

Papa en mama uit elkaar; ik in de war.

Dramatherapeutische module voor kinderen die te maken hebben met (echt)scheiding



Praktijkproduct (PP)

Creatieve Therapie Drama

door Marloes van Lambalgen

S1570335

Hogeschool Utrecht

Mei 2012

Inhoud

Inleidend	3
Doelgroep	4
Indicaties/contra-indicaties	4
Behandelvisie	5
Doelen	7
Intake	7
Behandelfasen	8
Uitvoering	12
Tijdsduur	22
Groepsgewijs	23
Therapeutische variabelen	23
Evaluatie	23
Bijlage 1	24
Bijlage 2	25
Bijlage 3	26
Bijlage 4	27
Bijlage 5	28

Inleidend

Deze module kan door dramatherapeuten gebruikt worden in de behandeling van kinderen die een hulpvraag hebben betreffende (echt)scheiding van hun ouders. In het vervolg van deze module wordt de term scheiding gehanteerd. Hiermee wordt zowel echtscheiding van getrouwde ouders als scheiding van samenlevende ouders bedoeld.

Een scheiding is een ingrijpende gebeurtenis voor een kind. De veilige basis die het kind van de ouders krijgt, verdwijnt wanneer de ouders besluiten uit elkaar te gaan. Het kind verliest hiermee deze veilige gezinssituatie, het verliest een groot deel van de aanwezigheid van de ouders en door een eventuele verhuizing kan het ook een vertrouwd huis, omgeving en vriendjes verliezen. Dit alles moet het kind zien te verwerken. Tegelijkertijd moet het een plaats vinden in de huidige veranderde situatie.¹

Het verwerkingsproces kan door middel van deze module doorlopen worden met de hulp van een dramatherapeut. Hierdoor kan het kind het proces op een veilige manier aangaan en er uitdrukking aan geven. Er zullen vooral veel spelvormen gebruikt worden, waar de thema's van de scheiding in verweven worden. Op die manier sluit de therapie aan op het rouwproces, maar blijft het wel behapbaar voor het kind omdat het ook 'gewoon aan het spelen' is.

Kinderen ontwikkelen zich nog constant en deze ontwikkeling blijft voortgaan tijdens het verwerken van de verlieservaring en vervolgens het aanpassen aan de nieuwe situatie. Dat betekent dat kinderen op dat moment een dubbele taak hebben. Ook betekent dit dat de situatie soms meer vaardigheden vraagt van kinderen dan ze aankunnen. In de therapie zullen ze daardoor soms ondersteuning nodig hebben op het gebied van het verbeteren van de sociale vaardigheden en omgaan met emotionaliteit. Deze gebieden zullen in verschillende werkvormen verweven zitten.

De module wordt in principe op de basisschool gegeven. Het is ontwikkeld vanuit een behoefte in het Speciaal basisonderwijs, maar kan ook in het reguliere basisonderwijs gebruikt worden.

De module vindt tijdens schooltijd plaats, omdat ouders zelf al veel last en problemen rondom de scheiding hebben. Het is voor hen toegankelijker het kind aan therapie te laten deelnemen wanneer ze het kind niet apart ergens heen hoeven te brengen.

Ook voor het kind is het fijn wanneer de therapie onder schooltijd valt, omdat het voor hen ook inspanning vraagt. Wanneer dit na schooltijd zou zijn, hebben de kinderen waarschijnlijk minder aandacht en concentratie voor de therapie. Bovendien maakt een plek binnen het schoolprogramma de therapie normaler en minder spannend.

Het feit dat de therapie in het schoolprogramma plaatsvindt, betekent dat het kind voor en na de therapie gewoon weer in de klas moet kunnen functioneren. Het is belangrijk om de therapie rustig af te sluiten, zodat het kind zijn aandacht daarna weer op het schoolwerk kan richten.

De therapie vindt plaats in een ruimte waar genoeg plaats is voor de verschillende spel- en werkvormen. Bij voorkeur is dit een dramalokaal. Ook zijn er verschillende materialen nodig voor de therapie. Deze moeten in de ruimte aanwezig kunnen zijn. Daarnaast is het belangrijk dat de therapie niet verstoord wordt, waardoor de therapieruimte afgeschermd kan worden met een deur.

¹ Singendonk, K., Meesters, G. (2002). *Kind en echtscheiding: een ontwikkelingspsychologisch perspectief*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers.; Monique Schreuder, kindervertherapeut en KIES coach.

Doelgroep

De kinderen voor wie de module ingezet kan worden, zijn kinderen van zeven tot twaalf jaar, van wie de ouders uit elkaar zijn gegaan. De kinderen komen in therapie wanneer ze hulp kunnen gebruiken of nodig hebben bij het verwerken van de scheiding van hun ouders. Voor het volgen van de module is het niet van belang wanneer de scheiding heeft plaatsgevonden, de verwerking neemt vaak veel tijd in beslag en een kind blijft hier jaren mee bezig. Dit komt ook doordat de kinderen zich nog blijven ontwikkelen en in een later stadium weer op een andere manier naar het verlies kijken en ermee om leren gaan.²

Kinderen op het SBO hebben vaak een achterstand op sociaal-emotioneel gebied en wanneer hun ouders gescheiden zijn, lukt het vaak niet de scheiding op een goede manier te verwerken en het een plek te geven. De kinderen worden dan aangemeld voor dramatherapie. Deze kinderen kunnen veel of snel boos zijn of zich juist helemaal terugtrekken en weinig over de scheiding praten. Ze komen op die manier met zichzelf in de knoop en hebben hulp nodig bij het verwerkingsproces.

Ook voor kinderen die sociaal-emotioneel wel op een gemiddeld of hoger niveau zitten, betekent de scheiding van hun ouders nog steeds een groot verlies voor ze. Ook zij kunnen moeite hebben met de verwerking en hier hulp bij nodig hebben.

Door de vele en ingrijpende gebeurtenissen en verliezen die het kind te verdragen krijgt, kan het verwerkingsproces vergeleken worden met een rouwproces. Een kind gaat na een scheiding dezelfde fasen door als bij een rouwproces.³ Er ontstaat een warboel van gedachten en emoties, waardoor het voor een kind lastig is om met de situatie om te gaan.

De kinderen hebben vaak nog niet de vaardigheden die nodig zijn bij het verwerken van de scheiding. Het geldt als beschermende factor wanneer kinderen hun emoties kunnen uiten en kunnen communiceren met anderen.⁴ Dit zal een daarom een onderdeel van de therapie zijn.

De algemene hulpvraag van alle kinderen die in therapie komen, is de volgende:
 Help mij de scheiding van mijn ouders te verwerken.

Verder is het met betrekking tot de doelgroep belangrijk om op te merken dat het bij kinderen op het SBO van belang is om ze veel structuur te bieden. Er moet rekening worden gehouden met het feit dat ze minder vaardig kunnen zijn in het uitdrukken van emoties en het verwoorden van gedachten. Ze begrijpen dingen soms minder snel, waardoor ze meer tijd nodig hebben voor bepaalde opdrachten en spelletjes. Hier is de module al rekening mee gehouden. Voor kinderen in het reguliere onderwijs kan de module en het niveau van de spelletjes naar inzicht van de therapeut aangepast worden.

Indicaties/contra-indicaties

Indicaties

Indicaties om aan de module mee te doen zijn de volgende:

- Kinderen hebben te maken of te maken gehad met scheiding van hun ouders.
- De tijd die er tussen de scheiding en de therapie zit, is niet van belang. Kinderen kunnen korte tijd na

² Fiddelaers-Jaspers, R. (2007). *Jong verlies: rouwende kinderen serieus nemen*. Kampen: Uitgeverij Ten Have.

³ Informatie uit het KIES programma: <http://nji.nl/smartsite.dws?id=37990&recordnr=361&adlibtitel=KIES%20-%20kinderen%20in%20echtscheidingssituaties&setembed=>

⁴ Spruijt, E. (2007). *Scheidingskinderen: overzicht van recent sociaal-wetenschappelijk onderzoek naar de gevolgen van ouderlijke scheiding voor kinderen en jongeren*. Amsterdam: SWP.

het besluit van hun ouders om te scheiden deelnemen aan de therapie, maar deelname is ook jaren erna mogelijk.⁵

- Kinderen zijn tussen de zeven en twaalf jaar.

Om ervoor te zorgen dat de oefeningen afgestemd zijn op de doelgroep, is het ook belangrijk om hierbij rekening te houden met de leeftijd en ontwikkelingsniveau. Deze module is gericht op kinderen in de leeftijd van zeven tot twaalf jaar.

