

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Mijn kleur, jouw vorm, ons beeld

Beeldende therapie in een klinische echtparengroepsbehandeling 1)

Samenvatting In de klinische echtparengroepsbehandeling van De Keerkring te Beilen (Drenthe) worden telkens vijf echtparen gedurende zeven weken opgenomen in een groep. Zij volgen een gestructureerd behandelprogramma. Met een brede waaier aan methodieken en interventies wordt in dit behandelprogramma een soort therapeutische hogedrukpan gecreëerd. Beeldende creatieve therapie is onderdeel van het programma. In dit artikel wordt in het bijzonder ingegaan op de toepassing van de beeldende therapie bij de echtparen en in de groep. De opdrachten daarbij sluiten zoveel mogelijk aan bij de fase van de therapie en het groepsproces.

1 BEELDENDЕ THERAPIE MET ECHTPAREN

In dit artikel beschrijven wij de plaats en werkwijze van de beeldende therapie als onderdeel van een intensief klinisch groepsbehandelprogramma voor echtparen in Kenniscentrum voor relatieproblematiek 'De Keerkring'. Deze behandeling is gericht op het doorbreken van vaak al lang bestaande ziekmakende individuele en partnerrelatiepatronen. Daarbij wordt gebruikgemaakt van een scala aan behandelmethodieken, waaronder een aantal non-verbale therapievormen zoals psychomotore therapie (Spijkerman, 1996), activiteitentherapie en beeldende therapie. De beeldende therapie in De Keerkring is zodoende geen op zichzelf staande therapie, maar een overwegend non-verbaal onderdeel van het totale behandelproces, waarin de beleving en ervaring aan de hand van het werken met beel-

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN
Hilda de Weerd, creatief therapeute, Ineke Toering, psychiater, en Albert Neeleman², GZ psycholoog-psychotherapeut, zijn verbonden aan het Kenniscentrum voor relatieproblematiek 'De Keerkring' GGZ Drenthe Zuidwest.

1 Dit artikel is een bewerking van het artikel *Mijn kleur, jouw vorm, ons beeld, beeldende therapie met echtparen* (2006). Hilda de Weerd, Tijdschrift voor Vaktherapie 1.2, 12-19.

2 Correspondentieadres: albert.neeleman@ggzdrenthe.nl

dend materiaal centraal staat. Het werken hiermee heeft specifieke merites. Voor gesloten mensen kan het bijvoorbeeld een openbaring zijn te merken hoeveel van hun belevingswereld toegankelijk wordt middels beeldende therapie. Voor mensen die erg doorlaatbare grenzen hebben, is het juist prettig dat de therapiesoort veel structuur geeft, omdat er met een opdracht, met bepaald materiaal en in een eigen werkruimte gewerkt wordt.

Het beeldend werk kan partners helpen wat afstand te nemen van dagelijkse conflicten en irritaties en op een andere manier stil te staan bij wat zij beleven in zichzelf en aan elkaar. Moeilijk bespreekbare ervaringen en belevingen kunnen worden uitgedrukt in het beeldend werk. Rober (2006) spreekt in dit verband van het prenatatieve karakter van beelden. De gevoelens en beelden die tijdens de beeldende therapie worden opgeroepen, kunnen dan bijvoorbeeld tijdens de groepstherapie verder worden onderzocht en uitgewerkt. Andersom kunnen processen die tijdens de groepstherapie en andere verbale therapieën in gang zijn gezet met behulp van beeldende therapie worden uitgewerkt. Specifiek aan de echtparensetting is natuurlijk dat het scheppend proces en de resultaten daarvan voor de levenspartner zichtbaar zijn en dat langs deze andere communicatieve ingang eerder onbegrepen boodschappen toch betekenis kunnen krijgen of van betekenis kunnen veranderen. Ook het samen vorm geven aan opdrachten levert veel informatie op.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

2 DE KEERKRING

De Keerkring is in 1991 als onderdeel van GGZ Drenthe van start gegaan met een eerste klinische echtparengroep. Inmiddels is praktijkervaring opgedaan met 420 echtparen in 92 groepen. Het gaat daarbij om gesloten groepen van vijf echtparen die zeven weken worden opgenomen. In de weekenden gaan de deelnemers naar huis.

Van de deelnemende echtparen hebben een of beide partners al een uitgebreide psychiatrische voorgeschiedenis, waarin individuele behandelingen maar dikwijls ook ambulante relatietherapie al hebben plaatsgevonden. Deze behandelingen hebben echter geen of onvoldoende resultaat gehad. In DSM-IV-termen zijn de meest voorkomende classificaties van deelnemende partners stemmingsstoornissen, angststoornissen, posttraumatische stressstoornis en persoonlijkheidsstoornissen. Psychotische toestandsbeelden, ernstige verslavingsproblematiek en zwakbegaafdheid zijn contra-indicaties. De leeftijd van de deelnemende echtparen ligt doorgaans tussen de dertig en vijfenzeventig jaar en zij zijn afkomstig uit heel Nederland.

Vanaf de start van de groepsbehandeling voor echtparen in De

Keerkring is in samenwerking met de afdeling Sociale Psychiatrie van de Rijks Universiteit Groningen wetenschappelijk onderzoek gedaan naar het effect van de behandeling (Sytema, Bout & Simons, 2000; Sytema & Bout, 2006). Anderhalf jaar na afloop van het groepsprogramma blijkt bij 64% van de echtparen sprake van succes in de zin van vermindering van psychiatrische klachten en verbetering van het probleemoplossend vermogen van de echtparen.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

2.1 Behandelvisie

De hoekstenen van het groepsprogramma voor echtparen zijn door de jaren heen niet wezenlijk veranderd (Mulder, Bout, Pol & Simons, 1993). Doel van de behandeling is het doorbreken van rigide relatiepatronen en het verminderen van klachten op individueel en relationeel niveau. Tevens wordt er naar gestreefd het vermogen van de partners om zelf problemen en klachten het hoofd te bieden te vergroten en zodoende de toekomstige zorgconsumptie te doen verminderen (Sytema, Bout & Simons, 2000). Als belangrijk middel om deze doelen te realiseren zien wij het verbreden van de context van de problematiek, zodat nieuwe betekenisgeving en interactie mogelijk worden:

- van individu naar de relatie en vice versa,
- van de relatie naar de partnerrelatiegroep,
- van de relatie naar beider gezinnen van oorsprong.

