

Waarom Roodkapje de wolf wegstuurde

In vijf fasen werken met sprookjes in dramatherapie en psychodrama

Door Gerdi Tuender

Gerdi Tuender heeft vanuit de praktijk een methode ontwikkeld om binnen dramatherapie en psychodrama met sprookjes te werken. Ze beschrijft in dit artikel de vijf fasen van deze methode aan de hand van praktijkvoorbeelden. De methode is toepasbaar bij verschillende doelgroepen. Het thema van het lievelingssprookje van een cliënt is vaak een metafoor van de problematiek en goed bruikbaar in therapie.

In dit artikel:

- ... een methode voor het werken met sprookjes voor elke doelgroep;
- ... een beschrijving van de wijze waarop de thema's in het sprookje kunnen worden uitgebeeld, veranderd en herspeeld;
- ... praktijkvoorbeelden van het verduidelijken van persoonlijke thema's en overeenkomsten tussen het sprookje en het eigen leven.

Inleiding

In mijn werk als drama- en psychodramatherapeut heb ik gemerkt hoe waardevol sprookjes zijn. Daarom wil ik de mogelijkheden van het werken met sprookjes vanuit de praktijk beschrijven. Ik hoop dat dit een stimulans zal zijn voor therapeuten om sprookjes vaker in te zetten.

Voor cliënten kan werken met sprookjes veilig, speels en inzichtgevend zijn; voor behandelaren bieden sprookjes houvast bij observatie en diagnostiek. Het werken met sprookjes geeft inzicht in de levensloop en geeft zicht op ontwikkelkansen (Tuender, 2009).

Eerst komt aan de orde wat sprookjes zijn en wat ze kunnen betekenen voor therapie. Daarna wordt het werken met sprookjes in dramatherapie en psychodrama in vijf fasen beschreven.

Sprookjes: gelijkenissen van de reis door het leven

‘Sprookjes zijn een bijzonder soort verhalen omdat ze voortkomen uit een lange verteltraditie. Het al te persoonlijke tintje van de individuele verteller verdwijnt bij het proces van doorvertellen, zodat er tenslotte bondige verhalen overblijven die duidelijk handelen over onderwerpen die veel mensen ter harte gaan’. (Kast, 1987, p. 8)

Sprookjes zijn eigenlijk gelijkenissen waarin de reis van de mens door het leven wordt uitgebeeld. Bij veel sprookjes ligt de nadruk op de psychologie van de jeugd, en de focus op ontwikkelingstaken op weg naar volwassenheid. Groei, in psychologisch en spiritueel opzicht, is een essentieel thema.

‘Sprookjes gaan over zich losmaken van de ouders en een onafhankelijk leven beginnen. De hoofdfiguren doorstaan vaak vele beproevingen, want zo’n losmakingproces gaat niet altijd van een leien dakje. Ten slotte vinden ze vaak een koninkrijk, de ware liefde of zij ‘vinden zichzelf’ en gaan verbintnissen aan in een

huwelijk of in een loopbaan. Maar ook wanneer er grijze haren zijn komen er nog ontwikkelingstaken die onderzocht kunnen worden met behulp van bijvoorbeeld ouderdomssprookjes, deze onthullen de psychologie van de rijpere leeftijd' (Chinen, 1996, p. 7). Denk bijvoorbeeld aan de moeite met het vinden van nieuwe levensdoelen wanneer iemand geen betaald werk meer heeft of de kinderen de deur uitgaan.

'In een sprookje worden innerlijke processen naar buiten gebracht. Een sprookje is eenvoudig en huiselijk van aard, het stelt geen eisen aan toehoorders. Een sprookje werkt geruststellend, biedt hoop voor de toekomst en belooft een gelukkige afloop' (Bettelheim, 1993, p.35).

De betekenis van sprookjes voor therapie

'Freud zag het volkssprookje als een deel van het verhaal van een cliënt. Sprookjes, en vooral lievelingssprookjes, nemen vaak de plaats in van onze eerste jeugdherinneringen. Het sprookje werkt als dekherinnering, aldus Freud. Associatie rond dit sprookje kan waardevol materiaal opbrengen rond deze vroegste herinneringen. Analytici voeren niet zelf sprookjes in in de therapie. Het sprookje moet van de cliënt zelf komen' (Roubos, 2005, § 3.3).

