

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

Spel als taal in systeemtherapie?

Petra de Vries

‘Het feit dat wij samen in een gedeelde wereld leven en samen dingen doen, is fundamenteel voor het soort wezens dat wij zijn.’ (Crawford, 2015, p. 182)

Samenvatting

Toen ik vanuit mijn achtergrond als speltherapeut de opleiding tot systeemtherapeut deed, zocht ik manieren om mijn ervaringen met spel te benutten in het systemisch werk. In dit artikel beschrijf ik wat de functie en betekenis van spel zijn en hoe dit aansluit bij verschillende perspectieven van de systeemtherapie. De gedeelde aandacht en het samenzijn die in het spel ontstaan kunnen meehelpen een therapeutische context te creëren. Spel als taal geeft speelruimte aan alle gezinsleden. Er kan gespeeld worden met de werkelijkheid en spel biedt ruimte om te werken aan de moeilijkheden van het gezin.

Als kind speelde ik wat af, samen met mijn zus. We waren moeders van onze poppen, die we geduldig verzorgden en vertroetelden. We speelden dat we op reis gingen naar verre bestemmingen, bepakt en bezakt met alle bagage voor onze baby’s. Op andere dagen speelden we eindeloos met de Playmobil. Verlangend naar ontdekkingen en een nieuwe horizon, reed mijn zus met de auto en caravan en ik met de camper.

Met spelen ben ik nooit opgehouden. Ik schoolde mij vele jaren later tot speltherapeut en speelde uren met kinderen die voor therapie kwamen. Spel en spelen staat in de speltherapie voor de taal van het kind. Het staat eveneens voor: ‘In het spel speelt het kind zichzelf’ (Groothoff, 2009, p. 6).

Van de kinderen in speltherapie leerde ik meer na te denken over families, over ouder-kindrelaties. Dit leidde tot een verlangen om mijn horizon te verbreden en had als gevolg dat ik de opleiding voor systeemtherapeut ben gaan volgen. Tegelijk ontdekte ik dat ik graag een manier wilde vinden om spel en spelen mee te nemen naar de systeemtherapie. In speltherapie wordt spel ‘een taal erbij’ genoemd. Mijn vraag is: kan deze taal ook in systeemtherapie worden gesproken?

Om een antwoord te vinden op deze vraag bespreek ik in dit artikel

eerst de functies van spel. Vervolgens worden de betekenis en functie van het *samenspel* beschreven. Op de betekenis van gedeelde aandacht ga ik afzonderlijk dieper in. Dit mondt uit in een gedeelte over de spelende therapeut. Tot slot schrijf ik over spel als taal in systeemtherapie.

De verschillende functies van spel: een diversiteit aan visies

Om meer te begrijpen wat spelen is en wat het met taal te maken heeft, beschrijf ik eerst de verschillende functies van spel.

Spel als communicatiekanaal Het woord spel betekent volgens mijn oude Van Dale (De Tollenaere & Persijn, 1975, p. 906): ‘Afwisselende beweging, bewegingen die iets uitdrukken.’ Dit bewegen en uitdrukken van ‘iets’ is een element waar gebruik van wordt gemaakt in speltherapie. Spel wordt ingezet om het kind zich te laten uitdrukken. Het spel wordt als het ware een ‘vertaler’ van de beleving en de ervaringen van een kind. Zeker wanneer een kind nog te weinig (emotionele) taal tot zijn beschikking heeft, is het spel een taal erbij. Het spel is vanuit deze visie een communicatiekanaal waarin emotionele en relationele boodschappen worden overgebracht (Vliegen & Van Lier, 2007, p. 13). Spel geeft ook mogelijkheden om het ‘nog-niet-gezegde’ tot uitdrukking te brengen (Rober, 2013).

Een meisje van zes zette een poppetje in de zandbak en strooide er net zolang zand overheen tot het niet meer zichtbaar was.

Spel als tijdsspanne ‘Hè, is het nu alweer bijna tijd?': een veelgehoorde opmerking in de spelkamer. Een kind kan zo verdiept in zijn spel raken dat het besef van tijd wegvalt. Het verdiept zijn in het spel, het geboeid raken, lijkt soms wel een betovering. In het Engels betekent het woord *spell* eenvoudigweg betovering. ‘Het staat dan voor een tijdsspanne; een korte periode versterkte concentratie en vergrote betekenis van geboeide afwachting’, zegt Eijsbouts in zijn boek *Een kleine filosofie van de bal – Van Marco tot Plato* (2006, p. 52). De meetbare, lineaire tijd van de klok verschuift door deze betovering naar de achtergrond. Wanneer ik dan de tijd vertel, bijvoorbeeld om aan te geven dat we nog tien minuten hebben, klinkt de verzuchting dat de tijd zo vlug gaat. Het fantaseren, het dagdromen en het meegevoerd worden in het spelverhaal brengen een eigen tijd met zich mee. Deze tijd komt voort uit de binnenwereld van het kind. De binnenwereld heeft een ander tijdsgevoel dan de kloktijd die regelt en voorschrijft. De tijd van binnenuit is een niet-meetbare tijd die je ruimte

geeft om het onverwachte te ervaren, om te ontspannen. Je hebt alle tijd om in de wereld van fantasie te zijn. Het biedt ruimte voor het ervaren van creativiteit en verbeelding.