De parengroep is bij uitstek geschikt om de context van het paar te verbreden, vooral als men die groep samen laat leven op een voor hen onbekend terrein en verantwoordelijkheden van de groepsleden voor werk, huishouding en opvoeding van de kinderen tijdelijk kunnen worden losgelaten. In echtparengroepen kunnen minstens vier niveaus van interactie onderscheiden worden waarop therapeutisch kan worden aangegrepen: individueel niveau, partnerniveau, interpersoonlijk niveau en groepsniveau (Coché & Coché, 1990). Voor de klinische echtparenbehandeling wordt gebruikgemaakt van een integratieve benadering waarin inzichten uit relatie- en gezinstherapie, groeps- en milieutherapie én individuele therapie benut worden. Om op elk van de interactieniveaus te kunnen interveniëren, wordt er nadrukkelijk gewerkt met een breed palet aan behandelmethodieken, voortkomend uit verschillende psychotherapeutische referentiekaders (gedragstherapie, experiëntiële therapie, psychodynamische therapie). Daarbij wordt gebruikgemaakt van zowel verbale therapievormen, zoals groepspsychotherapie, communicatietraining en sociotherapie, als ook non-verbale therapievormen, zoals psycho-

motore therapie (Spijkerman, 1996), activiteitentherapie en beeldende therapie (De Weerd, 2006). Waar nodig wordt bovendien farmacotherapie aangewend.

In het programma onderzoeken wij met de partners de betekenis van de psychiatrische symptomen en het effect daarvan op de ontwikkeling van het individu in zijn context. Veel aandacht gaat uit naar de intergenerationele invloeden op de ontwikkeling van het individu en de uitwerking daarvan op partnerrelatieniveau. Wij stellen de invloed van beide families van oorsprong, de partnerkeuze en de ontwikkeling van partnerrelatiepatronen nadrukkelijk aan de orde. Nieuwe manieren van interactie worden gestimuleerd.

Daar het gaat om een kortdurend programma voor echtparen met dermate rigide interactiepatronen dat eerdere behandeling onvoldoende soelaas heeft geboden, is het van belang om een stevige therapeutische druk te genereren. Een stabiele 'dragende omgeving' (*holding environment*) is nodig voor de cliënten en het behandelteam om de benodigde druk te genereren, te verdragen (*containen*) en te verwerken (Berkouwer, 2004). Het verzorgen van een veilig therapeutisch klimaat is dus een essentiële voorwaarde om cliënten in staat te stellen oude overlevingsstrategieën los te laten, nieuw gedrag te oefenen en terugval in oude patronen te voorkomen.

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

3 BEHANDELPROGRAMMA

3.1 Intakefase

In de intakeprocedure wordt de werkrelatie gevestigd en worden de problematiek en de context in kaart gebracht. Het streven is dat de systeemtherapeut die de intake verzorgt zoveel mogelijk ook de echtpaargesprekken tijdens het klinisch programma doet. Bovendien is de systeemtherapeut vaak betrokken bij het nazorgtraject van het echtpaar.

De intakeprocedure verloopt als volgt. Na de aanmelding vinden vier intakegesprekken plaats met een systeemtherapeut; twee met het echtpaar samen, één gesprek met de kinderen en een individueel gesprek met elk van de partners. In het individuele gesprek met elke partner wordt nader ingegaan op de eigen levensgeschiedenis en individuele klachten. Wij hechten groot belang aan het gesprek met de kinderen, omdat zij belanghebbenden zijn en deskundig zijn over hoe het er thuis aan toegaat. Tevens kan een inschatting gemaakt worden van het functioneren van de kinderen en hoe zij aankijken tegen de afwezigheid van de ouders gedurende het programma. Tijdens de gesprekken met het echtpaar komen de relatie, de proble-

matiek en de doelen voor behandeling aan bod. Met iedere deelnemer worden individuele doelen en op echtpaarniveau worden gezamenlijke doelen vastgesteld. Voorbeelden van individuele doelen zijn 'Ik registreer en verwoord wat ik voel', of 'Ik verbeter mijn zelfvertrouwen en zelfrespect' of 'Ik onderzoek de invloed van mijn verleden op mijn stemmingsproblematiek'. Voorbeelden van gezamenlijk doelen zijn 'Beter onderhandelen en samenwerken', 'Onze intieme en seksuele relatie nieuw leven inblazen', 'Gelijkwaardiger taakverdeling' of 'Samen weer meer leuke dingen doen'.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

3.2 Behandelprogramma

Onderdeel van de 'dragende omgeving' is een vast wekelijks programma waarin de verschillende interventies en methodieken hun plaats vinden. Zie tabel 1. De overdracht van alle informatie is een belangrijke voorwaarde voor een succesvol verloop van het programma. De informatieoverdracht wordt voor een groot deel verzorgd door de sociotherapeut, die bij elk therapieonderdeel aanwezig is.