Belangrijke beelden uit een lievelingssprookje komen vaak overeen met iemands persoonlijke thema's. Wanneer zo'n beeld wordt uitgespeeld kan de cliënt er vaak ook met afstand naar kijken en het beeld op zich in laten werken. Het beeld komt letterlijk in beweging; een persoonlijk thema wordt op een nieuwe manier belicht.

Door het focussen op lievelingssprookjes en het uitspelen van favoriete scènes wordt duidelijk wat de problematiek is van een cliënt. Het onbewuste wordt bewust. Het spelen, de fantasie en de beleving van het spel maakt dat cliënten verrast en geconfronteerd kunnen worden met persoonlijke thema's. Reflectie hierop kan de emotionele ontwikkeling beïnvloeden: de cliënt kan een persoonlijke thema veranderen (Tuender, 2009).

'Welk sprookje belangrijk is voor iemand, hangt af van zijn psychologische ontwikkeling en van de problemen die op dat moment het meest spelen' (Bettelheim, 1993, p.22).

Sommige cliënten hebben meerdere favoriete sprookjes, die bij verschillende levensfasen passen. Voor behandelaars zijn dit belangrijke aanknopingspunten. Ik ben van mening dat er aan de hand van een lievelingssprookje geen diagnose gesteld kan worden, maar de keus van het sprookje en de scène geeft wel een richting aan en is een aanvulling voor de diagnostiek.

Het thema van een lievelingssprookje is vaak een mooie metafoor van de problematiek van een cliënt en is als zodanig goed bruikbaar voor therapeuten van verschillende disciplines in de behandeling.

In vijf fasen werken met sprookjes

De vijf fasen heb ik ontwikkeld gedurende mijn werk als (psycho)dramatherapeut in de GGZ. De fasen vertonen veel overeenkomsten met de bekende vijf fasen die Renée Emunah beschreven heeft in haar boek 'Acting for Real' (1994). Alleen fase 1 van het werken met sprookjes, 'kennismaken', wijkt af van fase 1 van Emunah. Bij Emunah wordt in fase 1 bijvoorbeeld lichamelijk actief spel gedaan en bij sprookjes ligt het accent in fase 1 op voorlezen en luisteren.

De fasen zijn geen vastomlijnde eenheden, maar overlappen elkaar soms. Ze kunnen een houvast zijn in het therapieproces doordat ze de niveaus waarop gewerkt wordt afbakenen.

Hieronder zal ik allereerst ingaan op de groep waarmee gewerkt kan worden, in termen van de doelgroep en een individuele of groepgerichte behandeling. Dan volgt mijn beschrijving van het werken met de vijf fasen. Ten slotte ga ik in op de specifieke waarde van de dramatherapeut en de psychodramatherapeut hierbij en op de houding en werkwijze die de therapeut in de verschillende fasen hanteert.

Doelgroep

In principe kan er met iedereen met sprookjes gewerkt worden. In hoeverre de therapie steunend/ structurerend of meer ontdekkend/ inzichtgevend is, is afhankelijk van de cliënt en het doel.

In fase 1 wordt het lievelingssprookje voorgelezen. Dit is bij vrijwel alle cliënten mogelijk. Voor cliënten in een crisissituatie en ook als start van een inzichtgevende therapie. In fase 2 wordt het hele sprookje gespeeld, wat deze fase geschikt maakt voor cliënten die in beweging kunnen komen.

Fase 3, 4 en 5 zijn meer inzichtgevend bedoeld en dus geschikt voor cliënten die het vermogen hebben te reflecteren. In fase 4 wordt de persoonlijke problematiek verwerkt middels psychodrama.

De meeste cliënten die in de voorbeelden in dit artikel genoemd worden, werden behandeld in een centrum voor klinische psychotherapie. De behandeling was reconstructief van aard. Dit betekent dat er met alle vijf fasen gewerkt kon worden. Een enkeling kwam in een ambulante behandelsetting of verbleef in een crisisopvang, bijvoorbeeld Yvette (beschreven bij fase 5). Bij haar was het op dat moment van de behandeling niet haalbaar om in fase 4 te werken.