Contra-indicaties

Er zijn een aantal redenen waarom het af te raden is om een kind deel te laten nemen in de therapie, of om voorwaarden aan de deelname te stellen. De contra-indicaties zijn:

- Participatie van broertjes en zusjes in hetzelfde groepje

Wanneer er meerdere kinderen van één gezin deelnemen, zouden de kinderen zich minder vrij kunnen voelen te vertellen en spelen wat ze zelf willen.

- Kinderen die zelf geen motivatie hebben mee te doen aan de module

Wanneer kinderen er niet voor open staan om deel te nemen aan de therapie, zullen ze geen motivatie hebben om verder te komen in hun verwerkingsproces. Blijkbaar komt de therapie dan te vroeg of kunnen ze de confrontatie met het rouwproces niet aan.

- Ouders die geen toestemming verlenen voor het deelnemen van hun kind in de module

De verzorgende ouder zal moeten instemmen met de therapie van hun kind. Wanneer dat niet gebeurt, kunnen er rare constructies gaan ontstaan in het systeem van het kind. Het kind kan zich dan niet vrijelijk bewegen in de therapie. Bovendien kan het zich afgewezen voelen door de ouder omdat het zelf wel wil of zich hierdoor bezwaard voelt. Het is de verantwoordelijkheid van de verzorgende ouder om na te gaan of ook de niet-verzorgende ouder achter de therapie staat.

Behandelvisie

Algemene behandelvisie

Wanneer er sprake is van een scheiding, verandert het systeem van een kind totaal. Het systeem dat de veilige basis vormde voor een kind, wordt uit elkaar getrokken en daarmee verliest het kind de aanwezigheid van beide ouders.⁶ Dit verlies betekent ook dat er grote veranderingen plaatsvinden voor het kind. Hierbij kun je denken aan verhuizing, andere rolpatronen binnen het gezin, nieuwe partners en soms nieuwe broertjes en zusjes. Het kind zal het verlies en de verandering moeten verwerken en tegelijkertijd om leren gaan met de situatie en een plek vinden in de ontstane situatie.⁷ Voor de behandeling betekent dit dat het belangrijk is om het kind én zijn systeem te blijven zien en hier aandacht aan te geven. Aangezien er veel verschillende factoren spelen in de situatie van het kind, is het belangrijk dat de therapeut niet uit het oog verliest wat de omstandigheden van het kind zijn en de manier waarop het kind hierin staat.

Allereerst is de behandeling gericht op het verwerkingsproces. In principe is dit proces een taak van het kind zelf. Het kind maakt het verlies zelf mee en zal hier op eigen kracht doorheen moeten komen. Waar je als therapeut wel bij kunt helpen is de ruimte en de mogelijkheid scheppen dat het kind hier uiting aan kan geven. Hier is allereerst de veiligheid voor nodig die het kind in het systeem vaak niet

⁵ Monique Schreuder, kindertherapeut en KIES coach

⁶ Singendonk, K., Meesters, G. (2002). *Kind en echtscheiding: een ontwikkelingspsychologisch perspectief*. Amsterdam: Harcourt Book Publishers.

⁷ Artikel 'Echtscheiding', door T. De Vos-Van der Hoeven, geraadpleegd op dinsdag 20 maart 2012:
<http://www.opvoedadvies.nl/scheiding.htm>

meer volledig voelt. Het kind moet zich in de therapie veilig en vertrouwd voelen zodat het uiting kan geven aan wat hij of zij meemaakt in het rouwproces. Daarnaast kan de therapeut ruimte creëren voor het kind door uit te gaan van Rogeriaanse principes. Volgens deze principes handelt de therapeut client-centered en gaat er vanuit dat wat de cliënt ervaart belangrijk is, niet de interpretatie van de therapeut. De cliënt weet het beste wat er aan de hand is.⁸

De setting waarin de therapie plaatsvindt, namelijk in een groepje met lotgenoten, maakt voor kinderen ook dat er een stuk ruimte ontstaat. Wanneer een ander kind bijvoorbeeld vertelt over zijn of haar situatie, zal een ander kind merken dat het niet gek of raar is dat hij dezelfde gedachten of emoties wel eens heeft.⁹

Specifiek komen er bij kinderen die een scheiding meemaken vaak loyaliteitsconflicten naar voren. Het kind heeft het idee dat het tussen beide ouders moet kiezen.¹⁰ Bij een dergelijk conflict is het heel belangrijk dat het kind de ruimte en mogelijkheid blijft voelen van beide ouders te mogen houden. Het is belangrijk dat de therapeut het kind hiervoor de ruimte geeft en deze ruimte voor hem of haar creëert. Dit kan de therapeut doen door zelf niet over een goed of slecht mens te spreken, maar het kind te vertellen dat wat de vader of moeder gedáán heeft, niet altijd goed te keuren is. Op die manier gaat het over gedrag in plaats van over de persoon zelf.¹¹

Het is belangrijk dat het kind de verwerking af kan wisselen met spel. Het is voor een kind erg intensief om continu bezig te zijn met de scheiding. Tussendoor kan de therapeut het kind ruimte geven om ook even vrij te spelen of even te stoeien met elkaar. Dit spel kan als uitlaatplek functioneren voor het kind.

Dramatherapeutische behandelvisie

De dramatherapeut mag er niet vanuit gaan dat het precies het proces kent dat het kind doormaakt en de gedachten en gevoelens die het hier bij voelt. Afgezien van de inhoud hiervan, heeft de dramatherapeut wel de mogelijkheid het kind te helpen met de taken die het tegenkomt. De dramatherapeut kan een veilige omgeving te creëren waarin het kind de ruimte voelt de scheiding te verwerken. Het kind mag zich uiten op de manier waarop het zich voelt, zonder dat de therapeut daar een oordeel over heeft.

De dramatherapeut zorgt op verschillende manieren voor structuur. Het verloop van de sessies biedt houvast, omdat er een rode draad in de vorm van een verhaal is. Ook wordt er in de werkvormen zelf structuur geboden, zodat het kind zich binnen de gegeven structuur veilig voelt en weet wat er verwacht wordt. Binnen die structuur is het kind dan in staat om eigen invulling aan de werkvormen te geven.

Daarnaast kan de dramatherapeut een benadering kiezen die past bij de kinderen en die het mogelijk maakt uitdrukking te geven aan emoties en gedachten die in het verwerkingsproces naar voren komen. De therapeut kan per kind of per groep bekijken hoe het uitdrukking geeft aan de emoties en welke behoeften ze daarin hebben. Zo kan de therapeut variëren in de afstand die hij neemt ten aanzien van de emoties. Hierin kan hij de distantie wel of juist niet opzoeken. Ook kan de therapeut een keuze maken vanuit welke invalshoek hij naar de emoties toewerkt. Dit kan vanuit een cognitieve of een fysieke ingang gebeuren. In dit opzicht wordt het proces van het kind door de therapeut ondersteund en bewaakt, terwijl het kind wel zelf de volledige invulling geeft aan de manier waarop het welke emoties en gedachten tot uiting brengt.

⁸ Smeijsters, H. (2000). *Handboek creatieve therapie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.

⁹ Spruijt, E., Kormos, H. (2010). *Handboek scheiden en de kinderen: voor de beroepskracht die met scheidingskinderen te maken heeft*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.; Monique Schreuder, kindertherapeut en KIES coach

¹⁰ Spruijt, E., Kormos, H. (2010). *Handboek scheiden en de kinderen: voor de beroepskracht die met scheidingskinderen te maken heeft*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

¹¹ Monique Schreuder, kindertherapeut en KIES coach

Ondertussen zal de therapeut hierbij ook alert moeten blijven op de fase van rouw waarin het kind of de groep zich bevindt. Hierover wordt in het stukje over de behandelfasen verder op ingegaan.

Doelen

De kinderen die in therapie komen, kunnen ondersteuning gebruiken bij het verwerken van de scheiding van hun ouders. Als therapeut kun je ze helpen bij het doorwerken van de rouwtaken die hierbij komen kijken.

Zoals Fiddelaers-Jaspers formuleert zijn dit de volgende vijf, aangepast naar de scheidingsituatie:

Rouwtaak 0: je leert omgaan met verdriet en rouw

Rouwtaak 1: je gaat beseffen dat de scheiding definitief is

Rouwtaak 2: Je komt een warboel aan gevoelens tegen

Rouwtaak 3: je leeft verder met het gemis en met je herinneringen

Rouwtaak 4: je pakt de draad in je leven weer op ¹²

Bij het doorlopen van deze taken helpt het wanneer de kinderen gaan begrijpen hoe hun thuissituatie in elkaar zit, dat ze hun emoties en gedachten tot uitdrukking kunnen brengen en de vaardigheden hebben om hierover te praten met hun ouders en andere belangrijke personen in hun omgeving. Wanneer een kind de mogelijkheid heeft om dit te doen, zal het de scheiding gemakkelijker kunnen verwerken. ¹³

Vanuit bovenstaande rouwtaken en bijbehorende vaardigheden is het hoofddoel als volgt geformuleerd:

Na tien sessies dramatherapie kan het kind over zijn of haar situatie vertellen en kan hierbij uiting geven aan de eigen gedachten en emoties.

