

ZELFVERT ROUWEN

door beeldende therapie

Celine Schweizer is beeldend therapeut, docent en onderzoeker. Zij hoopt komend jaar te promoveren aan de Rijksuniversiteit Groningen op onderzoek naar de werkzaamheid van beeldende therapie bij kinderen met autisme. Een gesprek over de betekenis van deze bijzondere therapie: 'Kinderen kunnen zich uiten, problemen verwerken, zich er beter door gaan voelen. Het is een wonder dat dat kan.'

INTERVIEW: BEATRICE KEUNEN FOTO'S: PRIVÉBEZIT CELINE SCHWEIZER

Celine Schweizer: 'Ik heb zeventien jaar met veel plezier gewerkt als beeldend therapeut binnen de kinder- en jeugdpsychiatrie. Daar maakte ik kennis met kinderen met autisme en ik voel me nog altijd verbonden met hen. Bijna veertig jaar geleden koos ik voor de richting beeldende therapie omdat het een prachtig vak is: je werkt met beeldende materialen om kinderen dichterbij zichzelf te laten komen. Ze kunnen zich daarin uiten, problemen verwerken, zich er beter door gaan voelen; het is een wonder dat dat kan. Dat je als kind met autisme gaat schilderen, en dat dat schilderij dan iets over jou zegt. Sterker nog, dat die materialen, creativiteit en beeltenis kunnen bijdragen aan jouw ontwikkeling en zelfvertrouwen.

Het beschrijven van de kern van die processen - bijvoorbeeld door middel van mijn promotieonderzoek naar de effecten van beeldende therapie - daarmee wil ik graag een brug slaan

Ik wil een brug slaan tussen de verbale wereld en de ervaringen van kinderen met autisme

tussen de verbale wereld en de ervaringen van kinderen met autisme. Zo kan inzicht worden gegeven in de behandeling - aan ouders, leerkrachten, zorgverzekeraars en de studenten die ik lesgeef op de opleiding Vaktherapie in Leeuwarden. Waarom kinderen met ASS worden aangemeld bij een beeldend therapeut is niet altijd helder. Daarvoor is het ook goed om deze onderzoeksresultaten te kunnen laten zien. Ze geven inzicht in de beeldende expressievormen van het kind, het handelen van de therapeut, de resultaten en de voorwaarden voor de therapie.'

EEN TROTS GEVOEL

'Ik zou het liefst iedereen onderzoeken, maar dat maakt de bewijskracht niet sterker. Vandaar dat ik voor mijn onderzoek koos voor de afgebakende doelgroep *kinderen van zes tot twaalf jaar met de diagnose ASS en een normale en hoge intelligentie*. Een hoogtepunt? Ik werkte

met een jongen op de dagbehandeling, hij was zo somber, ging niet meer naar school. Hij voelde zich waardeloos; kon zich niet meer concentreren. Wat er in hem omging, niemand wist het. Zijn moeder maakte zich grote zorgen. In de beeldende therapie maakte hij een tekening van de poes thuis, die lag te slapen op de vensterbank. Hij vroeg me of hij de tekening mee naar huis mocht nemen. Natuurlijk kon dat. Zijn moeder was er zo blij mee, vertelde de ouderbegeleider later aan mij. Haar zoon liet haar vol trots de tekening zien, en de moeder wist niet eens dat hij de poes opmerkte in huis. De tekening liet iets zien van wat thuis belangrijk was voor hem. Dat trotse gevoel deed hem goed. Dát ervaren is wezenlijk in je ontwikkeling.'

PERSOONLIJKE VERHALEN

'Jongens en meisjes hebben elk hun voorkeuren voor materiaal. Het blijkt in mijn onderzoek dat jongens het vaak fijn vinden om met hout en ander constructiemateriaal te werken. Zij beginnen al snel met vogelhuisjes timmeren of een kistje: bouwsels met een duidelijk resultaat. Meisjes schilderen en kleuren graag. Ze werken bij voorkeur met klei, stoffen en vilt; materialen die flexibeler zijn en met aanraking te maken hebben. Bijna alle kinderen vinden tekenen, veel tekenen, fijn. Kinderen met autisme hebben vaak een sterke voorkeur voor



