliënten beschrijven. Bijvoorbeeld het uitleggen van opdrachten, motiveren, luisteren en uitdagen. Hiermee vermindert de Betten hun weerstand tegen de behandeling of de beeldende therapie. De beschrijving van de supportieve werkwijze van Smeijsters (2008) beschrijft in andere woorden het positief labelen wat Betten veel doet. Binnen het beeldend werken houdt ze rekening met hun mogelijkheden en nodigt ze de cliënten uit om eigen wijze te werken. Dit valt volgens zowel Kramers & van Straten (2014), als Kapitan (2014) en Boevink (2009) onder empowerment werken en de cliënt zelfregie geven. Hierdoor houdt Betten rekening met dat de cliënt niet aangesproken wil worden op de autonomie, het derde kenmerk van steun.

Het zelfmanagement-thema zelfbewustwording bestaat uit drie kenmerken (Beekman, 2015). Het herkennen van ervaringen en klachten wordt volgens Betten in de beeldende therapie gedaan doordat de cliënt openstaat voor analogie en hiermee het inzicht krijgen in zichzelf. Het oefenen in het beeldend werken met problemen oplossen en daarin de koppeling maken met het dagelijks leven maken wordt ook benoemt door Kapitan (2014) als bijdrage van de cliënt aan zelfwerkzaamheid. De cliënt wordt in waarde gelaten en kan zichzelf zijn in de beeldende therapie wanneer hij zijn eigen waarden en drijfveren

ontdekt en kenbaar maakt (Kluft, 2014). Volgens Betten kan de cliënt dit doen door het beeldend product en proces te delen door erover in gesprek te gaan met haar, andere groepsgenoten en andere modules. Opvallend is dat Betten ook nog het positieve labelen als bijdrage van de cliënt aan zelfbewustwording noemt. Ze verlegt samen met de cliënt de focus van zijn crisis naar de persoon die hij is. Daarnaast leert ze het focus verleggen van het negatieve naar het positieve. Leren omdenken door in het beeldend werken te experimenteren en spelen. Dit is een mooie toevoeging van de beeldende therapie aan de kenmerken van zelfbewustwording die Beekman (2015) benoemt.

Het eerste kenmerk van zelfbewustwording, het herkennen van ervaringen en klachten, ziet Betten terug in het medium in het spelen van de cliënt. Hij maakt plezier, heeft geen einddoel en creëert. Het in waarde laten van de cliënt, het tweede kenmerk van zelfbewustwording, gebeurt ook door het spelen. Smeijsters (2008) benoemt hoe het product het vormgevend proces van de cliënt laat zien. Kramers & Van Straten (2014) zeggen iets meer over het proces. Namelijk dat het beeldend werken er voor kan zorgen dat de cliënt verbinding maakt met zichzelf. Dit noemt Betten ook als belangrijk focuspunt van spelen. Het herkennen van ervaringen en klachten komt ook terug in het gebruiken van het product en proces als psycho-educatie. Het beeld geeft de cliënt de kans om zich te uiten en het verwoordbaar te maken. Het gaat hierbij om zaken als keuzes maken, van materiaal verwisselen en de wijze waarop de cliënt door middel van bewegen komt tot lijnen die analoog zijn aan zijn gevoel (Smeijsters, 2008).

De cliënten benoemen binnen het thema steun vooral de therapeutische houding, maar ook binnen het thema zelfbewustwording komt deze bijdrage van de therapeut terug. De literatuur geeft hiervan een opsomming: Het tonen van onvoorwaardelijke acceptatie (Grabau & Visser, 2002), een luisterend oor bieden (Boevink, 2009), tonen van empathie (Grabau & Visser, 2002), interesse tonen in de cliënt en zijn mening (GGZ Nederland, 2003) en het tonen van echtheid (Grabau & Visser, 2002). Volgens de cliënten toont Betten dit allemaal en zorgt zij er op die manier voor dat de cliënten in hun waarde worden gelaten en zichzelf kunnen zijn, het tweede kenmerk van zelfbewustwording volgens Beekman (2015). Het medium kan volgens de cliënten weerstand verminderen door hen (letterlijk) in actie te laten komen. Het kan werkvormen bieden die de cliënt de mogelijkheid geeft om inzicht te krijgen in zijn eigen drijfveren, achtergrond en zienswijzen om zijn kennis te vergroten (Budde, 2008). Ook Haeyen (2007) geeft aan dat cliënten in contact komen met hun binnenwereld door middel van beeldend werken. Dit proces is echter meer gericht op het niet aangesproken willen worden van de cliënten op hun autonomie. Haeyen (2011) geeft dan ook aan dat de cliënt hier zelf invloed op heeft door (delen van) zijn beeldend werk af te dekken. De cliënten benoemen dit zelf ook en geven aan zich hierdoor veiliger te voelen. Het vijfde kenmerk van steun ervaren cliënten

in en door het medium wanneer dit voor afleiding zorgt. Ze worden rustig en ontspannen doordat ze geen werkdruk ervaren en kunnen ventileren in het beeldend werken. Malchiodi (2012) beschrijft dit als non-verbale op zintuig gerichte werkvormen die voor verlichting kunnen zorgen. Zelfbewustwording ervaren cliënten in en door het medium door het kijken naar wie zij zijn als persoon in plaats van naar hun problemen. Maar ook door te ervaren en te oefenen in het beeldend werken. Ze leren ervaringen en klachten herkenning, het eerste kenmerk volgens Beekman (2015), terwijl ze ondertussen ook gewoon nog in hun waarde worden gelaten en zichzelf kunnen zijn, het tweede kenmerk van zelfbewustwording. Het medium helpt volgens de cliënten om in het hier en nu te komen, de ontspannen en eigen krachten te ontdekken. Het proces wat Kramers & van Straten (2014) beschrijven als het leren kennen van materialen en onderzoeken van de binnenwereld komt overeen met wat de cliënten benoemen als de twee bijdragen van het medium aan zelfbewustwording. Ook het proces van Smeijsters (2008) beschrijft beide bijdragen van het medium doordat het uitlegt dat beeldend werken het vormgevend proces van de cliënt laat zien.

Het onderzoek van Beekman (2015), de gevonden literatuur en de resultaten van dit onderzoek zijn nauw met elkaar verbonden en ondersteunen elkaar. In dit onderzoek zijn de resultaten en conclusies gebaseert op de ervaringen en beleving van de therapeut en cliënten. Er is echter maar één therapeut geïnterviewd. Dit komt door de beperking van de locatie. Binnen de KSD Leeuwarden is er namelijk slechts één beeldend therapeut werkzaam. Ondanks het uitgebreide diepte-interview met Betten, blijven de bevindingen gebaseert op enkel haar verhaal. Wat betreft de cliënten is het gelukt om 23 respondenten te werven. Dit is een relatief grootte onderzoekspopulatie gezien de behandelduur van zes weken en de gemiddelde groepsgrootte van acht cliënten. De respondenten gaven echter aan moeite te hebben met het invullen van de vragenbladen. Ze vonden het lastig om de beeldende processen en opgedane ervaringen in woorden te vatten. Ook gunden sommigen zichzelf de tijd niet voor het beantwoorden van de vragen. Hierdoor kan er twijfel ontstaan over de kwaliteit van de antwoorden.

### 4.3 Aanbevelingen

Er is in dit onderzoek slechts één beeldend therapeut ondervraagd. Een goede aanvulling kan zijn om meer therapeuten te vragen naar hun ervaringen en beleving van de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording. Een kanttekening hierbij is wel dat de kenmerken van Beekman (2015) gebaseerd zijn op de behandeling binnen KSD Leeuwarden. Wanneer er beeldend therapeuten van andere locaties worden ondervraagd, moeten de kenmerken dan ook eerst weer binnen die locatie getest worden.

Respondenten hebben aangegeven moeite te hebben met het invullen van de vragenbladen. Vooral het verwoorden van hun proces bleek hierin lastig te zijn. Het beeldend werken werd niet voor niets als prettig ervaren door de respondenten om de binnenwereld te (leren) uiten. Een aanvulling kan dan ook zijn om de cliënten te vragen beeldend antwoord te geven op de vragen. Beeld uit wat steun en bewustwording betekent. Een andere manier om meer kwalitatieve antwoorden te verkrijgen is de cliënten te interviewen. Hierin ontstaat de mogelijkheid om door te vragen wanneer er onduidelijkheid is. De onderzoeker kan gelijk ingrijpen wanneer er twijfel ontstaat en de cliënt begeleiden naar een meer compleet antwoord.

Ondanks de discussiepunten is er in de conclusie duidelijk te zien op welke manier de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording. Bovendien is wat er in de praktijk ervaren wordt te koppelen aan wat er in de literatuur beschreven wordt. Dit laat zien dat de ondersteuning die de beeldende therapie in het bieden van steun en zelfbewustwording effectief is in het vergroten van het zelfmanagement. De module beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden kan daarmee als passende zorg benoemt worden.

- Avi. (2009). *Wat is de Wmo*. Retrieved oktober 11 2016, from aandacht voor iedereen: <http://www.aandachtvooriedereen.nl/wmo/wmo-en-lokale-belangenbehartiging/191.html>
- Beekman, M. (2015). *Eigen regie doe je samen: Een kwalitatief onderzoek naar ervaringen van patiënten met een psychiatrische stoornis vanuit het concept zelfmanagement*. Leeuwarden: Opleiding Geestelijke Gezondheidszorg Verpleegkundig Specialist.
- Boevink, W. (2009). *Lijfsbehoud, levenskunt en lessen om van te leren: HEE-geschrift*. Utrecht: Trimbos-instituut.
- Budde, E. (2008). *Wat woorden niet kunnen zeggen: Creatieve werkvormen en methodieken*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- CBO. (2014). *Zorgmodule Zelfmanagement 1.0: Het ondersteunen van eigen bij mensen met één of meerdere chronische ziekten*. Diemen: Coördinatieplatform Zorgstandaarden en het Kwaliteitsinstituut & Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
- Dooren van, K., Driest, J. P., Schweizer, C., & Smeijsters, H. (2010). *Landelijk Opleidingsprofiel: Creatieve Therapie*. Amersfoort: Landelijk Overleg Opleidingen Creatieve Therapie in Nederland.
- GGZ Nederland. (2003). *GGZ Thermometer voor waardering door cliënten: Volwassenenzorg*. Utrecht: Trimbos-instituut.
- Grabau, E., & Visser, H. (2002). *Creatieve therapie: Spelen met mogelijkheden*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Haeyen, S. (2007). *Niet uitleven maar beleven: Beeldende therapie bij persoonlijkheidsproblematiek*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Haeyen, S. (2011). *De verbindende kwaliteit van beeldende therapie: Effecten van beeldende therapie in de behandeling van persoonlijkheidsstoornissen. Introductie van een beeldende therapievragenlijst*. Apeldoorn: Garant.

