

"Geloof in Therapie"

Een praktische integratie van het christelijk geloof en creatieve therapie



Student: Dieuwke Greidanus
Contractwerkstuk Dramatherapie
Opdrachtgever: Triade Nunspeet
CWS begeleider: Aurora Lamberigts

Leeuwarden, Juni 2011
Opleiding: Creatieve Therapie Drama
Student: Dieuwke Greidanus
Studentnummer: 73631
Praktijkbeoordelaar: Gerriët van Renselaar
Opleidingsbeoordelaar: Aurora van Lamberigts

Samenvatting

Ondanks de toenemende ontkerkelijking en de grote plaats van het natuurwetenschappelijk denken, is er de afgelopen jaren een behoefte merkbaar om weer plaats te maken voor het geloof van de cliënt in de therapie. Onderzoek heeft uitgewezen dat mensen op geloof gebaseerde ideeën en activiteiten inzetten om emotionele stress of fysiek ongemak te hanteren. En hoe (positief of negatief) deze ook uitwerken, het is een gegeven dat ze bij gelovige mensen een belangrijke factor zijn in het omgaan met levensproblemen en daarom kan het een waardevol element zijn in de therapie.

Omdat er zowel in het christelijk geloof als in de creatieve therapie veel gebruik gemaakt wordt van symbolen en metaforen kan een integratie bijzonder vruchtbaar zijn. Het symbolisch werk geeft dan zowel uiting aan interne processen van de cliënt als aan ervaringen binnen het geloof van de cliënt. Deze kunnen elkaar ondersteunen en aanvullen, omdat ze allebei een belangrijk deel van de persoon uitmaken.

Voor creatief therapeuten die het geloof binnen de therapie willen integreren komt het wat betreft concrete werkvormen vaak aan op de eigen creativiteit. En zoals dit onderzoek laat zien, is daaruit een mooi scala aan werkvormen ontstaan. Verscheidene komen voort uit reeds bestaande werkvormen, anderen zijn helemaal nieuw. Voorbeelden van werkvormen die beschreven worden binnen de dramatherapie zijn: psychodrama met Bijbelverhalen, de geleide fantasie, monoloog, 'ik ben...' en 'zijn als Jezus'. Werkvormen binnen de beeldende therapie zijn onder andere: de collage, de ik-does, waarheid en leugendoosjes en een tweeluik: 'mijn beleving en Gods beleving'.

Kernwoorden: creatieve therapie, christelijk geloof, werkvormen, dramatherapie, beeldende therapie, symboliek

E-mailadres: g_dieuwke@hotmail.com

Summary

Despite the increasing secularization and the major place of natural-scientific thinking, there is a noticeable need for a bigger role of the patient's faith in therapy. Research has proven that people are using faith-based ideas and activities to deal with emotional stress and physical discomfort. And in spite of their (positive or negative) effects, the importance of faith with regard to dealing with life problems for religious people is a fact, and therefore it can be an important part of therapy. The multiple use of symbols and metaphors in either the Christian faith as in creative therapy, can make an integration particularly fertile. The symbolic work would express intern processes within the patient, as his experiences within faith. These support and complete each other, because they are both an important part of the patient.

For art therapists wanting to integrate Christian faith into their therapy, it mostly comes to their own creativity concerning concrete working methods. And as this research shows, a fine range of working methods has been proceeded from that. Some stem from existing methods, others are totally new. Examples of described drama-therapeutic methods are: Psychodrama with biblical stories, the guided fantasy, a monologue, 'I am...' and 'to be like Jesus'. Working methods in art therapy are among others : a collage, a me-box, truth- and lie-boxes, and a diptych: 'my perception and Gods perception'.

Keywords: creative therapy, Christian faith, working methods, drama therapy, art therapy, symbolism

Email address: g_dieuwke@hotmail.com

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
1. Inleiding	5
2. Onderzoekopzet en theoretisch kader	7
2.1. Onderzoekopzet	7
2.2. Theoretisch kader	7
3. De integratie van het christelijk geloof in creatieve therapie	9
3.1. De rol van zingeving en religie bij psychisch welzijn	9
3.2. De plaats van religie in therapie	10
3.3. Christelijk geloof binnen creatieve therapie	11
3.4. De kracht van symboliek	11
4. Een praktische integratie binnen dramatherapie	13
4.1. Algemene dramatherapeutische werkvormen	13
4.2. Concrete dramatherapeutische werkvormen	14
5. Een praktische integratie binnen beeldende therapie	17
5.1. Algemene beeldende werkvormen	17
5.2. Concrete beeldende werkvormen	17
6. Conclusie	20
7. Aanbevelingen	21
8. Discussie	22
9. Evaluatie	23
Bronnenlijst	24
Bijlage: beknopt overzicht van de interviews	25

