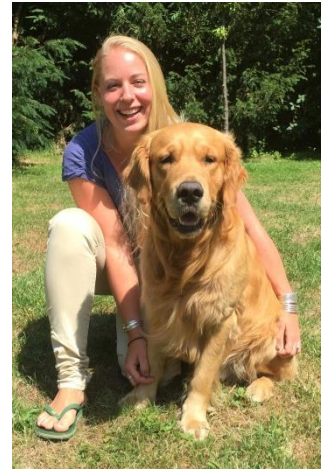


Twee bruine ogen, een natte neus en een kwispelende staart...

In mijn vorige artikel sprak ik over 'Animal Assisted Play Therapy'. De Amerikaanse benaming voor 'Dierondersteunde speltherapie', een vorm van speltherapie waarbij een dier een onderdeel vormt binnen het therapieproces van het kind. En hoewel het nog in de kinderschoenen staat, durf ik al te zeggen dat je als dierondersteunde speltherapeut veel efficiënter kan werken aan resultaten!

Mijn viervoeter Prins is inmiddels getraind, opgeleid en gecertificeerd tot therapiehond. Sinds een jaar werken we ook écht samen in de praktijk van 'Spelen helpt'. Elke dag opnieuw maken we bijzondere momenten mee. We worden een steeds hechter team en Prins zorgt ervoor dat ik nog beter stil sta bij wat een kind op dat moment nodig lijkt te hebben. Hij voelt het gewoon aan en ik vertrouw op hem. De mooiste waargebeurde momenten heb ik voor jullie samengevat en worden in dit artikel toegelicht met theorie.



Jorinde & Prins
(Foto J.G. Prinsen)

“Hij is bang dat we hem in de steek laten”

Kiki¹ (3,5 jaar) wordt aangemeld voor speltherapie omdat ze na het overlijden van haar vader ineens niet meer zindelijk is. Hoewel Kiki nog erg jong is speelt ze mooi verbeeldend spel waarin een prinses op zoek gaat naar haar vader in het bos. Ook het thema zindelijkheid komt naar voren wanneer de kleine prinses midden in het bos een gouden w.c. vindt waarop ze een grote plas en poep doet. Kiki verwerkt veel door te spelen maar heeft ook een grote fascinatie voor Prins, die tijdens de sessie op zijn eigen plekje in de spelkamer ligt.

Tijdens een sessie in de middenfase van de speltherapie ligt Prins met zijn grote, bruine trouwe ogen voor zich uit te staren. Kiki hurkt naast Prins neer en zegt: “Ik denk dat Prins verdrietig is”. Ik vraag haar waarom ze dit denkt en ze antwoordt: “Prins is bang dat we hem in de steek laten”. Ik kom bij het tweetal zitten en samen aaien we Prins. Ik laat Prins weten dat we hem nooit in de steek zullen laten. Ik zeg: “Waar we ook zijn Prins, we zullen altijd aan je denken”. Het lijkt alsof Prins het moment aanvoelt want hij geeft Kiki een lik op haar arm. Ze staat op en zegt: “Kom nou, we gaan met het zand spelen!”. In het zand maakt ze een taart voor Prins (Kiki is zelf bijna jarig) en samen versieren we de taart. Prins steekt zo nu en dan zijn neus in de zandbak om te kijken wat we doen. Kiki denkt dat hij de taart al wilt opeten en zegt: “Nee, nog niet opeten ouwe snoepert!”.

In de eindfase van de therapie komt tijdens een sessie de volgende dialoog op gang:

Ik: “Oh, ik denk dat Prins een vies windje heeft gelaten! Ruik jij dat ook?”

Kiki: “Prins, heb jij een poepie gelaten?”

Ik (via Prins): “Getsie Prins, wat ben je ook een viespeukie!”

Kiki (grinnkend): “Viespeukie!”

Ik (via Prins): “Poepies moet je buiten laten Prins, niet in de spelkamer!”

Kiki: “Prins kan niet poepen op de w.c. he?”

Ik: “Nee, hondjes kunnen niet op de w.c. zitten”

Kiki: “Maar mensen wel, he?”

Ik: “Mensen wel ja”

Kiki: “Ik ga straks ook poepen op de w.c.”

¹ Vanuit privacyoverwegingen zijn de namen in dit artikel gefingeerd, voor de foto's is toestemming van ouders verkregen

Interventies bij dierondersteunde speltherapie

De mogelijkheden voor dierondersteunde interventies zijn oneindig. Soms ontstaan ze spontaan, zoals in het voorbeeld van Kiki. Maar met een creatieve geest kun je er talloze verzinnen. Voorwaarde is dat het kind op een speelse, veilige en vertrouwde manier interacties met de hond beleeft. De speltherapeut kijkt naar de wensen en mogelijkheden van het kind (en de hond), de doelen voor speltherapie en met name het proces. Dit alles vergt een paar extra ogen en oren van de speltherapeut, je let immers niet alleen op het kind maar ook op eventuele stresssignalen van de hond. Daarnaast heb je een tweede goede speurneus nodig voor het doen van interventies.