- Kapitan, L. (2014). *Empowerment in Art Therapy: Whose Point of View and Determination?* Art Therapy, 31:1: Journal of the American Art Therapy Association, 2-3.
- Kluft, M. (2014). *Leerpakket Wmo Competenties: Hoe versterk ik eigen kracht en zelfregie?* Utrecht: Movisie.
- Kramers, M., & van Straten, S. (2014). *Verbinding door verbeelding: Vaktherapie beeldend bij vroegkinderlijk getraumatiseerde cliënten*. Tijdschrift voor vaktherapie 2014/4, jaargang 10, 3-9.
- Kroes, M., & van Eijndhoven, M. (2010). *Begeleiding bij zelfmanagement chronische ziekten*. Diemen: College voor zorgverzekeringen.
- Malchiodi, C. (2012). *Handbook of Art Therapy*. New York: The Guilford Press.
- Rijksoverheid. (2013). *Bestuurlijk akkoord geestelijke gezondheidszorg 2014-2017*. Den Haag: Rijksoverheid.
- Roorda, S. (2014). *Handboek Dagbehandeling: als onderdeel van het zorgprogramma spoedeisende psychiatrie*. Leeuwarden: GGZ Friesland.
- Schippers, E. I. (2013). *Kamerbrief gezamenlijke agenda VWS 'Van systemen naar mensen'*. Den Haag: Rijksoverheid.
- Schweizer, C., de Bruyn, J., Haeyen, S., Henskens, B., Rutten-Saris, M., & Visser, H. (2009). *Handboek Beeldende Therapie: Uit de verf*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Silva, D. d. (2011). *Evidence: Helping people help themselves, A review of the evidence considering whether it is worthwhile to support self-management*. Den haag: ZonMw.
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek creatieve therapie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Verhoeven, N. (2011). *Wat is onderzoek? Praktijkboek methoden en technieken voor het hoger onderwijs*. Den haag: Boom Lemma uitgevers
- Wagenaar, H., & Balder-van Seggelen, C. (2010). *Inzicht in eigen kracht: De werking van empowerment in Maatschappelijke Activeringscentra*. Utrecht: Anraad.

## Bijlagen

- BIJLAGE 1. Uitnodigingsbrief voor deelname aan het afstudeeronderzoek
- BIJLAGE 2. Vragenblad voor cliënten over steun
- BIJLAGE 3. Vragenblad voor cliënten over (zelf)bewustwording
- BIJLAGE 4. Interviewverslag met de beeldend therapeute
- BIJLAGE 5. Data-analyse van het interview met de beeldend therapeut
- BIJLAGE 6. Data-analyse van de door cliënten ingevulde vragenbladen
- BIJLAGE 7. De bijdrage van de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden aan het zelfmanagement-thema zelfbewustwording
- BIJLAGE 8. De bijdrage van de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden aan het zelfmanagement-thema steun

## Zelfmanagement binnen beeldende therapie

U wordt gevraagd deel te nemen aan een afstudeeronderzoek voor de opleiding Creatieve Therapie van Hogeschool Stenden. Dit onderzoek zal gaan over de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording. Zelfmanagement betekent voor uzelf zorgen. Hoe zorgt u voor uzelf? Welk invloed oefent u uit op uw eigen leven?

In samenwerking met Herma Betten worden alle cliënten die de module beeldende therapie, op de Kortdurende Structurerende Dagbehandeling (KSD) GGZ Friesland locatie Jelgerhuis te Leeuwarden, hebben afgerond gevraagd om aan dit onderzoek mee te doen. Aan u wordt een vragenblad met in totaal zes open vragen voorgelegd. Dit vragenblad zal schriftelijk (op papier) worden aangeboden. Naar verwachting zal het invullen van het vragenblad 10 tot 30 minuten duren, afhankelijk van uw eigen gegeven antwoorden. Uw antwoorden worden alleen voor dit onderzoek gebruikt en blijven anoniem. Er worden geen persoonsgegevens van deelnemers verzameld. De gegevens die opgeslagen en bewaart worden zijn op geen enkele manier naar u herleidbaar. Wel kan u aangeven, na het eenmalig invullen van het vragenblad, open te staan voor het geven van een interview.

Het doel van dit afstudeeronderzoek is inzicht te krijgen in *de wijze waarop* de beeldende therapie binnen de KSD Leeuwarden (GGZ Friesland) bijdraagt aan de zelfmanagement-thema's steun en bewustwording.

Er wordt van u gevraagd om het vragenblad met de zes open vragen in te vullen met uw eigen mening en ervaring. U beslist zelf of u meedoet aan het onderzoek. Als u besluit niet mee te doen, hoeft u verder niets te doen en hoeft u geen reden te geven.

Wij hopen dat u wilt meewerken aan het onderzoek.

Alvast bedankt,

Saskia Pruisscher & Herma Betten

*saskia.pruisscher@student.stenden.com*

*Herma.Betten@ggzfriesland.nl*

ONDERZOEK NAAR DE BEELDDEnde THERAPIE OP DE KSD LEEUWARDEN

“Zelfmanagement betekent voor jezelf zorgen”

## VRAGENBLAD OVER STEUN EN BEWUSTWORDING

1. Beschrijf in je eigen woorden het begrip **steun**

(in de beeldende therapie):

2. Heeft de *beeldend therapeute* jou steun gegeven?

Zo ja, hoe?

3. Heb jij steun ervaren in of door het *beeldend werk(en)*?

Kan je dit uitleggen?

ONDERZOEK NAAR DE BEELDEND THERAPIE OP DE KSD LEEUWARDEN

“Zelfmanagement betekent voor jezelf zorgen”

## VRAGENBLAD OVER STEUN EN BEWUSTWORDING

**1.** Beschrijf in je eigen woorden het begrip **(zelf)bewustwording**

(in de beeldende therapie):

**2.** Heeft de *beeldend therapeute* jou meer bewust gemaakt (van jezelf)?

Zo ja, hoe?

**3.** Ben jij meer bewust geworden (van jezelf) in of door het *beeldend werk(en)*?

Kan je dit uitleggen?

*I: We hebben het over zelfmanagement-thema's steun en bewustwording, in de beeldende therapie.*

*R: Ja.*

*I: En daarin ben ik vooral benieuwd naar wat jij gezien hebt bij cliënten en in het medium, en wat het bijdraagt aan deze thema's. Dan wil ik graag beginnen met steun. [Uh] Kan jij eerst eens vertellen wat steun in de beeldende therapie voor jou inhoudt.*

*R: Ja. Omdat ik op de KSD werk, merk ik dat steun geven heel erg belangrijk is, vind ik heel erg belangrijk omdat je met werkt met mensen die in crisis zijn en uit onderzoek blijkt ook dat steun heel belangrijke voorwaarde is ook en ondersteuning is om de crisis te bestreiden. En je merkt ook dat wanneer mensen binnen komen dat ze echt ontregeld zijn, in de war zijn, angstig zijn, depressief, de boel [nou] letterlijk en figuurlijk niet meer op een rijtje hebben. Dus dat het dan wel heel belangrijk is dat je kaders neerzet, duidelijkheid schept, [uh] om mensen op die manier weer een soort vangnet te geven [ja]. Zo zie ik het een beetje. Waarin zij kunnen gaan uitrusten en weer op krachten kunnen komen om vervolgens zelf weer in actie te kunnen komen. [Eh] Dus steun is voor mij best een heel groot veel omvattend begrip waarin ik heel veel aan op hang merk ik.*

*I: Ja.*

*R: Nu ik er over na ben gaan denken. En [uhm], dus ik ben mij er vandege van bewust van hoe mijn vak hier neer zet, maar ook hoe ik mijn ruimte in richt, dat daar ook steun inzit. En [uhm] [stilte]*

*I: Hoe zie je dat in de ruimte terug komen?*

*R: Ja. Nou bijvoorbeeld, ik vind het heel belangrijk dat voor mij de ruimte of voor de cliënten de ruimte overzichtelijk is, helder en licht en ook gestructureerd. Dus ik ben heel erg van dingen op kleur zetten [he], verf, soort bij soort zetten, [uh] genoeg keuze hebben maar niet te veel en dat ik het altijd netjes en overzichtelijk heb dus dat mensen ook wanneer ze binnen komen de tafel altijd zo staat, dat de tafel altijd leeg is, [uh] dat de werkstukken altijd netjes op de kast staan [uhm]. Dus dat het voorspelbaar wordt. Voorspelbaar is.*

*I: Ja.*

*R: [He] Zeker mensen die nog rand-psychotisch zijn of net een psychose gehad hebben, is het gewoon heel veilig steeds in dezelfde ruimte te komen die steeds hetzelfde is, hetzelfde uitstraalt. En [uh] [he] dat dingen op zijn plek zijn, dat mensen ook weten daar kan ik het vinden [uhm] en dat het gewoon voorspelbaar is, dat vind ik ook steun. [Uhm] Dat het hier altijd opgeruimd en netjes is, vind ik ook belangrijk. Zeker voor mensen in crisis, is dat ook een soort steun. [Uhm] Wat zei je nog meer?*

*I: Ik ben wel benieuwd, die voorspelbaarheid die je noemt in de ruimte of je dat ook [uh] terugbrengt in het beeldend werken.*

*R: Ja. Want [uuh] je hebt zoveel vlakken dat je die steun biedt [he], je doet het haast onbewust.*

