

Door  
Jaap Welten, Jorg  
de Man, Josefiën  
van der Wekken,  
Marjolein Scholten

# Praktijkonderzoek naar interventies

## Dramatherapie in Justitiële Jeugdinrichtingen en Gesloten Jeugdzorg

Een bijzondere samenwerking heeft praktijk en onderzoek bij elkaar gebracht. In het kader van het KenVaK/ RAAK-project is onderzocht welke interventies door vaktherapeuten worden ingezet in een Justitiële Jeugdinrichting of in de Gesloten Jeugdzorg. Eerder verscheen de algemene opzet van het onderzoek. In dit artikel komen de interventies in dramatherapie aan bod.

### In dit artikel ...

- ... het vierde deel van de serie 'Praktijkonderzoek naar interventies';
- ... drie kerngebieden nader uitgewerkt voor dramatherapie;
- ... uitleg over geschikte methoden, technieken en werkvormen voor dramatherapeuten bij het werken met jongeren in Justitiële Jeugdinrichtingen en Gesloten Jeugdzorg.

### Inleiding

Het KenVaK RAAK-project heeft geresulteerd in een handleiding dramatherapie voor Justitiële Jeugdinrichting (JJ) en in de Gesloten Jeugdzorg (GJ). Deze handleiding is tot stand gekomen in nauwe samenwerking met vier dramatherapeuten uit het JJ- en GJ-werkveld. Zij hebben in interviews het werk in hun praktijk beschreven. Deze interviews zijn vervolgens uitgeschreven en dienden als materiaal voor een aantal consensus gesprekken waarin gekomen is tot een ordening van de huidige dramatherapiepraktijk in de vier kerngebieden: Emoties, Interacties, Zelfbeeld en Cognities. De resultaten zijn voorgelegd aan een expertpanel van andere dramatherapeuten met praktijkervaring in dezelfde doelgroep en opleiders, waarna een ordening is aangebracht die de samenhang aangeeft tussen kerngebied en werkvorm, techniek en de methode.

In dit artikel wordt ingegaan op het kerngebieden Emotie, Zelfbeeld en Interactie. Het kerngebied cognitie komt bij drama vaak geïntegreerd aan bod bij de andere kerngebieden en wordt daarom niet apart behandeld.

### Kerngebied Emotie

#### Werkwijze

Omgaan met emoties is voor deze doelgroep een belangrijk kerngebied. Hanteren, herkennen en uiten van emoties is

vaak door de voorgeschiedenis van de jongere een probleem geworden.

Drama is uitermate geschikt om deze emoties te leren herkennen en ook uit te spelen.

De rationale bij dit kerngebied is dat de jongere de mogelijkheid heeft om te experimenteren met het hanteren van zelfgekozen emotionele situaties. Door gebruik te maken van meer of minder reële situaties raakt de jongere betrokken en wordt een groter beroep gedaan op het persoonlijke engagement van de jongere. Door de juiste mate van onderscheid tussen spel en realiteit te waarborgen blijft het kader voor de jongere helder.

### *Doelen*

De jongere leert emoties herkennen en erkennen wanneer deze door een ander gespeeld worden. Tevens wordt geleerd deze in een passend kader te plaatsen.

Het gedragsrepertoire wordt uitgebreid met betrekking tot het uiten van emoties (emotionele copingvaardigheden). De jongere ontwikkelt vaardigheden om adequaat en spontaan binnen spel een emotie te kunnen herkennen, vormgeven, interpreteren en/ of daarop reageren. Daarnaast leert hij of zij vanuit een verschillend perspectief (een verschillende rol) op een situatie te reageren.

Tevens belangrijk is bewustwording en differentiatie van gradaties binnen één emotie. De verschillende fases (opbouw) van spanning/ een emotie binnen het eigen lijf worden bestudeerd om een beter emotioneel bewustzijn te creëren. De jongere wordt zich bewust van (lichamelijke) kenmerken bij het oplopen van een emotie/ spanning. Dit draagt bij aan het volgende doel: het verbeteren van de zelfbeheersing (zelfcontrole en frustratietolerantie vergroten, impulsiviteit verminderen). Binnen spel wordt dit geoefend door ingehouden of moeilijk toegankelijke emoties te uiten.

Er wordt geoefend met de afloop van een emotionele probleemsituatie (in spel) positief te beïnvloeden.