Tabel 1: Weekprogramma van de klinische groepstherapie voor echtparen

	Ochtend	Middag	Avond
Maandag	Weekend evaluatie Groepssessie over de doelen voor de komende week	Psychomotorische therapie Communicatietraining	De video bekijken van de groepstherapie
Dinsdag	Beeldende therapie Partnerteambespreking	Psycho-educatie over een thema	
Woensdag	Groepspsychotherapie Psychomotorische therapie in de groep	Individuele en echtpaargespreken, inclusief een gesprek met de familie van oorsprong	Een sociale activiteit, georganiseerd door twee echtparen
Donderdag	Activiteitentherapie Sociotherapie	Communicatietraining	
Vrijdag	Mannen- en vrouwengroep Zwemmen	Weekend voorbespreking Discussie over de doelen die de afgelopen week zijn gesteld	

Een belangrijk onderdeel om therapeutisch druk te maken en te houden is de wekelijkse doelenbespreking, waarin ieder groepslid een opdracht voor de komende week afspreekt. Het gaat er dan om de deelnemer te stimuleren een element van de problematiek bij de kop te pakken dat veelal op het snijvlak zal liggen van de persoonlijke problematiek en de relationele impasses. Dit weekdoel loopt voor de betreffende persoon als rode draad door de rest van het programma van die week, onder meer door de feedback van de andere groepsleden en van de teamleden. De deelnemer heeft weinig ruimte om zich te verschuilen, omdat hij of zij in de groep en de leefomgeving zeer zichtbaar is. Er wordt dus voortdurend een appel gedaan op hem of haar.

In de eerste helft van de zeven weken ligt de focus van de behandeling op het individu, waarbij niet uit het oog wordt verloren dat de partner en de groep wel als getuigen aanwezig zijn en ook beïnvloed worden door het proces van de ander. Het belang hiervan ligt er in dat mensen met relatieproblemen veelal in behandeling komen om hun partner te veranderen. Door eerst te focussen op de eigen problematiek worden deelnemers geholpen het eigen aandeel in de relatieproblematiek te onderkennen. In dit kader voeren de partners en hun systeemtherapeut in de tweede en derde week ook gesprekken met (leden van) beider gezinnen van herkomst. Tevens wordt in de derde week een relatieavond georganiseerd voor familie en vrienden, waar algemene informatie over de behandeling wordt gegeven en vragen gesteld kunnen worden. Dit zorgt weer voor een verbreding van de context en voor een inbedding van het therapeutische proces van de deelnemende echtparen in hun thuissituatie, wat kan helpen om te verdiepen en om terugval in oude patronen te voorkomen.

Halverwege het programma verschuift de focus van de behandeling naar het echtpaarniveau. Dan kan de individuele problematiek van beide partners nadrukkelijker verbonden worden met de relationele moeilijkheden en worden partners steeds geconfronteerd met de vraag wat zij zelf gaan doen om die relationele moeilijkheden op te lossen. In dit deel van het programma doet de systeemtherapeut een tussenevaluatie met het echtpaar en een gesprek over welke nazorg wenselijk geacht wordt.

Tijdens de wekelijkse psycho-educatiemiddagen worden thema's besproken die tegelijk als een rode draad door de andere programmaonderdelen en processen van die week heenlopen. Ook de opdrachten van de beeldende therapie sluiten er op aan. Deze themabijeenkomsten worden achtereenvolgens gewijd aan het genogram (stambomen, ervaren kwaliteiten en minpunten van ouders), *sculptures* van de relatie (kort na kennismaking, kort voor opname in De

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

Keerkring en over drie jaar), destructief versus constructief ruzie maken, grenzen als persoon en als relatie, intimiteit en seksualiteit en taken en verantwoordelijkheden. De ervaring leert dat deze thema's een goede manier zijn om de stap naar actieve deelname aan de therapie te versnellen.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

3.3 Nazorg

Het programma is gericht op het tot stand brengen van een doorbraak in rigide relatiepatronen. Daar deze patronen vaak gestoeld zijn op ontwikkelingsarresten en persoonlijkheidsproblemen van de partners en collusieve krachten in hun relatie en gezinnen, is na het klinische programma een nazorgtraject gewenst. De Keerkring biedt onder meer poliklinische partnerrelatiegesprekken, al dan niet gecombineerd met sessies non-verbale therapie, een nazorggroep, een mannengroep en een vrouwengroep. Sommige echtparen verkiezen terugverwijzing naar de therapeut bij wie zij vóór De Keerkring in behandeling waren, bijvoorbeeld vanwege de geografische afstand.

4 BEELDEND THERAPIE IN DE PRAKTIJK VAN DE KLINISCHE ECHTPARENBEHANDELING³

4.1 Algemene opzet

Elke dinsdagochtend krijgt de groep twee uur beeldende therapie. Iedere week krijgen de deelnemers een specifieke opdracht aangeboden die aansluit bij het behandelthema van die week. De eerste vier weken is de behandeling voornamelijk gericht op de partners afzonderlijk om separatie en individualisering te bevorderen. De therapeut richt zich op intergenerationele invloeden bij elk van de partners en de wijze waarop bij hen sprake is van geblokkeerde denk-, wils- en gevoelsprocessen. Een enkele keer wordt de beeldende therapie ook aanvullend aangeboden aan een van de partners om het individuele proces binnen de behandeling te versnellen.

De attitude van de beeldende therapeut is directief, maar verandert wel tijdens de zeven weken. In eerste instantie bewaakt de therapeut tijdens de therapie vooral de interacties tussen de groepsleden, zodat de individuele cliënten hun verhaal kwijt kunnen. In de derde week doet de therapeut meer interventies gericht op de koppeling

3 Dit programma is oorspronkelijk ontwikkeld en uitgevoerd door Jos Heesen en Ali Holwerda, creatief therapeuten bij GGZ Drenthe.

van het werkstuk naar de doelen en het dagelijks leven. Bij de samenwerkingsopdrachten in de tweede helft van het programma grijpt de therapeut direct in als de situatie daartoe aanleiding geeft. Dit om de cliënten stil te laten staan bij hun gedrag en werkwijze en tips te geven hoe het anders kan, of cliënten te laten nadenken over eigen oplossingen. Ook kunnen dan valkuilen duidelijk worden. Op de laatste bijeenkomst trekt de therapeut zich weer wat meer terug.