Individuele- of groepstherapie

Bij het spelen met sprookjes in een groep is het een verrijking dat er verschillende mensen zijn die de bijrollen kunnen spelen en kunnen teruggeven hoe de rol werd beleefd. Dit zijn waardevolle ervaringen. De groepsgenoten die voorlezen of meespelen kunnen onder meer ervaring opdoen met in de belangstelling staan en verschillende rollen spelen zoals een agressieve wolf, een mysterieuze Repelsteeltje of een zorgzame vrouw Holle.

Het is voor een cliënt waardevol om te voelen hoeveel moeite anderen voor hem doen door zijn sprookje voor te lezen, een plek te maken om lekker te kunnen luisteren en het vervolgens samen te spelen.

Bij een individuele therapie zal de therapeut meestal de verschillende rollen spelen en kan deze de ervaringen teruggeven aan de cliënt. Hierbij zal de focus in de eerste plaats liggen op de persoonlijke thema's en behandeldoelen.

Fase 1 Kennismaken

Het lievelingssprookjes voorlezen

Allereerst kunnen de lievelingssprookjes van vroeger worden genoemd. De meeste mensen kunnen zich heel goed herinneren welk sprookje hen aansprak en kunnen dit

vrijwel meteen noemen. Hierna kunnen de cliënten een plek maken in het dramalokaal waar ze zich prettig voelen, bijvoorbeeld een lekkere hangplek bij een fictieve kachel of misschien een besloten hut. Hierbij kunnen ook geluidsopnames gebruikt worden van een regenbui of een knappend haardvuur of er kan passende belichting gekozen worden.

Het voorlezen is voor sommigen opnieuw kennismaken met de inhoud van het sprookje. Cliënten hoeven nog niet na te denken over persoonlijke thema's als er een sprookje wordt voorgelezen, maar het sprookje of beelden daaruit kunnen hen wel raken. De werkvorm - voorlezen of voorgelezen worden - is zo laagdrempelig dat eventuele weerstand tegen spelen overwonnen kan worden.

Cliënten in een crisissituatie zijn niet goed in staat om zich te verdiepen in hun problematiek want de situatie van dat moment is overheersend. In dat geval kan de groep besluiten om diegene te troosten en bij zich te houden in de therapie door geborgenheid te bieden en het lievelingssprookje van die cliënt van vroeger voor te lezen. Dit kan binnen de groep de warmte en geborgenheid vergroten waardoor het vertrouwen kan groeien zodat het gemakkelijker wordt om persoonlijke thema's te delen en eventueel later uit te spelen.

Mijn ervaring is dat veel cliënten als kind weinig tot niet zijn voorgelezen. En zij ervaren het als heel bijzonder of ontroerend dat dit nu wel gebeurt.

Bea, een jonge vrouw, had veel moeite met spelen. Een groepsgeenoot heeft toen haar lievelingssprookje De Kikvorskonink voorgelezen. Het autoriteitsconflict uit het sprookje raakte haar. Verder zaten er een aantal details in het sprookje, zoals het hebben van een dominante vader en twee zussen, die overeenkwamen met haar eigen leven.

Bea ervoer de groep en haar vader beide als een autoriteit. De voorzichtige en helpende houding van de groep maakte het voor Bea mogelijk om zich nu meer kwetsbaar op te stellen in de behandeling.

Fase 2 Ontdekken

Ontdekken van belangrijke thema's in het spel

In deze fase wordt het lievelingssprookje van een cliënt letterlijk nagespeeld. Degene wiens lievelingssprookje wordt uitgespeeld, speelt meestal zelf de hoofdrol, althans die rol waarmee hij zich vroeger of tijdens fase 1 heeft geïdentificeerd. De groepsleden kunnen de bijrollen vervullen en iemand kan het sprookje voorlezen. Het werkt prettig voor de concentratie en verdieping wanneer er in één sessie één sprookje in zijn geheel wordt uitgespeeld. Omdat sommige sprookjes erg lang zijn is het vaak praktisch om tegelijk met het voorlezen het sprookje uit te spelen. Na het voorlezen van één of enkele zinnen kan dan even worden gestopt om de spelers het na te laten spelen: bijpassende bewegingen maken, zinnen zeggen, etcetera. Er kunnen attributen gepakt worden om het sprookje zo echt mogelijk na te spelen.

Hierna kan het sprookje nog een keer zonder de onderbrekingen van het voorlezen gespeeld worden. Dit komt de inleving en verdieping ten goede.

