

Mijn hartje!

Lotte Vodegel, Psychomotorisch kindertherapeut



Kijkend naar de proefdruk van de informatie over mijn boekje in hét adoptie magazine voel ik dat mijn ademhaling wat omhoog gaat. Ik merk direct dat dit gepaard gaat met het vastzitten van mijn nek en schouders wat weer zijn invloed heeft op mijn verdere houding. Ik zit niet lekker, dat voel ik...

Ik vind het gewoon spannend! "Brrrr!", ook nog rillingen erbij. Ik lees mijn naam in het artikel en wat er over me geschreven wordt. Dan realiseer ik me gelijktijdig dat dit is waar ik het afgelopen jaar naar toe heb gewerkt. Het realiseren van mijn eigen boek; een prentenboekje voor het jonge kind en zijn ouders/verzorgers met bijzonderheden in de hechting. In het prentenboek 'Mijn Hartje' neem ik het jonge kind met me mee, samen op weg in het boekje. Ondertussen geef ik ze een kijkje in mijn hartje. Verderop in het boekje mag het kind werken in het werkgedeelte. "Wie zitten er allemaal bij jou in je hartje?", vraag ik het kind. En ook: "Hoe ziet het er bij jou uit?", verwijzend naar de stamboom. Hiermee vraag ik of het kind wat van zichzelf wil laten zien. Het kind mag werken met kleurtjes, kan knippen of plakken of bijvoorbeeld met foto's illustreren. Het kind kan hierbij geholpen worden door de (pleeg)ouders/verzorgers, een juf of meester, een betrokken hulpverlener of nog specifiek de behandelaar/therapeut.

'Mijn Hartje' is geschreven vanuit een systemisch perspectief. Ik benadruk dat álle ouders van het kind een plaatsje verdienen in het hartje van het kind, ongeacht of het kind in contact staat met de biologische ouder(s). De verbinding tussen het kind en zijn 1e biologische systeem is er, dat is een feit. Deze verbinding blijft ook als er geen fysiek contact is tussen het kind en zijn 1e biologische systeem.

Eerder ben ik geïnspireerd geraakt door het werk van Bert Hellinger en Wibe Veenbaas. Ik heb veel gehaald uit de beschreven literatuur over het systemisch werken. 'Vonken van Verlangen', van Wibe Veenbaas is een prachtig boek o.a voor (aankomend) therapeuten over systemisch werk: het werken met familieopstellingen (constellaties). Zowel de praktische uitvoering van constellaties als achtergrondthema's zoals ouders en kinderen, identificatie en trance, schuld en onschuld en de weg van het verlangen worden belicht.

Ingrid Dijkstra heeft me veel gebracht met haar boek 'Kind en Familielot'. Met het oog op het gehele systeem van het kind en met diepe achting van en naar elkaar toe ben ik ervan overtuigd dat het kind kan gaan ontwikkelen en groeien. Een kind met bijzonderheden in de hechting kan een stagnatie laten zien op divers gebied. Psychomotore kindertherapie kan een prachtig middel zijn bij de behandeling hiervan.

Het boekje 'Mijn Hartje' is bedoeld als ondersteunend instrument. Ik heb er bewust voor gekozen om het boekje zelf uit te geven. Het is alleen verkrijgbaar via het bestelformulier op:

www.boekjemijnhartje.nl

Fijn dat ik dit met jullie mag delen! Het is nog steeds spannend voor me, ook tijdens het schrijven van dit artikel. Ik concentreer me op mijn ademhaling en voel dat mijn vaste houding langzaam overgaat in een ontspannen houding; een stukje herkennen, erkennen en bewustwording.