“Prins heeft me écht gevonden!”

Ben (5 jaar) komt in speltherapie om zijn adoptieproces te verwerken. Hij heeft, zo klein als hij is, al heel veel meegemaakt en vervolgens wordt bij zijn adoptie moeder ALS (progressieve spierziekte) gediagnosticeerd. Kort daarna overlijdt zijn oma die bij de familie in huis woont. Al deze gebeurtenissen zorgen voor de nodige problemen op school. Ben heeft moeite om zijn emoties te reguleren en hij wordt bij de allerkleinste tegenslagen ontzettend boos.

Prins geeft een high-five (Foto J.G. Prinsen)



Na een lange periode reguliere speltherapie, starten we met dierondersteunde speltherapie. Ben geeft Prins het commando “Blijf” en verstopt zichzelf vervolgens ergens in de spelkamer. Wanneer ik Ben “klaar” hoor zeggen, geef ik Prins het commando “Zoek Ben”. Op het moment dat Prins zijn staart hevig heen en weer gaat, weet ik dat hij Ben heeft gevonden. Ik zie hoe mijn Prins met zijn natte neus contact zoekt met Ben. Ik bekrachtig deze situatie en reflecteer: “Oh, wat is Prins blij dat hij je gevonden heeft!”. Ben glimlacht van oor tot oor en antwoordt blij: “Prins heeft me écht gevonden! Hoe wist hij nu waar ik was?”. Tijdens dit spel kan Ben ervaren hoe het voelt om gewenst te zijn. Een gevoel wat hij in zijn biologische familie nooit heeft kunnen ervaren.

Ook touwtrekspelletjes helpen Ben bij het halen van zijn doelen. Bij dit spel pakt Ben de ene kant van een elastisch touw vast en Prins de andere kant. In het midden zit een knoop en de regel is dat het kind het touw niet vastpakt aan de andere kant van de knoop. Prins heeft dezelfde regel geleerd waardoor dit spel veilig is. De kracht van het spel is dat de opwinding voor beide partijen toeneemt waardoor het kind leert een balans te vinden in rust en opwinding. Kinderen die moeilijk tegen hun verlies kunnen, kun je met behulp van dit spel leren af en toe de hond te laten winnen. Je zult zien dat ze dan veel makkelijker tegen hun verlies kunnen. Van een vrolijke, kwispelende hond verliezen is helemaal niet zo erg!

Om Ben om te leren gaan met teleurstellingen oefenen we ook verschillende commando's. We beginnen met de ‘high five’. Tijdens het oefenen blijkt dit toch

moeilijker dan het lijkt. Ben wilt zo graag dat het lukt waardoor hij het commando achter elkaar herhaalt. Prins loopt druk heen en weer en is ten einde raad. Hij laat alle geleerde trucjes zien in de hoop dat de juiste er tussen zit, waardoor hij zijn beloofde snoepje probeert te krijgen. Dit leg ik Ben uit en hij probeert zijn geduld te bewaren.

Dit is lastig voor hem en bij elke tegenslag zie je de frustratie op zijn gezicht. Elke tip die ik geef past hij netjes toe en uiteindelijk krijgt Ben een high five van Prins. Ben is zó blij dat hij mij in de armen vliegt en Prins helemaal vergeet een snoepje te geven!

Doelen voor dierondersteunde speltherapie:

- Zelfredzaamheid (bijv. sociale vaardigheden opdoen)
- Hechting (wat is veilige hechting, leren over de relatie tot de ander)
- Empathie (o.a. ontwikkeling van empathie)
- Zelfregulatie (reguleren van emoties en gedrag)
- Probleemoplossend vermogen (bijv. bij angst of psychosociale problemen)

Dierondersteunde interventies zijn o.a. zo bijzonder omdat ze veel doelen omvatten. Bij veel interventies werk je namelijk aan meerdere ontwikkelingsgebieden van een kind. Denk aan het voorbeeld van het touwtrekspelletje. Bij dit spel werkt Ben aan zijn zelfregulatie, maar ook aan zijn zelfredzaamheid en probleemoplossend vermogen. Als Prins heel hard aan het touw trekt, wat doe ik dan? Geef ik Prins het commando 'Los' of trek ik nog veel harder? Hoe kan ik op Prins vertrouwen en hij op mij? (hechting). En hoe voelt Prins zich eigenlijk als ik dit of dat doe? (empathie).

