

Creatieve therapie als (laatste) redmiddel

Gezin weer in balans met knutselen

Aan een kind met ADHD, ODD of CD heb je als ouders je handen vol. In veel gevallen heb je aan je eigen handen niet meer genoeg. Sterker nog, driftbuien en extreem druk gedrag van een kind kunnen je een gevoel van onmacht geven. Als je het niet meer aan kunt en het gevoel hebt dat je jezelf niet meer in de hand hebt, is het idee om met je gezin te gaan knutselen misschien wel het laatste waar je aan zou denken.

De Bascule (kinder- en jeugdpsychiatrie in Amsterdam) biedt twee behandelingen die gezamenlijk Ouder-Kind Psychotherapie worden genoemd: de Gezins-Creatieve Therapie (GCT) en de Parent-Child Interaction Therapy (PCIT) zijn voor gezinnen met kinderen van 2 tot 8 jaar met onder meer ODD, CD, ADHD en aanpassingsproblemen. In samenwerking met de Universiteit Twente wordt de effectiviteit onderzocht.

Nicole Blom voedt haar dochter Madhu van 10 en zoon Jeva van 8 alleen op. Jeva zorgt van kleins af aan voor problemen. Nicole vertelt: "Voor mij was al snel duidelijk dat er iets met Jeva aan de hand was. Als baby van negen maanden was ik 'm al een keer kwijt in huis. Hij was supersnel en kroop overal naar toe. Met elf maanden ging hij liever met z'n bord onder de tafel zitten dan gezellig met de anderen aan tafel. Toen hij wat ouder was, begon hij met zijn hoofd op de grond te bonken. Echt afschuwelijk om te zien en te horen. Het advies van het consultatiebureau was om het te negeren en hem af te leiden. Hij deed zichzelf zo'n pijn dat negeren onmogelijk was voor mij. Maar hij werd ook agressiever naar mij en zijn zus toe en dat verontrustte mij nog het meest".

Machteloos

Nicole is al jaren werkzaam als leerkracht op een basisschool. "Ik weet echt wel hoe

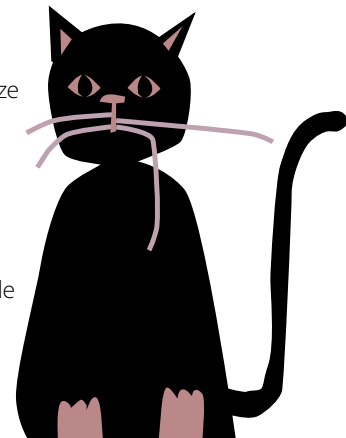
ik met kinderen moet omgaan. Aan de andere kant frustreerde het mij om te merken dat ik alle kinderen altijd aan het werk kon krijgen of tot spelen kon aanzetten, maar mijn eigen zoon niet. Hij maakte speelgoed van zijn zus stuk en nam niets van mij aan. Helaas kon niemand mij een advies geven waar ik echt iets aan had. Ik heb zo moeten zoeken... niets hielp."

'Hij maakte speelgoed van zijn zus stuk en nam niets van mij aan'

Gelukkig kan ze de eerste jaren wel wekelijks haar verhaal kwijt bij een therapeut van de jeugd-GGZ. Jeva krijgt speltherapie en na een lange periode van vertrouwen opbouwen zien ze enige vooruitgang in zijn gedrag.

Maar de verandering is niet blijvend. Jeva gaat naar een medisch kinderdagverblijf en is regelmatig agressief, driftig en onhandelbaar. Nicole voelt zich zo machteloos en is dan ook niet verrast als ze bij De Bascule de diagnose autismespectrumstoornis hoort vallen. Later komt daar ook ADHD bij. Omdat hun situatie onhoudbaar is, krijgt Nicole met haar gezin Ouder-Kind Psychotherapie aangeboden.

Samen met haar kinderen wordt Nicole ingedeeld bij de Gezins-Creatieve Therapie (GCT). GCT is een therapievorm van tien bijeenkomsten en waarbij alle gezinsleden worden betrokken. Het is de bedoeling dat de ouders samen met hun kinderen aan het werk gaan met papier, lijm, hout, klei of andere creatieve materialen. Van te voren heeft Nicole haar eigen werkdoelen kunnen formuleren en de creatief therapeut heeft daar vervolgens beeldende opdrachten bij bedacht die pasten bij haar gezin. De opdracht werd eerst zonder de kinderen besproken, zodat Nicole zich in samenspraak met de therapeut kon voorbereiden op de uitvoering van de opdracht met de kinderen. Tijdens het werken aan de opdracht merkte Nicole al snel wat ze nodig had om op een prettige manier met haar kinderen om te gaan. Na elke bijeenkomst volgde een korte nabespreking waarin met haar bespro-



Gezinnen gezocht

Hoewel de effecten voor Nicole en haar kinderen heel positief zijn, heeft De Bascule nog meer gezinnen nodig om het effect van de behandeling te kunnen bewijzen. Ouders die in aanmerking willen komen voor deze therapie kunnen via Mariëlle Abrahamse, onderzoekster bij de Bascule, meer informatie krijgen: m.abrahamse@debascule.com. Zie ook www.amc.nl/kjp.