‘Je bent één minuut te laat, Petra.’ Zo heette een jongen mij welkom toen ik hem op kwam halen uit de wachtkamer. Hij was zo met de klok bezig dat er weinig ruimte was voor ontspanning en verdieping. Tot hij in de ban raakte van zijn eigen verhaal waarin hij al zijn huisdieren liet meespelen. Zijn kat en zijn cavia’s hadden alle tijd om te ontdekken en avonturen te beleven en namen de jongen mee in hun tijdsbeleving. En daarmee verdween de kloktijd naar de achtergrond. Waarna de jongen opmerkte: ‘Ik denk dat het bijna tijd is, even op de klok kijken hoe laat het is.’

Een jongen nam alle tijd voor het afronden van zijn spel in de spelkamer. Nog even dit, nog even dat. Spel was voor hem een toevluchtsoord. Een wereld waarin hij kon schuilen voor zijn angst om niet te kunnen voldoen aan gestelde eisen en regels. Hij wilde niets weten over de kloktijd die het einde van de therapietijd onvermijdelijk aangaf. Stiefvader verzuchtte dat het thuis ook ‘altijd’ zo ging en hij verwachtte niet dat het ooit over zou gaan. Toen de jongen, na veel spelen, ging opmerken dat het tijd werd om naar huis te gaan, wisten stiefvader en ik dat het einde van de speltherapie in zicht was gekomen. De jongen voelde zich nu sterk genoeg om ‘al wat de klok slaat’ aan te kunnen.

Spel als gedeelde aandacht Spel kan vrij en speels zijn, niet gericht op een eindresultaat. Het draagt bij aan een positieve stemming en kan de aandacht van de deelnemers richten op iets gezamenlijks (Groothoff, 2009). Kinderen laten in hun spel zien hoe zij de wereld om zich heen ervaren en zij scheppen gedeelde aandacht door samen te spelen. In die gedeelde aandacht ontstaat er ruimte voor communicatie; een gesprek tussen het ‘ik en de ander’.

Een meisje van elf vertelt: ‘Ik heb nauwelijks contact met mijn moeder; we hebben veel ruzie en ze wil nooit een spelletje doen, we doen nooit iets samen. Nu heb ik bedacht dat ik mee help koken, dan doen we nog iets samen.’

Een dochter en vader raken in gesprek tijdens darten, over je doel bepalen en hoe het te bereiken. Over doorzetten als het tegenzit.

Tijdens het spel Toren van Pisa spreken moeder en dochter over het gevoel van de dochter. Ze raakt in paniek als ze niet weet waar ze aan toe is. Hoe doet ze dat eigenlijk bij het neerzetten van haar poppetje? Wat kan ze uit dit spel meenemen naar het dagelijks leven?

Spel als oefening met de werkelijkheid Het blijft verwonderlijk en verbazingwekkend om mee te maken hoe een kind een ouder precies, tot in de kleinste details, na kan doen. Mets (2017) legt uit dat door de nabootsing vertrouwen en wederkerigheid in het contact tussen kinderen en ouders ontstaat. In het rollenspel en bij het fantasiespel geeft het kind een voorstelling van zaken, een representatie van de werkelijkheid. De speler heeft daardoor de mogelijkheid om een eigen verhaal te creëren. 'De speelwereld is niet gelijk aan de reële wereld (...), niet echt, maar ook geen schijn' (Hellendoorn, Groothoff, Mostert & Harinck, 1992, p. 22). Deze dubbelzinnigheid is een kenmerkende eigenschap van het spel: het spel bindt zich aan het alledaagse, maar er is alle ruimte voor de persoonlijke verbeelding. Zo komen twee elementen van spel aan het licht, te weten voorstelling en beleving (Eijsbouts, 2006). Een kind beschikt over dit vermogen om te switchen tussen de werkelijkheid en het doen alsof.

In spel kan het kind de juf zijn of vader of de dokter, een rol die in het echt nog ver weg is. Materialen in de kamer krijgen in spel vaak een eigen betekenis. Een stoel wordt een doelpaal en een tafel een hutje. De wereld van alledag wordt omgetoverd naar de speelwereld. En in die speelwereld zijn andere verhalen plausibel dan in de wereld van alledag. Er gebeuren dingen die je niet voor mogelijk houdt. Zo is er plaats voor onzichtbare, verbeelde personages. Ridders, prinsessen, politie en boeven treden op in heel diverse verhalen. Deze verhalen vormen een kader voor het net-alsof-spel: 'En dan val jij dood neer', 'Nu krijg jij een baby', 'Jij speelt de stoute baby en deed heel gemeen.' Het is de wereld van het spel, waarin ruimte is voor fantasie en het uitbeelden van verlangens en kwetsbaarheden.