*I: Ja.*

*R: [Uhm] Ik begin altijd, maar dan heb ik het over beeldend werken, wat ik ook als steun biedt is dat ik eerst mensen rustig laat zitten en zeg ik ga eerst de groep opgang helpen, jij kan nog even uitrusten, je bent nieuw, dan kom ik straks in alle rust bij terug om uit te leggen wat mijn vak inhoudt en wat je hier kan verwachten. Dan is het al een soort drempel die je gaat verlagen en dat je de groep dus opgang helpt en dat je dan alle tijd hebt voor [uh] de nieuwe persoon. En dat wordt ook erg gewaardeerd omdat ze dan ook, dan zie je zo even van pfoeh even onderuit gaan, oh gelukkig, ik hoef hier niet meteen vol aan de bak. Want dat wordt wel zo ervaren als je naar de KSD gaat. En dan ga ik ook heel duidelijk uitleggen wat het vak inhoudt, op een manier, ik pas mij aan aan de cliënt die ik voor mij heb qua taalgebruik, qua hoeveelheid informatie die ik geef, daar laat ik het heel erg van afhangen, maar wel de structuur van hoe de sessie in elkaar zit en hoe de week ingepland is en hoe ik werk. En ik laat ze altijd standaard beginnen met een kennismakingscollage hoe ben je in je goede doen. En de nieuwe cliënten weten niet dat dat ook structuur is, maar je merkt aan de groepsgenoten ohja dat hebben wij ook gehad en daar zijn wij ook geweest. En dat, dat geeft hun ook weer een gevoel van ohja. Er zit wel een soort kader in om mee te beginnen. En dat is dan onbewust ook weer zo'n signaal ohja het is goed ingebet.*

*I: En ze herkennen het nu ook bij elkaar.*

*R: Ja. Het is ook heel erg leuk hoor. En [uhm] [stilte] ik wil zo veel vertellen! Ik wil te snel!*

*I: Ja. Nog een keer de [uhm] [uhm]*

*R: Ruimte hebben we het over gehad.*

*I: Ja. Die voorspelbaarheid, maar dan in het beeldend werken.*

*R: Beeldend werken.*

*I: Want je heb dus [uh] je ruimte, en jezelf beschreven...*

*R: Ja, maar met mezelf ook merk ik dat [uh] enerzijds ik steun geef door te luisteren, dingen vragen, maar vooral ook dingen te vragen over hoe ze in een goede doen zijn. [He] Nou dus, hobby's, of kinderen, of [uh] dus dat ik heel gauw het accent weg haal bij de problemen waarvoor ze komen maar veel meer naar de mens kijk achter de crisis, dat dat ook erg gewaardeerd wordt en dat prikkelt ook weer even de ik-sterkte van iemand.*

*I: Ja.*

*R: En dat ik [uh] begrip toon voor [uhm] waarom iemand hier is. Dat is vooral belangrijk als iemand opnieuw wordt opgenomen [he]. Dat gebeurt regelmatig, een tweede of derde keer.*

*I: Oh. Oké.*

*R: Dat mensen dat enorm als falen zien en dat ik zeg van ik kan me voorstellen dat je dat zo ervaart [he], eerst in de ander, maar ik zie het vooral als een auto moet ook zo nu en dan naar de garage voor een opfrisbeurt. En zo zie ik het. [He] Je zegt je hebt je heel lang goed staande gehouden maar soms is het even nodig om weer even olie te ververset of je copingmechanisme weer even [uh] onder de loep te nemen en te kijken hoe je het weer een beetje bij kan sturen. En dat helpt ook heel erg om, om voor mensen weer te accepteren dat ze hier zijn. Ook voor de mensen die voor de eerste keer hier zijn, die zien het ook vaak als falen, die nooit eerder in de GGZ zijn geweest, dus dan leg ik ook wel uit [he] dat het soms gewoon nodig is, en dat vinden mensen heel prettig, dat je het deels begrijpt, empathie er voor hebt maar dat je het deels ook normaliseert.*

*I: Ja, dat zijn mooie.*

*R: Ja. En, [uhm] en dat ik ook uitleg van [uh] dat het ook niet is van je hebt ergens in gefaald maar iets is doorgeschoten of [he] je sterke kant is te ver en dan wordt het een valkuil en dan mensen ook merken van ooh oké ik hoef niet extreem te veranderen maar ik mag gewoon bij gaan sturen. Dat wordt als heel prettig ervaren. En [uhm] en dat ik altijd heel belangrijk vind, duidelijk uitleggen wat ik aanbiedt en waarom ik het aanbiedt. Dat is in de beeldende therapie soms zo'n discussiepoint van ja het proces en de art as therapy of art in therapy of al die dingen, maar ik merk hier vooral als je in crisis bent dan is alles al warrig, dat het wel door de cliënten als prettig ervaren wordt dat je duidelijk uitlegt waarom je iets aanbiedt. Om ook [he], die mensen zijn heel rationeel en ze hebben zo iets van dat knippen en plakken en dat freubelen, hoe helpt mij dat.*

*I: Ja precies [lacht].*

*R: Dat ik dat gewoon uitleg. En als ze wat langer in het proces zitten dat ik dan ook zeg van je mag nu verdragen dat ik niet ga uitleggen wat de bedoeling is maar dat je, ga maar eens ervaren. Dus dat ik eerst eigenlijk best wel wat rationeel werk om [uuhm] vervolgens weer dat ervaren kans te geven.*

*I: Ja precies.*

*R: En ook mannen, vooral mannen komen hier binnen ik heb hier helemaal niks mee en dit en dat, die vinden die manier van [uh] opstellen door mij als beeldend therapeut heel prettig. Omdat ik deels met hun mee ga, ja beetje knippen plakken ja dat helpt ook niet, maar ik zeg dat psychologische tintje daaronder dus wel. En dat je dan een beetje een soort bondje met ze maakt [he], beetje, beetje [uhm] in hun afweer een beetje mee gaan, van joh ik zou dat ook helemaal niks vinden, weet je wel, dat je dan op die manier aansluit bij de persoon maar vervolgens dan samen meedijnt en dan vervolgens mensen toch weer op de plek krijgt waar je ze hebben wilt. Eigenlijk manipuleer ik als een gek [glimlacht].*

*I: [Lacht] Want waar merk je dat dan aan dat ze het fijn vinden?*

*R: [Uuhm] Dat merk ik aan, dat krijg ik heel vaak na afloop terug, dat had ik vanmorgen ook bij een man. Dat ze halverwege of op het eind zeiden vooral als er nieuwe cliënten komen van die ook zo zitten, ooh maar dat had ik ook en ik vond er ook niks aan ik wilde dit als eerste laten vallen maaaaa ik houd het nou het langste vol want hier haal ik zo veel! En dat hoor je heel veel. En dat heeft te maken van mensen over, en dat is dus ook steun in het begin, mensen eigenlijk meehelpen over een drempel te gaan. Want het is al een drempel om hier in de GGZ te komen, het is al een drempel om, ja ik zeg accepteren kan je niet maar het verdragen dat je dit hebt, dat is al hartstikke moeilijk en vervolgens dan ook nog met andere mensen die je niet kent naar jezelf kijken. Nou ik zou [uuuh] continu de haken in het zand zetten, serieus. En dan neem ik mezelf dan als voorbeeld, en, en [uh] het is een soort modeling, maar ook weer niet, want ik weet niet of ik met de haken in het zand zou gaan, maar dat je aansluit bij hun belevingswereld op dat moment en daar erkenning voor geeft, en dan vanuit die samenwerking die je creëert mensen in actie kan laten komen.*

*I: Dat is een mooie.*

*R: Dat is het eigenlijk. [Stilte] Ja.*

*I: Dus op die manier ga jij eigenlijk om met het verminderen van weerstand.*

*R: Ja. En dat is dan ook een vorm van, vind ik, van steun bieden. [He] Dat mensen hier ontaard, ontreddend komen, en dat ik niet zeg ik ga nu eens even jou helpen, nee, bepaald niet. Jeetje ja als ik mij in jou verplaats, nou dan pfoeh zou ik ook peentjes zweten en lastig en joh als je niks*

wilt doen even goede vrienden, klaar, als jij dit blok maar een beetje goed door komt. Doordat ik dan al de druk er af haal en niks van ze verwacht, en dat is met de crisis ook, dan overvoer je iemand al heel gauw, dan [uhm] gaan mensen vanzelf in een soort relax modus en dan, ja, dan heb je die aansluiting en dan wordt je een beetje maatjes eigenlijk haast. Want ik heb niet het gevoel dat ik ze op sleeptouw neem maar gewoon ernaast ga lopen. Geef jij maar aan maar wel binnen kaders van dat en dat en dat kan ik je bieden maar zie maar wat je wilt, dat je dan in een soort werkrelatie komt van waaruit gewoon heel mooie dingen ontstaan.

*I: En wat kan de cliënt daar zelf aan doen, aan [nou] het verminderen van zijn weerstand?*

R: [Uuhm] Nou ten eerste om zich heen kijken, wat gebeurd er in zo'n groep, want dat vind ik het prachtige van groepsbehandeling, dat je mensen hebt die aan het begin zijn, in het midden en aan het eind. En dat [uh] [he] ik zorg hier ook voor een klimaat dat mensen doordat ze weten waar ze aan toe zijn, dat ik eerst even hoor hoe zit je erbij, dat ik dan een opdracht heb maar ook zeg en wil je er niet aan mee doen kan ik altijd één op één met jou kijken wat dan waardevol is, en dat dan diegene ziet van hee mensen gaan gewoon aan het werk, mensen lopen hier vrij door de ruimte en blijkbaar kan dat allemaal. En als ze dat dan zien, gaan ze automatisch mee in zo'n sfeer. Ik merk ook als ik op vakantie ben geweest, dat ik op een gegeven moment, dat ik lang ben geweest, dat werkklimaat er uit is. Dat is echt heel leuk, dat ik dan merk oké nou mag ik weer investeren dat dat werkklimaat weer komt en, en dan zit het er weer in, en dan stroomt het automatisch. Dan heb ik dus zelf niet in de gaten dat ik blijkbaar toch een werkklimaat hier creëer, waardoor het gaat zoals het gaat. Dat is wel heel grappig. En dus [uh] dat mensen ook weer stand mogen hebben.

*I: Ja precies.*

R: Dus ik merk op de KSD en dat hoor ik ook van mijn collega's, KSD collega's, dat de therapeutische houding en de therapeutische relatie in steun met name essentieel is. Dat je aansluit bij de gene die je voor je hebt zodat je met alle rangen en standen [uh] mee kunt dijnen, flexibel kunt zijn, heel belangrijk, en in kunt "tjunen", ja.

*I: En het medium?*

R: Ja. Het medium. Hoe biedt ik daar steun in, wil je weten.