Nicole Blom en zoon Jeva aan het knutselen. Nicole: "Door deze therapie ben ik me gaan realiseren dat het niet normaal is wat er bij ons thuis gebeurt en dat ik doe wat ik kan".

ken werd wat maakte dat de opdracht lukte. Het gaat tijdens de behandelsessie vooral om het opdoen van succeservaringen zowel binnen de therapie, maar ook met het meegegeven huiswerk. Ouders krijgen creatieve opdrachten mee om het geleerde in de therapie ook thuis te leren toepassen. Opdrachten die zo zijn aangepast aan de mogelijkheden, vaardigheden en doelen van het gezin dat zij een grote kans van slagen hebben. Ook kreeg Nicole veel informatie over de ontwikkeling van kinderen en opvoeden in het algemeen, maar natuurlijk ook over de specifieke problemen met Jeva. Door te werken aan de opdrachten, het samen oefenen en het praten over de opvoeding, ontstond er een nieuwe positieve manier van omgaan met elkaar, zowel in de therapie als thuis.

Vol goede moed

Nicole vertelt dat ze vol goede moed met Jeva en Madhu aan de slag ging, maar dat Jeva in eerste instantie helemaal niet wilde meedoen. Dankzij haar doorzettingsvermogen en de aanwijzingen van de therapeut lukte het haar om Jeva te betrekken bij het knutselen. Madhu vond het geweldig om te doen en Nicole genoot sowieso van het samenwerken met haar dochter. Al tijdens de therapie realiseerde Nicole zich hoeveel ze haar

dochter tekort had gedaan. "Madhu vroeg nooit om aandacht, ze bleef altijd een beetje op de achtergrond", constateert Nicole. "Ik vond dat eigenlijk heel gewoon. Madhu was gewoon wat stiller en rustiger. Ik had ook niet eens tijd om daar over na te denken. Jeva was er altijd en trok alle aandacht."

Ze leert de leiding te nemen zonder autoritair te zijn

Tijdens de therapie krijgt Nicole inzicht in de manier waarop ze met Jeva en Madhu communiceert. Ze leert de leiding te nemen zonder autoritair te zijn. Judith Witte, therapeut van De Bascule, zat tijdens de bijeenkomsten in het lokaal om de activiteiten van het gezin te observeren en zo nodig suggesties te doen: "Belangrijk is dat de ouder bovenaan in de regie staat, en niet de therapeut. Ik houd me zoveel mogelijk afzijdig als de kinderen erbij zijn, om ouders niet te diskwalificeren. Op deze manier blijft de verantwoordelijkheid bij de ouders liggen". Beetje bij beetje nam het zelfvertrouwen van Nicole toe. Door alle problemen met Jeva ging ze zich steeds meer afvragen of

ze het wel goed deed als moeder. "Hoe weet je dat nou? Maar door deze therapie ben ik me gaan realiseren dat het niet normaal is wat er bij ons thuis gebeurt en dat ik doe wat ik kan. Het heeft me zelfvertrouwen gegeven als moeder en als vrouw. Je staat er toch maar alleen voor. Ook al heb ik heel veel aan mijn vrienden en aan mijn zusje. En mijn vader staat ook altijd voor me klaar. Jeva gaat regelmatig bij mijn vader logeren, zodat Madhu en ik even kunnen bijtanken." Ook voor Jeva zijn de effecten merkbaar. Hij is minder lang boos en zijn inlevingsvermogen is opmerkelijk toegenomen. Hij maakt geen speelgoed van zijn zus meer stuk en zoekt zelfs andere kinderen op om mee te spelen. Hij zit nu op autismesport en ook op school gaat het beter. Vooral Madhu is helemaal opgefleurd. Ze vraagt nu gewoon om aandacht van haar moeder. Ze heeft een plek in het gezin en wordt gezien. Ze hebben met z'n drietjes ongetwijfeld nog een lange weg te gaan, maar te weten dat je er niet alleen voor staat en dat je het goed doet is belangrijk. Nicole zou alle ouders met een jong kind en heftige gedragsproblemen op het hart willen drukken dat ze bijtijds om hulp vragen. "We hebben zo vaak de neiging om het zelf te doen, zelf uit te zoeken of te vinden dat het normaal is. En dat is het niet", benadrukt ze. ■