Een meisje van elf dat doodsbang is voor honden en katten, laat in het poppenhuis een kat door het huis lopen en op bedden springen terwijl er mensen in liggen.

In spel kun je uitspelen hoe iets is verlopen of je kunt gebeurtenissen ordenen. Of je kunt je gaan voorstellen hoe je ook zou kunnen zijn. Het spelen van het kind waarin een eigen voorstelling en beleving van de realiteit worden weergegeven, zorgt ervoor dat de realiteit van het kind kneedbaar wordt. Je kunt even je eigen voorstelling maken waarin je de realiteit kunt veranderen, beleven dat je invloed hebt, waardoor de werkelijkheid meer verteerbaar wordt (Groothoff, 2009).

Het spelen biedt, ten slotte, ruimte voor regie: 'En als ik dan zo doe, dan doe jij dat', 'En toen kreeg jij pijn en dan schreeuw jij heel hard', 'En je mocht niet huilen.' Het hebben van regie geeft gelegenheid om spelend ervaringen na te bootsen die een onuitwisbare indruk hebben gemaakt.

Een jongen van acht speelde na hoe zijn vader het mes in de arm van zijn moeder had gestoken.

Een meisje van tien wilde gevangenisje spelen, nadat haar vader in detentie was gekomen.

Een meisje van zes dat erover fantaseerde om haar verlamde hand eraf te zagen, speelde dit uit met de plastic zaag uit de gereedschapskist.

Vermeer (1955) stelt dat in het spel 'het weten dat ik speel' nooit geheel afwezig is. Geregeld vertrouwen kinderen me toe dat het spel nep is. Vaak is het dan spel dat zij spannend vinden (een meisje dat blijft benadrukken dat ze niet een echte dokter is) of waarvan ze hebben ervaren dat het veel oproept, zoals bij een schietspel. Om te kunnen spelen is de werkelijkheid als achtergrond aanwezig, zodat bewegen tussen fantasie en werkelijkheid mogelijk blijft. Het een kan niet zonder het ander. Het geeft ruimte om een spannend spel te spelen, omdat je tegelijk weet dat het net alsof is en je terug kunt keren naar de werkelijkheid.

Spel als zelfregulatie Via spel kan een kind gebeurtenissen en ervaringen verwerken. Het spel geeft het kind de mogelijkheid zichzelf te reguleren na spanning, angst of boosheid.

Een jongen van zes gooit alle meubels in het poppenhuis om. Angst en spanning zijn voelbaar. Als hij klaar is met alle kamers op de kop zetten, richt hij zich op een ander spel, waar hij gaat bouwen.

Een jongen van vijf speelt graag met de auto's en het autokleed. Wegen worden afgesloten; doorrijden is niet mogelijk. De auto's kunnen geen kant op en worden stilgezet. Hij heeft veel meegemaakt en lijkt klein te willen blijven om zeker te zijn van moeders aandacht.

Spelen reguleert negatieve affecten, vermindert stress en vergroot de veerkracht. Het bevordert het inlevingsvermogen, het stimuleert de fantasie en het creatieve denken. Verder ordent en integreert spel op affectief en cognitief niveau nieuwe informatie en biedt het een oefenplek voor nieuw gedrag en nieuwe oplossingen.

| Moeder tegen de therapeut: 'Dit heb ik hem nog nooit zien doen.'

| Een meisje dat na heftige ziekenhuiservaringen voor speltherapie kwam, durfde niet met de doktersspullen te spelen. Wel keek ze er altijd naar. Op een dag koos ze ervoor om met het ziekenhuis van Playmobil te spelen. Ze legde de spannende voorwerpen griezelen weg, maar allengs kregen deze ook een plaats in het spel. Na een periode durfde ze dieren te verzorgen in een rollenspel en uiteindelijk speelde ze het doktersspel met mij als patiënt.

Spel is dus op veel manieren werkzaam en bij uitstek bruikbaar als therapeutisch instrument bij de behandeling van kinderen. Spel biedt kinderen een taal erbij om zich in uit te drukken, terwijl het hen helpt bij het verwerken van ingewikkelde kwesties in hun leven (Groothoff, 2009).

De betekenissen en functies van samenspel

De unieke mogelijkheden die spel in speltherapie aan een kind geeft, wil ik meenemen naar systeemtherapie. Om de vraag te kunnen beantwoorden of deze taal van het spel ook in systeemtherapie gesproken kan worden, onderzoek ik eerst de betekenis en functie van samen spelen. Daarnaast bekijk ik verschillende scholen van systeemtherapie. Wordt er al gespeeld en hoe dan?

'Wat? Laat jij ouders toe in de spelkamer? Laat je hen meespelen?'

De speltherapeuten in mijn intervisiegroepje kijken me verontwaardigd aan: de spelkamer is voor kinderen, zeker niet voor ouders!

