

Wat te doen als het gesprek stukt?

Andere 'taal' kan uitkomst bieden

Er zijn jongeren (en ook volwassenen) die het lastig vinden om over hun probleem of gevoel te praten. Zo'n moment vraagt om een 'andere taal', bijvoorbeeld in de vorm van diverse materialen en gereedschappen. Een paar houten figuren, een foto of een gevoelskaartje kunnen helpen om toch in dialoog te komen of te blijven.

DOOR HERBERD PRINSEN

Bas zit in de brugklas van het vmbo. Zijn ouders hebben een transportbedrijf; er is niet altijd aandacht voor de kinderen. De broer en zus van Bas vinden deze extra vrijheid wel prettig. Bas niet. Hij wordt wel eens gepest en als hij zijn moeder dat wil vertellen is ze er meestal niet. Onder het samen eten wil hij het er niet over hebben, en 's avonds hebben zijn ouders vaak geen tijd.

Bas wil horen bij een groep jongens uit de vierde. Van hen moet hij een aantal proeven doen. Een van de proeven is snoep stelen bij de kantine. En omdat hij goed is met computers moet hij inbreken in de cijferadministratie van school en een paar cijfers van de tentamens van de jongens veranderen. Bij dat laatste loopt hij tegen de lamp. De school doet aangifte en Bas komt in het traject van bureau HALT.

Om op school te mogen blijven moet hij op gesprek komen bij de leerlingbegeleider.

Het contact ontstaat stapje voor stapje. De leerlingbegeleider zet foto's en gevoelskaartjes in. Bij de derde bijeenkomst heeft hij met poppetjes en andere materialen zijn onrecht op tafel uitgebeeld. 'Ziet het er thuis zo uit?', vraagt hij. Bas pakt het poppetje op dat zijn vader voorstelt en zet deze verder van hem weg, 'dit voelt beter', zegt Bas. Voor het eerst in zijn leven durft hij, uitgedaagd door de verschillende materialen, met een vreemde over zijn gevoelens te praten. De dialoog komt op gang en Bas krijgt meer vertrouwen in zichzelf en in anderen. Hij merkt dat hij beter voor zichzelf durft op te komen en NEE durft te zeggen.

Verbeeldingskracht nodig

Als jongeren niet willen praten of niet het achterste van hun tong willen laten zien kan dit te maken hebben met onrecht dat hun is aangedaan of hun is overkomen. Voorbeelden van zulk onrecht zijn; (oorlogs)trauma's, verslaving, (seksueel) misbruik, agressie, suïcide, automutilatie, anorexia, scheiding en overlijden. Op zo'n moment kunnen (duplo)poppetjes, foto's, gevoelswaardenkaarten, tekeningen, kaartjes met spreuken,

eigenwijsjes soelaas bieden. Daardoor kunnen patronen makkelijker en sneller zichtbaar worden. Ook bij groepstrainingen of tijdens mentorlessen geeft het de leerlingen meer ruimte om hun gedachten of gevoelens te delen. Zonder woorden vertellen ze wat ze dwars zit en de materialen vertellen het verhaal in *een andere taal*.

Een taal erbij is ontwikkeld door Marleen Diekman, waarmee ze aansluit op het contextuele gedachtegoed van de gezinstherapeut Ivan Boszormenyi-Nagy en het systemisch werken van Hellinger. Dit heb ik verder ontwikkeld tot 'Kansen met een andere taal', een methode voor begeleiders van jongeren waarbij naaste familie, iemands context dus, een rol speelt in de begeleiding. Begeleiding op deze wijze schept ruimte voor bewustwording van beleefde werkelijkheden waardoor er vaak meer en andere



keuzes ontstaan. Pijnlijke situaties worden zichtbaar gemaakt en dat helpt bij de verwerking als leerlingen het moeilijk vinden om zich te uiten. Het leed en lief is weer te overzien. Om ook op deze manier te kunnen werken is wel enige kennis vereist van het contextuele gedachtegoed en het systemisch werken. Daarnaast een groot voorstellingsvermogen en verbeeldingskracht.