De jongere leert emoties op een non-verbale manier te transformeren tot spelgedrag (houding/ gezichtsexpressie). Andere doelen zijn het vergroten van het vermogen tot stemmingsregulatie en leren (her)kennen van eigen reactiepatronen en valkuilen met betrekking tot emotionele situaties, verwerking (rouw of trauma) en binnen spel kwetsbare emoties kunnen toelaten en beleven.

### *Methoden*

De Storytelling/ Storymaking methode gebruikt bestaande en/ of zelfgemaakte verhalen als kader voor de dramatisering binnen de dramatherapeutische sessie. Verwante verhaalmethoden die ook in de JJI en GJ toegepast worden zijn Narradrama (Dunne, 2003) en Mutual Storytelling Technique waarbij door de therapeut naast het dominante levensverhaal van de jongere een alternatief verhaal wordt

bedacht en uitgewerkt. Ook Vertelpantomime, eventueel met tableau, waarbij de speler uitbeeldt wat door de verteller verteld wordt, valt hieronder.

Open/ gesloten improvisatie wordt gekenmerkt doordat de jongeren, met elkaar of met de therapeut, getransformeerd een fictieve situatie spelen die zich duidelijk onderscheidt van hun dagelijkse situatie. De benaming dat de improvisatie meer open of gesloten is, heeft te maken met de vooraf afgesproken spelgegevens. Onder de noemer open/ gesloten improvisatie vallen onder andere Improvisatietheater, Statusspelen (Johnstone, 1990) en Theatersport (Spolin, 1999).

De Acteermethode binnen een dramatherapeutisch kader is gericht op de behandeling van de jongere via de ontwikkeling van zijn acteervaardigheden. Het geloofwaardig kunnen spelen en beheersen van emoties is voor een acteur natuurlijk een basiscompetentie. Terecht kijkt de drama-therapeut hier naar bestaande acteermethoden. Afgeleide werkvormen van theaterontwikkelaars als Stanislavski en Grotowski zoals fysieke-, stem-, fantasie- en visualisatieoefeningen zijn hier onder te brengen. Ook de Rolmethode van Landy (2008), het Elemententheater van Woudenberg, de Begeleid Toneel methode van Haans en Te Kieft zijn hierop gericht. Het gebruik van materialen zoals schimmendoek (schimmenspel) en maskers (Geese theatre; Baim et al., 2002) ondersteunen de theatrale vormgeving van spelinhouden van de jongere.

Bij de methode Psychodrama (Moreno, 1964) wordt de beleefde werkelijkheid van de jongere bespeeld. Het uitspelen van situaties uit het leven van de jongere kan verlichting brengen, vastgezette emoties tot expressie brengen, een ander licht werpen op situaties en het handelingsrepertoire met nieuwe gedragsmogelijkheden uitbreiden. Zowel interpersoonlijke als intrapersoonlijke thema's kunnen aan bod komen. Soms ligt het accent meer op uitbreiden van handelingsrepertoire via methoden als Uitbreiden Sociaal Rolrepertoire (Geese Theatre, Baim et al., 2002), Interactiedrama (Cuvelier, 1983) en Role Training (Clayton & Carter, 2004). Andere keren is het psychodrama meer verwerking- en inzichtgericht (Moreno, 1964; Kellermann, 2000).

### *Technieken en werkvormen*

Er is een scala aan werkvormen in te zetten. Binnen deze werkvormen is zowel voorgestructureerd spel een mogelijkheid, als het vrij improviseren in direct samenspel met groepsgenoten of de therapeut. In het tegenspel kan de therapeut de jongeren in spel met verschillende emoties confronteren. De jongeren kunnen op deze manier onderzoeken hoe ze in spel met emoties omgaan en onderzoeken wat ze hierin willen of moeten leren.

Een voorbeeld van een werkvorm is de emotiebrief, waarbij de jongere een brief schrijft naar een fictief persoon waarin hij

of zij een gerichte vraag stelt of een mededeling doet die bij de ontvanger een bepaalde emotie teweeg brengt. Vervolgens wordt er een scène gespeeld tussen de ontvanger en de schrijver van de brief. De jongere kiest welke rol hij of zij in eerste instantie speelt. Als techniek bij deze werkvorm kan rolwissel ingezet worden. Intervenierende technieken tijdens het spel zijn: uitvergroten, Lift your mask (Baim et al., 2002) en 'Transformation to the here and now' (Johnson, 1991).

## **Kerngebied Zelfbeeld**

### **Werkwijze**

Binnen het kerngebied Zelfbeeld worden verschillende werkwijzen ingezet, namelijk supportief, orthopedagogisch en re-educatief.