Inderdaad, dit gedachtegoed van individueel spel in een individuele behandeling werd aangereikt in de opleiding speltherapie die ik destijds volgde. In de loop van de jaren zijn het de kinderen zelf die me vertelden over hun verlangen om met hun ouders te komen spelen. Dit heeft mij geprikkeld en nieuwsgierig gemaakt om meer te weten te komen over mogelijk nut en mogelijke betekenis van samenspel in een gezin.

| Een jongen van acht jaar komt binnen met zijn moeder. Ze wil eigenlijk weggaan, maar de jongen bezet haar door op schoot te gaan zitten. Al eerder had zijn moeder verteld dat hij vanaf zijn geboorte veel ziekenhuisopnamen heeft gehad. We spreken over afscheid nemen, alleen gelaten worden, achterblijven en terugkeren. Door de aanwezigheid van moeder in de spelkamer kunnen moeder en zoon werken aan herstel van hun relatie. De therapie biedt hun gezamenlijk de gelegen-

heid het proces van separatie en individuatie te doorlopen. Aan het einde van de therapie blijft moeder in de wachtkamer en kan de jongen op zichzelf in de spelkamer zijn.

Een moeder komt met haar zoon van zes. Ze is gestopt bij een andere praktijk omdat ze niet bij de behandeling mocht zijn. Ze vertelt: 'Petra, ik heb mijn kind zo vaak alleen moeten laten, dat ik er nu graag bij ben.' Moeder en zoon leren in therapie ieder hun eigen positie in te nemen. Moeder herwint haar vertrouwen in de wereld en voor de zoon komt er ruimte voor de eigen positie als kind.

Hellendoorn schrijft dat het menselijk bestaan beschouwd kan worden als een in-de-wereld-zijn (Hellendoorn et al., 1992). Voortdurend staat de mens in wisselwerking met de wereld die hem omringt en geeft daar betekenis aan. Dit denken wordt ook wel 'fenomenologie' genoemd, en sporen daarvan zijn ook terug te vinden in het systeemdenken.

Splingaer stelt dat Bateson het proces van onderlinge beïnvloeding voor het eerst in kaart bracht: de zogeheten co-evolutie. Hij stelde: je hebt er twee nodig om er een te leren kennen. 'In een constant evoluerende context is co-evolutie het proces waarbij organismen zich voortdurend ten opzichte van elkaar relateren en aan elkaar aanpassen' (Splingaer, 2014, p. 3).

Virginia Satir, een van de grondleggers van gezinstherapie, vergelijkt het gezin of de familie met een mobile (Jessurun & Warring, 2018, p. 34). De mobile is een metafoor voor de gezinsleden. Zichtbaar wordt de onderlinge afhankelijkheid, de kwetsbaarheid die beweging geeft in het gezin. Ieder hangt aan zijn eigen touwtje en op een eigen hoogte, maar de gezinsleden vormen wel gezamenlijk de mobile. Groei en ontwikkeling van een kind zijn zeker geen lineair gegeven, maar een proces dat zich ontvouwt in relatie met zijn omgeving en zijn medemens. Zoals een kind zijn ouders en andere gezinsleden beïnvloedt, zo wordt het kind op zijn beurt ook beïnvloed door de gezinsleden en de context. De wederzijdse beïnvloeding gebeurt niet alleen op gezinsniveau, want ook het gezin is onderdeel van een groter geheel. Alles hangt met alles samen en de mens staat in relatie met zichzelf, de ander, het gezin, de familie, de woonplaats, de provincie, het land, gaande tot het universum. Olthof wijst op Bateson die het begrip *wijsheid* gebruikt voor het ecologisch inzicht in het grotere interactieve systeem (Olthof, 2016).

Dit gedachtegoed is binnen het gezinsontwikkelingsperspectief verder uitgewerkt door onder andere McGoldrick, Garcia-Preto en Carter (2015) en door Govaerts en Splingaer (2014). Het gezinsontwikkelingsperspectief is uitgegroeid tot een multisystemisch en multigenerationeel

ontwikkelingsmodel dat recht wil doen aan de complexiteit van factoren waarmee individuen en gezinnen in hun levensloop geconfronteerd worden.

Het samenspelen met een gezin is een vorm die het multisysteem duidelijker zichtbaar kan maken: Wat gebeurt er bijvoorbeeld als een gezinslid steeds zes gooit? Wat als de moeder niet serieus meespeelt en haar kinderen overduidelijk laat winnen? Wat te doen met een vader die steeds de spelregels verandert? Deze gezamenlijke ervaringen kunnen een bruggetje vormen om met het gezin een context te creëren waarin de spelervaringen betekenis kunnen krijgen. Een deel kan alleen worden begrepen in samenhang met het geheel (Jessurun & Warring, 2018).

