

Psycho- motorische kinder- therapie door de ogen van ...

Interview van
Berny Veldkamp
met Susan van Kempen



Berny Veldkamp



Susan van Kempen

Als beginnend therapeut ben ik, Berny, nog dagelijks vol verwondering over wat er gebeurt in de therapie. Ruim anderhalf jaar geleden heb ik de opleiding afgerond. Met een eerste idee van wat PMKT is, en hoe therapeut te zijn, ben ik aan de slag gegaan. Al snel kwamen de vragen: Wat voor therapeut ben ik? Wat is mijn specifieke kleur? Van waaruit kijk ik naar gedrag en welke innerlijke overtuigingen sturen mijn keuzes voor interventies, materiaal en spel? Gelukkig zijn er mensen die al langer bezig zijn en verder zijn met hun antwoorden. Ik besluit een aantal mensen te gaan bezoeken en te vragen naar hun invulling en drijfveren voor hun beroep. Voor mij is het gesprek met een ander een goede manier om ook meer over mezelf te weten te komen. In die uitwisseling leer ik mijn eigen gevoelens en gedachten beter kennen. Door te ontdekken wat PMKT is in de ogen van een ander, ontdek ik ook iets over mijn eigen drijfveren en motivatie. En misschien zet het ook jou aan het denken....

*De eerste die ik interview is Susan van Kempen. Zij is afgestudeerd in 2004 en heeft een eigen praktijk in Nijmegen samen met Yvonne Scheepers.
<http://www.kind-en-beweging.nl/>*

Wat is in jouw ogen het eigene van PMKT?

Ik ben op het spoor van PMKT gekomen omdat voor mijzelf beweging zo belangrijk is. Al vanaf dat ik op de pedagogische academie zat zijn spel en beweging voor mij een heel belangrijke bron voor ontwikkeling. Het eigene van PMKT is dat je processen letterlijk in beweging brengt; in beweging brengt wat is vastgelopen. Als je in beweging komt, dan kom je -weer- in aanraking met het leven, hoe pijnlijk of moeilijk dat ook is. Voor mij is dat de essentie van PMKT, dat je in een levend geheel met hulp van beweging, kinderen helpt om te groeien.

Kun je een beeld schetsen van een sessie?

Ik begin meestal vanuit rust. We kijken terug op de afgelopen week. Zo kunnen we ervaringen in de therapie koppelen aan wat er die week gebeurd is. Daarna komen we in beweging. Dat kan op veel manieren. Afhankelijk van de hulpvraag kan er gericht gewerkt worden of kindvolgend. De ruimte biedt volop mogelijkheden tot spelen en bewegen. Hoe jonger de kinderen hoe meer ik activiteit en rust afwissel, zodat ze al een deel kunnen verwerken in de therapie. Maar omdat elk kind een andere hulpvraag heeft is eigenlijk elke sessie anders.

Een voorbeeld uit de praktijk:

Een kind met ADHD raasde de eerste keren als een tornado door de ruimte. Zo'n kind geef ik eerst de gelegenheid om aan te komen in de praktijk. Door gewoon even uit te razen voordat we beginnen. Hier wachtte ik rustig op de mat (in het midden van de ruimte), zo'n eerste keer weet ik immers niet waar dit gedrag vandaan komt.

En dan?

Meestal, met enkele minuten, keert het kind zich ook naar de mat of naar mij. Dat gebeurde hier ook. Pas dan kunnen we gezamenlijk een start maken. Maar ook bij ADHD is ieder kind anders. Zoals bijvoorbeeld een ander kind dat in de klas onhandelbaar was. Door alle berispingen en veelvuldige negatieve feedback was ze enorm geremd geraakt. De ADHD uitte zich in veel gefriemel, kauwen op mouwen, niet stil kunnen staan. Toch ging thuis en op school regelmatig de rem eraf door enorme woede-uitbarstingen. Ze gebruikte vooral het zinnetje: "Ik weet niet...." op vragen als: "Zullen we...., Heb je zin om...., Wat zou je willen spelen....enz."