Als een cliënt zo het eigen sprookje uitspeelt, zullen de persoonlijke thema's en overeenkomsten met het eigen leven steeds duidelijker worden. Wat de cliënt met deze herkenningspunten wil, hangt af van de fase van waar hij in het therapieproces is. Is de cliënt toe aan meer verdieping? Is het eigen thema duidelijk of heeft hij nog veel bescherming nodig van de alsof-situatie die het sprookje biedt? In dat laatste

geval kan het belangrijk zijn om samen met de cliënt te zoeken naar scènes die hij heel mooi vindt en deze steeds beter over te spelen. Het zoeken naar thema's en herkenningpunten kan dan juist de weerstand tegen verdieping verhogen.

Fase 3 Verdiepen

Belangrijke scènes verbinden met het eigen leven

Bij het uitspelen van sprookjes is het in deze fase belangrijk om te focussen op scènes die een betekenis voor iemand hebben en deze eventueel te vergelijken met situaties uit het eigen leven.

Foto 1 de wand van het snoephuisje

Een jonge vrouw, Maartje, was heel verdrietig omdat ze zich eigenlijk altijd slecht voelde en niet wist waarom. Ze noemde het sprookje van Hans en Grietje als het sprookje wat haar vroeger had geraakt. Dit hebben we met de groep uitgespeeld. Maartje koos voor de rol van Grietje, verdeelde de rollen en gaf aan hoe het decor er uit moest zien. In het spel kreeg het zoeken van de weg en het strooien van de stukjes brood veel aandacht. Het steeds maar zoeken van de weg was voor haar een belangrijk thema: ze was al jong van huis weggegaan en leidde een nogal zwervend bestaan. Verder zat ze van jongs af aan bij de Scouting. Dit bleek voor haar de kern van het sprookje te zijn.

Het spelen en evalueren van de scènes samen met een groep mensen die haar goed kende leverde haar veel nieuwe thema's en inzichten op, zoals een klein onopvallend meisje zijn, een goede vader hebben, slecht contact met de moeder, verdwalen in het bos en op de padvinderij zitten. Het herkennen van thema's, deze een plaats kunnen geven in haar leven en met de groep delen, deed haar goed en hielp haar om houvast te vinden in de behandeling.

Wanneer blijkt dat er in het lievelingssprookje van een cliënt veel herkenningpunten zitten met betrekking tot het eigen leven, kunnen bepaalde scènes uit het sprookje opnieuw gespeeld worden.

De cliënt kan zich nu concentreren op het eigen gevoel bij het spelen. Vragen die hierbij gesteld kunnen worden, zijn bijvoorbeeld: 'Wat deed de scène met je?' 'Hoe voelde een bepaalde gebeurtenis, of het einde van het sprookje?' 'Wat blijft er hangen?'

Meestal weet een cliënt hier meteen antwoord op.

Hierna kan een scène steeds opnieuw gespeeld worden, misschien mooier, langzamer, met een andere rolbezetting, met meer geluiden, krachtiger, zachter, etcetera, afhankelijk van de wens van de cliënt.

foto 2 een serie Roodkapjes-koppen

Desi werd vooral geraakt door de geborgenheid in het huisje van de oma van Roodkapje en door de dreiging van geweld door de wolf buiten. Ze herspeelde deze scène door de wolf af te houden.

Desi associeerde de wolf met agressieve mannen. Met het uitspelen van deze scène herstelde ze haar angst voor geweld van mannen door ertegen op te treden, actief te worden en daar succes mee te hebben.

Bij het spel kan een link gelegd worden met thema's die in het dagelijks leven aan de orde zijn of er kan gekeken worden naar de betekenis die het sprookje als geheel voor iemand heeft.

De thema's kunnen in het sprookje worden uitgebeeld, veranderd en herspeeld. De cliënt kan ook de tegenpolen gaan vervullen in een scène om zo de betekenis van een tegenrol te voelen en te ontdekken. De scène wordt dan bekeken vanuit een ander perspectief. Dit geeft vaak nieuwe inzichten. Motieven van een ander kunnen beter begrepen worden.