Spel biedt ook ruimte voor het multigenerationele aspect: verhalen van vroeger kunnen worden verteld. Het sluit aan bij zowel het narratieve perspectief als het gezinsontwikkelingsperspectief in de systeemtherapie. Beleving en ervaringen van de generatie van ouders komen naar boven door herinneringen aan eigen speelervaringen. Dat geeft de therapeut volop de gelegenheid het verhaal van ouders uit te vragen, bijvoorbeeld over hun jeugd of hoe ze terugkijken op het gezin van oorsprong en hun levensloop.

Zoon heeft de Playmobil ontdekt in de kast. Vader tegen zoon: 'Ik had vroeger ook Playmobil.' 'Oh', zegt de zoon, 'dat wist ik helemaal niet. Wat had je dan?' Therapeut: 'Kun je ons er iets over vertellen? Weet je nog een verhaal dat je speelde?'

Het samenspelen van een gezin brengt vaak plezier, humor en ontspanning. 'Dit plezier van iets samendoen vergroot vervolgens de betrokkenheid van de gezinsleden op elkaar' (Schirris, 2008, p. 28), een beleving die een aangemeld gezin meestal al enige tijd niet meer heeft gehad. Bijgevolg helpt het spel een gunstig emotioneel klimaat te creëren om aan de problemen te werken.

De twee dochters, moeder en de therapeut spelen een gezelschapsspel. 'Hé', zeggen ze, 'dit hebben we lang niet gedaan. Dit gaan we thuis ook weer vaker doen.'

'Bij het in kaart brengen van relaties is spel het duidelijkste, afwisselendste en persoonlijkste middel dat een therapeut kan gebruiken voor het hele gezin' (Andolfi, Falcucci, Mascellani, Santona & Sciampliocotti, 2010, p. 49). Ouders en kinderen kunnen in gesprek komen als ze elkaar ontmoeten in een gezamenlijk spel. De beleving van elke deelnemer wordt zichtbaar dan wel voelbaar. Ook is er de gezamenlijke aandacht die is

gericht op hetzelfde, namelijk het spel. Zo kan spel helpen de complexiteit van communicatie inzichtelijk te maken; het veelvoud aan boodschappen op verschillende niveaus tegelijkertijd, uitgedrukt in woorden die meerdere betekenissen kunnen hebben, non-verbaal aangevuld met intonatie of lichaamstaal (Reijmers & Cottyn, 2014). De zelfexpressie die spel geeft, nodigt uit om aandacht te geven aan de relaties en interacties tussen de gezinsleden.

Zoon vertelde hoe het voor hem was om gepest te worden. Vader vond dat heel moeilijk te horen. Hij kon de kwetsbaarheid van zijn kind amper verdragen en vertelde over zijn eigen middelbareschool-ervaringen. Ook hij werd toen gepest. Het was moeilijk voor beiden erover te praten tot ze, samen met de therapeut, gingen Pesten. Het kaartspel bracht belevingen aan het licht, zoals spanning ervaren, incasseren, klappen uitdelen, afwachten. Het uitrafelen van pesten leidde tot herkenning van emoties.

Het structurele perspectief binnen de systeemtherapie komt aan bod als er wordt gekeken naar hoe het gezin het spel speelt. Het spel kan onthullen hoe het raster van regels en codes eruitziet waarmee het gezin hun problemen interpreteert. Dit raster van het aangemelde gezin, hoe zij georganiseerd zijn, hoe er gecommuniceerd wordt, welke regels er zijn, kan via het spel inzichtelijk worden gemaakt.

De betekenis van gedeelde aandacht

Er zijn nogal wat opvattingen over het ik of het Zelf van de mens. Doorgaans wordt gedacht dat een mens met een kernzelf wordt geboren; je bent zelf je startpunt. In het narratieve perspectief van de systeemtherapie is het uitgangspunt dat mensen niet geboren worden met een Zelf. 'Volgens de narratieve visie ontleen mensen hun zelf aan de narratieve activiteit van het vertellen, interpreteren en toepassen van hun verhalen' (Sermijn, 2013, p. 72). Een baby wordt in dit perspectief geboren in een verhaal, in een wereld vol betekenissen. Grotendeels neemt het jonge kind de betekenissen over van het heersende discours in zijn leefwereld. Het begin van het verhaal loopt al voordat de baby er is, maar het aller-eerste vertellen van het verhaal is het contact tussen de baby en de ouder dat verloopt via aanraking en kijken. 'Er is tussen ouder en baby het zogeheten face-to-face-spel. Ze wisselen blikken uit, fronsen wenkbrauwen, trekken gekke gezichten en hebben daar plezier in' (Vliegen & Van Lier, 2007, p. 15).

Het bekende verstoppertje spelen is ook een voorbeeld van samenspel en gerichte aandacht. Er is aandacht voor de ander en deze gezamenlijke aandacht is nauw verbonden met het vermogen tot communiceren. Intreden in het spel van het kind, of in de metafore communicatie van de adolescent of de volwassene, weerspiegelt een 'diepe erkenning van de eigenheid van de ander' (Vliegen, 2007, p. 27).