Om tot dit einddoel te komen, zijn er verschillende specifieke doelen waar naar gestreefd wordt in de verschillende fasen.

Dit zijn de volgende doelen:

- Het kind exploreert door middel van poppenspel hoe de situatie voor de scheiding was en hoe de verandering naar de huidige situatie verliep.
- Het kind kan in een rollenspel, dat gerelateerd is aan thema's uit de scheiding, uitdrukking geven aan zijn of haar emoties.
- Het kind kan in een toneelstukje naar de toekomst kijken.

In het deel waarin de behandelfasen zijn uitgewerkt, is een uitgebreide beschrijving hiervan te vinden.

Intake

Er vindt voor aanvang van de therapie een gesprek met de (verzorgende) ouder(s) plaats. Hier zijn verschillende doelen aan verbonden, namelijk het verstrekken van informatie aan de ouder, het creëren van betrokkenheid van de ouder en de ouder inzichtelijk maken met welke therapeut en in welke omgeving het kind therapie zal hebben.

Voor de therapeut zijn er ook enkele voordelen aan het hebben van een gesprek. Deze kan alvast peilen hoe de houding van de ouders in de situatie is, welke behoeftes er volgens de ouders vooral bij het kind liggen en kan de recente stand van zaken peilen om helderheid te hebben rondom de

¹² Fiddelaers-Jaspers, R. (2007). *Jong verlies: rouwende kinderen serieus nemen*. Kampen: Uitgeverij Ten Have.

¹³ Spruijt, E. (2007). *Scheidingskinderen: overzicht van recent sociaal-wetenschappelijk onderzoek naar de gevolgen van ouderlijke scheiding voor kinderen en jongeren*. Amsterdam: SWP.

situatie.

Het kind zal van de leerkracht de vraag krijgen of het wat extra hulp zou willen hebben bij het verwerken van de scheiding. Vervolgens maakt het tijdens de eerste therapiesessie kennis met de therapeut en de andere kinderen die in therapie komen. Ook wordt er dan verdere uitleg gegeven over wat de bedoeling is van de sessies en wat de kinderen ervan kunnen verwachten.

Behandelfasen

Het hoofddoel is, zoals eerder is vastgesteld:

Na tien sessies dramatherapie kan het kind over zijn of haar situatie vertellen en kan hierbij uiting geven aan de eigen gedachten en emoties.

De therapie is in drie therapiefasen ingedeeld. De eerste fase bestrijkt de periode vóór de scheiding en de verandering naar de huidige situatie toe, de tweede fase gaat over de huidige situatie en de derde fase zal gericht zijn op de toekomst. Aan elke fase zijn één of twee rouwtaken gekoppeld.

Hierbij moet opgemerkt worden dat de taken in tien weken nooit allemaal volledig voltooid kunnen worden. Sommige kinderen kunnen gedurende de therapie alleen met taak één of twee bezig zijn, anderen voltooien een bepaalde taak een stuk sneller. Het is van groot belang dat de therapeut voor elk kind in de gaten houdt met welke rouwtaak het bezig is. Het is niet aan te raden met een kind naar een volgende rouwtaak te gaan, wanneer de vorige nog niet afgerond is. Het is dan zaak om de doelen voor het kind bij te stellen, zodat het kind niet overvraagd wordt en zijn eigen proces kan doorlopen.

In het volgende stukje worden de drie therapiefasen verder toegelicht.

Fase 1: De situatie voor de scheiding en de verandering naar de huidige situatie

Fase één bestaat uit drie sessies. Deze periode wordt allereerst gebruikt om kennis te maken met elkaar, een veilige sfeer te creëren en kennis te maken met het medium. Vervolgens kunnen de kinderen in het medium hun situatie van voor de scheiding en de verandering naar de huidige situatie inzichtelijk maken, voor zichzelf en voor de anderen.

Doelstelling

De doelstelling die voor het einde van deze drie sessies is gesteld, luidt als volgt:

Het kind exploreert door middel van poppenspel hoe de situatie voor de scheiding was en hoe de verandering naar de huidige situatie verliep.

Deze doelstelling maakt onderdeel uit van rouwtaak 1 en 2:

- 1: Je gaat beseffen dat de scheiding definitief is
- 2: Je komt een warboel aan gevoelens tegen

Behandelstrategie

In deze fase gaat het om kennismaken met de groep, de therapeut en het medium. Het kind moet zich veilig gaan voelen op deze verschillende vlakken, zodat het zijn rouwproces in de therapie kan gaan vormgeven. De kennismaking kan gebeuren door samen het lokaal te bekijken, een kennismakingsspelletje en een mediumspelletje te doen.

Nadat de basis van deze kennismaking gelegd is, start de therapie met de eerste rouwtaak, namelijk het besef krijgen dat de scheiding definitief is. Voor kinderen kan het verwarrend zijn hoe de gang van

zaken is geweest en wanneer ze hier weinig zicht op hebben, is het ook moeilijk om te beseffen dat de situatie van voor de scheiding niet meer terug komt. De situatie moet dus allereerst overzichtelijk worden gemaakt in het medium. Het spelen van poppenspel en de afstand die het kind hiertoe heeft, kan hierbij helpen. Het kan de poppetjes in zijn hand allemaal zien en besturen en dit schept overzicht in de situatie. Het kind kan met de poppetjes spelen, maar de poppetjes bieden ook de mogelijkheid om een ordening te maken en op die manier inzichtelijk te maken wie er eerst in een huis woonden en hoe dat veranderde.

In de gehele therapie wordt er gebruik gemaakt van een verhaal, dat in elke sessie weer een vervolg krijgt. Dit gaat over een kameleon, Kam, die ook de scheiding van zijn ouders doormaakt.¹⁴ Dit figuur is een leidende draad door de gehele therapie heen en maakt het thema bespreekbaar. Bij kinderen kan het steeds een insteek en nieuwe mogelijkheden geven doordat er in het verhaal van alles mogelijk is. De therapeut kan daarin invloed hebben, maar ook de kinderen kunnen de situatie van de Kameleon gaan invullen. In de eerste sessies zal er verteld worden wie Kam is, hoe zijn situatie in elkaar zat en hoe dat veranderde. Kam loopt op die manier steeds mee in hetzelfde proces als de kinderen.

Interventies

Interventies zijn allereerst gericht op het creëren van veiligheid en het bewaken van de veiligheid in de groep. Dit betekent dat het belangrijk is snel het niveau van de groep in te kunnen schatten, zodat het aanbod hierop afgestemd kan worden. Dat houdt ook in dat de therapeut tijdens een oefening het niveau of de moeilijkheidsgraad kan aanpassen wanneer hij merkt dat dit beter aansluit.

Daarnaast is het belangrijk de kinderen veiligheid te bieden door ze het gevoel te geven dat ze zichzelf mogen uiten. Dit kan gestimuleerd worden door in te gaan op de initiatieven en ideeën die in de oefeningen vanuit de kinderen ontstaan. Door hierop in te gaan, voelen ze de vrijheid om zichzelf te gaan laten zien en voelen ze zich gewaardeerd omdat je hun ideeën serieus neemt.

Het is dus belangrijk om het kind en de groep van een passende structuur te voorzien, zodat het kind zich daarin veilig voelt om uitdrukking te geven aan zijn eigen ideeën, gedachten, gevoel en gedrag.

Therapeutische attitude

In deze fase is er eerst een structurerende houding van de therapeut nodig, omdat het kind duidelijkheid nodig heeft over de verwachtingen zodat het zich veilig voelt in de therapie. Ook is het aan de therapeut om hierin te peilen en bepalen welke mate van structuur de kinderen hierin nodig hebben.

Ook met betrekking tot de eerste rouwtaak, namelijk het besef dat de scheiding definitief is, is er duidelijkheid nodig. Waar de kinderen niet altijd het overzicht hebben over hun eigen situatie en niet begrijpen wat de scheiding precies inhoudt, is het aan de therapeut om hier samen met de kinderen duidelijkheid in te scheppen.

Het is belangrijk dat de therapeut zich daarnaast altijd bewust is van het feit dat het rouwproces van elk kind uniek is en dat de therapeut niet weet hoe dit precies voelt en wat de inhoud van het rouwproces precies is. Je kunt de therapeut in dit opzicht zien als de bewaker van het proces van het kind, die het in banen leidt. Je kent als therapeut de inhoud niet, maar helpt bij het vormgeven van het proces.