De supportieve werkwijze wordt ingezet op momenten dat de jongere gesteund wordt in het leren omgaan met problemen en geactiveerd wordt tot nieuwe stappen en inzichten. De orthopedagogische werkwijze is geïndiceerd vanwege het ontwikkelen van zelfinzicht, zelfgevoel en zelfbeeld. De re-educatieve werkwijze richt zich op het veranderen van het zelfinzicht, het zelfgevoel, het zelfbeeld en het daaruit voortvloeiende probleemgedrag van de jongere.

### **Doelen**

Tijdens spel (fictief en non-fictief) is de jongere bereid tot het uitvoeren en ervaren van een rolwisseling zodat eigen gedrag, houding en reactie zichtbaar en inzichtelijk wordt. De jongere krijgt, doordat hij of zij via de rol van de ander geconfronteerd wordt met het gespiegelde eigen gedrag, de mogelijkheid om inzicht te verkrijgen in oorzaak en gevolg van eigen gedrag binnen bepaalde sociale situaties. Na reflectie kan er binnen spel geoefend worden met gedragsalternatieven om zelf deze situaties te beïnvloeden. Het zelfbeeld van de jongere wordt binnen spel getoetst en mogelijk aangepast. Als het spel anders verloopt dan de jongere verwacht, ervaart de jongere dat het zelfbeeld disfunctioneel of niet adequaat is. Vervolgens wordt op zoek gegaan naar spelervaringen die een meer realistisch zelfbeeld stimuleren.

De jongere doet succeservaringen op die bijdragen aan het verstevigen van het zelfrespect en het vergroten van het zelfvertrouwen. Dit gebeurt door werkvormen aan te bieden die aansluiten bij zijn of haar mogelijkheden, interessegebied en beleving.

De jongere doet ervaring op met verschillende technieken om voor zichzelf op te komen. Binnen verschillende verbale en non-verbale spelvormen staan de eigen assertiviteitsvaardigheden centraal.

### **Methoden**

In het werken met het kerngebied Zelfbeeld worden binnen dramatherapie in JJJ en GJ verschillende methoden

genoemd. Soms hangt een methode nog sterk samen met de grondlegger en is als zodanig bekend. In onderstaande opsomming brengen we de methoden die op elkaar lijken zoveel mogelijk onder één noemer samen.

Net als bij het kerngebied Emotie, wordt de Storytelling/ Storymaking methode genoemd. Het maken van een solo of filmscript kan ook onder deze methode gerangschikt worden. Bij de vormgeving van het persoonlijke verhaal wordt ook video-drama ingezet. Tevens worden opnieuw de methoden open/ gesloten improvisatie en Psychodrama (Moreno, 1964) genoemd.

Bij het kerngebied Zelfbeeld ligt het accent meer op interpersoonlijke thema's. Naast psychodrama wordt ook het werken met Lielingsrollen (Tuender, 2008), Interactiedrama en Axenroos (Cuvelier, 1983) en het spelmatig gebruik van het model van Kernkwaliteiten (Ofman, 2006) genoemd. Bij het inzicht verkrijgen in en uitbreiden van het persoonlijke handelingsrepertoire worden ook de Rolmethode en de Role Profile Test van Landy (2001) gebruikt.

### **Technieken en werkvormen**

Er kunnen binnen dit kerngebied verschillende technieken worden ingezet door de therapeut die het zelfvertrouwen, zelfbeeld en zelfinzicht versterken. Technieken worden ingezet binnen verschillende werkvormen. Onderstaande technieken worden het meest toegepast.

- Rolwisseling: de jongere de rol van de ander laten ervaren. Als therapeut de rol van de jongere spelen.
- Spiegelen: spel van de jongere naspelen waardoor de jongere eigen gedrag/ houding terugziet en ervaart wat dit met een ander kan doen. Met meer afstand kunnen reflecteren naar eigen aandeel.
- Regie geven en ontvangen: zowel in scènes als in producten (film, verhaal, script) kan de jongere oefenen met het vormgeven van zijn of haar ideeën en deze ook doorvoeren. Daarnaast kan er ook geoefend worden met het ontvangen van regie.

## **Kerngebied Interactie**

### **Werkwijze**

De re-educatieve en orthopedagogische werkwijze zijn hier geïndiceerd. De re-educatieve werkwijze wordt gebruikt om nieuw gedrag aan te leren. De orthopedagogische werkwijze is geïndiceerd vanwege de leeftijd van de doelgroep en vanwege achterstand in sociale ontwikkeling tijdens opvoeding.