In een therapie met moeder en haar twee kinderen verstopt het oudste meisje een voorwerp in de kamer, terwijl het jongste meisje heel graag op de gang wil staan tijdens het verstoppertje. Het meisje op de gang verschijnt niet als ze wordt geroepen. Wanneer de therapeut gaat kijken waar ze is, staat ze stijf van angst in de gang. Door dit voorval wordt het meer inzichtelijk hoezeer dit meisje zich al die tijd heeft grootgehouden.

Bij het opgroeien van het kind wordt gesproken taal toegevoegd. Vooraf of samengaand met deze ontwikkelingsstap gaat het kind wijzen, waarmee het de aandacht van de volwassene bij de eigen aandacht voor een object probeert te betrekken. Dit wordt 'declaratief' wijzen genoemd. Het kind lijkt te zeggen: 'Heb aandacht voor mijn aandacht!' (Crawford, 2015, p. 182). Bij het opgroeien komt er voor het kind steeds meer taal ter beschikking om te verwoorden wat gevoeld en gedacht wordt. De ontwikkeling van taal kan niet los gezien worden van de context waarin dat gebeurt. 'Context is primair en fundamenteel voor alle communicatie', stelt Olthof (2016, p. 388). De context zorgt voor samenhang, waardoor gebeurtenissen, ervaringen, een object, een woord, betekenis krijgen.

Het aanwenden van beeldend taalgebruik helpt de kwaliteit van emoties recht te doen. Metaforen zijn als het ware een toegangspoort voor het spreken over de wereld van relaties. 'Een metafoor is een taalregister dat een taaldomein opent. In de metafoor gebruiken we concrete beelden uit onze begrijpelijke wereld om over het abstracte te spreken' (Olthof, 2012, p. 154).

Ik haal vader, moeder, dochter van acht en zoon van zes op uit de wachtkamer, en al lopend naar de spreekkamer ontstaat een stoeipartij tussen vader en dochter. Het spel zet zich voort in de kamer en we besluiten eerst te gaan spelen. Het verhaal gaat over een moederleeuw met twee welpjes in hun hol. Buiten het hol is een wolf die de welpjes wil pakken. De welpjes rillen van opwinding en de moederleeuw treedt beschermend op als de wolf dichterbij komt. De wolf laat zich weggagen, maar voor hoelang? Hij wil graag een welpje en de moederleeuw vindt hij ook interessant.

De metafoer van de wolf en de leeuw die in het spel gebruikt werd, namen we mee in het gesprek na het spel. 'De wereld van het beeld helpt ons om te vertellen en om naar het verhaal van anderen te luisteren' (Olthof, 2012, p. 155). Het wolf-zijn en welp- of leeuw-zijn werd een helpend gereedschap of beeld in de therapie. De gedeelde aandacht van het gezin in het spel zorgde ervoor dat er ruimte ontstond om stil te staan bij analoge communicatie. Veelgebruikte woorden in dit gezin waren 'boosheid' en 'niet luisteren'. Vanuit de metafoer van de dieren kregen genoemde woorden een betekenis erbij. Wolven en leeuwen staan bekend om agressie, maar ook om het beschermen en behoeden van hun troep. Hoe kun je je eigen grens aangeven, je territorium beschermen en je welpen leren met agressie om te gaan als een leeuw en een wolf een team vormen? Het spel bracht ook een wens van de oudste welp naar buiten. Ze wilde graag verbinding met de wolf. De wolf trok er vaak alleen op uit, maar de welp verlangde naar een wolf die behoeftte en beschermde en haar leerde haar agressie te hanteren.

De spelende therapeut

Al vroeg in de geschiedenis van het systemisch denken waren er therapeuten die veel belang hechtten aan spel, humor en drama in de sessie. Minuchin, Andolfi en Whitaker zijn voorbeelden van. Satir stelt in haar boek *Gezinstherapie* (1978) dat de door haar beschreven spelen zowel nuttig als waardeloos kunnen zijn. Het hangt ervan af hoe open en flexibel de therapeut een relatiesysteem binnentreedt. De therapeut moet vooral enthousiast zijn en zich persoonlijk inzetten om het spelen tot een levende en nieuwe ervaring in de relatie te maken.

Vormen van spel die genoemd worden zijn het rollenspel, het contactspel, het spel als creatief gezinsmoment. Ik zou daar nog aan toe willen voegen: het gezelschapsspel, zoals Toren van Pisa, Mikado, het kaartspel Pesten, en Mens-Erger-Je-Niet. Of denk aan spel met beweging zoals darten, voetballen, spelen met zwaarden of met het pijltjespistool. Geliefd is ook de knikkerbaan of samen bouwen met Kapla. En om verhalen te maken zijn Playmobil, dieren, poppen en knuffels waardevol.

Om te kunnen spelen als therapeut is bewustzijn van je persoonlijke beleving van groot belang. Het kan dan een therapeutisch instrument worden dat informatie geeft over het gezinssysteem. Eigen associaties, fantasieën en lichamelijke gewaarwordingen zijn ervaringen die ook therapeutisch ingezet kunnen worden.