Het kind zelf is de expert; alleen hij of zij weet hoe het voelt en wat er allemaal bij speelt. Deze houding is de basis voor alle sessies in alle fasen van de therapie.

¹⁴ Het verhaal van Kam de Kameleon is geïnspireerd door een kinderboekje over echtscheiding. De bron hiervan is: Steggink, D. (2003). *Kamil, de groene kameleon*. Amsterdam: SWP.

Daarnaast is het belangrijk de kinderen niet te dwingen tot bepaalde oefeningen. Wanneer ze weerstand hebben iets te laten zien of te doen, maakt dat deel uit van het proces waar ze in zitten en dat moet je als therapeut respecteren. Je kunt wel andere vormen of manieren bedenken waarbij het kind minder weerstand heeft, zodat het wel tot uitdrukking kan komen.

Fase 2: De huidige situatie

Fase twee bestaat uit vijf sessies. In deze periode komen de emoties uitgebreider naar voren. Kinderen kunnen deze gaan ervaren en vervolgens gaan benoemen. Ook in de thuissituatie is het fijn als ze de vaardigheid hebben om woorden te geven aan hun gevoel, zodat ze hierover kunnen communiceren en meer grip hebben op de situatie. Daarom wordt er in het tweede deel van deze fase ook geoefend met het benoemen van emoties naar anderen toe. Deze oefeningen zullen gelinkt zijn aan thema's die ook de persoonlijke situatie zouden kunnen spelen.

Doelstelling

De doelstelling die voor het einde van deze vijf sessies is gesteld, is als volgt:

Het kind kan in een rollenspel, dat gerelateerd is aan thema's uit de scheiding, uitdrukking geven aan zijn of haar emoties.

Deze doelstelling maakt deel uit van rouwtaak 2 en 3:

2: Je komt een warboel aan gevoelens tegen

3: Je leeft verder met het gemis en met je herinneringen

Behandelstrategie

Het kan best eng zijn voor kinderen om uitdrukking te gaan geven aan hun emoties. Ze weten soms niet goed welke emoties er zijn en hoe je die kunt herkennen bij jezelf of bij anderen. Bij de scheiding komen ze volgens rouwtaak twee veel verschillende emoties tegen. In de therapie is het belangrijk eerst de woorden en het gevoel aan elkaar te gaan koppelen, zodat ze de emoties van elkaar kunnen gaan onderscheiden en benoemen. Op een speelse fysieke en gestructureerde manier kunnen de kinderen deze emoties tot uiting gaan brengen. De woorden en het gevoel kunnen ondersteund worden door het gebruik van pictogrammen. Om de kinderen niet te overvragen, wordt er gewerkt met de vier basisemoties, namelijk bang, blij, boos en verdrietig.

Het verhaal van Kam de Kameleon kan ondersteunend gebruikt worden bij het uiten van deze emoties. Kam heeft de eigenschap dat hij van kleur verandert per emotie. Is hij groen, dan is hij blij, geel staat voor bang, blauw voor verdrietig en rood voor boos.

Het bovenstaande en eerste deel van fase twee, sluit aan op rouwtaak twee.

Vervolgens gaat de therapie verder op de communicatie van het kind in de thuissituatie. Het is voor een kind fijn om tegen zijn moeder te kunnen zeggen dat het ergens bang voor is, of tegen zijn vader te kunnen zeggen dat het in het weekend liever bij een vriendje gaat logeren. Kinderen hebben soms niet het idee dat dit kan. Aan deze communicatie vanuit het kind wordt in de therapie aandacht besteed.

Dit kan geoefend worden aan de hand van het verhaal van Kam de Kameleon. De situaties verwijzen dan niet direct naar de kinderen zelf, kinderen tot ongeveer negen jaar kunnen het namelijk erg moeilijk vinden direct over hun eigen situatie te vertellen. Kinderen kunnen in het verhaal dan herkenning vinden en hun eigen ideeën projecteren op het verhaal.¹⁵ Wanneer kinderen de behoefte hebben deze vaardigheden te oefenen naar aanleiding van situaties die ze zelf inbrengen vanuit hun thuissituatie, kun de therapeut de werkvormen op die manier inrichten.

¹⁵ Informatie uit het KIES programma: <http://nji.nl/smartsite.dws?id=37990&recordnr=361&adlibtitel=KIES%20-%20kinderen%20in%20echtscheidingssituaties&setembed=>

Interventies

Wanneer het over emoties gaat, is het kind zeer kwetsbaar. De interventies die de therapeut pleegt, zijn niet ter correctie bedoeld. Interventies zijn ter ondersteuning van het rouwproces. Hoe het kind uitdrukking geeft aan zijn emoties en welke situatie het hierbij noemt, is volledig goed en waar. Wel kan de therapeut helpen de werkvormen zo aan het kind aan te passen dat het tot uiting kan komen. Dit kan gedaan worden door de werkvorm in moeilijkheidsgraad aan te passen. Ook kan de therapeut bepalen hoe hij de emoties zelf tot uitdrukking brengt en hoe dat ondersteunend aan het proces van de kinderen kan werken.

De therapeut kan variëren in de manier waarop hij het verhaal bij de module betreft. Wanneer de kinderen veel weerstand hebben of moeite hebben om hun dagelijkse situatie te bespreken, kun je veel met het verhaal spelen en situaties uit het verhaal spelen of zelf situaties erbij bedenken, samen met de kinderen. Wanneer de kinderen juist de behoefte hebben hun verhaal te vertellen, hoeft het verhaal alleen maar als rode draad te functioneren en hoeven er niet specifiek situaties uit het verhaal nagespeeld te worden. Het kind kan dan oefenen met persoonlijke situaties. Tussen deze twee vormen bestaan natuurlijk allerlei varianten. De therapeut beslist over de manier waarop hij het verhaal inzet.

Therapeutische attitude

Het is voor de kinderen erg belangrijk dat de therapeut een duidelijke structuur blijft bieden. De kinderen weten hierdoor wat er van ze verwacht wordt en voelen zich hierdoor veiliger. Dat veilige gevoel is wederom heel belangrijk, omdat het kind emoties kan gaan blootleggen die hem of haar diep raken. De uitdrukking van deze emoties is voor elk kind persoonlijk en voor de therapeut is het dus belangrijk hierbij een onvoorwaardelijk accepterende houding aan te nemen. Het kind voelt dan dat het gewaardeerd wordt en dat het zijn emoties uit mag drukken.

Fase 3: toekomst

De laatste fase is een afsluitende fase en omvat twee sessies. Het is belangrijk dat de kinderen hierin de therapie afronden op een positieve manier. De nadruk van de sessies ligt op het vertrouwen dat het kind in zichzelf mag hebben en het gevoel dat het kind mag hebben om wat het kan en doet.

Doelstelling

Voor het einde van deze twee sessies en de gehele therapie, is de volgende doelstelling geformuleerd:

Het kind kan in een toneelstukje naar de toekomst kijken.

Deze doelstelling maakt deel uit van rouwtaak 4:

4: Je gaat verder met je leven, met die ander in je hart

Behandelstrategie

De laatste rouwtaak impliceert dat het kind ook zonder het vroegere gezin verder leeft. Het kind mag vertrouwen hebben in zichzelf en in wat het nog gaat doen. Elk kind heeft hierin zijn kwaliteit en het is een mooie afsluiting voor het kind om zichzelf in een positief daglicht richting de toekomst te wenden. Dit gebeurt aan de hand van een glazen bol. Elk kind mag beschrijven hoe hij of zij zichzelf daarin ziet. Dit kan uitgespeeld worden in een rollenspel of poppenspel. Verder mogen de kinderen zelf invulling geven aan de laatste afsluitende sessie. Ook hierin is het belangrijk dat ze een positief gevoel vasthouden.

Interventies

De interventies die de therapeut doet, zijn vooral gericht op het bieden van structuur in de sessies. Om de kinderen een gevoel van vertrouwen te geven is het fijn voor ze als ze zelf mogen bepalen wat ze precies willen doen en hoe ze dat willen vormgeven. De therapeut kan de kinderen op zo'n manier

begeleiden dat hun intenties ook daadwerkelijk slagen.

Therapeutische attitude

In deze laatste fase is het belangrijk dat de therapeut vooral het zelfvertrouwen van de kinderen ondersteunt en ze vertrouwen geeft in hun eigen kwaliteiten.

Uitvoering

De sessies zijn ondergebracht in de eerder genoemde fasen. Per sessie staat een specifiek doel beschreven. In de sessies zijn vervolgens de werkvormen beschreven, met een bijbehorend doel. De ondersteunende verhaallijn kan door de therapeut geïmplementeerd worden. Het kan tussen de werkvormen door verteld worden of aan het begin. Dit mag naar inzicht van de therapeut gebeuren, aan de hand van de inschatting van de behoeftes van de groep.