### **Doelen**

Jongeren leren het afwisselend spelen van rollen met een hoge of lage status om inzicht te krijgen in machtsverhoudingen in sociale situaties. Adequaat spelmatig kunnen incasseren en reageren op de status van de ander is belangrijk om rolrepertoire uit te breiden. Daarnaast leren

zij herdefiniëren/ herwaarderen van hoge en lage status en leiding nemen of accepteren.

Een ander doel is leren samenspelen met focus op het accepteren van spelaanbod van de ander en zelf met spel-inbreng kunnen komen. Evenwicht wordt gezocht tussen alleen maar volgen van spelaanbod van de ander en alleen maar zelf leiden in het spel.

Inzicht verkrijgen in eigen en andermans interactiepatronen binnen spel is ook belangrijk. De jongere wordt gestimuleerd om ander interactiegedrag binnen spel uit te proberen en op deze wijze het interactierepertoire uit te breiden. Tevens wordt aandacht besteed aan bewustwording van eigen non-verbale mimiek en lichaamsexpressie, het leren begrijpen van en afstemmen op het non-verbale spel van de ander en reageren op elkaars signalen. Dit wordt bereikt door afstemmen op tempo, beleving, ritme van de ander en nabijheid.

Spelmatig werken in fictieve en non-fictieve situaties zorgt ervoor dat de jongere fysieke en sociale grenzen leert herkennen, ervaren, aangeven en accepteren.

Ook leert de jongere in contact komen met disfunctionele interactie in conflictsituaties door dit via tegenspel te prikkelen. Vervolgens wordt daarop met de jongere gereflecteerd en gezocht naar gezonde gedragsalternatieven. Binnen improvisaties worden rollen met verschillende intenties gespeeld. Daarbinnen wordt gewerkt met rolwisseling om de empathie voor de ander te vergroten.

### Methoden

In het werken aan Interactie binnen dramatherapie in JJI en GJ wordt vooral de methode open/ gesloten improvisatie genoemd, waarbij ook Anger Management (Thompson, 1990) wordt ondergebracht.

### Technieken en werkvormen

Bij het werken met Interactie kan gebruik gemaakt worden van psychodramatechnieken (rolwissel, dubbelen en spiegelen), technieken uit het Forumtheater van Boal (Schutzman & Cohen-Cruz, 1994) en directing. Bij directing vervult de jongere de rol van regisseur van een bepaalde scène, of is cameraman. De video-opnames kunnen gebruikt worden als reflectiemateriaal.

Enkele werkvormen die ingezet zouden kunnen worden zijn: statusspelen (baas-knecht spelsituaties over leiden/ volgen en macht/ onmacht), non-verbaal spel (het spiegelen van elkaars bewegingen en mimiek), interactiedrama/ sociale roltraining (spel naar aanleiding van situaties uit het dagelijks leven van de jongere waarbij de jongere zowel regisseur als protagonist kan zijn), realistische spelsituaties (situaties worden letterlijk nagespeeld).

Tevens wordt gebruik gemaakt van verschillende improvisatievormen:

- de spelers krijgen in tweetallen kaarten met een rolbeschrijving welke leidt tot een conflict;
- “Zorg dat de ander”: met behulp van kaarten moet op impliciete wijze een reactie bij de ander worden uitgelokt;
- open improvisaties/ theatersport waarbij de spelers moeten voortborduren op één spelgegeven.

### Conclusie

Dramatherapie kan aansluiten bij de behoefte van jongeren in de GJ en JJI om op een andere manier aan zichzelf te werken dan via verbale therapie. In een leeftijd waarop vragen over eigen identiteit en zelfpresentatie een belangrijke rol spelen, sluit drama op een natuurlijke wijze aan. Door meer of minder distantie in te bouwen en het spel meer doen-alsof of juist net-echt te maken wordt de juiste afstemming gevonden om met de jongeren tot spel te komen. De kerngebieden Emoties, Zelfbeeld en Interactie lenen zich volgens de dramatherapeuten die aan het onderzoek hebben meegewerkt het best voor een dramatherapeutische benadering.