*I: Ja, of het [he] als mensen aan het werk zijn, wat zie je daar in terug, heeft het effect, of gebeurd er met ze? Voelen ze zich gesteunt?*

R: Dan ga ik eerst uitleggen hoe ik denk dat ik steun biedt in het beeldend werken. Ja. Ik begin altijd standaard rustig, dat mensen vooral ook, heel veel mensen komen hier binnen van ik ben niet creatief of ik heb niks met beeldend werken, dat hoor ik altijd, en dat ik dan zeg nou kan ik me helemaal voorstellen. En dat ik ook uit ga leggen dat dit beeldend middelen zijn, dus dat het niet een doel is om beeldend te werken maar dat het een middel is om weer met zichzelf aan het werk te kunnen gaan. [Nou] Dat verlaagt de drempel wel alleen het blijft nog wel vaag. En [uh] ik zeg ook het blijft ook eerst vaag en [uhm] verdraag dat maar en kijk maar even om je heen wat er gebeurd, dus ik laat ze ook heel rustig wennen. Maar dus door de opdracht te geven maak een collage hoe ben jij in je goede doen, geef je al kaders, steun om mensen toch op weg te helpen. En een collage is vaak laagdrempelig, tijdschriften en alles dat kent iedereen wel, knippen en plakken ook wel, en wat ik dan vaak hoor is van dat ze zeggen het is een heel mooie manier om erin te komen, ontspannen aan de gang te gaan en het op mijn eigen manier te mogen doen, en dat roep ik ook altijd, op eigen wijze. En dat ze het dus ook prettig vinden dat ze opeens op een ander vlak aangesproken worden. Dus in plaats van over de problemen en de crisis, dat weer aangesproken worden op wie ze eigenlijk zijn. Ja, en dat wordt als heel prettig ervaren.

*I: Dat is mooi om te horen!*

R: Ja, want iedereen heeft [he] om zich heen van problemen dit en dat, en daar hebben ze het allemaal over, en hier komen ze ineens van maar wie ben jij eigenlijk. Dat wordt als heel fijn ervaren. En daarin geef ik ook altijd het signaal dat van wat je hier ook doet het is goed, er is geen fout of mooi of wat ook maar, maar hoe het is, dat is. Dat is gewoon. En of je het nou mooi of niet mooi vindt, het is prima, het mag er allemaal zijn. En dat wordt ook als heel fijn ervaren [he] want de mensen in crisis zijn die lopen heel erg op hun tenen. En [uuhm] ik pleit dan van [he] het op eigen wijze doen is zo prettig, ik zeg altijd het is goed als je eigenwijs bent. En [uh] want daar mag je het in gaan zoeken, ieder neemt zo zijn eigen werkwijze mee, dus het is mooi dat je het op eigen wijze kan doen. Dus het is wel goed om bij elkaar te kijken, en te ontdekken van oh het kan ook dus zo maar daar geef je toch je eigen draai aan en dat wordt ook als heel fijn ervaren. Ik merk dat ik heel erg, dit is toch nog wel therapeutische relatie, merk ik, maar wel ten opzichte van het beeldend werken.

*I: Ja, hoe je het gebruikt.*

R: Ja, dat ik van nature heel egr het positieve benader. En ik denk dat dat juist op de KSD heel belangrijk is. Je [uh], je kan verschillende stukken benaderen. En dat ik van nature ik ook als mens gerneigd ben om het positieve te benoemen. En dat dat mensen ook heel erg steunt, want ze horen heel vaak, vooral mensen die [he] die een belast verleden hebben, die horen vaak veel negatieve dingen over hun gedrag of oer hun denkstijl of wat ook maar, en als je hier op eens hoort hee wat heb je dat handig aangepakt, dat het voor hun ook een stimulans is te denken hee oké dat kan dus ook. Ja en dan zeggen ze jij bent altijd zo positief, dan zeg ik nouja maarja ja zit ik nu uit mijn nek te lullen, dat zeg ik dan ook wel, nou nee eigenlijk niet wat je zegt klopt wel, ik zeg ja maar ik, dat is het mooie, dat je daardoor ook merkt daar kom je dus verder mee. En ik vergelijk het wel van ik kan ook wel zeggen nou dat en dat ging niet handig, maar je word blijder van als ik zeg dat en dat ging wel handig.

*I: Precies, andere focus leggen.*

R: Andere focus leggen. En dat die ene kant er ook wel is maar dat als je daar de focus op gaat leggen, dan ga je je nog rotter voelen, en je voelt je al zo rot. [Uh] Niet dat ik dat weg wimpel of vermijd, maar als je die kant pakt heb je [uh] veel meer mogelijkheden om door te gaan. Waardoor dus die kant die niet zo goed gaat, kleiner wordt. Ik zeg ook wel, waar jij de focus op legt dat vergroot. [He] Dat is uit wetenschappelijk onderzoek ook, als je ergens naar kijkt dan wordt het groter. Dus ga je kijken naar de dingen waar je ontevreden over bent, en vooral als je in crisis bent doe je dat heel erg, dan wordt het zo huge, dat je denkt nou dat komt nooit meer goed. Maar als jij hier dus oefent, om te oefenen, om te kijken naar waar je wel tevreden over bent, al zijn het maar kleine lichtpuntjes, dan worden die groter waardoor dat andere wat meer naar de zijkant komt te staan waardoor je weer wat meer ruimte krijgt. Dat is eigenlijk de manier waarop ik hier beeldend werken neerzet.

*I: Maar doen ze dat ook [uh] [nou] in het beeldend werken, in de opdrachten, een positieve focus leggen?*

R: Ja. Daar kom ik zo op terug.

*I: [Licht] Is goed!*

R: En ook met het positieve, met het beeldend werken dat je vooral op gaat letten van hee [uh] wat kan je. Heel veel mensen zijn van nature geniegd van ik kan het niet, dat is iets wat eigenlijk iets wat ons met de paplepel in gegoten is van ja ik kan het niet, dat ligt geloof ik aan de maatschappij dat we zo denken. En dat ik zeg van nou ja ik heb niet voor niks die spreuk van Pipi: Ik heb het nog nooit gedaan dus ik denk dat ik het wel kan.

*I: Wauw! Dat is een mooie!*

R: Dat vind ik zo belangrijk. En dat mensen zeggen van ja [uh], maar ik verwacht ook niet dat je hier als picasso of als rembrand of als wat ook maar zit, kijk wat bij jou past en waar jij tevreden over bent en waar je minder tevreden over bent dat je kijkt waardoor ben ik er niet tevreden over, hoe kan ik dat verbeteren. En ik leg heel erg het focus in het beeldend werken op het mogen genieten. [He] Het spelen, en dan [he] bij AT, dat zou je meer bij AT verwachten [he], therapie zeggen ze vaak hoort zwaar te zijn en confronterend en zo. Ik vind het belangrijk op de KSD dat mensen hier mogen genieten en mogen spelen. En toevallig vanmorgen nog hier een vrouw, die heel rationeel ingesteld is en [uh] in de zakenwereld zit...

*[I]: Oh, en dan zit ze hier te knippen en te plakken.*

[R]: Te knippen ten te plakken, en aan de ene kant merkte ik hoe ontzettend bevrijdend dat is en hoe ontzettend fijn dat is en hoe blij ze hier van wordt, echt, ze nam ruimte in, ze ging stralen en opeens komt die ratio die zegt wat is dit nutteloos. En ze is helemaal weg. En dan zie je haar klein worden en noem maar op en ik zeg daarom vind ik het zo belangrijk [he], mijn motto is: "Nutteloos" is zeer nuttig. En dan nutteloos tussen aanhalingstekens. Want ik zeg van eigenlijk is het zo belangrijk dat je ook op bepaalde moment mag spelen, en mag genieten. [Uh] Want dat is jouw manier om je weer op te laden. En daarvan zegt de ratio dat het nutteloos is, maar het is met jouw mobiel ook, daar doe je allemaal nuttige dingen op en we moeten er niet aan denken dat die mobiel weg is, maar die mobiel kan alleen maar werken als hij opgeladen is, en als jij die niet oplaadt, dan doet hij het niet meer. En dat is met de mens ook. Dus als jij zorgt dat die altijd opgeladen is dan kun jij heel veel doen, dan kun je het heel druk hebben. Maar dus het mogen spelen is een vorm van opladen, en plezier mogen maken, en als je dat niet mag van die ene kant...

*I: Van de ratio kant.*

R: Ja, van de ratio kant, dan, en dan kom je in een faalangst en dan kom je in allerlei patronen. [Nou] En dat is dan zo'n eye-opener. Dus ik zeg ook, het is ten eerste hier al belangrijk dat je gewoon mag genieten, al zal je achterover robot lopen schilderen en je hebt er een goed gevoel over, dat is een manier van opladen. En als je dat al durft, ben je al halverwege het proces in weze. Dus dat, dat zijn ook een beetje dingen die ik bespreek tijdens het werken, hoe zit je erbij, hoe voelt het, mag het. En [uhm] het beeldend werken op zich, welke vraag stelde je nou net daarover?

*I: Jij had het over positief benaderen, [he] van die focus leggen in plaats van de negatieve focus, in plaats van op de problemen, hoe ze dat in het beeldend werken doen?*

R: Ja. Nou [uhm] het is [uhm], het is zo dat ik vooral positief benader wat ze uitdrukken. Dus er zijn mensen die drukken hun binnen wereld uit, dat kan heel zwart en donker en chaotisch zijn, en dat we dat ook dat positief labelen, van wat goed dat je dat uit durft te beelden. En hoe vind je dat om te zien en hoe zou je het anders willen hebben, op die manier. Dus [uhm] mensen zijn gauw geniegd te zeggen dit is niet mooi dat is niet mooi, maar dat ik hun leer kijken naar van maar wat zie je feitelijk. Dat is ook positief labelen. Ik ga op heel veel niveaus nou door elkaar heen merk ik.

*I: Geeft niks! Ik volg het best wel goed. Komt helemaal goed!*

R: Want [uuh] dat wil ik hun dus ook leren, hoe kijk je naar je werk, en mensen zijn geniegd om dan esthetisch te kijken en [uh] mensen zijn dan heel erg gauw geniegd om dan zichzelf negatief te labelen, dit vind ik niet mooi dat vind ik mooi dat vind ik niet mooi, en dat je dan vooral dat ziet vanuit negatieve denkstijlen. Die pak ik er heel erg bij, cognitieve gedragstherapie. En dat ik zeg wat zie je feitelijk eigenlijk, wat zie je feitelijk.