Bij enkele sessies is er een tip weergegeven voor de nabespreking. Deze kan gebruikt worden naar inzicht van de therapeut.

Therapiefase 1

Gezin voor en tijdens de scheiding

Algemene doelstelling:

Het kind exploreert door middel van poppenspel hoe de situatie voor de scheiding was en hoe de verandering naar de huidige situatie verliep.

Onderliggende rouwtaken zijn:

Rouwtaak 1: je gaat beseffen dat de scheiding definitief is

Rouwtaak 2: je komt een warboel aan emoties tegen

Sessie 1:

Doelstelling: Het kind maakt kennis met de groep en met het medium

Opmerking: In de eerste sessie wordt in het begin aan de kinderen uitleg gegeven over de bedoeling van de therapie.

Werkvorm A

Doel

Kennismaken

Uitleg

Iedereen staat in een kring. De therapeut heeft een bal vast. Deze stelt een vraag en met het overgooien van de bal, beantwoordt elk kind dit antwoord. Wanneer iedereen aan de beurt is geweest, stelt de therapeut de volgende vraag. Opnieuw gaat de bal de kring rond. Ook de kinderen mogen vragen verzinnen als ze dat willen. Een vraag kan bijvoorbeeld zijn 'wat is je lievelingsdier', 'wat eet je het liefst' of 'hoe oud ben je'.

De therapeut kan na verloop van tijd ook vragen over de thuissituatie inbrengen. Dit kunnen vragen zijn als 'hoeveel broers of zussen heb je' of 'wie woont er allemaal bij je in huis'.

Werkvorm B

Doel

Lokaal verkennen

Uitleg

De kinderen mogen allemaal drie voorwerpen verzamelen uit het lokaal die ze leuk vinden of waarvan ze vinden dat het bij hen past. Ze mogen deze op een blok leggen, alsof het een etalage is. Wanneer iedereen drie voorwerpen heeft, loop je met het groepje de etalages langs. Het kind dat de etalage ingericht heeft, mag vertellen waarom hij de voorwerpen gekozen heeft.

Werkvorm C

Doel

Kennismaken met het medium

Uitleg

De therapeut heeft kaartjes met verschillende sporten, dieren en muziekinstrumenten. De kinderen mogen om de beurt een kaartje trekken en dit uitbeelden voor de rest van de kinderen. Die mogen dan raden wat het kind uitgebeeld heeft. De kaartjes zijn te vinden in bijlage 1.

Ondersteunende verhaallijn

Kam is een Kameleon. Hij heeft een papa en een mama kameleon. Nog lang voordat Kam geboren werd, waren papa en mama elkaar tegengekomen. Ze vonden elkaar zo lief, dat ze bij elkaar wilden gaan wonen. Ze deden leuke dingen samen en waren vaak blij. Ze vonden het fijn om samen een kindje te krijgen. Dat kindje was Kam! Ook met z'n drieën hadden ze veel plezier. Maar een paar weken geleden zijn papa en mama uit elkaar gegaan. Kam is bij mama gaan wonen. Hij mag soms naar papa toe.

Sessie 2:

Doelstelling: het kind kan met poppenspel de situatie voor de scheiding in beeld brengen.

Werkvorm A

Doel

Gezin voor de scheiding concreet maken

Uitleg

Er zijn verschillende kleuren papiertjes. De kinderen vertellen eerst wie er allemaal bij hun in huis woonde voordat papa en mama gingen scheiden. Vervolgens kiezen ze het juiste aantal papiertjes uit en tekenen op elk papiertje een gezinslid. Wanneer de tekeningen klaar zijn, worden ze aan een stokje geplakt. Het zijn nu poppenkastpoppetjes. Voor een voorbeeld, zie bijlage 2.

Werkvorm B

Doel

Een herinnering van voor de scheiding ophalen

Uitleg

De kinderen hebben nu de poppetjes van voor de scheiding. De opdracht is nu om een moment van voor de scheiding te kiezen en dat uit te spelen met de poppetjes. De kinderen mogen zelf kiezen of ze dat achter de poppenkast willen doen, of gewoon aan tafel.

Een variatie hierop is het uitspelen van een leuk en een niet leuk moment van voor de scheiding. Dit is een graadje moeilijker dan de oorspronkelijke oefening.

Ondersteunende verhaallijn

Kam de Kameleon woont met zijn papa en mama in het bos. Papa is een sterke kameleon en vond het leuk om hout te hakken. Mama Kameleon is heel lief en ging graag bij oma op bezoek. Kam is een vrolijke kameleon en hield van spelletjes.

Ze hadden het heel leuk samen. Ze speelden verstoppertje en elke avond lazen Papa en Mama Kam een verhaaltje voor, voor het slapengaan. Mama bracht Kam elke dag naar school. Kam ging met Papa soms een stukje door het bos wandelen. Kam vond het niet leuk wanneer papa zei dat hij huiswerk moest maken of wanneer mama wilde dat hij zijn kamer op moest ruimen.

Sessie 3:

Doelstelling: Het kind kan door middel van projectie de verandering naar de huidige situatie in beeld brengen.

Werkvorm A

Doel

De verandering naar de scheiding overzichtelijk maken

Uitleg

De kinderen pakken hun poppetjes van vorige week er weer bij. De kinderen mogen met de poppetjes het moment spelen dat ze te horen kregen dat papa en mama uit elkaar zouden gaan. Ze mogen opnieuw zelf kiezen of ze dat achter de poppenkast willen doen of aan tafel.

Wanneer het nog niet duidelijk is geworden in het stukje kan de therapeut achteraf nog vragen of de kinderen weten waarom papa en mama uit elkaar zijn gegaan, of dat ze dat nog zouden willen vragen. Het kan zo zijn dat kinderen zich het moment van het vertellen niet meer kunnen herinneren. In dat geval kun de therapeut voorstellen om met de poppetjes uit te spelen dat ze de ouder uitzwaaiden die ging verhuizen. Dit is een neutrale, maar wel symbolische manier om duidelijk te maken dat er een verandering plaats vond.

Werkvorm B

Doel

Opstelling na de scheiding overzichtelijk maken

Uitleg

De kinderen mogen met blokken de huizen bouwen die er na de scheiding kwamen. Dat zal er één zijn waar zijzelf vooral in wonen met één van de ouders en het huis van de andere ouder. Ze kunnen de poppetjes bij het huis neerleggen waar ze wonen. Dit laten ze ook even aan de andere kinderen zien.

Werkvorm C

Doel

Eigenwaarde van het kind versterken

Uitleg

De therapeut vertelt dat met de scheiding het gezin veranderd is. Het gezin is uit elkaar, maar uit de periode dat papa en mama samen waren, is wel iets heel moois gekomen. Dat ben jij!

De kinderen mogen een levend standbeeld maken van zichzelf. Ze mogen verkleedkleden gebruiken en mogen vervolgens om de beurt op een kratje gaan staan. De rest van de groep bekijkt de standbeelden die er komen te staan. Bij elk standbeeld geeft de groep twee complimenten voor het standbeeld. Hierna mag het kind ook een compliment maken over zijn eigen standbeeld.

Ondersteunende verhaallijn

Kam woonde met zijn papa en mama in een huisje in het bos. Kam hoorde dat papa en mama steeds vaker ruzie hadden. Ze schreeuwden soms naar elkaar, of zeiden een poosje juist helemaal niets tegen elkaar. Dit maakte Kam een beetje bang. Op een avond zaten ze met z'n drieën te eten en toen begon mama te vertellen. Ze zei dat papa en mama elkaar altijd heel lief hadden gevonden, maar dat ze de laatste tijd veel ruzie kregen. Ze hadden samen besloten dat ze niet meer samen in één huis wilden blijven wonen. Ze zeiden dat ze Kam wel nog altijd wilden zien. Kam zou vanaf dan doordeweeks bij zijn moeder zijn en in het weekend zou papa hem komen halen. Mama en hij bleven in hun huis wonen en papa zou verhuizen naar de andere kant van het bos. Kam voelde zich verdrietig en boos dat dit gebeurde.

Therapiefase 2

Huidige situatie/het samengestelde gezin

Algemene doelstelling:

Het kind kan in een rollenspel, dat gerelateerd is aan thema's uit de scheiding, uitdrukking geven aan zijn of haar emoties.

Onderliggende rouwtaken zijn:

Rouwtaak 2: je komt een warboel aan emoties tegen

Rouwtaak 3: je leeft verder met het gemis en je herinneringen

Sessie 4

Doelstelling: het kind kan de huidige situatie in beeld brengen.