Bij Hank hebben we zijn sprookje Sneeuwwitje en Rozerood gelezen en gespeeld. In dit sprookje komt een scène voor waarin de hoofdpersoon, een beer, op zoek is in een groot bos en uiteindelijk een huisje vindt waar hij binnen mag komen om uit te rusten en zich op te warmen. Hij gaat daar bij de kachel liggen en geniet van de warmte. Hij wordt geaaid, valt in slaap en kan zo eindelijk rust vinden. Het ontroerde Hank om bij de kachel te mogen liggen en geaaid te worden. Op zijn verzoek hebben we deze scène de eerstvolgende bijeenkomst nog een keer gespeeld. Hij genoot er enorm van. Wel ontdekte Hank dat er een manipulerende dwerg in het sprookje voorkwam waar hij nu ongerust over werd. Hij kon het echter nog niet plaatsen in zijn eigen levensverhaal.

Circa vijf maand later, nadat Hank twee andere sprookjes die vroeger belangrijk voor hem waren geweest, had gespeeld en onderzocht, wilde hij de betekenis van de dwerg in Sneeuwwitje en Rozerood nog eens onderzoeken. Hank heeft toen zelf de dwerg gespeeld. Hij ontdekte dat die dwerg vooral stond voor agressie, welke met name voortkwam uit onmacht en leidde tot manipulerend gedrag. Hij voelde in de scène meteen dat dit voor hem oud gedrag was: manipuleren uit onmacht.

Fase 4 Verwerken

Persoonlijke thema's exploreren en bewerken

In deze fase wordt gezocht naar oorzaken van het gedrag en gevoel en wordt onderzocht hoe deze te veranderen zijn. Hierbij wordt gewerkt met de betekenisvolle momenten in het lievelingssprookje van een cliënt.

Om welke thema's het gaat blijkt vaak uit de keuze van moeilijke of juist favoriete scènes. Onbewust materiaal wordt begrijpelijk, zoals herinneringen, dromen, associaties en beelden van bijvoorbeeld familiegebeurtenissen, trauma's uit de kindertijd en andere belangrijke gebeurtenissen. Deze thema's kunnen in een psychodrama uitgewerkt worden.

Voor deze fase is de psychodramatische spiraal een goede werkwijze: vanuit een gepresenteerd probleem aan de hand van verschillende scènes naar een steeds dieper liggend probleem werken, en na verwerking van een oud conflict weer toewerken naar integratie van de nieuw verworven inzichten in het huidige leven.

Een scène die van belang is voor een cliënt, bijvoorbeeld de scène die het eerst bij hem opkomt, wordt uitgespeeld. In het spel helpt de psychodramatherapeut de cliënt (dat is de protagonist in psychodrama) om stil te staan bij de gevoelens of associaties die een scène oproept. Hieruit kan een volgende scène ontstaan. Zo verdiept de protagonist zich al spelende steeds verder in de oorzaak van gedrag of gevoel. Vaak wordt er gezocht naar de betekenis van een levensscript zoals die meestal in fase 2 of 3 ontdekt is. Eric Berne (1975) verstaat onder 'script' het onbewuste levensplan of

draaiboek waarmee de mens zijn leven gestalte geeft op grond van de in zijn jeugd doorgemaakte ervaringen. Als de kern wordt ontdekt, kan er toegewerkt worden naar een catharsis. Er kan bijvoorbeeld een scène worden gespeeld waarin de protagonist speelt hoe hij eigenlijk om had willen gaan met de oorzaak van het gevoel dat is ontstaan. Dit zijn vaak kernachtige situaties die voor de cliënt heel emotioneel zijn. De kern van de problemen van de cliënt wordt nu bewerkt.

In het voorbeeld van Hank, waarin hij ontdekte hoe heerlijk het is om bij de kachel te mogen liggen en er gewoon te mogen zijn en niets te hoeven doen, ontdekte hij dat dit gegeven hem herinnerde aan zijn vroegere thuissituatie waarin hij er altijd moest zijn om zijn moeder te helpen. Zij had het moeilijk en hij moest als kind de redder zijn. In een psychodrama heeft hij dit in enkele scènes kunnen uitspelen en kon hij zo ontdekken wat dit met hem gedaan heeft. Hij had als kind de taak op zich genomen om in het leven mensen te redden. Hij heeft uiteindelijk in een scène met zijn moeder kunnen bespreken wat dit met hem gedaan heeft en haar kunnen vertellen dat hij het graag anders wilde. Dit was voor hem erg emotioneel en voelde als een herstellende ervaring, een catharsis.