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

4.2 De structuur van de behandelsessie

De behandelsessie van de beeldende therapie bestaat uit een kwartier opstarten en uitleg van de opdracht van deze week, een uur werken en drie kwartier evalueren. De werkstukken worden altijd aan het eind van de therapiebijeenkomst geëvalueerd. Het resultaat van de opdracht in de vorm van een werkstuk en wat de cliënt daarover vertelt, staat centraal. Er mag niet op elkaars werk worden gereageerd; de tijd is immers beperkt en in andere therapieën is ruimte om op elkaar te reageren. De therapeut rapporteert na elke bijeenkomst aan het behandelteam. De werkstukken blijven veelal in de therapieruimte maar kunnen ook meegenomen worden, bijvoorbeeld om aspecten ervan in andere therapieonderdelen uit te werken. Aan het eind van de zeven weken krijgt iedereen de werkstukken terug.

4.3 Beeldende therapie in de fasen van de behandeling

4.3.1 Eerste fase, gericht op het individu

Week 1: De kennismaking

De eerste keer dat de echtparen in de creatieve therapie komen, wordt uitgelegd wat deze therapie inhoudt. De eerste opdracht is in het kader van de kennismaking: 'Maak een collage over jezelf, wat wil je kwijt op een vel wit papier A1-formaat waarvan 10 cm is omgevouwen'. Doel van deze opdracht is zicht krijgen op het eigen functioneren, stilstaan bij jezelf, je inleven in je partner. Na ongeveer 45 minuten werktijd liggen de werkstukken op tafel. Dan vraagt de therapeut om het werkstuk aan de partner te geven. Op de tien centimeter die is overgebleven mag die een plaatje plakken dat een cadeau symboliseert voor degene die het werkstuk gemaakt heeft. Het doel van deze tweede opdracht is 'Leef je in in je partner'. Na tien minuten wordt het werkstuk teruggegeven en bekijkt iedereen welk cadeau men heeft gekregen. Daarna worden de werkstukken opgehangen en geëvalueerd.

Voorbeeld 1

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

Tineke heeft een vol werkstuk met allerlei onderwerpen zoals natuur, warmte, muziek, haar vier mannen (man en zoons), stoeien en spelen. Ze uit kritiek op haar man omdat ze vindt dat hij de goede dingen niet ziet. Dit heeft ze aangegeven met een grote schoen; ze voelt zich onder de voet gelopen. Het cadeau van haar partner, bloemen met een gedicht, vindt ze mooi, maar ja, wanneer krijgt ze dat.

Jan, de man van Tineke, begint te vertellen dat hij het heel moeilijk vindt om zich te uiten. Helemaal op deze manier. Hij heeft maar een paar dingen opgeplakt. Een tank die de Tweede Wereldoorlog aanduidt. Deze periode heeft veel invloed gehad op zijn leven. Een dikke streep met een kind erachter. Jan denkt dat hij zijn gevoelsleven heeft afgesneden. Hij denkt dat dit al rond zijn achtste jaar moet zijn gebeurd. Hij heeft een soort slinger gemaakt die zijn gespannenheid aangeeft. Hij hoopt hier in De Keerkring aan te werken. Zijn cadeau: huiselijkheid en reizen, daar is hij blij mee en hij hoopt daar in de toekomst weer van te kunnen genieten.

Als hij zijn verhaal heeft gedaan, staat Jan er verbaasd van wat hij allemaal laat zien. Hij is tevreden over wat hij heeft gedaan. Zijn vrouw wil eigenlijk nog wel een opmerking maken bij zijn werkstuk. De therapeut legt haar uit dat dit niet de bedoeling is. Iedereen krijgt de mogelijkheid om zijn eigen verhaal te vertellen, daar blijft het vooraleerst bij. De therapeut legt uit wat daarvan het doel is: naast elkaar aan dezelfde opdracht kunnen werken en dat ook naast elkaar kunnen laten bestaan.

Week 2: Gezin van oorsprong

In deze week staat het thema centraal: hoe ben ik geworden wie ik nu ben?

Doel: bewustwording van eigen normen en waarden en inzicht in de herkomst daarvan.

De opdracht luidt: 'Maak een familiewapen van je gezin van oorsprong met verschillende krijtsoorten. Welke waarden en normen heersten er in jouw ouderlijk gezin? Iedereen heeft iets meegekregen wat van hem of haar werd verwacht. Bijvoorbeeld: je moest goed leren, altijd je best doen, het geloof was belangrijk, er moest hard worden gewerkt of vaders wil was wet. Daarnaast kan ook van belang zijn waar je bent opgegroeid, in de stad of op het platteland. Welke positie had je in het gezin, de oudste of jongste? Wie was het

belangrijkste binnen jouw gezin? Het zijn allemaal ingrediënten die je in het werkstuk kunt verwerken'.

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

Voorbeeld 2

Bram heeft in zijn werkstuk een flat en een boerderij gemaakt. Daaronder een school met een streep erdoor. Verder staat er een soldatenhelm op met een grote motor. Bij zijn werkstuk vertelt Bram dat hij de eerste jaren van zijn leven is opgegroeid in de stad. Hij vond het toen afschuwelijk om naar school te gaan; hoorde nergens bij en stond altijd alleen. Later, in zijn lagere schooltijd, is hij verhuisd naar het platteland. Daar voelde hij zich beter thuis. Toen hij naar de middelbare school ging, brak het hippietijdperk aan. Het was wel een vredelievende tijd, maar zonder enige richting. Voor hem was het moeilijk daarin zijn weg te vinden. Gedurende de hippietijd moest hij in militaire dienst. Daar vond hij voor het eerst aansluiting bij groeps-genoten. Hij moest zich een plek verwerven en dat is hem gelukt. Onderaan het werkstuk heeft hij een grote motor getekend. Zijn motor is erg belangrijk voor hem, die geeft hem een stuk vrijheid.