Werkvorm A

Doel

Overzicht krijgen van de huidige situatie

Uitleg

De poppetjes worden erbij gepakt. Het kind legt de poppetjes op tafel neer, in de samenstelling zoals die op dat moment is. Als ondersteuning kunnen er plaatjes van huizen bijgetekend worden, zodat het kind een kader heeft om de groepjes in samen te stellen. Wanneer het nodig is, kan het kind nog extra poppetjes bijmaken, van personen die er bijgekomen zijn.

De therapeut bekijkt met de kinderen waar de poppetjes liggen en hoe het kind zich hiertussen zelf beweegt, naar aanleiding van een omgangsregeling bijvoorbeeld.

Hierna kan er gekeken hoeveel afstand het kind voelt tussen de personen en hoeveel afstand het zou willen. Dit kan gedaan worden door de poppetjes rondom het poppetje van het kind te leggen en daarbij verschil aan te geven tussen de verschillende poppetjes.

Werkvorm B

Doel

Het huidige gezinsleven exploreren.

Uitleg

De kinderen mogen een situatie bedenken die nu in de afgelopen tijd gebeurd is. Dit wordt gespeeld met de poppetjes. De kinderen kunnen kiezen of ze dit achter de poppenkast doen of niet. Een variatie hierop is het uitspelen van een leuke en een niet-leuke situatie. Het ligt aan het kind of het dit niveau aankan.

Werkvorm C

Doel

Ontspannen, plezier maken

Uitleg

Iedereen staat in een kring. De eerste begint een gebaar, waarop de volgende hem nadoet en het gebaar net iets groter maakt. Zo gaat het gebaar de hele kring rond tot en met degene die begon. De volgende verzint dan het volgende gebaar.

Je kunt het rondje vervolgen met een aantal wereldrecords. Hierin kun je om de beurt zo hard mogelijk schreeuwen, je zo klein mogelijk maken, zo snel mogelijk in je handen klappen enzovoorts.

Ondersteunend verhaal

Kam woont nu bij mama Kameleon. Papa Kameleon woont aan de andere kant van het bos. Kam zou graag willen dat zijn papa dichtbij zou zijn, maar dat kan niet meer. Wanneer hij bij papa is, maakt papa alle tijd voor hem vrij en gaan ze alleen maar leuke dingen doen samen. Dat vindt Kam heel erg leuk. Ook vindt hij het fijn dat hij papa en mama niet meer tegen elkaar hoort schreeuwen. Maar wanneer hij bij mama is, mist hij papa en wanneer hij bij papa is, mist hij mama. Dat is niet zo leuk.

Sessie 5

Doelstelling: Het kind kan de verschillende emoties tot uiting brengen in fysiek spel.

Werkvorm A

Doel

Emotie ervaren

Uitleg

Iedereen loopt door het lokaal. De therapeut doet mee en geeft tegelijkertijd korte opdrachten over de manier waarop iedereen zich door het lokaal beweegt. Dit kan zijn 'huppelen', 'maak je zo groot mogelijk' of 'kruip over de grond'. Wanneer de kinderen dat willen, mogen ook zij om de beurt een opdrachtje geven.

Na een tijdje kunnen hier tussendoor ook gezichtsuitdrukkingen gevraagd worden. Deze kunnen tussen de andere opdrachten door gegeven worden. Deze gezichtsuitdrukkingen worden bij de emotie genoemd, namelijk boos, blij, verdrietig of bang, om ervoor te zorgen dat de kinderen vertrouwd raken met deze gevoelswoorden. Door ze direct vanaf het begin te benoemen, zullen kinderen deze woorden ook sneller zelf gaan gebruiken.

Om het verder op te bouwen, worden gezichtsuitdrukkingen gecombineerd worden met een fysieke actie. Een blij gezicht en huppelen kan dan tegelijk, of schouders optrekken en een bang gezicht.

Werkvorm B

Doel

Emoties ervaren; emoties ervaren

Uitleg

Iedereen gaat in de kring staan. De bedoeling is dat er steeds iemand met één emotie begint. Tijdens het uitbeelden helpt het om ook daadwerkelijk de emotie te benoemen, zoals 'ik ben blij'. Deze emotie wordt nagedaan door het kind naast je, maar deze vergroot de emotie een stukje. Degene naast dat kind maakt de emotie weer een stukje groter. Dit gaat net zolang door tot een kind de emotie niet nog groter denkt te kunnen maken. Dan wordt de grootste versie nog eens door de hele groep herhaald, zodat iedereen de emotie een keer volledig kan voelen en uitspelen.

De eerste emotie wordt gestart door de therapeut. Bij een volgende emotie kan ook een van de kinderen beginnen.

Werkvorm C

Doel

Emoties herkennen; emoties benoemen; projectie van eigen emotie

Uitleg

Er worden beelden onthuld. Om de beurt gaat een kind op een blok in een eigen gekozen houding gaan staan, met een zelf gekozen emotie. De andere kinderen verzinnen heel kort een verhaaltje over dit beeld.

Ondersteunend verhaal

Kam merkt dat hij steeds sneller boos, bang, blij of verdrietig is. Soms voelt hij het zelfs allemaal tegelijk. Hij kleurt blauw wanneer hij verdrietig is. Hij wordt verdrietig wanneer hij papa of mama mist. Kam kleurt geel wanneer hij bang is. Dit gebeurt wanneer mama boos op hem is. Hij is dan bang dat mama ook zal verhuizen, net als papa. Kam kleurt rood wanneer hij boos is. Hij vindt het stom dat hij niet meer tegelijkertijd met papa en mama aan tafel kan eten of dat ze niet meer met z'n drieën verstopperijtje kunnen spelen. Dat was altijd zo fijn eerst. Kam kleurt groen als hij blij is. Dat gebeurt ook nog steeds. Hij is blij wanneer zijn papa hem komt halen of wanneer papa en mama geen ruzie maken wanneer ze elkaar zien. Maar soms voelt hij ook alle kleuren en dus alle emoties door elkaar heen. Hij weet dan niet meer wat hij eigenlijk voelt. Gelukkig kan mama of papa hem dan soms troosten.

Nabespreking

De kinderen kunnen elkaar vertellen over een moment in hun thuissituatie dat ze één van de gespeelde emoties voelden. Ze kunnen het ook gewoon alleen bedenken zonder het te delen, daar kun je als therapeut toe uitnodigen.

Sessie 6

Doelstelling: het kind kan in rollenspel aan anderen verwoorden wat hij of zij voelt.

Werkvorm A

Doel

Emoties benoemen

Uitleg

Werkvorm A van sessie 5 wordt eerst herhaald. Zodra de groep weer in staat is de emoties fysiek in te zetten, komt er een element bij. De therapeut klapt in de handen. Op dat moment vertellen de kinderen per tweetal en na elkaar welke emotie zij voelen.

Werkvorm B

Doel

Emoties benoemen aan anderen

Uitleg

Er worden korte rollenspelletjes gespeeld. Hierbij zit steeds één kind op een bankje in het park. Dit kind speelt één van de vier basisemoties. Er komt iemand bij dit kind op het bankje zitten en vraagt wat er aan de hand is. Het kind vertelt dit aan diegene. Het kind mag een reden bedenken waarom hij deze emotie heeft.

Werkvorm C

Doel

Tips geven, met elkaar in gesprek gaan over emoties

Uitleg

Hetzelfde rollenspelletje als in werkvorm B wordt herhaald. Dit keer is het de bedoeling dat de voorbijganger het kind een tip geeft of helpt bij het gevoel dat hij heeft. Hiervoor dient het verhaal over Kam ter inspiratie. De tip mag uitgespeeld worden in de scène.

Ondersteunend verhaal

Wanneer Kam blij is, dan heeft hij een groene kleur. Hij huppelt, danst en hij springt. Hij vindt het heel fijn om blij te zijn. Als hij een vriendje tegenkomt wanneer hij blij is, vertelt hij dat hij blij is. Het vriendje vindt dat fijn voor hem.

Wanneer Kam bang is, dan heeft hij een gele kleur. Hij kruipt dan in een hoekje en heeft een beverig gevoel. Hij vindt het vaak niet zo fijn om bang te zijn. Wanneer er een vriendje langskomt, zegt hij dat hij bang is. Het helpt dan wanneer het vriendje een arm om hem heen legt. Dan voelt hij zich iets minder bang.

Wanneer Kam verdrietig is, dan heeft hij een blauwe kleur. Hij moet dan een beetje huilen en hij heeft het gevoel dat er niets is dat kan helpen. Wanneer er een vriendje langskomt, zegt hij dat hij verdrietig is. Het helpt dan wanneer hij met het vriendje een spelletje gaat doen. Hij voelt zich dan ook weer een beetje blij.