### Literatuur

- Baim, C., Brookes, S. & Mountford, A. (2002). *The Geese Theatre Handbook; drama with offenders and people at risk*. Hampshire: Waterside Press.
- Clayton, M. & Carter, P. (2004). *The living spirit of the psychodramatic method*. St.Heliers: Resource Books.
- Cuvelier, F. (1983). *De stad van Axen; gids bij menselijke relaties*. Kappellen: De Nederlandse Boekhandel.
- Dunne, P. & Rand, H. (2003). *Narradrama: integrating drama therapy, narrative, and the creative arts*. Los Angeles: The Drama Therapy Institute of Los Angeles.
- Johnson, D. (1991). The theory and technique of transformations in drama therapy. *Arts in Psychotherapy*, 18, 285-300.
- Johnstone, K. (1990). *Impro, improvisatie en theater*. Amsterdam: International Theatre and Film books.
- Kellermann, P. F. & Hudgins, M. K. (2000). *Psychodrama with trauma survivors, acting out your pain*. Londen: Jessica Kingsley Publishers
- Landy, R. J. (2001). *New essays in drama therapy*. Springfield: Charles Thomas Ltd.
- Landy, R. J. (2008). *The couch and the stage; Integrating Words and Action in Psychotherapy*. New York: Jason Aronson.
- Moreno, J. L. (1964). *Psychodrama*. New York: USA Beacon House Inc.
- Ofman, D. (2006). *Bezieling en kwaliteit in organisaties*, Utrecht: Servire.
- Schutzman, M. & Cohen-Cruz, J. (1994). *Playing Boal, theatre, therapy, activism*. Londen: Routledge.
- Spolin, V. (1999). *Improvisation for the Theater*. Evanston: Northwestern University Press.
- Tuender, G. (2008). *Onderzoek naar de ontwikkeling van de methode lievelingsrollen van 1988 tot 2008*. Nijmegen: Creatieve Therapie Opleidingen.

### Over de auteurs

Jaap Welten, Master of Arts Therapies in de dramatherapie, is senior-docent dramatherapie aan de opleiding CreatieveTherapie van de Hogeschool Zuyd in Heerlen. Hij is lid/ onderzoeker van de kenniskring KenVaK.

Josefien van der Wekken is dramatherapeute bij de Otto Gerhard Heldringstichting in Zetten.

Jorg de Man is dramatherapeut en werkt bij Avenier in Harreveld.

Marjolein Scholten is dramatherapeute en is werkzaam bij Avenier in Almelo.

E: j.welten@hszuyd.nl

### Samenvatting

Dit artikel geeft een kijkje in de handleiding dramatherapie binnen Justitiële Jeugdinrichtingen en Gesloten Jeugdzorg die begin 2011 verschijnt. De handleiding omvat de rationale, methode, doelen, werkwijzen, werkvormen, technieken en de fasering die in dramatherapie bij deze jongeren worden toegepast. In dit artikel wordt met name ingegaan op de kerngebieden Emoties, Zelfbeeld en Interactie. Methoden en werkvormen die bij deze kerngebieden worden toegepast worden met typerende voorbeelden uitgelegd. ■

## Oproep

---

De redactie van het Tijdschrift voor vaktherapie zoekt een:

### redactielid voor de coördinatie van rubrieken

Je taak is het coördineren van de rubrieken **Uit de praktijk** en **Mijn werkplek**. Concreet houdt dit in:

- Je zoekt samen met de andere redactieleden **vaktherapeuten die iets over hun praktijk of hun werkplek willen schrijven**;
- Je houdt een **overzicht** bij van welke vaktherapeuten voor welke editie waarover wat willen schrijven;
- Je **legt contact** met auteurs, spreekt een planning met hen af en herinnert ze aan de afspraken;
- Je **ondersteunt** auteurs bij het schrijven en controleert hun tekst op helderheid en correct taalgebruik;
- Je komt in overleg met de auteurs tot een **definitieve versie** van de rubriek die je aanlevert aan de hoofdredactie;
- Je bent vier keer per jaar aanwezig bij de **redactievergadering**.

Voor beide rubrieken zijn richtlijnen beschikbaar ter ondersteuning, zowel voor auteurs als voor jezelf. Je wordt begeleid door een ervaren redactielid.

We zoeken iemand die na een inwerkperiode deze taak voor minimaal een jaar op zich wil nemen. Ervaring is niet nodig. Ook onlangs afgestudeerden worden uitgenodigd te reageren. Het gaat om een onbetaalde vrijwilligersfunctie, waarbij eventuele onkosten wel worden vergoed.

Mail voor meer informatie of om je aan te melden naar [tijdschrift@vaktherapie.nl](mailto:tijdschrift@vaktherapie.nl) o.v.v. Coördinator rubrieken.

---