Directe- en indirecte dierondersteunde speltherapie

Dierondersteunde speltherapie bestaat uit twee vormen. Bij de indirecte vorm speelt de hond een rol bij het verbeeldend spel van het kind (denk aan een rol als hulphond, politiehond of reddingshond). Het verschil met reguliere speltherapie is dus de toevoeging van een échte hond die het spelverhaal van het kind zo kan versterken. Het spel "leeft" nog veel meer, lijkt echter. Vaak wordt door het kind een rol aan de hond toebedeeld, maar je kan het kind hier ook bij ondersteunen door een idee aan te dragen.

Bij directe speltherapie ligt de regie grotendeels bij de speltherapeut, maar ook hierin kun je spelen. Je weet dat als je een kind vraagt wat hij wil doen met de hond, dan komen er heel wat leuke ideeën naar voren!

Bij directe speltherapie wordt veelal geoefend met verschillende commando's. Het is een efficiënte vorm van speltherapie, waarbij de speltherapeut aan verschillende doelen tegelijkertijd kan werken. Door te oefenen met commando's wordt het kind zich bewust van zijn emoties en hoe deze te reguleren. In het voorbeeld van Ben leert hij zijn geduld te bewaren omdat hij de hond wil veiligstellen. Een kind weet dat als hij boos wordt, hij de hond bang zal maken. Het kind zal daardoor zijn uiterste best doen om zijn boosheid te reguleren. Ook krijgt Ben controle over nieuwe gedragingen, overwint angsten en werkt aan zijn probleemoplossend vermogen.

"Mama, nog één kusje!"

Eefje (7 jaar) wordt specifiek voor dierondersteunde speltherapie aangemeld met als doel haar zelfvertrouwen te vergroten. Eefje is niet weerbaar en komt niet voor zichzelf op. Als er problemen zijn, roept Eefje gelijk de juf, ze durft niet zelf haar problemen op te lossen.

Eefje zit al te wachten in de wachtkamer. Ik open de deur van de praktijk zodat Prins haar op kan halen en samen wandelen ze naar binnen. Eefje verstopt alvast wat snoepjes door de spelkamer. Op de grond, in bakjes, op de krukjes, onder dekentjes etc. Zo leren Prins en zij elkaar kennen en kan ik mooi zien hoe Eefje reageert op Prins en andersom. Prins loopt in eerste instantie achter Eefje aan en bij elk snoepje dat Eefje neerlegt, doet Prins de grote verdwijntruc. Binnen no time zijn de snoepjes op. Ik vraag Eefje of we nu zullen proberen dat Prins op haar wacht tot alle snoepjes zijn neergelegd. Ik leg haar uit hoe ze dit moet doen door Prins het commando "Zit" en "Blijf" te geven. Ze maakt ook het handgebaar door met haar ene hand Prins een stopteken te geven. De eerste paar keer is Eefje hier niet stellig genoeg in en komt Prins na een aantal tellen haar snoepjes stelen. Ze doet precies wat ik van haar vraag, maar in haar lichaamshouding ziet mijn Prins nog teveel twijfel.

We doen ook grensspelletjes waarbij ik Prins op Eefje af laat lopen. Ik vraag Eefje vervolgens om "Stop" te zeggen zodra Prins een denkbeeldige lijn over gaat. Zodra zij het stopgebaar laat zien, stopt Prins voorzichtig met lopen. Wanneer ik Eefje vraag nu nóg sterker "Stop!" te roepen, verzet Prins geen poot en gaat zelfs zitten. Door te benoemen dat de boodschap bij Prins nu nóg duidelijker was, krijgt Eefje houvast om bij een volgende moeilijke situatie haar grenzen aan te geven.

In de eindfase hoeft Eefje slechts het bijpassende handgebaar te geven of Prins doet al exact wat Eefje van hem vraagt. Geen twijfel te bespeuren.

Naarmate Eefje steeds weerbaarder wordt, moet de moeder van Eefje steeds meer moeite doen om haar mee te krijgen aan het einde van de spelsessie: "Mama, nog één kusje!"



Oefenen van commando 'blijf af' (Foto: J.G. Prinsen)

Na 6 spelsessies heb ik een tweede oudergesprek met de moeder van Eefje. Moeder geeft aan dat de NSO waar Eefje een paar keer in de week naartoe gaat een heel andere Eefje terugziet. Eefje mag bovendien nu alleen zonder naastloper paardrijden, het paard luistert nu naar haar alleen. Moeder werd verteld dat er een nieuwe evaluatie wordt opgestuurd. De laatste evaluatie over de voortgang van Eefje klopt al niet meer...

Meer weten?

Meer informatie over dierondersteunde speltherapie is te vinden op mijn website www.spelenhelpt.nl onder het kopje 'Prins helpt'. Prins heeft ook zijn eigen avonturenpagina op facebook: www.facebook.com/prinshelpt. De opleiding nu volgen? Aan het International Institute for Animal Assisted Play Therapy in Amerika kun je jezelf en je viervoeter certificeren. In de toekomst hoop ik deze opleiding in Nederland op te starten!