[Nou] Dan heb je het over kleur, dan heb je het over vorm, dan heb je het over formaat, al die beeldaspecten. En [uh] dat helpt mensen al om ook

anders naar zichzelf te gaan kijken, heel veel mensen komen hier en die zeggen van ik kan niks en ik doe er niet toe en ik heb alleen maar problemen en ik ben een heel slecht mens, en dat zijn van die aannames, en van die generaliserend en noem maar op.

[Er komt een collage van Herma binnen die kort met haar overlapt, daarna gaan we verder met het interview]

R: Dit vind ik zo leuk nou, van het onderzoek, nu merk ik [uh], ik ben iemand die heel, ja, de meeste beeldend therapeuten, heel intuïtief, hup van alles, en nu merk ik van ja er zit toch echt wel een theoretisch kader onder hoor. Zo grappig.

I: *Ja, er zit wel wat achter. Het is niet zo maar uit ons duim gezogen.*

R: Nee! Nee, echt niet. [Uh] Ik kies er dus voor, we waren bij het genieten, [uuhm] omdat je in crisis verschillende stadia hebt, dat heb je bij alles [he], dat heb je met rouwverwerking ook, of met [he] het overlijden, zitten verschillende stadia, zo is het met crisis ook. En het belangrijkste is dat mensen zich eerst op hun gemak voelen, gesteunt voelen, [uuh] weer wat meer positiever mogen kijken naar hun dingen die ze doen, om van daaruit meer te gaan onderzoeken wat zit er allemaal onder. Dus daarom leg ik daar accent op, en in het beeldend werken doe ik het zo dat ik [uh] om die steun ook wat te geven in het begin een beetje, geef ik ook aan van wat directief ben, [he] in het geven van opdrachten, [uh] maar dat ik ook de cliënt weer de regie daarin geef van vind je het prettig dat ik dat doe of zeg je nou ik heb zelf ook ideeën, ik vraag altijd van wat wil je gaan doen, [he] ik heb ingelezen, ik heb bepaalde thema's dus weet je het niet dan kan ik je helpen. Dus enerzijds directief en steun en deels leiding nemen, maar aan de andere kant ook heel erg de regie bij de cliënt laten. Van wat wil je wel en wat wil je niet, en waardoor wil je dingen wel en wil je dingen niet. En ik zorg, ik heb hier wel eigenlijk heel veel materialen, maar ik help wel altijd wat te sturen zodat mensen wel een succes ervaring hebben. En dat mensen gaan passen bij wat past bij mij en wat sluit bij mij aan.

I: *Ja. [He] Want je noemt het genieten en het spelen, dat je dat heel belangrijk vindt en dat het belangrijk is dat ze dat durven, maar hoe kan je dat terug zien in hun werk, dat ze dat beginnen te durven, dat ze gaan spelen?*

R: [Uhm] Dat begin ik, dat is mooi om te kijken, dat zit in lichaamstaal. En dat zit in uitstraling. Dit is een heel mooi voorbeeld [wijst werkstuk aan], deze man is heel rationeel en helemaal afgesloten van zijn gevoel en zijn ervaren, en dan geef ik hem een opdracht en hij wou dat namaken [wijst ander werkstuk aan], en wat je dan ziet doen is dat iemand kleuren pakt maak je merkt gewoon dat er afstand is tussen de persoon en wat hij pakt. En ik weet ook niet hoe ik dat moet uitleggen, dat voel je, ja dat is een gevoel. En hij ging heel hard van [maakt ronddraaiende bewegingen met haar hand] en je voelde dat het heel [uh] productie was, van oké dat vel moet vol.

I: *Hij had een doel, zo moest het worden.*

R: Zo ga ik dat maar vullen. En dan vraag ik, dan zeg ik goh nou wat gebeurt er, zit je er lekker in. Nou zegt hij, eigenlijk niet. Ik zeg doe je het voor de juf, ja eigenlijk wel. En daarin merk je het wel dat [he] de snelheid waarmee iemand het doet, hoe iemand ernaar kijkt, hoe betrokken iemand is, want dat [wijst naar werkstuk] had hij ook wel met zijn ogen kunnen doen, daaraan merk je het, hoe ze kleuren mengen, hoe snel ze soms ook een werkstuk klaar hebben, sommige, je hebt soms snelle werkers, maar vaak als mensen snel klaar zijn is het gewoon dat ze zeggen hup dit is de opdracht en dan is het klaar. Dan zijn ze er niet bij betrokken en dan genieten ze ook niet dan spelen ze ook niet. En ik check het altijd, ik vraag altijd hoe zit je erbij, hoe gaat het, vind je het fijn, loopt het lekker of [he] zit je erg in gedachten. Mensen in crisis zijn vaak heel erg aan het piekeren. En [uuh] daardoor waar ze dus minder verbinding hebben. Dus met deze man ben ik ook begonnen van hoe kan je wel je wat meer richten, hoe kan je kijken naar wat je aan het doen bent. Ook als mensen dan weer even onbewust afstand nemen en dan weer wat toevoegen, dan merk je dat iemand erin zit, anders is het gewoon flapflaplap.

I: *Merk je het ook aan de materialen die ze gebruiken, is dat later anders dan in het begin?*

R: [Denkt na] Nee. Later durven ze wel meer, [uh] [korte stilte] zoals ecoline dat zal ik niet gauw aanbieden in de beginfase, want het gaat alle kanten op en heb je heel veel ik-sterkte nodig wil je dat een beetje kunnen en willen sturen of het kunnen verdragen dat het zo door elkaar gaat, dus ecoline is wat ik in een later stadium aanbiedt. Ja het is wel iets waar je heel mooi mee kunt spelen, maar dat mag je leren...

I: *Daar moet je klaar voor zijn.*

R: Ja. Zoals die vrouw waar ik het net over had, die zo ontzettend rationeel is, die zit in nu in de derde week en die komt nu uit zichzelf ik wil graag met ecoline, die zo blij werd, op grote vellen en lekker op het spatbord en dan laten druipen, dat je denkt echt aan het experimenteren en onderzoeken en noem maar op, dan zit iemand erin, en dat durfde ze en terwijl ik de week ervoor aanbod en ze zei nee echt niet! En dan merk je dat ze losser en vrijer worden, en dat loopt een beetje synchroom met hoe het met de crisis gaat, dat die wat aan het afnemen is. Dat is heel mooi om te zien. Ja.

I: *En dan de inhoud van het werk, staat het ergens symbool voor of zie je dat hun leven erin terug komt, hebben ze er associaties mee? Of is het meer het doen, het ervaren?*

R: Maar dat zegt ook iets van mij als therapeut, ik ben heel erg gericht op het proces van hoe stel jij je een doel, hoe verzin jij voor jezelf een opdracht en hoe zorg je ervoor dat je dat doel haalt. Je komt daarin altijd beeldende vragen tegen, beeldende problemen, in het dagelijks leven kom je ook problemen tegen, hoe ga je daarmee om. Hoe ze beeldende oplossingen hier bedenken, lopen vaak analoog met hoe ze het in het dagelijks leven met de gewone problemen ook doen. [He] Deze vrouw liep vast en dan gaat ze accuut stoppen, en dat is wat in het dagelijks leven ook gebeurt, bij deze man ook. En dan ga ik kijken van hoe maar wat voor gedrag zit er achter, wat voor denkstijlen zitten er achter. Dus ik gebruik het beeldend proces heel erg om in gesprek te komen met en inzicht, mensen inzicht te laten krijgen in hoe doe jij de dingen en hoe denk jij daarover. En [uh] dat geeft al heel veel info aan de mensen. [He] Dat zij ook merkt van ja ik mag aan de ene kant spelen, daar wordt ik blij van, laad ik me van op, dan komt die strenge kant, die ratio die zegt nou dit is wel hartstikke nutteloos, en dan ga ik me heel verdrietig voelen en denk ik bekijk het maar en dan gooit ze alles weg, ze gooit het ook echt weg. En [uh] dat ze in het dagelijks leven dan ook alles los laat en weg loopt en noem maar op. En dat we hier dan beeldend gaan kijken maar hoe kan je het proces weer oppakken? En dat we dan gaan kijken hoe en hoe vertaal je dat naar het dagelijks leven. Dus dat fenomeen is er.

I: *Leren ze die link ook te leggen, van goh [he] ik gedraag mij zo hier maar dat doe buiten eigenlijk ook.*

R: Ik vind het essentieel heel belangrijk voor ons vak dat je altijd die aansluiting legt met het dagelijks leven. Want ze zitten hier niet om beeldend te werken, ze zitten hier niet om kunst te maken of ze zitten hier niet om lekker te freubelen. Nee. Ze zitten hier beeldend te werken om zicht te krijgen op zichzelf. Daarom vind ik het essentieel dat je altijd de link legt naar het dagelijks leven. Want daar moeten ze het gaan doen en hier kunnen ze in het klein ervaren en oefenen. Zij ontdekt ook van nou ja dan ga ik het helemaal loslaten en denken het is helemaal niet leuk en niks en dit en dat, en ow herken je dat, ja dat doe ik thuis ook, nou oke hoe kan je het hier weer oppakken, hoe zou je het thuis weer kunnen oppakken, ga maar eens oefenen, wat gebeurt er dan, wat voor denkstijlen komen er, ga het eens opschrijven hoe het nu hier gegaan is in het klein. Ga dan thuis eens kijken hoe dat ook in het groot terug komt. Want dat vind ik de kracht van ons vak, dat ze het ervaren hier in het beeldend werken wat er gewoon in het dagelijks leven steeds gebeurt. Maar dan heb je niet zo'n helicopterview van iemand die met je meekijkt. En dat vind ik dus heel belangrijk. Dus [uh] er zijn natuurlijk ook stromen in ons vak die zeggen het laten gebeuren is al essentieel, dat ben ik echt ook voorstander van, maar ja deze mensen in crisis zijn er bij gebaat dat ze ook een stuk psycho-educatie te krijgen in de vorm van hoe ik zie dat terug komen in het beeldend werken, herken je dat. Ohja, oh, zou je dat anders willen doen. En daarnaast hebben we natuurlijk opdrachten dat je uit gaat uitbeelden wat je binnenwereld is, hoe je binnenwereld eruit ziet en hoe jij je verhoudt met de binnenwereld en de buitenwereld. Wij werken hier met zes thema's verspreid over zes weken. Thema grenzen, zelfbeeld, ik en de ander, en die dingen. Dus ze zijn ook in het beeldend werk uitdrukking aan het geven aan hun binnenwereld en hun gevoelsleven en daar hebben we het dan ook over.