De scènes zijn krachtig, zowel teatraal als therapeutisch. De psychodramatische scènes integreren zintuigen, emoties en cognities. Interne conflicten en processen worden in een psychodrama geëxternaliseerd. Datgene wat verborgen was, wordt nu geuit en gedeeld in de groep.

Fase 5 Afronden

Een nieuwe versie van het lievelingssprookje

In deze fase is het belangrijk om te onderzoeken hoe het inzicht in de oorzaken van gevoel en gedrag en de verwerking daarvan, of de ervaring met het spel van het sprookje, een plaats kan krijgen in het dagelijks leven. De lievelingssprookjes kunnen nog één keer uitgespeeld worden in een gewenste versie.

Eventueel speelt de groep de nieuwe versie van het sprookje als slotritueel voor een select publiek. Hiermee wordt pijn omgezet in kunst.

De kracht zit in het precies benoemen en/of veranderen van de herkenningen, de thema's en de pijnpunten, zodanig dat het weer ruimte biedt voor nieuwe ontwikkelingen.

Maud had als lievelingssprookje De Sneeuwkonigin. Wat zij daarin wilde herspelen en uiteindelijk veranderen was de thuiskomst na een lange zoektocht. Dit wilde ze steeds opnieuw spelen. Het zich welkom voelen wilde ze groot maken en goed in zich opnemen. De hele groep maakte toen een erehaag waar zij onderdoor kon lopen. Dit deed ze langzaam, voortschrijdend in een lange jurk, het welkom zijn in zich opslurpend. Dit deed haar goed, want ze had zich als kind vaak ongewenst gevoeld.

Het spelen van je lievelingssprookje helpt om de problematische thema's van het leven te zien. Het maakt het mogelijk om over deze thema's na te denken en erover te praten, als deel van het sprookje of als een deel van het eigen leven. Het maakt daardoor zelfinzicht mogelijk en het inspireert om de levenssituatie te veranderen.

Tijdens een individuele therapie heeft Yvette de beschrijving van haar lievelingssprookje Wittebol meegenomen naar de therapie. We hebben het eerst helemaal uitgespeeld (fase 2) en later de betekenisvolle scènes herhaald (fase 3) en veranderd naar een gewenste situatie (fase 5).

In het sprookje plukt een klein meisje bloemen voor haar moeder: dit veranderde Yvette in bloemen plukken voor zichzelf. Het in slaap vallen in de tuin, het wakker schrikken en naar haar moeder rennen, veranderde ze in rustig wakker worden en naar de schommel gaan. Als therapeut had ik het idee om dit stukje te herspelen en te veranderen in een scène waarin ze wel naar moeder gaat waarbij deze haar met open armen ontvangt. Dit had verder onderzocht kunnen worden in fase 4, maar het leek Yvette niet haalbaar of in ieder geval nu nog te moeilijk. De schommel leek het enige dat haar mocht wiegen en troosten.

Drama- en psychodrama

Fase 1, 2, 3 en 5 zijn goed te bewerken in dramatherapie. De doen-alsof-situatie, de fantasie, het gericht zijn op actie/ spel en het gebruik van het sprookje als metafoor van de levensloop van een cliënt, zijn aspecten waar een dramatherapeut goed in thuis is. De therapeut is in deze fasen sterk gericht op het laagdrempelig houden van het spel en het verhogen van het spelplezier.

In fase 4 wordt er gewerkt aan de oorzaak van de problematiek van een cliënt. In deze fase wordt er niet gewerkt met het sprookje zelf, maar met de werkelijkheid van een cliënt, het eigen levensscript. Dit vergt van de therapeut een andere houding, namelijk: meer stilstaan, focussen op lichaamstaal en op pijnlijke momenten. Daarbij zal de therapeut meer moeten aansluiten bij de beleving en het gevoel van de cliënt over de pijnlijke persoonlijke thema's dan in de andere fasen het geval is. De psychodramatherapeut is hierin gespecialiseerd en zal hier de focus op leggen.

Werkwijzen en houdingsaspecten van de therapeut

Het werken met sprookjes in de verschillende fasen kan aangepast worden aan het behandeldoel en aan mogelijkheden van een cliënt. De werkwijze en de houdingsaspecten van de therapeut zullen daar ook bij aan moeten sluiten.