Zijn vrouw Marina heeft in het midden een troon getekend, waar haar vader als een klein kind op zit. Marina en haar moeder, broers en zussen moesten hem altijd dienen terwijl hij zich gedroeg als een klein kind. Ze heeft een grote ladder getekend die tegen de troon aan staat. Die ladder moest ze bestijgen om waardering te krijgen. Bijvoorbeeld door het halen van diploma's. Om moeder en de kinderen heeft ze prikkeldraad getekend, waarmee ze wil aangeven hoe moeilijk het is om van vaders gezag los te komen.

Iedereen luistert aandachtig naar de verhalen met de symbolische beelden. Na de sessie zeggen Bram en Marina dat ze verstoeld staan van wat ze in korte tijd op papier gezet hebben en wat er uit komt.

Week 3: Karaktereigenschappen

Doel: deze week is gericht op het individuele, de eigenschappen van een persoon en hoe men zichzelf ziet. De groep krijgt twee opdrachten. Opdracht 1. Beeld twee karaktereigenschappen van jezelf uit, een positieve en een negatieve. Deze opdracht wordt uitgevoerd in klei omdat dit materiaal zich makkelijk laat vormen.

Opdracht 2. De laatste tien minuten van het uur worden besteed aan klei gooien. Het doel is je eigen kracht te voelen en agressieve gevoelens te leren kanaliseren. Dit wordt als zeer indringend ervaren.

Voorbeeld 3, opdracht 1

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

Eva begon met het kneden van de klei en werd gaandeweg steeds onrustiger. Het kneden maakt haar boos en ze wist niet goed wat ze moest. Uiteindelijk heeft ze een hand gemaakt van klei. Deze hand staat in positieve zin voor het helpen van anderen. Eva staat altijd klaar voor anderen. Aan de andere kant staat de hand voor het hebben van contact met haar man. Gevoelsmatig heeft ze al jaren geen contact met hem. Omdat ze heel boos is, wil ze dat eigenlijk ook niet. Dit ervaart ze als moedeloos makend en negatief.

Haar man Teun heeft een kameel gemaakt. Hij voelt zich een zoeker in de woestijn. Daarnaast ligt een bal. Die staat voor dat hij alle kanten opgerold kan worden en alles wil om het maar goed te doen. Teun vindt dit een goede eigenschap.

Voorbeeld 4, opdracht 2

Jan gooit de eerste keer heel explosief en keihard met de klei. Andere groepsleden schrikken van zijn kracht en reageren vol verbijstering. De tweede keer vraagt de therapeut hem meer stil te staan bij wat hij doet. Hij is verbaasd over de reactie van de groep. De tweede keer gooit hij bedachtzamer en minder hard.

Zijn vrouw Rita wiebelt heen en weer en kan zich moeilijk concentreren. Ze twijfelt in het gooien waardoor de klei de muur niet bereikt maar met een plofje op de grond valt. Door zich beter te concentreren voelt ze meer stevigheid en is ze krachtiger in de worp. Dat doet haar goed en ze wordt tegelijkertijd emotioneel. Ze merkt dat ze boos is.

Week 4: Grenzen

Doel: in woord en beeld aangeven wat zich in de binnenwereld afspeelt en wat daarvan voor anderen zichtbaar wordt.

Opdracht: 'Maak een ik-doos. Neem daarvoor een doos die qua grootte bij je past. Aan de binnenkant geef je weer wat er in je omgaat. Aan de buitenkant geef je aan hoe je denkt op anderen over te komen. De materialen die je daarbij kunt gebruiken zijn verf, papier, tijdschriften, stof, hout en steen, alles wat er maar te vinden is. Je kunt zachte materialen gebruiken om de zachte kant van jezelf aan te geven, of steen voor de harde kant. Je kunt verschillende kleuren gebruiken om je stemming uit te drukken of, als die beter uitdrukken wat je bedoelt, woorden gebruiken. De doos kan gesloten zijn als je jezelf als gesloten ervaart. Er kan ook een kleine opening in

zitten. Bedenk ook of er iets in het midden geplaatst moet worden en hoe bepaalde dingen van binnen naar buiten komen of andersom.'

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

Voorbeeld 5

De doos van Henk is op een kleine opening na geheel gesloten. De buitenkant heeft hij een sombere kleur gegeven. Henk denkt dat hij over het algemeen somber overkomt op anderen. Hij maakt de doos open en pakt er één voor één de dingen uit die hij erin heeft gestopt. Een dennenappel als symbool voor iets wat kan groeien. Dat blijft binnen in hem en zit diep verborgen. Een stukje stof, dat zijn zachte gevoelens aangeeft. Helemaal onderin zit een stuk steen. Dat geeft zijn boosheid aan. Hij weet eigenlijk helemaal niet wat hij daarmee moet. Hij voelt die boosheid soms wel maar laat die nooit naar buiten komen. Eigenlijk houdt Henk heel veel voor zichzelf, ook zijn zorgen. Als hij klaar is met zijn verhaal doet hij alles terug in de doos en kijkt ernaar. Zijn reactie is dat hij misschien de opening wat groter moet maken, om iets wat binnenin hem leeft naar buiten te laten komen en dan eens te kijken hoe dat is. Wel wil hij de mogelijkheid houden om de doos te kunnen sluiten als het niet meer gaat.

Petra, de vrouw van Henk, heeft haar doos half open gemaakt. Als je er in kijkt, zie je een deken waaronder veel ligt, maar dat is niet zichtbaar. De buitenkant van de doos is gedeeltelijk blauw, wat haar helderheid weergeeft. Een ander deel heeft een naturel kleur, waarmee ze haar onopvallendheid aangeeft, en weer een ander deel is zwart waar ze bont overheen heeft geplakt. Bij dat laatste zegt ze dat haar sombere kant niet zichtbaar mag worden. Ze is bang voor deze kant. Als Petra over de binnenkant wil gaan vertellen, tilt ze het doekje even op maar legt het snel weer terug. Het is moeilijk voor haar om hier verder op in te gaan. Na een stilte vertelt ze dat dit te maken heeft met de zelfmoord van haar moeder. Meer wil ze voorlopig niet kwijt.