Voor dit meisje was het nodig om eerst te ervaren dat ze mag zijn zoals ze is. Het oorspronkelijke gedrag wordt uitgenodigd en mag er weer zijn. Van daaruit kan dan het niet adequate gedrag de kans krijgen om gezond te



worden. Ik vertrok bij haar vanuit een onderzoekend sturen. Daar bedoel ik mee dat ik spelvormen heb aangeboden waarin het beschadigde en negatieve zelfbeeld weer de kans kreeg om door positieve ervaringen te worden hersteld. De eerste stap om zelf weer ruimte in te nemen markeerde ze met zinnestukjes als: "Ik mag zeker niet..." of "Dat vind je zeker niet goed..." Geleidelijk aan durfde ze ruimte in te nemen. Nu is ze zover dat ze vrij in de ruimte beweegt en initiatieven neemt. Met dit gedrag laat zij zien dat ze zich veilig en geaccepteerd voelt. Dat is het moment waarop ik meer confronterend kan worden. Nu pas kan zij leren wat haar drukke gedrag teweeg brengt. Inmiddels vult ze het hele uur zelf, heeft weer kleur op haar wangen en kan lachen om haar eigen drukke gedoe.

Vanuit de zintuigleer gedacht, is voor deze kinderen werken met de tastzin belangrijk. De hangmat bijvoorbeeld. Die leg ik dan binnen handbereik. Voor haar was dat een groot succes. Ze verborg zich helemaal in de hangmat, die als een zak aan een haak hing. Draaien, zoeken en rust vinden binnen een veilige begrenzing.

Ik heb haar ook moeten leren vragen stellen. Een kind van 11 dat zegt "je moet mij ronddraaien" kan nog niet adequaat om hulp vragen. Het was trouwens al een hele stap dat ze überhaupt om hulp vroeg. Dan zeg ik bijvoorbeeld: "Wil je iets aan mij vragen?"

En dan: "Wat zou die vraag dan kunnen zijn?"

Volgen is een belangrijk aspect van PMKT.

Kun je vertellen hoe jij dat doet?

Kindvolgend ben ik bijvoorbeeld als ik denk dat tevoorschijn moet kunnen komen wat door een akelige, traumatische ervaringen op slot zit. Door zulke ervaringen te verwerken, kunnen ze worden opgeruimd.

Volgen vraagt om opperste presentie! Het vraagt ook dat ik kan interpreteren wat ik zie, zodat ik weet wanneer ik niets moet doen en wanneer ik bijvoorbeeld moet doen wat het kind van mij verlangt. Het kan zijn dat ik de rol van de ouder (of leerkracht) moet spelen en shit over me heen krijg. Of dat het kind mij 'vraagt' (dat is geen concrete vraag, maar ontstaat al doende) om de kindrol te spelen en mij zo laat beleven wat het heeft meegemaakt.

Belangrijk om te kunnen blijven volgen is ook dat je uit de tegenoverdracht blijft. Ik merk het als ik in de tegenoverdracht kom als ik me niet meer op mijn gemak voel. Ik voel het soms ook aan mijn schouders of keel. Zodra je bij jezelf merkt dat je in de tegenoverdracht bent terecht gekomen, moet je jezelf tot de orde roepen. Ik doe dat door mezelf aan te spreken bij mijn achternaam. "Van Kempen effe dimmen." Dan ben ik er weer bij.

Volgend ben ik ook als ik die interventie pleeg die voor het kind essentieel is. ➔

Daarbij vertrouw ik op mijn intuïtie. Doordat je echt aanwezig bent, merk je wat werkt en wat niet. Zo kun je een 'Gouden Greep' doen. Het betekent voor mij ook dat ik de innerlijke bereidheid heb om van het kind te leren. Dat hoort voor mij bij therapeut zijn; dankbaar zijn, dat kinderen onbewust meewerken aan mijn scholing. Ik neem mijn eigen groeiproces voortdurend serieus, ik ben als therapeut nooit uitgegroeid.

Een ander voorbeeld. Ik kreeg een jongen van 8 jaar in behandeling. Hij maakte het zijn ouders ongelooflijk moeilijk, met veel ruzies en verzet. Zoveel ruzies, dat ouders moedeloos werden en het dan maar opgaven. Na de onderzoeksfase ontstond de indruk dat dit kind ernstige traumatische ervaringen in de jonge kindertijd had opgedaan, die vooralsnog niet benoemd waren.

Deze jongen maakte elke sessie een geweldige puinhoop. De hele vloer lag bezaaid met doeken, alle ballen, alle stokken, matten, planken, noem maar op. Het kostte elke week extra tijd om alles weer op te ruimen. Het was voor mij een uitdaging om dat uit te houden. Het uitstallen van al die spullen was voor hem nodig om zich veilig te voelen. Want een open ruimte was niet alleen beangstigend, het bood hem ook geen houvast.

