

Een schatkist aan creatieve en beeldende interventies

Interview met Pauline Stadhouders door Marije Delfsma



Aanleiding

Als psycholoog en rouw- en verliesbegeleider ben ik al tijden zeer geïnteresseerd in het ontmoeten van collega's. Het thema waar ik dan graag en vaak over van gedachten wissel, is over welke creatieve manieren er zijn om met mensen "in gesprek" te komen. Als psycholoog ben ik zeer verbaal opgeleid, dus met mijn mond red ik mij zeer goed.

Maar hoe doe je dit met kinderen? Hoe ga je "in gesprek" met kinderen? Met kinderen die een heftige ervaring achter de rug hebben of die te maken hebben met verlies? Met kinderen waarbij de verbale vermogens nog niet zo goed ontwikkeld zijn? Hoe pak je dit op een creatieve en eventueel beeldende manier aan?

Aangezien ik hier nog in te leren heb, ben ik op zoek gegaan naar collega's die dit al wel beheersen en toepassen. Zo ook Pauline Stadhouders.

Begin april 2017 word ik door Pauline thuis ontvangen in Delft. In haar huis ontvangt ze ook de cliënten voor De Levensboom Delft.

De levensboom Delft

De Levensboom Delft is de praktijk van Pauline, die ze sinds 2014 is gestart. Zij is orthopedagoog en verliesbegeleider en ze begeleidt kinderen, jongeren en volwassenen die in aanraking komen met verlies en hierin vastlopen.

Verlies kan ervaren worden door een ziekte, door het overlijden van een dierbaar persoon of door een scheiding. Verlies kan ook voortkomen bij het niet uitkomen van een verwachting, door tegenstrijdige gevoelens of gevoelens van buitengesloten te worden in sociale situaties.

Hoe kom je bij het thema verlies?

In mijn professionele leven komen de thema's zorg en verlies regelmatig terug; zo heb ik gewerkt als oncologie verpleegkundige, als orthopedagoog met chronisch zieke kinderen en ben ik vervolgens de opleiding tot verliesbegeleider bij Land van Rouw gaan volgen. Al met al heb ik dus een bewuste keuze gemaakt om te gaan werken met de jongsten onder ons die met verlies in aanraking zijn gekomen.

Wat trekt je hier zo in aan?

Ik denk omdat het thema diepgang geeft. Het is echt niet makkelijk, omgaan met verlies, maar het hoort toch o zo bij het leven. Ik vind dat het er echt mag zijn, ook bij kinderen. Door tegemoet te komen aan datgene wat het kind nodig heeft, kan de veerkracht van het kind optimaal tot uiting komen.

Hoe bouw je een verliesbegeleiding op?

Een kennismakingsgesprek doe ik altijd samen met de ouder(s) en het kind, om te achterhalen wat de hulpvraag is. Wat heeft het kind en ook de ouder nodig? De meeste mensen kunnen met steun van hun omgeving al ver komen. Rouw is namelijk een gezonde reactie op verlies. Uit het contact tussen gezinsleden onderling of tussen lotgenoten is veel zinvol en waardevol te halen, een schatkist eigenlijk. Het geheim ligt in het tot stand komen of in stand houden van dit contact.

Meestal volgt na de kennismaking een serie van 6 tot 8 sessies, met halverwege en aan het einde een evaluatiemoment.

Hoe werk je en hoe maak je zo'n zwaar thema als rouw dan bespreekbaar met kinderen/jongeren?

Kinderen worden nog wel eens ontzien of vergeten te betrekken bij het proces van ziekte, overlijden en rouw. Vaak met alle goede bedoelingen. Jongeren houden zich zelf nog wel eens afzijdig en jonge kinderen kunnen niet altijd woorden geven aan hun rouw, maar voelen het zeer zeker wel. Ook kan het zijn dat reacties van het kind niet altijd door de omgeving worden begrepen. Het kind is afhankelijk van de omgeving, datgene wat het kind krijgt aangereikt neemt het voor waarheid aan. Belangrijk is dat het kind er mag zijn, met alle reacties en gevoelens die er zijn. Het is goed als het kind erbij betrokken wordt en goed geïnformeerd wordt op een wijze die past bij de ontwikkelingsleeftijd.