Een persoonlijke werkrelatie met de gezinsleden is van belang om met een gezin te kunnen spelen en werken. Het vraagt van de therapeut om in

persoon aanwezig te zijn. Rober (2013) stelt dat de therapeut als professional de relativiteit moet kennen van zijn kennis en dat hij weet hoe belangrijk de eigen expertise van de ouders en de andere gezinsleden is. De therapeut die speelt, is aan het spelen met de werkelijkheid, met posities. Hij kan heen en weer bewegen in het gesprek en tegelijkertijd ook een zekere afstand bewaren om te blijven reflecteren op wat gebeurt. Deze afstand is van belang om vrijheid te behouden om interventies te doen die een uitdaging vormen voor de gezinsorganisatie. De spelende rol die de therapeut inneemt, sluit ook aan bij het gedachtegoed van Anderson en Goolishian (2005), en de collaboratieve visie in de systeemtherapie. Zij pleiten voor een therapeut die gelijktijdig meerdere en tegengestelde ideeën in overweging neemt en alle visies exploreert.

In de dialoog met het gezin ontstaan dus nieuwe taal en betekenissen, die op meerdere niveaus in het gezinssysteem kunnen doorwerken. Er is een nieuwe vertaling van gebeurtenissen en dit schept ruimte om te ervaren dat het anders zou kunnen gaan. Het inzicht dat er andere manieren zijn, kan leiden tot concreet oefenen in de therapiekamer. Schirris stelt: 'De therapeut kan via interventies in het spel mogelijkheden tot verandering teweegbrengen' (2008, p. 30).

Het oudste meisje speelt bij het poppenhuis en de jongste wil meedoen. Onmiddellijk ontstaat er ruzie. Moeder zegt tegen de therapeut: 'Dit is nu wat ik bedoel, die strijd, ik weet niet hoe ik het moet stoppen.' Het meisje doet vijandig en duwt haar zusje weg. We oefenen hoe moeder in verbinding kan blijven met haar dochters en tegelijk haar gezag kan uitoefenen. Ze benoemt wat zij bij zichzelf ervaart: 'Ik ga gelijk mee in de strijd in plaats van kalm te blijven.'

Doordat deze mogelijkheid in het spel ontstaat, roept het niet al te veel weerstand bij de ouders op het 'spelend op te lossen'. In het spel loopt het vaak precies zoals het thuis ook gaat. Ouders voelen zich serieus genomen als de moeilijkheden naar buiten komen: 'Nu zie je echt hoe het bij ons gaat ...'

Het vraagt van de therapeut een flexibele manier van denken en tegelijk een flexibele manier van positie innemen. 'Door zelf als therapeut divers te zijn in je rol, geef je het gezin een kans om niet voor altijd vast te zitten in dezelfde stereotiepe rol' (Andolfi et al., 2010, p. 50). Rober (2014) beschrijft dat kinderen vooral iemand zoeken die zich emotioneel met hen verbindt en die een zekere mate van expertise en competentie uitstraalt.

'Ik kom hier niet om te spelen!' Vader staat wat geërgerd voor me. Zijn zoon wil alleen maar met hem voetballen in de therapiekamer en hijzelf wil graag bespreken wat hij van het gedrag van zijn zoon vindt. De taal van het voetbal is een goede ingang om met deze vader in contact te komen en we delen de tijd van de therapie in zoals bij voetbal gewoon is: voorbespreking, spel, rust, spel en tot slot de nabespreking.

In het voorbeeld hierboven geeft de interventie duidelijkheid aan vader en zoon. Zij wisten nu wat zij konden verwachten en dat er ruimte zou zijn voor ieders inbreng. Het was voor beiden ook een oefening om in elkaars wereld te komen, om te leren spelen als een team.

Spel als taal in systeemtherapie?

Ik stelde in het begin van dit artikel de vraag: kan spel ook in systeemtherapie een taal erbij zijn?

Spel is op veel manieren werkzaam en mijns inziens bij uitstek bruikbaar als therapeutisch instrument. Dit geldt zowel bij de behandeling van kinderen als bij gezinsbehandeling. In samenspel wordt onderlinge beïnvloeding zichtbaar. Daarbij kan het helpen om de complexiteit van de communicatie inzichtelijk te maken. Het spel zal het raster van regels en codes waarmee het gezin hun problemen interpreteert vaak onthullen.

Spel is zeker een taal die gesproken kan worden in systeemtherapie. Wie deze taal spreekt, heeft rijke mogelijkheden om met een gezin in dialoog te gaan. Spel kan vanuit vele van de systemische perspectieven bezien en benut worden. Hierdoor biedt spel veel ingangen om op diverse manieren naar een gezin te kijken en ermee te werken. Door de gedeelde aandacht in het samenzijn ontstaat er een speelruimte waarin alle gezinsleden kunnen spelen met de werkelijkheden. Een speelruimte waarin creatief denken ontstaat en waarin ander gedrag kan ontspruiten. Het spel brengt ontspanning, humor en plezier met zich mee. Dit zorgt mede voor een gunstig emotioneel klimaat om aan problemen te werken. Zo bezien is spel een levende taal die systeemtherapie kan verrijken.