Het materiaal, het spel en de ruimte die hij hierdoor kreeg, boden aanknopingspunten om herinneringen die belastend waren vrij te spelen. Ik heb hem gevolgd in de rollen die ik moest spelen. Opsluiting, afzondering, willekeur en onveiligheid kwamen in dit spel naar voren. Geleidelijk aan ontstond er ordening in de chaos, kwam er meer structuur. Naar mate de therapie vorderde, ben ik tegengas gaan geven. Zo, stukje bij beetje zijn de rollen die ik moest spelen met de ontwikkeling mee veranderd.

Traumatische ervaringen roepen allerlei gevoelens op: angst, boosheid, woede, terugtrekken. Door te volgen kreeg hij 'onbeperkt' ruimte en heeft hij deze gevoelens kunnen uitspelen. Bij sommige kinderen is dan het belangrijkste deel gedaan, omdat ze hun trauma verwerkt hebben. Bij andere kinderen kan er nog een stukje zijn dat als het ware "opgevoed" moet worden. Bij deze jongen was dat leren ervaren dat je niet altijd je zin kunt krijgen. Hij wist niet beter, vanaf zijn 3e jaar kreeg hij -door zijn extreme gedrag en uit moedeloosheid- toch vaak zijn zin. Dit kind is enorm gegroeid.

Wat hoop jij een kind te kunnen laten ervaren?

Dat het kind de moeite waard is. De moeite die wij voor het kind willen doen maakt dat er weer een vertrekpunt is. Ik probeer tegen elk kind innerlijk te zeggen die moeite ben jij waard. Die moeite, die aandacht en liefde ben jij waard.





Vanuit welke mensvisie werk jij?

Al vanaf mijn 18e ben ik geïnspireerd door de antroposofie. Ik ben nog nergens anders zo'n veelomvattende mensvisie tegengekomen die zowel ideëel als praktisch is.

Voor mij is de mens geen optelsom van verschijnselen of het product van erfelijkheid en opvoeding. Ik zie de mens als een samenhangend geheel van lichaam, ziel en geest. Het lichaam is het meest zichtbare, de ziel ervaar je in het gedrag, in de stemmingen, de talenten en capaciteiten. De ziel gaat over alle processen die met denken, voelen en willen te maken hebben. Hoe je iets doet, hoe je denkt, voelt, jezelf doelen stelt, hoe je de dingen beleeft. De ziel drukt zich uit in je gedrag en spreekt als karakter door je heen. De geest is voor mij de individuele kern van de mens. Die drukt zich bijvoorbeeld uit in idealen. Ik ervaar die in de directe ontmoeting met het kind. Bijvoorbeeld in de veerkracht of de potentie van het kind om te groeien.

Deze visie leidt tot een diep respect voor alles wat de mens is, dus ook voor de lelijke dingen. Dat wil niet zeggen dat ik alles maar goed vind in mijn praktijk. Ik sta wel gewoon met beide voeten op de grond.

Het hoort ook bij mij om te werken vanuit de waarneming: ik zie hoe iemand binnenkomt, hoor hoe iemands stem klinkt, voel hoe iemand beweegt. Zo kijk ik ook naar gedrag van kinderen. Ik probeer enerzijds dat gedrag onbevangen, zonder oordeel, waar te nemen en tegelijkertijd te begrijpen wat er mij door dit gedrag tegemoet komt.

Mijn ervaring is dat het oordeel in de zin van 'beoordelen' gemakkelijk een barrière opwerpt, afstand scheidt, terwijl het 'begrijpende waarnemen' kinderen het gevoel kan geven dat het oké is.

Dat heb ik al vaak meegemaakt: een kind spartelt, worstelt, verzet zich, wil niet naar die vreemde mevrouw. De ouder, zich soms in het zweet werkend, probeert het kind te overreden. Eenmaal binnen valt de spanning vaak binnen 5 minuten weg. Natuurlijk komt het ook voor dat het anders loopt. Een meisje dat al geruime tijd (met plezier) kwam veranderde na een vakantie in een schreeuwend hoopje mens dat niet naar binnen wilde. Ze schreeuwde de hele buurt bij elkaar. De eerste keer lukte het om haar 'naar binnen te praten'. De tweede keer was het weer zover. Haar moeder had haar met veel geworstel in het halletje gezet. Toen heb ik gezegd: "Jij wil hier niet zijn en dat vind ik prima. Wij gaan niet aan jou trekken, jij mag lekker naar huis". Ik was ervan overtuigd dat de therapie hiermee beëindigd was. Het puzzelde me enorm waar deze omslag door was gekomen en ik had het gevoel dat het met iets buiten mij te maken had. Toen heb ik me voorgenomen om elke ➔

dag even aan haar te denken, hoe ze de eerste keer kwam, waarvoor ze kwam. Tot mijn verbazing belde de moeder enkele dagen later dat ze graag wilde komen. We hebben nog ruim een half jaar gewerkt. Ik beleef dat als een klein wonderdje.