I: *Ja. Je had het een paar keer over dat ik-sterkte wel belangrijk is, ontwikkelen daarvan, gebeurt dat ook in het beeldend werken?*

R: Ik vind het essentieel heel belangrijk voor ons vak dat ik kan niks en dat ze dus eigenlijk met die eerste collage, [nou] dat is eigenlijk altijd een succeservaring, dat ze, vooral mensen die depressief zijn of angstig, al blij zijn, als ik ook hen erop attendeer, hoe ik kan wel plaatjes vinden en kan blijkbaar me wel even focussen, hoe kort ook. Ik prijs iemand de hemel in als hij bijvoorbeeld één plaatje gevonden heeft terwijl ik weet dat hij al maandne op bed ligt niks te doen. Ja maar dat is nog maar één plaatje, maar ja zeg ik je had ook nul plaatjes kunnen vinden. Ja daar dus dat. Dat is vaak al een succeservaring. [Uh] Door bepaalde materiaal oefeningen te geven, ontdekken ze ook van hoe als ik wat makkelijk ga werken ontstaan er best wel heel leuke dingen. Dat is al zo van oh heb ik dat gemaakt. Dat is toch wel leuk. Mensen geven elkaar onderling ook complimenten, over wat ze zien of maken of, want die kijken er toch anders tegen aan, dus dan kunnen we het er ook over gaan hebben van ja je gaat jezelf vaak negatiever beoordelen dan dat anderen dat doen. Mensen ontdekken hier ook vaak dat ze talenten hebben. Dat is heel leuk om te zien. Dat ik echt denk van joh ga hier alsjeblieft mee door want [uh], en dan gaat het om mooi natuurlijk, maar dat heb je in je. Maar ook dat ze aangenaam verrast zijn dat wat plaatjes en door wat tekeningen en wat teksten aan elkaar te koppelen zo duidelijk in beeld komt wat hun bezig houdt. Vooral bij mannen is dat heel leuk. Toevallig liep net een oud-client van mij voorbij, die man die was zo gesloten, die kon niks delen en die heeft hier eerst een paar keer gewoon helemaal niks gedaan, en door die therapeutische relatie op te bouwen en naast hem te gaan zitten, compliment over zijn schoenen te geven, en eens te vragen wat zijn voetbalclub was, en daar wat geintjes over te maken, is hij hier beeldend gaan werken. En die man was zo blij dat hij dus met die paar plaatjes en te gaan schuiven en te gaan ontdekken maar hoe dicht en hoe ver moet het van elkaar af staan, zo in beeld kon brengen wat hij eigenlijk dacht en voelde, en dan nodig ik ze ook altijd uit om het mee te nemen naar de gesprekken, [nou] die was helemaal zo zo blij. Maar dat zij daardoor ook merkte van hoe zo kan ik het dus wel uiten. En die ging dus thuis ook bij google van ik zoek een plaatje, die ging hij dan thuis afdrukken en hier naar meenemen, en dan weer in een collage verwerken met ook tekeningetjes erbij. En dat is ook ik-sterkte, dat ze merken van hoe dat beetje knippen en plakken, daar leg ik wel heel mijn zielenleven mee bloot. Vond ie ook eng want hij zei jij ziet nu ook alles en ik zei je zie dan ook alles. En dan kun je gaan kijken ga ik afdekken of niet. Dus [uh] dat is ook een mooie ik-versterker.

I: *Precies. En je noemde net ook de groep, wat merk je daaraan, wat het doet voor iemand?*

R: [Nou] Sowieso lotgenotencontact is belangrijk. Dat kan confronterend zijn maar kan ook steunend zijn, het is ook een beetje hoe de cultuur in de groep is en hoe de groepssamenstelling is. Maar mensen die al langer in therapie zijn of [he] eind van de KSD-periode zijn, die kunnen al terug kijken op een soort herstel van de crisis en dat geven ze vaak ook, ik nodig ze ook vaak uit [he] van goh joh [he] je ziet nu dat marietje zo zit, weet

je nog toen jij, jaaa, en dan gaan ze dus ook uit eigen beweging vertellen, ik zat er ook zo bij hoor, ik dacht ook dat komt nooit goed en moet je kijken waar ik nu ben. Dus dat gebruiken we ook.

*I: Kan je het beeldend werken daar ook voor gebruiken? Wat is dan het verschil tussen beeldende therapie in de groep en een groeps gesprek?*

R: Ja. [Nou] Vaak begint het al dat mensen compliment geven over wat iemand gemaakt heeft. [He] Deze vrouw is vandaag begonnen [wijst werkstuk aan] en [uh] heeft een heel ernstige depressie en komt thuis tot niks en die heb ik uitgenodigd, die heeft één op één met mij een kennismakingscollage gemaakt, dat ging redelijk, en ze voelt ook wat gesiedeerd, en is ook wat afwezig, en [uhm] ik heb haar pastelkrijt gegeven en uitgenodigd om te oefenen zo van het hoeft nog helemaal niks te worden maar het is nu eerst even materiaal verkennend. En dan weet ik dat het heel wat doet [he] met dat senso-patische en dat voelen en het zijn mooie kleuren, dan weet ik dat het therapeutisch heel veel doet maar dat hoeft ik niet te benoemen.

*I: Nee, dat is nog te veel voor haar.*

R: Dat is veel te veel. Dat hoeft zij ook niet te weten want, ik merk toch ook dat ik heel veel dingen niet noem, maar waarvan ik wel weet dat het een therapeutisch effect heeft. dat ik mensne klei aanbiedt, om tastzin, om dat fysieke te kunnen pakken. En dan is zij dus twee blokken lang heel ontspannen aan het tekenen en heel ontspannen aan het schrijven, laagje op laagje aan het doen dat ik denk van wauw hier zit wel heel veel beleving in, hier zit toch wel iets dat ik denk van mhm dit had ik van iemand die zo depressief was niet verwacht voor een eerste keer.

R: En [uh] het mooie is iemand is dan stil, die zou dan in het groeps gesprek nog niet meedoen en die kreeg steeds al een beetje opmerkingen van jeetje wat leuk of oh wat leuk je doet met bloemen, van die hele kleine speldeprijsjes of kleine lichtpuntjes, dat je iemand echt zo ziet van oh ja ik ben weer in actie. Maar ook het weer mogen voelen en ook weer over het papier heen en iets creëren, dat wordt door mensen ook als heel prettig ervaren. Dit heeft dan nog niet met inhoudelijk te maken, dit is gewoon in actie komen, dit is een eerste stap.

*I: [Wijst naar werkstuk] Ik vind dit een heel mooie eerste stap, zo!*

R: Ja! Ja, dat vind ik ook, ja dat hoort zo iemand ook terug, maar dat ze dat zelf ook mogen ervaren, en dat is dus laagdrempelig en ook mensen die bijvoorbeeld verbaal niet sterk zijn [uh] die ja, die krijgen hier altijd weer iets gecreeërd waar anderen dan, ja ze zijn hier wel heel complimenteaus, dat is wel heel mooi vind ik. En ook [uh] dat mensen [uh], er ontstaat iets, het creëren op zich is al fijn, al zou je één plaatje hebben, dat heb jij toch maar uitgeknipt. En [uh] het fijne daarvan ook is, je kan er afstand van nemen, letterlijk en figuurlijk. [ He] Dat is ook wel als ik een soort schilder cursus geef, als je op afstand kijkt zie je weer andere dingen dan dat je er heel dichtbij staat, dat vind ik ook een verschil dan met een gesprek, want met een gesprek kan je ook heel mooi weer spelen maar hier is what you do is what you get. En [uh] daar mag je het mee doen en daar kun je verbeteringen op aan brengen of veranderingen en je kan ook afstand nemen, en dat geeft ook weer steun. [He] Ik laat mensen ook wel eens schrijfopdrachten doen, dat doe ik ook best veel, mensen met ratio, schrijf alles maar wat in je hoofd zit, maakt maar zo'n mindmap van al die chaos maar, en ga het dan dichtvouwen, ga het dan dubbelvouwen en dat je zegt ik ga het nu even op een veilige plek bewaren, van het is niet weg maar daar parkeer ik het even. En dan eens kijken of je dan iets anders kan doen. Ja en dat werkt heel goed. En dat mensen dan merken van ja, het fysiek ook echt ergens anders neerleggen dat werkt. En het wil ook wel weer eens dat het terug komt, schrijf even op een klein briefje, leg het er nog even bij. Nou zo. En dat is dan ook weer zo'n verschil met een gesprek, dat je dus daarmee kan spelen.

*I: [Nou] We hebben het al heel veel over steun gehad nu. Ik denk dat we het meeste van bewustwording eigenlijk ook al wel gehad hebben, maar we gaan er toch nog even naar kijken. Ja [nou] wat is bewustwording binnen de beeldende therapie voor jou bij de cliënten en het medium?*

R: Ja ik vond het best een lastige vraag, hoe bedoel je dat. Bij mij is eigenlijk bewustwording, zelfbewustwording is eigenlijk waar ons vak voor staat: Binnen je eigen grenzen en mogelijkheden richting geven aan je leven. Dat is eigenlijk waar het om draait bij zelfbewustwording, dat je weet wat je doet, weet wat je niet kan en daar zo'n combi van maken dat jij op je pad kan, en wat er ook op je pad komt dat je steeds van daar kunt reflecteren, kunt aanvoelen van hee wat heeft nou het één of het ander nodig om weer op pad te kunnen. En [uhm] en dat je weet wat, wat de effecten zijn van je gedrag en dat je weet wat de effecten zijn van je denkstijlen.