Ik werk veel met materialen zoals handpoppen, een praatstok en creatief materiaal. Ook zet ik verschillende werkvormen in, zoals opstellingen met poppetjes (verlies in beeld), het kasteel en er wordt gewerkt met metaforen, beelden, kaartjes en verschillende therapeutische spellen. Al naar gelang het past en het de kinderen aanspreekt.

Ook staat er een grote tas in mijn praktijkruimte met allerlei stenen, in de afgelopen jaren verzameld door mijn 3 (inmiddels oudere) kinderen. Laatst was er een jongen van 8 in mijn praktijk die erg was gefascineerd door al deze stenen. Ze werden benoemd, bevestigd, aangeraakt en gestapeld. Vervolgens heeft hij voor ieder verlies in zijn nog jonge leven (dat waren er een hele hoop, van het niet uitgenodigd worden op een feestje tot het overlijden van zijn moeder) een steen mogen uitzoeken: groot/klein, zwart/wit, zwaar/licht, ruw/glad. Deze hele stapel in een rugzak doen en voelen hoe zwaar het is en vervolgens dat ook laten zien en voelen aan zijn vader, gaf veel begrip.

Materialen en beelden

kunnen heel helpend zijn

voor kinderen om woorden te geven aan wat ze bedoelen of voelen. Dit werkt trouwens ook zo bij volwassenen. Ook biedt het structuur en houvast, iets wat kinderen en jongeren nodig hebben, zeker als ze in aanraking komen met een verlies.

Ten slotte kan ik zeggen dat ik nieuwsgierig ben; ik vind het belangrijk om écht te luisteren naar het kind. Wees met aandacht bij het kind en volg het kind, ook in zijn gedrag en houding. We kunnen als volwassenen ook veel van kinderen leren, door de dingen die ze doen en hun ontwapenende reacties. Dit kan ons

als volwassenen lichtheid, speelsheid en relativiteit geven. Humor werkt hier ook heel goed bij en deze zet ik dan ook graag in.

Hoe bouw je een verliesbegeleiding af?

Als ik merk dat de sessies tot enig inzicht bij de kinderen en/of ouders leiden, geeft dat voldoening. Ook als ik merk dat ouders stapjes maken in het begrip naar hun kind en er openingen zijn om het met elkaar bespreekbaar te maken. Hierdoor gaan kinderen en ouders zich beter tot elkaar verhouden en krijgt het kind de ondersteuning die het nodig heeft.

De sessies hebben een logische opbouw en ook weer een afbouw. Het is altijd helpend om met elkaar te onderzoeken waar de kwaliteiten en de krachten liggen. Het is ook een kans, om samen op een goede en zorgvuldige manier te bekijken: hoe nu verder, ook na mijn begeleiding.

Wat bied je nog meer naast individuele begeleiding?

Ik begeleid ook groepen kinderen, jongeren en volwassenen, samen met collega's en vrijwilligers, zoals een kindergroep bij Scarabeekids in Leiden. Dit zijn allemaal kinderen die in aanraking zijn gekomen met kanker. Verder begeleid ik een naastengroep bij inloophuis Debora in Delft, allemaal naasten van kankerpatiënten; een lotgenotengroep bij rouw van Humanitas Delft/Rijswijk, een groep nabestaanden na partnerverlies. Deze

groepen met lotgenoten zijn uitermate geschikt om ervaringen, gedachten en gevoelens te delen en het gevoel van verbondenheid, zelfvertrouwen en het omgaan met het verlies te stimuleren. Ook geef ik een training 'over rouw gesproken' aan professionals en vrijwilligers. Volgend jaar zal ik samen met mijn collega Anne Remijn een jongerengroep (12-16 jaar) gaan begeleiden in Delft.



Tot slot

Het gesprek met Pauline heeft mij veel duidelijkheid gegeven over hoe je met kinderen aan de slag kan gaan met rouw en verlies. Het heeft mij ook de inspiratie gegeven om meer creatieve en beeldende interventies toe te passen in mijn werk als psycholoog, zowel bij de jongere volwassenen die ik begeleid als de volwassenen zelf.

Voor meer info: www.delevensboomdelft.nl