In de beeldende therapie gaan we ervan uit dat elk materiaal een bepaalde ervaring en expressie oproept



onderwerpen als Pokémonpoppetjes, gamefiguurtjes of iets van Harry Potter. Je probeert dan als beeldend therapeut kleine variaties aan te bieden, waardoor het verhaal van het kind iets persoonlijker, iets eigener wordt. De beeldend therapeut stimuleert kleine variaties in de zich herhalende tekeningen, bijvoorbeeld door een vraag te stellen over de belevenissen van het Pokémonpoppetje. Of er een echt schilderij van te maken is in plaats van een tekening met viltstift. Dan komt het kind met andere materialen in contact. En daarmee verdiep je dan de verbinding tussen de afbeelding en henzelf. Een jongen over wie een beeldend therapeut in mijn onderzoek vertelde, vond hersenen superinteressant. Samen bespraken zij al tekenend: hoe zien die hersenen er nou eigenlijk uit? Hoe en wat denken ze? Zo kwamen persoonlijke verhalen op gang, over zijn hersenen en zijn gedachten. Hij ging tekenen en vertellen over school, vriendjes en thuis. Die gesprekjes verdiepten de relatie met zijn eigen omgeving, thuis en op school, en met die van de therapeut. En zo waren er ook dieptepunten, jazeker. Het jongetje met wie ik maar geen contact kon krijgen. Hij haakte steeds af, hij zat 'besloten' in zijn eigen wereldje. Er gebeurde niets, geen materiaal of manier van handelen was geschikt. Het gaf me zo'n gefrustreerd gevoel. Achteraf denk ik dat we hem misschien beter muziektherapie hadden kunnen aanbieden.'



EXPRESSIE

'In de beeldende therapie gaan we ervan uit dat elk materiaal - papier, krijt, klei, vilten stoffen, hout - een bepaalde ervaring en expressie oproept. In het begin van de sessies word je uitgenodigd om zelf te kiezen: welk materiaal vind jij fijn, waar ben je goed in? Daarmee worden de eerste succeservaringen opgedaan. Daar begint direct het leerproces voor het kind met de beeldend therapeut. Met al die ervaringen ga je werken, ze bouwen zich op in ongeveer vijftien sessies van een uur. Met zachte materialen werken, betekent dat zachte gevoelens worden geraakt. Je kunt dan in de loop van de therapie ander materiaal aanbieden waarmee je het gedrag waar het kind moeite mee heeft, kunt uitlokken. Je knoopt gesprekjes aan, die inzicht bieden en

van daaruit het kind kunnen helpen. Neem bijvoorbeeld klei. Dat is materiaal dat je moet aanraken. Veel kinderen met autisme vinden dat niet fijn; het plakt, blijft aan je handen kleven. In het onderzoek komt naar voren dat we vaak proberen om in de loop van de therapie daar toch mee aan de slag te gaan. Hoe kun je het aanraken van klei dan hanteren? Je begint met bijvoorbeeld een klomp klei waarvan je blokjes snijdt om een huisje te bouwen. Je kunt ook scheerschuim aanbieden, dat geeft een schoon gevoel omdat het wit is en heerlijk ruikt. Je kan het uitsmeren op een tafel en erin tekenen. Zo kan er een bruggetje ontstaan naar het aanraken van materialen. Het kind doet nieuwe ervaringen op, en met het uitbreiden van materiaal wordt de flexibiliteit vergroot. Dat ze iets maken wat ze leuk vinden en waar ze trots op zijn, lijkt daarbij te helpen. Door aan meer materialen te wennen en plezier in hun werk te hebben, kunnen ze bijvoorbeeld anders met hun eigen emoties leren omgaan. Het verschil met kunst - waarbij je als kunstenaar een stijl wil ontwikkelen, waarbij je doel is de wereld iets mee te delen - is dat creatieve therapie meer aangeeft wat jij als persoon kan laten zien zonder die bedoelingen. Veel kinderen met autisme hebben oog voor detail, vinden het fijn om een mooi product te maken. Het beeldend werken biedt hen rust. Ze maken vaak prachtige dingen, die in mijn ogen een authenticiteit hebben waar een volwassen kunstenaar jaloers op kan zijn.'

