

# Nieuwsbrief Psychologen-Uithoorn september 2015



## Werken met creatieve materialen binnen de kindtherapie.

[www.psychologen-Uithoorn.nl](http://www.psychologen-Uithoorn.nl)

Het kan gebeuren dat kinderen iets naars of iets moeilijks hebben meegemaakt, niet lekker in hun vel zitten, bang, verdrietig of boos zijn. Lang niet altijd kunnen ze dan in woorden vertellen wat er aan de hand is. Het kan moeilijk voor ze zijn om te zeggen waar hun gevoel vandaan komt, of wat ze precies voelen. Voor volwassenen kan het al moeilijk zijn om woorden te geven aan hoe je je voelt. Laat staan voor een kind.

Binnen een kindtherapie werk ik dan ook graag met creatieve materialen. Hiermee kan ik een kind de mogelijkheid geven op een veilige manier wel uiting te geven aan zijn of haar verhaal. Als je boos bent kan het fijn zijn om heel hard op een stuk klei te slaan of te schilderen met woeste streken en felle kleuren.

Maar als je je klein, onzeker of verdrietig voelt kan het helpen om iets te maken met zachte kleuren, met veertjes of wol. Onbewust kiest een kind het materiaal dat past bij hoe het zich voelt op dat moment. Een hard potlood of een stevige wascokrijt is heel anders dan een zacht keurpotlood of aquarel. Het vraagt durf om kleuren te laten mengen en in elkaar te laten vervloeien. Soms is het fijner om harde lijnen te tekenen, zodat je weet wat er komt.

In de therapie probeer ik een kind ook wel uit te dagen eens een andere manier te proberen om te zien wat er dan gebeurt. Maar altijd in het tempo dat voor het kind prettig en goed is.



Een voorbeeld van een opdracht binnen de therapie die ik graag gebruik is het kind te vragen welk dier het wel eens zou willen zijn. Ik vraag dan om uit te leggen waarom dat dier goed bij hem of haar past of wat hen aanspreekt in dat dier, welke kwaliteiten erbij horen. Kinderen weten bijna altijd wel een dier te bedenken. Vervolgens vraag ik of ze het dier kunnen tekenen of schilderen. Vaak komt er dan vanzelf al van alles bij. Bomen, eten, een huisje als bescherming, soms ook vriendjes. Ik vraag het kind het verhaal van de tekening te vertellen. Vaak gaat dat dan voor een deel over henzelf. Het fijne is dat het hun tekening of werkstuk is, en dat ze in de therapie even helemaal vrij zijn om hun verhaal aan te passen zoals ze maar willen. Daarna maken we het dier van klei en als dat af is maken we er een huisje bij.

Ook hier komt weer de vraag wat het dier (of eigenlijk zichzelf) nodig heeft bij het huisje. Vaak wordt er eten gemaakt (verzorging), een warm bed (veiligheid), een vriendje of vader of moeder (samen zijn). De meeste kinderen werken er met veel plezier en concentratie aan en weten vaak goed wat ze willen maken.



Als een kind een overlijden heeft meegemaakt, bijvoorbeeld wanneer een vader of moeder is overleden, kan werken met creatief materiaal ook steunend werken. Zo kan het kind een doos heel mooi versieren om daar herinneringen en foto's van papa of mama in te doen. Of kan het een schilderij of stripverhaal maken over een fijne herinnering. Of tekenen over de begrafenis.



Naar aanleiding van het gemaakte werk komt er vaak een verhaal. Maar soms ook niet en is het werk op zich al voldoende om het kind troost te geven of weer meer zelfvertrouwen. In ieder geval is het voor de meeste kinderen een veilige manier die dicht bij hen staat. Een manier waarin ze hun ervaringen kunnen vertellen en vertalen.

---

Bij voldoende aanmeldingen gaan binnen onze praktijk de cursussen in september 2015 weer van start.

- **Voluit Leven** (Mindfulness en ACT voor volwassenen): dinsdag van 17.00 tot 18.30 uur.
- **Terugkomavond Mindfulness** (voor deelnemers aan vorige cursussen): vrijdagavond eens per 4 à 6 weken.
- **Aandachttraining voor kinderen**: woensdagmiddag.
- **Kind en rouw**: woensdagmiddag.

**Aanmelden:**

- **volwassenen** bij Nicolette Klerks; 06-40418725 – nicoletteklerks@hetnet.nl
- **kinderen** bij Liesbeth van 't Hoff; 06-51994830 – liesbeth@psychologen-uthoorn.nl