*I: Zijn de cliënten daar veel mee bezig, dus weten wat hun gedrag is en hoe het werkt, wat het doet.*

R: [Uhm] Als mensen in crisis komen [uhm] zijn ze zichzelf kwijt, op wat voor manier dan ook, kunnen het leven niet aan, zijn zodanig ontregeld dat het thuis niet loopt, dat ze therapie nodig hebben, dus die zijn helemaal onthand en heel chaotisch en noem maar op. En wij willen hun hier leren van oh dit is, wij zeggen wel eens van eigenlijk is het een metafoor voor iemand dreigt te verzuipen, dan ga je niet zeggen van nou [uhm] wat wil je leren, schoolslag, borstrol, joh dat weet hij allemaal niet, dus wat wij doen is eigenlijk met een haak iemand op de kant zetten, dat is steunen, structureren, duidelijk geven, op adem laten komen en dan vervolgens zo van [uh] hee hoe ben jij te water gekomen, hoe kwam het dat je niet kon zwemmen en wat heb je nodig om dat te leren, en hoe voorkom je dat je weer in het water valt en hoe kan je dan, stel het gebeurd weer, hoe kan je dan zwemmen. Dat is eigenlijk wat de KSD doet. Dat je mensen met crisis hier op vangt, op adem laat komen, dus daarom zijn de eerste twee weken ook van essentieel van tot rust komen, weer in de ontspanning komen, weer je kracht gaan voelen, noem maar op. Vervolgens ga je ze nieuwsgierig maken van hee hoe is het dan gekomen, beetje de ontaansfactoren maar ook de onderhoudende factoren, [nou] het is altijd een koppeling, ik denk holistisch, maar altijd een koppeling van er zijn wel omgevingsfactoren, er zijn wel stressoren, maar ook hoe iemand daarmee omgaat. En vervolgens dan te kijken nou wat wil je leren daarin. En [he] daarom zitten we ook heel erg op signaleringsplan en zo. Dat mensen snappen ja ik heb kwaliteiten en ik heb valkuilen en ik heb denkstijlen en ja, die mik samen zorgt er voor dat ik om ga met de dingen hoe ze op mijn pad komen. En de één heeft veel meer meegemaakt dan anderen, maar [uhm] ja dan ga je mensen nieuwsgierig maken.

*I: Ja en hoe zie je dat terug in het beeldend werken van mensen dat ze [nou] zichzelf ontdekken eigenlijk en er zou mee om leren gaan?*

R: [Uh] Dat begint al van hoe je mensen gaat bevragen over hun beeldend werk [he]. Ja. Ik heb heel vaak van goh herken je het van jezelf, [he] dan noemen ze nou ik vind het stom, ik vind het helemaal niks en dit en dat, goh ik zie iets anders, en dan begin ik weer met die beelddaspecten, en oh ja ja zo kan je het ook zien, maar ik zeg herken je dat van jezelf dat je jezelf zo afkraakt, ja eigenlijk doe ik dat altijd. Zo. En dan ga je denken van goh, en dan pak ik ook vaak de andere therapievormen erbij, van hee kan je daar ook een labeltje aan hangen, van wat voor denkstijl is dat, dat je jezelf afkraakt, oh ja ja dat herken ik, oké helpt jou dat dan, nou eigenlijk niet, ik word er alleen stront chagrijnig van, [he] op die manier. Ik zeg zou het dan ook fijn zijn als je dat gaat herkennen en te kijken of je dat kan voorkomen, en dan kan ik zeggen nou we gaan weer beeldend werken en ga nou eens turven of schrijf hoe vaak jij jezelf naar beneden haalt, bijvoorbeeld. [He] Dan geef ik gewoon een materiaalopdracht, [uh] teken een landschap, en dan ga eens turven hoe vaak je negatief doet. En dan ga ik met hun oefenen van hee, natuurlijk loop je beeldend tegen dingen aan en dat kan je negatief labelen en jezelf naar beneden halen, je kan ook kijken hoe je dat beeldend dan kan verbeteren, binnen je grenzen en mogelijkheden. Kun je jezelf dan ook weer [uh] ja complimenten over geven. En hoe ver kom je dan.

*I: En [uh] hoe kunnen ze dit doen, geef je ze daar duidelijke opdrachten over?*

R: Ja. Ja. Dus deels laat ik de opdrachten vrij en zie ik wat er gebeurd [uhm] en heb ik het behandelplan in mijn hoofd, ik heb ook altijd ingelezen wat er in de andere therapievorm gebeurd is, dus ik zorg ook altijd dat [uh] wat er gebeurd is, met [he] die vrouw met het thema grenzen van, dat ik iets zie gebeuren, en dat ik zeg hee herinner je nog wat er bij PMT gister gebeurd is, dat ze oh ja dit is dus weer hetzelfde he, ik zeg ja dit is weer hetzelfde, zo. Dus dat ik erop reflecteer. Dat mensen bewust worden van hee ik ben nu iets aan het doen in het beeldend werk en ik ga er zo mee om.

*I: Stel je daar ook doelen in of stelt de cliënt doelen, echt in het beeldend werken zelf, zeg maar hier in jouw sessie of is dat meer overkoepelend?*

R: Eigenlijk is het overkoepelende doel crisis bestrijden en dat doen we in de groep en zo, maar [uh] hier zijn natuurlijk wel de weekdoelen, [he] als we met het thema grenzen bezig zijn zorg ik dat ik opdrachten geef waar het thema grenzen heel duidelijk in naar voren komt. En zorg ik ook dat ik met mijn interventies maar ook met mijn nabespreking dat grenzen gebeuren meer benadruk, en [uh] ik leg dus altijd die link, dus dat komt altijd weer terug, en [uhm] het zijn altijd niet specifieke beeldende doelen maar het heeft altijd te maken met wat mensen hier willen leren. Maar het gaat er vooral om mensen te stabiliseren, mensen nieuwsgierig te maken naar zichzelf en op die manier te motiveren voor eventueel een vervolg behandeling.

R: Door te bevragen en dingen aan te bieden dat mensen zich dan [uh] bewust kunnen worden van zichzelf, van hoe ze de dingen doen en hoe dingen denken, koppeling te maken met het dagelijks leven, en bewust worden in en door het beeldend werken is door het ervaren, en dat te benoemen, en ook [uh] je binnenwereld uit te beelden want je kan er over praten en dat is ook essentieel maar dan blijft het [uh] onzichtbaar. En door het uit te beelden zeggen mensen ook ben ik mij veel bewuster [uh] hoe het eigenlijk is. [ He] Toevallig die vrouw voelde zich hartstikke eenzaam, niet begrepen en die beeldde uit hoe zij met haar omgeving om ging en toen had ze zo'n dikke muur om zich heen dat ik zei van uh maar nu snap ik even iets niet, jij voelt je zo onbegrepen maar als ik nu die muur zie dan denk ik ja dan snap ik ook diegene niet. En zo ontdekte ze dat zij altijd een muur om zich heen zette, maar dat kun je wel zeggen maar dan is het van welles nietes, maar door zo'n beeld gemaakt te hebben en er naar te kijken, kan het beeld jou ook wat vertellen en wordt je door het beeld wat je gemaakt hebt ook veel bewuster van hoe je dingen doet en welke keuzes je maakt en wat je daarin versterkt of juist verzwakt. Dus in het beeldend werken komen de mensen zichzelf ook veel meer tegen. Dat mensne hier een heel negatief zelfbeeld hebben, [uh] een heel grote collage maken en een kleurrijke collage en dat ze zeggen maar eigenlijk wordt ik door mijn denken dus zo somber maar blijkbaar ben ik van nature wel een heel kleurrijk persoon. Dus dat beeldend werken geeft ze soms zo'ke andere signalen dan als ze er over praten. Dat dat ook heel verhelderend kan werken.

*I: En merk je dan ook [he] tijdens het beeldend werken of daarna ze het zelf door hebben of moet je ze vaak even laten zien van heb je wel gezien wat je hebt gemaakt of wat je hebt gedaan?*

R: Ik denk dat dat ook bij deze doelgroep hoort omdat het reflecteren op zichzelf wat onderbelicht is gebleven ook door die crisis, is het wel van belang dat je met ze daar op wijst. Dat vind ik wel belangrijk en dan weer die koppeling maken met het dagelijks leven. Maar mensen vooral op het eind herkennen het wel zelf.

*I: Ja dus dat leren ze ook. Is er ook nog een tegevoegde waarde van het werken in de groep met beeldende therapie voor de bewustwording?*

R: [Uuh] Ja. Kan wel. Ik werk ook als het kan om de groep, ik geef ook groepsopdrachten en dan is het heel mooi om met beeldend werken mensen heel duidelijk te laten ervaren, ook hoe ze zich opstellen in sociale context. En dat is prachtig om te zien hoe de ene zich manifesteert en de ander,

dan kunnen ze elkaar daar ook feedback op geven, en dan komt altijd naar boven [ja] dat hoe jij bent in het dagelijks leven hier in beeld komt. En omdat het in beeld komt praat het veiliger, dan is het niet van jij doet fout of jij doet dit goed of dit of dat, maar het is gewoon een zijn. [He] Ook van [uh] ik doe dan wel de opdracht communiceren in kleur, dat jij met lijnen, dan kies je een kleur verf, je kan een lichte nemen maar ook een heel dominante kleur, je kan een brede kwast nemen maar ook een heel smalle, je kan overal komen maar ook niet. En dat dat heel duidelijk in beeld komt. En dat elk zo zijn toegevoegde waarde heeft. Maar [uh] door dat samen ook zo te doen gaan mensen heel snel zien, en is het ook heel confronterend, verdikkeme kom ik met zo'n opdracht weer in beeld hoe ik het in het dagelijks leven ook doe. En dat vind ik een toegevoegde waarde van het doen in de groep, en ook het naar elkaar kijken vind ik een toegevoegde waarde. Maar ik werk aan de andere kant ook individueel in de groep, dus iedereen is ook met zijn eigen proces bezig, omdat [uh] de fase waarin mensen zitten vaak zo divers is.

*I: Dat vroeg ik mij af met die thema's, heeft iedereen elke week hetzelfde thema of is het thema afhankelijk van wanneer je begint?*

R: Nee. We hebben er voor gekozen, we zijn met de KSD begonnen, gewoon te experimenteren, en toen merkte we na een half jaar evalueren goh er zijn toch wel een paar dingen die toch wel structureel terug komen. Het gaat heel gauw over grenzen, het gaat heel gauw over vertrouwen, het gaat over zelfbeeld, het gaat over je mogelijkheden en je onmogelijkheden, en er zijn nog twee, ik ben het even kwijt. [Uh] Is het handig om dat een beetje te structureren, ook voor de duidelijkheid en de veiligheid, dat we zorgen dat die thema's gewoon elke zes weken terug komen, dus dat iedereen ze een keertje mee maakt. [He] Dan heb je een beetje een kapstok, waar we als therapiën ook een beetje aan kunnen hangen, zodat we wat meer een rode draad en wat overzicht is. Dus ja je kan binnenkomen als het over zelfbeeld gaat, je kan binnen komen als het over grenzen gaat, dat doet er niet toe.