4.3.2 Fase twee, gericht op de partnerrelatie

De attitude van de therapeut is in deze tweede fase directiever en de interventies zijn erop gericht de echtparen nieuwe ervaringen te laten opdoen.

Week 5: Communicatie

Doel: de partners ontdekken wanneer zij niet dezelfde taal spreken, stemmen actief opnieuw op elkaar af en begrijpen elkaar beter.

In deze sessie worden verschillende opdrachten gegeven. Opdracht 1

bestaat uit het leggen van een mozaïek. Ieder echtpaar krijgt twee mappen met mozaïekkaartjes in verschillende kleuren en een wit vel papier om de kaartjes op te leggen. In elk zakje zitten dezelfde uiteenlopende mozaïekstukjes. De partners moeten met de ruggen tegen elkaar gaan zitten en afspreken wie er begint met kaartjes leggen. Degene die het mozaïek legt, beschrijft bij elk stukje hoe en waar hij of zij dat neerlegt. De ander volgt door hetzelfde stukje op dezelfde plaats te leggen. Naderhand wordt bekeken of de figuren dezelfde zijn. Daarna wisselen de partners en wordt de opdracht nogmaals uitgevoerd.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

Voorbeeld 6

Sanne en Cor ontdekken dat ze vreselijk hun best doen om elkaar iets duidelijk te maken. Het duurt lang voor ze een stukje mozaïek hebben neergelegd. Ze zijn gestart zonder te overleggen. Dat is ook duidelijk te zien, want Sanne heeft het onderblad anders neergelegd dan Cor. Er gaat veel energie zitten in het uitleggen en steeds weer opnieuw beginnen. De echtelieden verwijten elkaar dat de ander niet goed luistert c.q. uitlegt. Aan het eind van de communicatieopdracht worden de vellen papier naast elkaar gelegd. Cor en Sanne kijken met verbazing naar elkaars invulling. De mozaïeken komen niet overeen omdat Sanne anders is begonnen met het neerleggen van het A4-tje.

Sanne zou het mozaïek leggen thuis ook nog wel eens willen doen, omdat deze opdracht zo duidelijk aangeeft waar het misgaat.

Opdracht 2 is uitleggen wat je voelt. Er zijn verschillende kunstkaarten neergelegd. De echtelieden gaan na welk gevoel op dat moment overheerst en zoeken daar een kaart bij. Van die kaart krijgen ze een kopie en dan maken ze een omgeving of kleuren die bij het gevoel passen. Wie klaar is, vertelt zijn of haar partner waarom zij of hij deze kaart heeft gekozen en welk gevoel daarbij hoort.

Voorbeeld 7

Bij de tweede opdracht gebeurt bij Cor en Sanne het volgende. Cor geeft bij de uitleg van de kunstkaarten feitelijk aan wat hij heeft getekend. Maar hij zegt niets over het gevoel waarmee hij de kaart heeft gekozen. Sanne vindt dat Cor zich terugtrekt en geen contact maakt. Ze zou meer haar gevoel willen uitspreken, maar heeft dan het idee dat ze niet wordt gehoord.

Beiden herkennen wat er gebeurt en kunnen daarbij ook voorbeelden aangeven uit de thuissituatie.

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

Week 6: Seksualiteit en intimiteit

Doel: kenbaar maken van wensen en grenzen.

Opdracht: leiden en laten leiden door blind te schilderen.

Ieder echtpaar plakt een vel papier (A5) aan het bord, zodat er staand wordt geschilderd. De verf staat binnen handbereik. De partners gaan achter elkaar staan en spreken af wie er begint met leiden. De achterste partner houdt de hand vast van de partner die voor staat en leidt de bewegingen. De voorste partner doet de ogen dicht (dat hoeft niet altijd als het te moeilijk is) en houdt de kwast vast. De leider verft met de hand van de partner die geleid wordt. De leider blijft die hand voortdurend vasthouden, ook als de kwast wordt uitgespoeld en dergelijke. Er wordt zo min mogelijk gesproken.

Als het schilderstuk klaar is, wordt stilgestaan bij de ervaring en die wordt opgeschreven. Het werkstuk zelf is ondergeschikt aan de activiteit en de ervaring.

Voorbeeld 8

Jannie begint met leiding nemen. Dat vindt ze in het begin heel prettig. Het geeft haar het gevoel dat ze iemand is naar wie geluisterd wordt. Na een poosje begint ze steeds meer weerstand te voelen en het wordt een gevecht voor haar om de leiding te houden. Dit kost haar veel energie.

Frank, haar man, vindt het even heel prettig om geleid te worden, maar voelt al snel de verwarring en wordt moe. Hij is bang dat het niet goed komt als Jannie de leiding heeft. De sfeer wordt gespannen. De therapeut stelt Jannie voor om Frank wat steviger vast te houden door de vrije hand op zijn schouder te leggen en hem helemaal mee te nemen in haar handelingen. Zo staat het echtpaar dichter bij elkaar en kan zij hem duidelijker laten voelen wat zij wil doen. Doordat zij duidelijker is, kan Frank zich iets meer laten leiden omdat hij weet wat zij wil. Op deze manier kan hij meer de controle overgeven aan Jannie.