Petra de Vries is spel- en systeemtherapeut, werkzaam bij het Centrum voor Gezinsbehandeling in Dordrecht en bij KJP Drechtsteden te Papendrecht, en in Praktijk voor spel- en systeemtherapie 'de Speelruimte'.

Literatuur

- Anderson, H., & Goolishian, H. (2005). The client is the expert – a not-knowing approach to therapy. In S. McNamee & K. J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction* (pp. 25-39). London: Sage Publications.
- Andolfi, M., Falcucci, M., Mascellani, A., Santona, A., & Sciamplicotti, F. (red.). (2010). *Het kind in gezinstherapie – De ideeën van Maurizio Andolfi*. Amsterdam: Hogrefe Uitgevers.
- Crawford, M.B. (2015). *De wereld buiten mijn hoofd – De filosofie van de aandacht*. Amsterdam/Antwerpen: De Bezige Bij.
- Eijsbouts, W.T. (2006). *Een kleine filosofie van de bal – Van Marco tot Plato*. Amsterdam: Prometheus.
- Govaerts, J.M., & Splingaer, G. (2014). Het gezinsontwikkelingsperspectief. In A. Savenije, M.J. van Lawick, & E.T.M. Reijmers (red.), *Handboek Systeemtherapie* (2de ed., pp. 295-308). Utrecht: De Tijdstroom.
- Groothoff, E. (2009). Inleiding – de plaats van spelpsychotherapie in het veld van therapeutische theorieën en technieken. In E. Groothoff, H. Jamin, & E. de Beer-Hoefnagels (red.), *Spel in psychotherapie – Theorie, techniek en toepassing* (pp. 3-17). Assen: Van Gorcum.
- Hellendoorn, J., Groothoff, E., Mostert, P., & Harinck, F. (1992). *Beeldcommunicatie – Een vorm van kinderpsychotherapie* (2de druk). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Jessurun, N., & Warring, R. (2018). *Verschillen omarmen – Transcultureel systemisch werken* (2de herziene druk). Bussum: Coutinho.
- McGoldrick, M., Garcia-Preto, N.A., & Carter, B.A. (2015). *The expanding family life cycle – individual, family, and social perspectives* (5th ed.). London: Pearson.
- Mets, M. (2017). *Spelenderwijs verbinden en hechten – Met meer dan 100 spelletjes*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Olthof, J. (2016). Over afstemming in de psychotherapie – Een narratief systeemtherapeutische benadering. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 42, 387-397.
- Olthof, J., i.s.m. Sijbers, G. (2012). *Handboek narratieve psychotherapie voor kinderen, volwassenen en families – Theorie en praktijk*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Reijmers, E.T.M., & Cottyn, L. (2014). Communicatieperspectief. In A. Savenije, M.J. van Lawick, & E.T.M. Reijmers (red.), *Handboek Systeemtherapie* (2de ed., pp. 260-282). Utrecht: De Tijdstroom.
- Rober, P. (2013). *Samen in therapie – Gezinstherapie in dialoog*. Leuven/Den Haag: Acco.
- Rober, P. (2014). Het kind betrekken in de gezinstherapeutische sessie. In A. Savenije, M.J. van Lawick, & E.T.M. Reijmers (red.), *Handboek Systeemtherapie* (2de ed., pp. 528-533). Utrecht: De Tijdstroom.
- Satir, V. (1978). *Gezinstherapie*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Schirris, M. (2008). Spelend herstellen. *Kinder- & Jeugdpsychotherapie*, 35(2), 28-44.
- Sermijn, J. (2013). Rizomatisch denken in de systeemtherapie. *Systeemtherapie*, 25(2), 72-85.
- Splingaer, G. (2014). Het ontwikkelingshuis – Een kijk op co-evolutie bij kinderen en gezinnen. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 32(1), 1-17.
- Tollenaere, F. de, & Persijn, A. (1975). *Van Dale – Nieuw Handwoordenboek der Nederlandse Taal*. 's-Gravenhage: Martinus Nijhoff.
- Vermeer, E.A.A. (1955). Spel en spelpaedagogische problemen. Utrecht: Erven J. Bijleveld.
- Vliegen, N. (2007). Psychotherapie – een spel voor twee spelers. Spel, spelen en speelsheid in het psychoanalytische werk. In N. Vliegen & L. van Lier (red.), *Een spel voor twee spelers – Spel en speelsheid in psychoanalytische psychotherapie* (pp. 21-34). Leuven/Voorburg: Acco.
- Vliegen, N., & Lier, L. van (2007). Inleiding – kinderspel is geen kinderspel! In N. Vliegen & L. van Lier (red.), *Een spel voor twee spelers – Spel en speelsheid in psychoanalytische psychotherapie* (pp. 13-18). Leuven/Voorburg: Acco.