Beeldend werken biedt kinderen rust

ONDERZOEK

'Inmiddels heb ik mijn vijfde en laatste deelonderzoek bijna afgerond voor mijn promotie. Dit laatste onderdeel is een behandel-evaluatie en heet: *Zelf in beeld. Beeldende therapie bij kinderen met autisme die problemen hebben met hun zelfgevoel, flexibiliteit, emotieregulatie en sociaal gedrag*. De eerste vier onderzoeken hebben de informatie geleverd om het *evidence-based* behandelprogramma te kunnen schrijven dat in de vijfde studie wordt getest. Hiervoor is goedkeuring gegeven door de Regionale Medisch Ethische Commissie. Door deze goedkeuring wilden instellingen meewerken aan het onderzoek. Het is nog te vroeg om conclusies te trekken. We kunnen wel al stellen dat kinderen met autisme zich door beeldende therapie leren uiten; dat het bijdraagt aan het verstevigen van het zelfgevoel en het vergroten van flexibiliteit, emotieregulatie en sociaal gedrag.

Glashelder is ook dat als je succes wil behalen, er goede randvoorwaarden moeten zijn voor deze kinderen, zoals een veilige omgeving. Het kind moet niet bang zijn om alleen met jou in een ruimte te zijn en moet het fijn vinden om met materiaal bezig te zijn. De therapie moet ook laagdrempelig zijn: knutselen kan ontspanning geven, in steeds grotere mate. Zo had ik een jongen in therapie die fladderde bij stress. Hoe kan ik met materialen die spanning verminderen, vroeg ik me af. Dat hangt van het kind af, en de band die je samen opbouwt.



Van fladderen naar iets creëren. Dat kan dan van het materiaalgebruik afhangen. Maar ook van kleine gesprekken over de bron van het fladderen. En die gesprekken kunnen voeren, vraagt vertrouwen.'

THUISZITTERS

'Tijdens mijn behandel-evaluatie kwamen twee leerlingen helaas thuis te zitten. Een meisje dat in de klas emotionele uitbarstingen had en niet kon blijven zitten op haar stoel. Het werd voor haarzelf, haar moeder en haar docent te veel. Het kind werd almaar ongelukkiger en de moeder en leerkracht ook. Een klas aansturen waarin door passend onderwijs meer kinderen zitten die prikkelgevoelig zijn of behoefte hebben aan structuur; ik begrijp best dat het veel vraagt van een leerkracht.

De andere leerling was een jongen met autisme, met een vader die agressief was en onvoorspelbaar in zijn gedrag. Er was op school een grote wisseling van docenten. Dit alles triggerde negatief gedrag bij hem, somberheid en emotionele uitbarstingen. Uiteindelijk wilde de jongen niet meer naar school.

Beide kinderen hebben iedere week gedurende vijftien sessies veel positieve ervaringen opgedaan binnen de beeldende therapie. De jongen blijft kwetsbaar op school. Daar blijkt voor hem de situatie nog steeds te weinig structuur en rust te bieden. Hij kan terecht op een zorgboerderij. Het meisje bouwt haar lesprogramma weer op in de klas. Zij leerde haar gedrag beter reguleren door tijdens de therapie picto's van boze en blijde tovenaars in te kleuren, naar hoe zij zich voelde. Ook hierbij zag je weer de trots op het eigen werk.

Kinderen leren door beeldende therapie beter voelen waar ze goed in zijn en kunnen beter aangeven wat ze moeilijk vinden. Daarmee leren ze zichzelf beter kennen. Het mooiste is als ze na de therapie in woorden kunnen vertellen hoe het met hen gaat. Een prachtig aanknopingspunt voor verdere ontwikkeling.'

Trots ervaren, dat gevoel is wezenlijk in je ontwikkeling



Celine Schweizer (58) is beeldend therapeut, docent en onderzoeker bij de opleiding Vaktherapie bij NHL Stenden Hogeschool en Kenkav in Leeuwarden. Zij hoopt in 2019 te promoveren aan de Rijksuniversiteit Groningen op onderzoek naar de werkzaamheid van beeldende therapie bij kinderen met autisme.