Wanneer Kam boos is, heeft hij een rode kleur. Hij stampet dan op de grond en vindt alles stom. Wanneer er een vriendje langskomt, schreeuwt hij dat hij boos is. Het helpt dan wanneer hij met het vriendje tegen kussens gaat slaan. Daarna voelt hij zich een beetje minder boos.

Nabespreking

In de nabespreking kunnen er nog tips en adviezen uitgewisseld worden tussen de kinderen. Ze

kunnen elkaar vertellen wat ze thuis zelf doen wanneer ze zich boos, bang of verdrietig voelen en wat er dan kan helpen.

Sessie 7

Doelstelling: het kind kan emoties verwoorden naar aanleiding van situaties.

Werkvorm A

Doel

Emoties verbinden aan situaties

Uitleg

De therapeut heeft kaartjes met situaties erop. Dit zijn neutrale situaties. Er zijn vier hoepels, namelijk één voor elke basisemotie. De therapeut noemt de situaties en de kinderen mogen kiezen welke emotie zij daarbij zouden hebben en gaan bij de desbetreffende hoepel staan. De therapeut zal de kinderen van tevoren vertellen dat er verschillende emoties mogelijk zijn in de situaties, dus dat de kinderen niet fout kunnen kiezen. Voor de kaartjes, zie bijlage 3.

Vervolgens mogen de kinderen voor elke hoepel een eigen situatie verzinnen die ze erbij vinden passen. Dit kunnen allerlei mogelijke situaties zijn en hoeven niet gekoppeld te zijn aan de thuissituatie.

Werkvorm B

Doel

Emoties verbinden aan situaties

Uitleg

De hoepels blijven liggen. De therapeut heeft een tweede set kaartjes, die over situaties in het gezin gaan. De kinderen kiezen wederom welke emotie zij zouden hebben. Ook wanneer ze de situatie niet kennen, kiezen ze de hoepel waarvan ze denken dat hij erbij past. De kaartjes die bij deze werkvorm horen, staan in bijlage 4.

Werkvorm C

Doel

Thuissituatie doorwerken, wijs worden uit emoties in de thuissituatie

Uitleg

Kinderen mogen zelf bij alle vier hoepels een situatie bedenken die erbij past, ditmaal wel uit de thuissituatie. Dit mag ook iets zijn dat lijkt op wat er al is genoemd in de vorige werkvorm. Vervolgens mag het kind twee situaties uitkiezen die het wil uitspelen. We spelen vervolgens die twee situaties van elk kind uit met de poppetjes. Kinderen mogen zelf kiezen om dit wel of niet achter de poppenkast te doen.

Ondersteunend verhaal

Kam is vandaag bij zijn moeder thuis. Hij heeft een heel mooie hut gebouwd, helemaal zonder hulp. Hij is er erg trots op en is dus groen. Want trots is ook heel blij. Het is een houten hut en hij heeft hem helemaal in de bovenste takken van de boom gebouwd. Zo kan hij over het hele bos uitkijken. Kam vraagt mama te komen kijken en dat doet ze. Ook zij vindt de hut heel erg mooi. Kam bedenkt dat papa de hut ook moet komen zien. Hij wil al naar huis rennen om papa te halen, maar dan bedenkt hij dat papa in een ander huis is gaan wonen. Hij krijgt nu een blauwe kleur, want hij voelt zich hier verdrietig over. Hij krijgt nu wel een idee. Want wat als hij papa nu eens opbelt en vraagt of

hij wil komen kijken. Hij vraagt mama of hij mag bellen. Mama zegt dat Kam papa pas weer in het weekend ziet en dat ze niet wil dat hij hem nu opbelt. Kam wordt rood, want hij vindt het een stom antwoord en is er boos over. Hij stampet heel hard met zijn pootjes en schreeuwt naar mama dat hij papa wil bellen. Mama zegt dat dit echt niet kan en dat hij niet zo hard mag schreeuwen. Mama loopt weg en Kam blijft alleen in de hut achter. Hij huilt, omdat hij verdrietig is dat zijn papa en mama niet gewoon samen naar de hut kunnen kijken. Twee dagen later komt papa Kam halen. Kam is blij dat hij papa nu eindelijk zijn hut kan laten zien. Papa vindt het gelukkig ook een heel mooie hut!

Sessie 8

Doelstelling: het kind kan in rollenspel een lastige thuissituatie oplossen.

Werkvorm A

Doel

Plezier maken, ontspannen

Uitleg

We gooien een bal over. Bij elke gooi stel je een vraag aan degene aan wie je de bal gooit. Dit kunnen vragen zijn als 'welke kleur sokken heb je aan', 'wat heb je vanochtend gegeten' of 'hoe ben je naar school gekomen'.

Werkvorm B

Doel

Mogelijkheden aanreiken

Uitleg

Er zijn verschillende kaartjes. De kinderen kiezen om de beurt een kaartje uit, waarop een situatie staat die ze mogen uitspelen met de zelfgemaakte poppetjes. In deze kaartjes worden gerichte opdrachten gegeven om situaties bespreekbaar te maken. De kaartjes geven aan dat het kind zijn problemen of moeilijkheden met de ouder bespreekt. Dat is bij voorkeur ook de bedoeling. Mocht het kind een moeilijke band hebben met de ouders, dan kan de therapeut ook vragen of er iemand in de omgeving is met wie het kind zijn situatie kan bespreken. Dit kan bijvoorbeeld ook een buurvrouw of oma zijn. Kaartjes voor deze werkvorm zijn te vinden in bijlage 5.

Werkvorm C

Doel

Oplossingen vinden

Uitleg

De kinderen bedenken allemaal één situatie die ze gemakkelijk vinden en één die ze lastig vinden. Deze situaties spelen rondom de thuissituatie. In de groep verzinnen we oplossingen voor de lastige situatie. We spelen alle situaties uit met elkaar. Het is aan te raden om dit met de poppetjes te doen, omdat de kinderen dan geen ouderrollen op zich hoeven te nemen.

Ondersteunend verhaal

Kam is zaterdag jarig. Hij vindt het heel leuk om jarig te zijn en verheugt zich op de cadeautjes en op de taart die hij zal krijgen! Hij heeft alleen één probleem. Op zaterdag is hij altijd bij papa, maar die woont aan de andere kant van het bos. Zijn vriendjes wonen allemaal in de buurt van het huis van mama. En die wil hij wel allemaal uitnodigen. Hij heeft nu een oplossing bedacht. Hij zal zijn verjaardag bij mama thuis vieren. Hij vertelt mama dat hij dit weekend niet naar papa wil, om zijn

verjaardag thuis met mama en zijn vriendjes te vieren.

Therapiefase 3

Richting de toekomst

Algemene doelstelling: Het kind toont in een toneelstukje een positieve blik op de toekomst.

Onderliggende rouwtaak is:

Rouwtaak 4: je gaat verder met je leven, met het gezin in je hart

Sessie 9

Doelstelling: Het kind kan in een toneelstukje naar de toekomst kijken.

Werkvorm A

Doel

Ontspannen, plezier maken

Uitleg

Iedereen loopt door de ruimte, één kind is de leider en deze mag zeggen wat de rest gaat doen. Dit zullen opdrachten zijn zoals 'over de grond kruipen', 'maak kikkersprongen' of 'doe een vliegtuig na'.

Werkvorm B

Doel

Blik in de toekomst werpen, zelfvertrouwen.

Uitleg

Het groepje zit rond een bol voorwerp, bijvoorbeeld een lampje of een bal. Er wordt gedaan alsof dit een glazen bol is. De kinderen mogen om de beurt vertellen hoe zij zich daarin zien, hoe ze er over een tijdje bij lopen, hoe hun situatie dan is of wat ze dan zullen doen. Hierbij benoemt de therapeut dat ze wel moeten begrijpen dat ze hierbij de huidige situatie in het oog moeten houden, namelijk op zo'n manier dat papa en mama niet bij elkaar zijn of nog kunnen komen. De therapeut zal zelf een voorbeeld geven, namelijk dat de therapeut over een tijdje samen met vrienden op vakantie gaat.

Werkvorm C

Doel

Blik in de toekomst, zelfvertrouwen, plezier maken

Uitleg

Ieder kind kiest een wens die het voor de toekomst heeft. Dit is iets dat het in de glazen bol van werkvorm B gezien heeft. Elk kind mag dit in een scène presenteren. Dit kan iets zijn als 'over tien jaar ben ik kapster' of 'in de zomer ga ik met mijn moeder en stiefvader op vakantie'. De kinderen mogen zelf invulling geven.