Als Frank de leiding heeft, gaat hij recht op zijn doel af, een schilderij maken. Jannie vindt dat onprettig en raakt gespannen. Haar gevoel is dat Frank totaal geen rekening met haar houdt en met haar doet wat hij wil. Dat roept oude gevoelens op. Daarom wordt het schilderen even stilgelegd. De therapeut vraagt Jannie wat ze prettig zou vinden; haar ogen open

houden, anders vastgehouden worden of dat Frank steeds benoemt wat hij gaat doen. Jannie wil haar ogen wel dicht houden, anders kan ze zich niet overgeven. Wel zou ze graag willen dat Frank haar schouder vasthoudt in plaats van haar middel en dan wat losser. Ze heeft het gevoel dat ze alle kanten wordt opgeslingerd als hij haar zo stevig vasthoudt. Ook wil ze wel graag dat hij eerst zegt wat hij gaat doen. Door op deze manier te gaan schilderen wordt Jannie minder gespannen en is het voor Frank makkelijker om te werken. Beiden kunnen op deze manier aandachtig werken. Frank vindt het schilderen leuk en Jannie is dan ook nieuwsgierig wat het is geworden.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

Naderhand geeft het echtpaar aan dat de intimiteit bij deze opdracht voor hen een beladen onderwerp is. Door er op deze manier mee te oefenen en tips te ontvangen, wordt het onderwerp voor hen prettiger en spelser te hanteren.

Week 7: Eigenheid

Doel: eigenheid zichtbaar maken in de relatie; wat doe je samen en wat doe je individueel?

Opdracht: naar elkaar toe schilderen. Iedereen pakt kleuren die hij of zij mooi vindt en begint een eigen werkstuk te schilderen. Het is belangrijk dat iedereen ongestoord kan werken en zich op zichzelf kan concentreren. Dat kan door met de tafels te schuiven en een eigen plek te creëren. Er wordt ruim de tijd genomen. Als de partners klaar zijn, worden hun werkstukken aan de wand geplakt met een schoon vel papier ertussen, zodanig dat de werkstukken op elkaar aansluiten. Dan werken de partners vanuit het eigen werkstuk toe naar de ander.

Voorbeeld 9

Hans beeldt een paar uit dat dicht bij elkaar staat. Dit paar beschermt zich met een soort schild voor zich. Saskia schildert een moeder met een kind in haar armen. Als de werkstukken aan elkaar zijn geplakt, gaan ze zonder te overleggen aan het werk. Hans maakt dezelfde figuur nog een keer. Saskia kijkt ernaar en maakt een lijn van haar werkstuk naar de vrouwelijke figuur. Zo ontstaat een soort drieluik. Hans vertelt in de evaluatie dat hij dit heeft geschilderd omdat hij Saskia graag wil beschermen. Saskia vertelt dat ze de verbinding heeft gemaakt omdat ze los wil komen van de invloed van haar moeder en naar Hans toe wil. Het echtpaar vindt het mooi dat dit zonder woorden zo is ontstaan.

Een ander echtpaar heeft twee helemaal vol geschilderde werkstukken. In het tussenwerkstuk spreken ze af dat ieder op zijn eigen helft blijft. Er wordt een dikke streep in het midden gezet. Als een van beiden er toch een beetje overheen gaat, corrigeert de ander dat meteen. Dit geeft strijd. Als dit wordt geëvalueerd, schrikken ze dat het zo zichtbaar op papier staat dat ieder op zijn eigen helft moet blijven.

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

Aan het eind van de zeven weken krijgt iedereen de mogelijkheid om te vertellen wat hij of zij van de beeldende therapiesessies vond en kan iedereen zijn werkstuk mee naar huis nemen.

5 DISCUSSIE

In het klinische programma voor echtparen heeft de beeldende therapie zich een belangrijke plek verworven, zowel binnen het team als bij de deelnemende echtparen. Dat neemt natuurlijk niet weg dat de ene deelnemer veel beter met deze therapievorm uit de voeten kan dan de andere.

Als echtparen in de creatieve therapie beginnen, komt er in het begin nog wel eens weerstand naar voren. Dat lijkt wat vaker te gebeuren bij de mannelijke deelnemers. Velen hebben op de basisschool voor het laatst met beeldende middelen gewerkt. Reacties als 'Ik ben niet creatief' of 'Het is hier toch geen kleuterschool' zijn niet vreemd. Een militair bijvoorbeeld, die in het dagelijks leven met een strak regime, techniek en wapentuig te maken heeft, kan het beeldend werk gemakkelijk als soft en minderwaardig beleven. 'Moet ik van tekenen beter worden?' De kracht van de groep is dan dat andere mannen laten zien er wel iets aan te beleven of aan te hebben. Vaak biedt dat de mogelijkheid om voorzichtige stappen te zetten.

Het materiaal kan ook veel gevoelens op roepen. Klei kan koud en vies aanvoelen, wat bijvoorbeeld voor seksueel getraumatiseerde vrouwen triggerend kan werken. Doorgaans is het mogelijk om dezelfde opdracht ook met ander materiaal uit te voeren. Wanneer iemand echt niet uit de voeten kan met beeldende werkvormen of totaal geblokkeerd raakt, kan er gekeken worden naar een andere vorm. Bijvoorbeeld een verhaal schrijven over het thema dat op dat moment aan de orde is en vertellen welke beelden er bij horen. Wil iemand helemaal niet werken dan is dat zo. Eerst is het genoeg om aanwezig te zijn en te vertellen hoe dat wordt beleefd. Toch blijft de therapeut uitnodigen om mee te doen om duidelijk te krijgen wat de weerstand is. In de zeven weken komt de cliënt het steeds weer tegen in het programma.

Groepsleden kunnen zich ook erg bekeken voelen door wat ze hebben gemaakt. Het staat er, je kunt er niet omheen. Dan mag iemand er ook voor kiezen het werkstuk even te laten zien en er verder geen woorden aan te geven. Soms is het te moeilijk om op het moment zelf te reflecteren over het gemaakte maar kan het later wel, in een andere therapie, als er meer afstand is.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

De beeldend therapeut neemt samen met de andere therapeuten deel aan de teambesprekingen, die plaatsvinden aansluitend op de wekelijkse doelenbespreking. Alle teamleden helpen mee een goede invulling te geven aan de doelen. Als aan de orde is dat een cliënt meer zijn kracht moet gaan voelen, kan de creatief therapeut aanbieden om, aanvullend op het programma, elke dag vijftien minuten klei te gaan gooien met deze persoon. In de andere therapieën kan dan worden onderzocht waar deze kracht voor staat, wat deze kracht in de weg stond en welke emoties en cognities hiermee verbonden zijn. Een ander, die als weekdoel heeft zichzelf erkenning te geven, gaat een cadeau voor zichzelf maken. Dit kan letterlijk in de creatieve therapie door eerst beelden te maken en daar vervolgens woorden aan te gaan geven. In de daarop volgende doelenbespreking wordt dan besproken wat het weekdoel heeft opgeleverd.