*I: Nee? Het maakt niet uit waar je mee begint?*

R: Nee. Want vergeet niet, we gaan er niet heel erg diep op in he.

I: Nee dat is waar. [Nou] Volgens mij zijn we er wel. Heb je nog iets zelf om toe te voegen wat je nog graag kwijt wilt, ongeacht thema's of onderwerpen waar we het over gehad hebben?

R: Dat het een prachtig vak is [lacht]! Het is wel heel veelzijdig, en het vraag wel van mij als beeldend therapeut dat ik heel erg blij kaderen. Niet te veel willen.

In het interview vertelt Herma Betten door middel van een vergelijking op welke manier de zelfmanagement-thema's steun en zelfbewustwording binnen de beeldende therapie terugkomen. Ze beschrijft de cliënt als iemand die dreigt te verdrinken. Wat de KSD doet, is de persoon op de kant zetten. De cliënt steun bieden door hem op adem en krachten te laten komen door middel van een handreiking. Daarna volgt het creëren van bewustwording. Hoe is de cliënt te water gekomen en hoe kwam het dat hij niet kon zwemmen. Hoe voorkomt hij dat hij weer in het water valt en hoe kan hij, stel het gebeurd weer, dan wél zwemmen.

Steun is volgens Betten een belangrijke voorwaarde om een crisis te kunnen bestrijden: De cliënt moet eerst op de kant staan zodat hij niet verdrinkt. Een kader, duidelijkheid en veiligheid creëren helpt hierbij. Betten schept duidelijkheid door in het begin van de behandeling vooral een directieve houding aan te nemen. Ze zorgt voor veiligheid door te luisteren naar de cliënt en empathie en begrip te tonen. Ook voorspelbaarheid biedt veiligheid. Betten biedt dit met een netjes, overzichtelijk en gestructureerd lokaal en door te werken met de weekthema's die alle modules binnen de behandeling aanhouden.

De cliënt in crisis is warrig en denkt rationeel. Hij vraagt zich altijd af hoe het beeldend werken hem helpt. Uitleggen wat en waarom ze iets aanbiedt zorgt op dat moment voor duidelijkheid volgens Betten. Ze geeft bij een nieuwe cliënt dan ook altijd aan dat ze eerst de groep op gang helpt en hem daarna individueel helpt. Ze legt hem uit wat beeldende therapie inhoudt, hoe de sessies in elkaar steken, hoe de week er uit ziet en hoe zij zelf werkt. Betten sluit bij de aan cliënt door middel van taalgebruik en de hoeveelheid informatie die ze aan de cliënt geeft.

De cliënt wordt uitgenodigd om te ontdekken wat zijn eigen wijze van werken is. Hij heeft hierin zelf de regie. Dit zorgt er voor dat de cliënt ineens op een ander vlak wordt aangesproken en anders naar zichzelf leert kijken. Betten kijkt naar de persoon achter de crisis in plaats van naar het probleem. Hierin maakt ze duidelijk dat de cliënt niet gefaald heeft, maar dat zijn sterke kant is doorgeschoten en een valkuil is geworden. Hij hoeft niet extreem te veranderen maar hier en daar bijsturen. Betten normaliseert de crisis door de binnenwereld van de cliënt positief te labelen. Ze vraagt dan ook altijd naar hoe de cliënt is in zijn goede doen. Samen met de cliënt wordt er benoemd wat er letterlijk te zien is, bijvoorbeeld de beeldaspecten kleur, vorm en formaat. Een beeld kan dan ineens andere signalen geven dan woorden. Het werkstuk kan ook meegenomen worden naar

de andere modules en gesprekken met de regiebehandelaar. Via een beeld praat makkelijker en veiliger wanneer een cliënt verbaal bijvoorbeeld niet sterk is.

Betten vindt het belangrijk dat de cliënt durft te experimenteren en te spelen. Zij ziet dit als het opladen van de cliënt en zet het in als therapeutische interventie om de persoon achter de crisis te prikkelen. De ratio van de cliënt vindt dit vaak nutteloos, wat faalangst en negatieve patronen met zich meebrengt. Cliënten met een crisis piekeren veel waardoor er minder tot geen verbinding is. Spelen zorgt er voor dat de cliënt verbinding kan maken met het beeldend werken. Durven genieten tijdens het beeldend werken, het durven loslaten van de ratio en in het hier en nu durven te zijn is dan al het halve werk!

Betten geeft duidelijk aan dat beeldend werken an sich niet het doel is van de module. Ze gebruikt het proces en het product als psycho-educatie middel om de cliënt zicht te laten krijgen op zichzelf en weer met zichzelf aan de slag te kunnen laten gaan. Een succeservaring hierin kan zorgen voor bewustwording en het vergroten van de ik-sterkte. De cliënt kan in de beeldende therapie in het klein oefenen met het oplossen van problemen die hij in het dagelijks leven tegenkomt: Hoe stelt hij zichzelf een doel en hoe zorgt hij ervoor dat hij dat doel behaalt. Het beeldend proces loopt volgens Betten namelijk analoog met het dagelijks leven. Onderliggende denkstijlen en copingmechanismen worden inzichtelijk in de beeldende therapie.

Zelfbewustwording staat volgens Betten dan ook voor ons vak: Binnen de eigen grenzen en mogelijkheden richting geven aan het eigen leven. De cliënt leert wat hij kan en niet kan, wat de effecten zijn van zijn denkstijlen en copingmechanismen, en kan daar vervolgens een combinatie van maken om op pad te kunnen en te blijven.

“Het laat de opgesloten gevoelens, de te heftige gevoelens om pratend te uiten, op een veilige manier naar buiten komen. Het is niet alleen kleuren, knippen, plakken en kleien. Er komt zoveel achter weg en geeft vele inzichten.”

In de vragenbladen werd aan de cliënten gevraagd om in eigen woorden uit te leggen wat de begrippen steun en zelfbewustwording binnen de beeldende therapie betekenen.

Steun is volgens de cliënten vooral een hand aangereikt krijgen als het alleen niet lukt. Het bieden van deze houvast wordt zelfs eens de rode draad in de beeldende therapie genoemd. Houvast creëren gebeurt door het krijgen van opdrachten en het onder woorden leren brengen van de binnenwereld. Het beeldend werken zorgt ervoor dat de cliënt kan ventileren en leert loslaten, maar kan ook dienen als afleiding. In combinatie met de therapeutische houding zorgt het beeldend werken ervoor dat de cliënt inzicht krijgt, zijn eigen kracht(en) ontdekt en aan de slag kan gaan. Betten biedt volgens de cliënten hierin een luisterend oor, toont begrip, vat samen en houdt rekening met de mogelijkheden van de cliënt.

Zelfbewustwording gaat volgens de cliënten een stap verder: “Beeldende therapie laat de kern van je doen en achterliggende diepere gedachten zien”. Wat het meest genoemd wordt bij het begrip zelfbewustwording is dan ook dat de cliënten zichzelf in de beeldende therapie beter leren kennen. Ze ontdekken zichzelf en hun patronen binnen hun denkstijlen en copingmechanismen. Dit komt volgens de cliënten doordat het beeldend werk(en) letterlijk laat zien wat er speelt. Ook de nabespreking draagt hier volgens hen aan bij doordat kwaliteiten en valkuilen hierin besproken worden. Veel cliënten benoemen dat zij door de beeldende therapie erachter zijn gekomen dat zij meer kunnen dan zij in eerste instantie dachten.

tabel 17. De bijdrage van de beeldende therapie binnen  
de KSD Leeuwarden aan het zelfmanagement-thema steun

| <b>Kenmerk van het zelfmanagement-thema steun (Beekman, 2015)</b> | <b>De bijdrage van de cliënt</b>                                                                                                                  | <b>De bijdrage van de beeldend therapeut</b>                               | <b>De bijdrage van het medium</b>                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Verminderen van weerstand                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Open staan voor de therapeutische relatie en het beeldend werken</li> <li>• Eigen regie nemen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapeutische houding</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creeërt succes-ervaringen</li> <li>• Laat cliënt in actie komen</li> </ul> |
| 2. Balans vinden in draagkracht en draaglast                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Succes-ervaringen</li> </ul>                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nabespreken</li> </ul>            |                                                                                                                     |
| 3. Niet aanspreken / aangesproken willen worden op de autonomie   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigen regie nemen</li> </ul>                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Opdrachten geven</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Werkt drempelverlagend</li> <li>• Laat cliënt in actie komen</li> </ul>    |
| 4. Herkennen van ervaringen en klachten bij groepsgenoten         |                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapeutische houding</li> </ul> |                                                                                                                     |
| 5. Afleiding                                                      |                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nabespreken</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Werkt als afleiding</li> </ul>                                             |

tabel 18. De bijdrage van de beeldende therapie binnen de KSD  
Leeuwarden aan het zelfmanagement-thema zelfbewustwording

| <b>Kenmerk van het zelfmanagement-thema zelfbewustwording (Beekman, 2015)</b> | <b>De bijdrage van de cliënt</b>                                                                                   | <b>De bijdrage van de beeldend therapeut</b>                               | <b>De bijdrage van het medium</b>                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Herkennen van ervaringen en klachten (bij groepsgenoten)                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Openstaan voor analogie</li> <li>• Inzicht krijgen in zichzelf</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapeutische houding</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodigt uit tot spelen</li> <li>• Beeldend proces en product als middel voor psycho-educatie</li> <li>• Leert kijken naar persoon in plaats van problemen</li> <li>• Ervaren en oefenen</li> </ul> |
| 2. In waarde laten / gelaten willen worden en zichzelf kunnen zijn            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Delen van het beeldend product en proces</li> </ul>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapeutische houding</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodigt uit tot spelen</li> <li>• Beeldend proces en product als middel voor psycho-educatie</li> <li>• Leert kijken naar persoon in plaats van problemen</li> <li>• Ervaren en oefenen</li> </ul> |
| 3. Structuur                                                                  |                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Therapeutische houding</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                                                            |