‘Het is alsof je samen aan het puzzelen bent om het leed onder ogen te zien’

Verschillende vingerpopjes, grotere handpoppen, bijvoorbeeld van dieren, kunnen dienen om je mee te vereenzelvigen en namens deze pop te praten omdat het anders te zwaar of te heftig is om het rechtstreeks aan een begeleider te vertellen. (Duplo) poppetjes bijvoorbeeld zijn er in allerlei maten, soorten, met verschillende huidskleuren, verschillend types om bepaalde karakters te symboliseren en alle leeftijden, van baby's tot grootouders. Door staan of zitten, of met hun benen en armen kunnen ze gevoelens symboliseren. Een mooie versierde pen kan een toverstokje zijn of grenzen aangeven. Gekleurde rubberen vierkantjes symboliseren processen, symptomen en problemen. Met verhogingen (blokjes/suikerklontjes) wordt iemand groter. Alle symbolen kunnen worden verzonden voor zaken als suïcide, alcoholisme, misbruik, geldproblemen, agressie of geheimen.

Maar ook alleen een foto, een tekening of een gevoelswaardekaartje kan de werkelijkheid van de ander visualiseren. Als je de ander niet wilt verliezen in een theoretisch verhaal kun je hem vragen om een foto of een gevoelswaardekaartje te pakken dat zijn gevoel symboliseert. Of door hem te vragen om met duplo-poppetjes en ander materiaal een opstelling te maken. Meestal kost het weinig tijd. De sfeer is vaak minder gespannen en er is veel ruimte voor humor, speelsheid maar ook verdriet of agressie; het is alsof je samen aan het puzzelen bent om het leed onder ogen te zien. Want soms is het onrecht dat ze hebben ervaren zo groot of zwaar dat ze verlamd en bewegingloos

raken. Het ‘werkelijk’ zien van deze werkelijkheid met behulp van allerlei materialen brengt ze vaak weer in beweging. De materialen helpen begeleiders meer op de achtergrond te blijven; die hebben immers vaak de neiging zich te ruimtevullend op de voorgrond als redders te positioneren. Het geeft lucht als ze ervaren dat ze niet alleen helpen door te leiden, maar ook door te volgen. De samenstelling van het materiaal hangt af van de persoonlijke smaak, stijl en creativiteit van de begeleider en de leeftijd van het kind. Wees creatief.

Na de diagnose

Na de diagnose wordt het proces vaak ingewikkelder of het stagneert omdat het probleem te groot, te erg of te zwaar lijkt om over te praten. In dit soort gevallen kan het werken met diverse materialen het (therapeutisch)proces weer op gang brengen. De verschillende materialen bieden een kader van structuur en veiligheid waarbinnen gewerkt kan worden om het ervaren onrecht hanteerbaar te maken. Door tijdens een faalangstraining, rouwgroep of mentorles met de verschillende materialen te werken, vallen zaken op waarmee een mentor, trainer of een leerlingbegeleider in de school dit verder kan oppakken met de leerling.

Welke extra kansen door deze andere taal?

- Het vergroot de kennis over de eigen innerlijk beleefde werkelijkheid van de leerling en van zijn relaties. Het beeld blijft langer op het netvlies staan.
- Het is geschikt om tijdens groepstrainingen, rouwgroepen en mentorlessen jongeren gevoelens te laten benoemen als zij daar moeite mee hebben.
- Het is geschikt voor jongeren en begeleiders die heel erg verbaal zijn ingesteld. Het kan de woordenstroom onderbreken en reflectie op gang brengen zonder dat iemand zich gecorrigeerd voelt.
- Het visualiseert wat tijdens de dialoog dreigt verloren te gaan. Het focust op het onderwerp en de daarbij aangegane relaties.
- Het boort krachtbronnen aan. Hulpmiddelen als een schatkistje of kwaliteitskaarten maken de krachtbronnen zichtbaar die in ieders verleden besloten liggen.
- De verschillende materialen nodigen de leerling uit meer gevoel bij zichzelf toe te laten. De persoon blijft overeind terwijl het probleem op tafel staat. Meestal is het voldoende om gewoon mee te kijken of te luisteren.
- Bij mensen die het Nederlands nog niet zo machtig zijn, werkt het ondersteunend. Het kan nét het verschil uitmaken tussen wel of niet een tolk inschakelen.

Ik wens iedereen dat deze ‘andere taal’ een kans mag worden in het begeleiden van met name jongeren. ●

► **Herbert Prinsen heeft een opleidings-, trainings- en adviesbureau (www.hpc.nu) onder andere op het gebied van onderwijs, mentorat, leerlingbegeleiding en management. Verder heeft hij een eigen praktijk voor psychotherapie en is hij auteur van diverse boeken en artikelen.**

Dit artikel is een eerbetoon aan wijlen Marleen Diekman (2047-2007), grondlegster van ‘Een taal erbij’. Op het internet zijn diverse bronnen te vinden waarin je meer kunt vinden over ‘Een taal erbij’ en Marleen Diekman.