Het aansluiten van de oefeningen in de beeldende therapie op de fasering in het programma blijkt goed te werken. Voor de beeldend therapeut is het overigens wel eens jammer dat er binnen het programma slechts beperkt ruimte is om te variëren. De korte duur van het programma maakt een zeer gestructureerde aanpak noodzakelijk, waarbinnen de mogelijkheden om in te gaan op individuele of echtpaarprocessen begrensd zijn.

Het effect van de beeldende therapie op de behandeling is dat ieder in eerste instantie even op zichzelf wordt teruggeworpen. In de overige therapieën is de cliënt steeds in contact met de ander, maar bij de beeldende therapie is het werkstuk helemaal individueel. Creatieve therapie kan iemand helpen in contact te komen met de eigen beleving en binnenwereld, omdat eigen beelden en herinneringen worden aangeboord. Dat kan het eigen verhaal verhelderen en ondersteunen. Door er op zichzelf aan te werken, werkt het ook verstillend. Het beeldend werk kan overzicht geven of verduidelijken hoe iemand zichzelf of de ander beleeft. De ontdekking van een prettige manier om samen of naast elkaar te werken kan vernieuwend zijn, zoals blijkt uit het volgende voorbeeld.

Voorbeeld 10

MIJN KLEUR, JOUW
VORM, ONS BEELD

Een echtpaar met geweldervaringen merkt in de creatieve therapie dat het prettig is om naast elkaar te werken. Dan is er de mogelijkheid om moeilijke onderwerpen aan de orde te stellen zonder dat de ander daar direct op reageert.

Zij zegt dat zij het vervelend vindt dat hij steeds seksueel getinte opmerkingen plaatst. Omdat hij merkt veel meer kwijt te kunnen in het beeldend werk dan hij ooit voor mogelijk had gehouden, kan hij haar kritiek beter verdragen. Hij maakt duidelijk dat zijn buitenkant van steen is maar dat hij van binnen heel kwetsbaar is. Wordt zijn binnenste geraakt dan moet hij afweren. Zij wil krachtiger worden en zich steviger voelen. Ze kiest er voor om klei te gooien. Steviger staan door de klei daar te krijgen waar zij die hebben wil. Ze doet dit een hele week dagelijks en het voelt goed. Ze voelt haar eigen kracht en geleidelijk durft ze steeds meer te brengen wat ze wil en wat haar dwars zit.

Aan het eind van de zeven weken kiezen ze in de nabehandeling voor partnerrelatiegesprekken in combinatie met creatieve therapie.

Naast het klinische programma is De Keerkring in 2003 gestart met dagklinische groepen. Ook dit zijn gesloten groepen. De deelnemende koppels volgen gedurende twaalf weken een programma van één dag per week in een groep van vier echtparen. Inmiddels is ervaring opgedaan met 21 groepen en 79 deelnemende echtparen. Ook in deze daggroepen maakt beeldende therapie deel uit van het behandelprogramma. De vertaling van de aanpak en opzet van de beeldende therapie van het klinische programma naar de daggroepen is nu in volle gang. Gezien de beperktere omvang van het programma ontstaat er een andere balans tussen verbale en non-verbale therapieën. Ook programma's voor echtparen met geweld en echtparen waarvan een of beide partners autistische trekken hebben, zijn in ontwikkeling. Het is waarschijnlijk dat aanpassingen van het beeldende therapieprogramma aan de doelgroepen wenselijk zijn.

6 TOT BESLUIT

Het zevenweekse programma voor echtparen van De Keerkring heeft een vaste opbouw en een vaste structuur, waarin de verschillende disciplines goed op elkaar aansluiten. De beeldende therapie heeft in dit programma een belangrijke plaats, vooral omdat het

helpt betekenisvol materiaal op te roepen bij cliënten die zich op andere manieren niet of veel moeilijker kenbaar kunnen maken.

HILDA DE WEERD,
INEKE TOERING EN
ALBERT NEELEMAN

Referenties

- Berkouwer, A.Y. (2004). *Handboek de psychoanalytische setting*. Amsterdam: Boom.
- Coché, J. & Coché, E. (1990). *Couples group psychotherapy, a clinical practice model*. New York: Brunner/Mazel.
- Mulder, H., Bout, J., Pol, I. & Simons, P. (1993). Als echtpaar de kliniek in. Een beschrijving van 'De Keerkring', Beileroord. *Maandblad Geestelijke volksgezondheid*, 48.4, 359-375.
- Rober, P. (2006). Relatietekeningen in partnerrelatietherapie. In: L. Migerode & J. van Bussel (red.), *Als liefde alleen niet volstaat. Over hulp aan koppels* (65-78). Leuven: Lannoo/Campus.
- Spijkerman, H. (1996). PMT met echtparen in De Keerkring. *Tijdschrift voor Psychomotorische Therapie*, 2.6, 23-35.
- Sytema, S. & Bout, J. (2006). Treatment outcome of a clinical group therapy for couples. *Journal of Family Therapy* 28, 392-403.
- Sytema, S., Bout, J. & Simons, P. (2000). Opnieuw: als echtpaar de kliniek in. Resultaten van een klinische groepsbehandeling voor echtparen. *Maandblad Geestelijke volksgezondheid* 55.6, 541-555.
- Weerd, H. de (2006). Mijn kleur, jouw vorm, ons beeld. Beeldende therapie met echtparen. *Tijdschrift voor Vaktherapie* 1.2, 12-19.