Ondersteunend verhaal

Kam heeft vannacht een droom over de toekomst gehad. Hij droomde dat hij over een paar jaar een eigen huisje zou hebben en dan precies zelf kon bepalen wanneer hij naar papa en mama kon gaan. Wanneer hij zin had om stoere mannendingen te doen, zou hij naar papa gaan en wanneer hij bessen wilde plukken in het bos, zou hij dat met mama gaan doen. Verder zou hij de beste houthakker worden van het hele bos. Hij zou heel sterke spieren hebben en heel snel veel hout kunnen hakken.

Sessie 10

Doelstelling: het kind rondt de therapie op een positieve manier af.

Werkvorm A

Doel

Ontspannen, plezier maken

Uitleg

De kinderen kiezen samen wat ze in deze sessie nog zouden willen doen. De therapeut geeft ze de keuze uit drie dingen die de kinderen ook al eerder gedaan hebben. Het is de bedoeling dat deze activiteit in groepsverband plaatsvindt en dat iedereen er plezier aan kan beleven.

Werkvorm B

Doel

Gezamenlijk afsluiten

Uitleg

Iedereen gaat in een kring zitten of staan en pakt elkaars handen vast. Om de beurt mag iedereen een zin zeggen om het verhaal over Kam af te sluiten. Er wordt dus samen een einde bedacht aan dit verhaal, op een positieve manier. Wanneer dit lastig is, kan de therapeut het initiatief nemen en het bedachte einde vertellen.

Werkvorm C

Doel

Afsluiten van de therapie

Uitleg

De kinderen hebben verschillende poppetjes gemaakt en misschien nog wel tekeningen. Deze krijgen ze in een mapje mee naar huis. De kinderen krijgen nog even de ruimte om iets over de therapieperiode te zeggen. Het verhaaleinde wat er voor Kam is bedacht, kan nog even teruggekoppeld worden naar de kinderen, om een positief einde te hebben en met vertrouwen de toekomst in te stappen.

Ondersteunend verhaal

Kam is een beetje meer gewend om twee huizen te hebben. Hij weet nu precies wanneer hij naar papa gaat en wanneer hij bij mama is. Natuurlijk is hij nog steeds af en toe verdrietig, boos of bang, maar dat was hij ook toen ze nog met z'n drieën bij elkaar woonden.

Tijdsduur

De kinderen komen eenmaal per week samen, steeds op dezelfde dag en hetzelfde tijdstip. Er zullen tien sessies van 45 minuten plaatsvinden. De therapie zal dus in totaal tien weken bestrijken. Los van deze tien weken is er met de ouder(s) een gesprek voor de start van de therapie en een afsluitend gesprek na de tien sessies.

Groepsgewijs

De therapie zal plaatsvinden in een groepje van drie á vier kinderen. De groep blijft in principe gedurende de tien sessies gelijk. Het is aan te raden het leeftijdsverschil niet te groot te laten zijn. Er kan maximaal twee jaar verschil bestaan tussen de oudste en de jongste deelnemer. Aan de verhouding jongens/meisjes is in principe geen criterium verbonden. Het is aan te raden bij het samenstellen van het groepje overleg te hebben met de docenten om te bepalen welke kinderen samen in een groepje passen. Hierbij moet rekening gehouden worden de manier waarop de interactie zou zijn met alleen jongens, meisjes of een combinatie hiervan. Ook moeten hierin de kindkenmerken zoals ADHD en ASS bekeken worden.

Het werken in een groep heeft verschillende voordelen. Kinderen hebben het lotgenotencontact waardoor ze in de eerste plaats merken dat ze niet de enigen zijn die met scheiding te maken hebben. Daarnaast kan het een kind helpen wanneer het emoties en gedachten van anderen bij zichzelf herkent. Dit geeft het kind ruimte deze zelf ook tot uitdrukking te brengen.¹⁶ Bovendien kunnen kinderen elkaar heel goed steunen. Zeker op de basisschool is het contact met leeftijdsgenootjes heel belangrijk en het is fijn als ze ook in de moeilijke periode van een scheiding merken dat er steun te vinden is bij deze kinderen. Ze kunnen elkaar tips en advies geven op hun eigen manier.

Voor het Speciaal Basisonderwijs is het aan te raden naast de kalenderleeftijd ook goed naar de ontwikkelingsleeftijd te kijken. Er bestaan grote verschillen in niveau en hier dient rekening mee gehouden te worden bij het samenstellen van de groep.

Therapeutische variabelen

De therapie wordt gegeven door een dramatherapeut. Aangezien het een klein groepje betreft, is er geen co-therapeut nodig. De kinderen hebben de ruimte nodig voor hun eigen proces en bieden elkaar ook steun en hulp.

Evaluatie

Per sessie zal een sessieverslag bijgehouden worden. Dit verslag gaat over de ontwikkelingen die elk kind in de groep maakt en hoe hij of zij zich in de groep beweegt en welke voortgang het kind in zijn of haar verwerkingsproces maakt. Aan het einde wordt aan de hand van de doelen een evaluatieverslag geschreven per kind. Hierin wordt de ontwikkeling van het kind door de gehele therapieperiode heen vastgelegd, aan de hand van de doelen die er per behandelfase gesteld zijn. Deze evaluatie wordt ook besproken met de docent en met de ouder(s) van het kind. Er is naar aanleiding van dit evaluatieverslag dus een afsluitend oudergesprek. In dit gesprek vertelt de therapeut over de ontwikkelingen in het proces van het kind. Ook kan de therapeut nog advies geven aan de ouder over de behoefte van het kind met betrekking tot het omgaan met de scheidingsproblematiek. Ook de co-ouder of stiefouders kunnen hierbij aanwezig zijn.

¹⁶ Spruijt, E., Kormos, H. (2010). *Handboek scheiden en de kinderen: voor de beroepskracht die met scheidingskinderen te maken heeft*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Bijlage 1

Kaartjes voor sessie 1
Werkvorm C

Tijger	Kikker	Varken	Poes
Vis	Trommel	Gitaar	Fluit
Piano	Voetbal	Tennis	Paardrijden
Schaatsen	Hockey	Vogel	Olifant

Bijlage 2

Voorbeeld bij sessie 2
Werkvorm A

Dit zijn voorbeelden van poppetjes van het gezin, voordat de scheiding plaats vond.



Bijlage 3

Kaartjes bij sessie 7
 Werkvorm A

De zon schijnt en ik kan buitenspelen	Ik heb ruzie met mijn buurjongen omdat hij vals speelt	Ik heb een heel enge droom en schrik wakker	Nog één dag naar school en dan is het vakantie
Ik heb mijn huiswerk nog niet af en de juf is boos op me	Mama is ziek en kan daardoor niet met me spelen	Ik mag bij opa en oma logeren	Ik ga in het spookhuis op de kermis
Ik fiets alleen door het donker	De hond van de burens komt hard blaffend naar me toe	Mijn hamster is ziek en wil niet meer eten	Ik mag van de juf niet op de computer

Bijlage 4

Sessie 7
 Werkvorm B

Dit weekend ga ik naar papa	Ik denk aan de tijd dat papa en mama nog samen waren	Mijn broer of zus vraagt of ik mee wil spelen.	Ik mag twee keer op vakantie, één keer met papa, één keer met mama
Ik speel met mijn huisdier	Ik maak ruzie met mama	Ik mag papa niet bellen van mama	Papa en mama maken ruzie met elkaar
Papa komt niet op mijn verjaardag	Mama heeft een nieuwe vriend	Ik mag dit weekend niet naar papa	Ik ben in een ander huis dan mijn broers of zussen

Bijlage 5

Kaartjes bij sessie 8
 Werkvorm B

Ik ben in het weekend jarig en wil dit het liefst bij mama vieren, terwijl ik bij papa zou moeten zijn. Ik bel papa op en vertel dat ik bij mama blijf.	Papa en mama maken ruzie wanneer mama me komt ophalen. Ik zeg dat ik het stom vindt wanneer ze ruzie maken.	Mama en ik gaan naar de bioscoop. Ik vind het jammer dat papa er niet bij kan zijn en ik vertel dat aan mama.	Papa heeft een nieuwe vriendin en daardoor heb ik er een broertje/zusje bij. Ik ben bang dat papa mij nu niet meer lief vindt en zeg dat tegen hem.
Ik voel me soms best een beetje alleen wanneer ik bij papa ben. Ik vraag hem of ik een vriendje mag bellen om te komen spelen.	Ik word vandaag op school opgehaald door papa in plaats van mama. Ik ben er helemaal door in de war en zeg dit tegen papa.	Ik snap eigenlijk nog steeds niet zo goed waarom papa en mama niet meer bij elkaar wonen. Ik vraag dit aan mama.	Mama heeft een nieuwe vriend. Deze doet soms tegen mij alsof hij mijn vader is. Ik zeg tegen mama dat ik dat niet leuk vindt.