Ook heb ik, dankzij de antroposofie, een liefde ontwikkeld voor de betekenis van de zintuigontwikkeling. Met name voor de lichaamsgerichte zintuigen: tastzin, levenszin, bewegingszin en evenwichtszin. Zij vormen voor mij de basis waarop kinderen zich emotioneel, sociaal en cognitief ontwikkelen. Kinderen die zijn vastgelopen laten dat altijd in deze zintuigen zien. Deze zintuigvisie is voor mij concreet gereedschap. Mijn manier van werken is hier zo mee verweven, dat ik zonder dit gereedschap niet de therapeut zou kunnen zijn die ik nu ben.

(Over de zintuigen bezien van uit de antroposofie en hoe je hiermee kunt werken gaat Susan tijdens het Lustrum een workshop geven.)

Wat betekent therapeut zijn voor jou?

Ik beleef het als een voorrecht om kinderen en ouders te mogen helpen vanuit een 'blanco situatie'. Daar bedoel ik mee dat er geen inhoudelijke regels, bepalingen of voorschriften van buitenaf zijn die uitmaken hoe we samen werken.

Mijn grote passie is met en voor kinderen werken en bijdragen aan hun groei en ontwikkeling. Net als elke andere therapeut heb ik daarvoor mijn professionele bagage en daarnaast heb ik mijn eigen schatkist aan talenten en levenservaring. Vanuit die schatkist heb ik geantwoord op de vragen.

Wat dit interview mij heeft gebracht.

Aan het eind van het gesprek bedank ik Susan voor haar open, persoonlijke en leerzame antwoorden. Een van mijn ontdekkingen gaat over het begrip 'volgen'. Door de uitwisseling hierover met Susan, drong het nog meer tot me door dat 'volgen' van me vraagt om helemaal in het hier en nu te zijn. Pas dan kan ik zien wat het volgen inhoudt in die specifieke situatie. Is het meedoen, of verwoorden, of juist alleen maar erbij zijn? Het antwoord daarop vind ik niet door erover te denken, maar door helemaal aanwezig te zijn in het moment. Dan wijst mijn gevoel me de weg.

Ook het woord 'uithouden' geeft me een nieuw houvast bij het volgen. Aangezien ik veel geduld heb, is 'uithouden' niet zo moeilijk voor mij. Maar ik begrijp nu beter waarom en hoe lang ik moet 'uithouden'. Zo heb ik me weken lang afgevraagd waarom één van de therapiekinderen week in week uit steeds maar weer zo eindeloos veel materiaal wilde uitstallen. Voor het spelen zelf bleef nauwelijks tijd over. Mijn 'uithouden' kwam hierin aardig onder druk te staan. Dit uitstallen van materiaal had ik niet gekoppeld aan veiligheid. Wat mijn intuïtie me wel vertelde, was dat spelen mogelijk nog te spannend was en dat het kind misschien wel een heel vol hoofd had. Hoewel deze oorzaken waarschijnlijk ook wel een rol speelden, herken ik achteraf dat het meisje me inderdaad iets vertelde over het gebrek aan veiligheid die ze ervaarde. De uitstalling van materiaal bood haar houvast. Het 'uithouden' leidde ertoe dat ze zelf ging ordenen en op den duur ontstond er spel. Voor het vinden van die veiligheid was het kennelijk nodig geweest dat ik als therapeut die ruimte bood.

Gelukkig herken ik ook de 'gouden greep'. Die vindt vooral plaats op de momenten van 'opperste presentie' zoals Susan dat zo mooi omschrijft. Zoals laatst toen er met een hyperdruk bovenbaasje van 5 een moment van contact en nabijheid ontstond. Te midden van alle materialen die kriskras door de ruimte lagen, ging ik onder een mat liggen. "Ze mogen me niet zien. Kun je me nog zien?" "Ja, ik zie je haren." Terwijl ik er nog verder onder kruip: "En nu". "Nee, nu kunnen ze je niet zien". Ik: "Kom, kom erbij, dan kunnen ze jou ook niet zien". En daar lagen we, dicht tegen elkaar onder de mat, zacht giechelend. ■