Bij fase 1 en 2 valt te denken aan orthopedagogisch en steunend/structurend en bij fase 2, 3 en 5 aan supportief en reëducatief en bij fase 4 aan reconstructief (Smeijsters, 2008).

Het is bij alle werkwijzen belangrijk dat de therapeut ervoor zorgt dat cliënten zich veilig voelen en vrij om zich te uiten, zowel in een bijrol in het sprookje van een medecliënt, als in het werken met het eigen sprookje.

Verder is het belangrijk dat de therapeut zich realiseert wat hij wil bereiken met een cliënt en in welk tijdsbestek. Kan het heel kort, misschien meer gedragstherapeutisch, past dat bij de behandeldoelstelling of moet het langdurend, ontdekkend /inzichtgevend en meer reconstructief?

Conclusie

Het werken met lievelingssprookjes binnen dramatherapie en psychodrama is een rijke methode omdat het toegepast kan worden op veel verschillende niveaus. Heel laagdrempelig: voorlezen, voor bijvoorbeeld cliënten met veel weerstand tegen spelen of cliënten die in een crisissituatie verkeren, of via veel spelplezier opbouwen naar een meer verdiepende en inzichtgevende therapie. Zelfs zover dat in een psychodrama

onderzocht kan worden wat de betekenis van een thema uit een sprookje voor iemand is en zo de oude pijn kan worden verwerkt. Er kan dan worden gesproken van het herschrijven van je levensscript.

Als er in de vorm van een korte module wordt gewerkt met sprookjes, zal het werken hiermee meestal beperkt zijn tot het verhelderen en exploreren van persoonlijke thema's.

Bij meer tijd en mogelijkheden om inzichtgevend te werken kan er aandacht besteed worden aan het bewerken van persoonlijke thema's zoals het verwerken van (oude) pijn en het integreren van nieuwe ervaringen en inzichten in nieuwe omstandigheden.

Literatuur

- Berne, E. (1975). *Wat er allemaal speelt. Over transactionele analyse*. Den Haag: Bakker.
- Bettelheim, B. (1993). *Het nut van sprookjes*. Amsterdam: De Bezige Bij.
- Chinen, A. B. (1996). *Nog lang en gelukkig: sprookjes in de tweede levenshelft*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Emunah R. (1994). *Acting for Real*. New York: Brunner/Mazel Publishers.
- Kast, V. (1987). *Sprookjes als therapie*. Rotterdam: Lemniscaat.
- Roubos, S. (2005). *Sprookjes besproken, verhalen in dramatherapie. Onderzoeksrapport*. Amersfoort: Hogeschool van Utrecht.
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek creatieve therapie*. Bussum: Coutinho.
- Tuender, G. (2009). *Werken met sprookjes in dramatherapie en psychodrama*. Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Over de auteur

Gerdi Tuender was vanaf 1981 tot 2008 werkzaam als dramatherapeut in de GGZ, inmiddels senior geregistreerd, en vanaf 2000 is ze ook werkzaam als psychodramatherapeut (certified practitioner, CP).

Hiernaast is zij vanaf 2002 als docent en supervisor verbonden aan de Creatieve Therapie Opleiding van de HAN. In 2007 heeft zij een vervolgonderzoek gedaan naar de ontwikkelingen in het werkveld van de door haar in 1992 ontwikkelde methode 'Lievingsrollen'. Hieruit volgde in 2008 de publicatie 'Lievingsrollen' in boekvorm. Vervolgens heeft ze haar ervaring in de praktijk met het werken met sprookjes in dramatherapie en psychodrama in vijf fasen in 2009 beschreven.

Samenvatting

In dit artikel wordt aan de hand van een vijf-fasenmodel uitgelegd hoe er met sprookjes gewerkt kan worden in dramatherapie en psychodrama. Elke fase wordt besproken en geïllustreerd met praktijkvoorbeelden. Het thema van het lievelingssprookje van een cliënt is vaak een mooie metafoor van de problematiek en is als zodanig goed bruikbaar voor therapeuten van verschillende disciplines. Door de diverse niveaus waarop er gewerkt kan worden met sprookjes is de methode gemakkelijk toe te passen bij vele doelgroepen in uiteenlopende behandelsettings, zowel individueel als in groepsverband. Hiernaast wordt er aandacht besteed aan werkwijzen en houdingsaspecten van de therapeut.