Voorwoord

“Ik voel me zo’n trut als jongste zoon” zucht Laura* als we de Bijbelse gelijkenis over de verloren zoon uitspelen. Ze herkent zich eigenlijk alleen in het eerste deel, over het weggaan en weg zijn van huis. Ze heeft het wel gehad en wil wat anders dan hard werken op de boerderij. Hilde staat haar bij: “Dan zou je eigenlijk verder moeten spelen”. Maar dit ziet Laura niet zitten. Hilde speelt wel verder: “ik heb het niet gevonden in het verre land”. Maar ook zij heeft duidelijk moeite met het thuiskomen bij de vader. “Ik voel mij bezwaard en niet waardig genoeg om terug te keren”. Maar de vader staat al zwaaiend op de uitkijk en eenmaal thuisgekomen wordt ze innig omhelsd en wordt er feest gevierd. Dit vindt ze lastig om aan te nemen en ze wil haar gekregen mantel maar al te graag delen met de oudste zoon. Janet die de oudste zoon speelt komt bitter en bozig over: “Ik ben jaloeus en heb het gevoel niet goed genoeg te zijn”. Maar op het laatste moment kiest ze er toch voor om de liefde van de vader aan te nemen en mee te feesten.

Het uitspelen van het Bijbelverhaal met jongvolwassen vrouwen met een eetstoornis bracht veel herkenning en begrip voor de personages met zich mee. Het begrijpen van de motivaties van de personen uit het verhaal zakte door het spelen van het rationeel weten naar het emotioneel ervaren. En door een relatie aan te gaan met de zelfgekozen rol door eigen woorden, gevoelens en houdingen, ontstond er bovendien een verbinding tussen de rol en de speler. Door hier samen over na te denken en nader op in te gaan werden de vrouwen zich meer bewust van de overeenkomsten tussen de gedachten en gevoelens van de rol en die van zichzelf. Dit bevorderde bij een aantal ook het begrip en erkenning voor eigen gedachten en gevoelens.

Bovenstaand voorbeeld laat zien dat geloven en creatieve therapie een effectieve combinatie kan zijn. In dit contractwerkstuk zal ik dit onderbouwen en met praktische werkvormen verder toelichten.

Mijn dank gaat uit naar mijn scriptiebegeleiders Folkert de Jong en Aurora Lamberigts voor de opbouwende feedback tijdens de uitvoering. Ook dank aan Gerriët van Renselaar die vanuit Triade mij de mogelijkheid heeft gegeven om mij te verdiepen in dit interessante onderwerp.

Dan rest mij u veel plezier te wensen bij het lezen van dit contractwerkstuk!

Dieuwke Greidanus

Juni 2011

* De namen van Laura, Hilde en Janet zijn uit privacyoverwegingen gefingeerd

1. Inleiding

Eén van de afsluitende onderdelen binnen de studie creatieve therapie is het zogenoemde contractwerkstuk (CWS). Binnen dit CWS wordt er een onderzoek uitgevoerd dat uitdrukking geeft aan de identiteit van het beroep van de creatief therapeut. Dit CWS wordt uitgevoerd in opdracht van de hulpverleningspraktijk Triade in Nunspeet. Triade biedt ambulante psychologische hulpverlening en heeft tevens een begeleide dagopvang (Lighthouse), waar op christelijke grondslag hulp wordt verleend aan vrouwen met een eetstoornis. In mijn derde jaar heb ik binnen deze dagopvang stage gelopen en onder andere dramatherapie aangeboden. Hier ben ik in aanraking gekomen met de christelijke hulpverlening, welke inhoudt dat het de Bijbel erkent als Gods Woord, waarin Hij Zijn richtlijnen heeft gegeven voor heilzame keuzes, normen en waarden. Voorts erkent Triade de Bijbel als een objectieve maatstaf voor waarheid en wil adviezen vormgeven in lijn met hoe God spreekt over het leven van de mens (www.psychologenpraktijk-triade.org, juni 2009). Binnen Lighthouse wordt deze christelijke visie uitgedragen in de verschillende programmaonderdelen; waar mogelijk ook binnen de creatieve therapie.

Clënten met een christelijke geloofsovertuiging kunnen veel bemoediging, doorzettingsvermogen, liefde, acceptatie en correctie uit hun geloof halen. Dit is ook binnen Lighthouse zichtbaar. Vaak is het nog de enige hoop op totaal herstel en het ontvangen van onvoorwaardelijke liefde die ze zo hard nodig hebben. Het zou helpend zijn als deze voor de cliënt belangrijke 'hulpbron' binnen de creatieve therapie een concrete plaats kan krijgen.

Er zijn vele vaktherapeuten en er zijn vele christelijke hulpverleners, maar er zijn weinig christelijke vaktherapeuten en nog minder christelijke dramatherapeuten. Een christelijke levensovertuiging komt ongetwijfeld naar voren in de houding en visie van de vaktherapeut, zoals dit ook binnen Triade Lighthouse het geval is. Maar zijn er ook creatief-therapeutische opdrachten die specifiek werken met en ingaan op Bijbelse normen en waarden aangaande het leven en herstel van de mens? Tijdens mijn stage heb ik ter voorbereiding op de therapieën hier meerdere malen naar gezocht en stuitte op de methode bibliodrama en op de bewegingstherapie van Marian van Asselt-de Bruijn. Verder heb ik geprobeerd om in bestaande werkvormen ruimte te creëren voor het geloof van de cliënt. In deze ontdekkingstocht rees de vraag of er mogelijk meer creatief-therapeutische werkvormen zijn die deze combinatie in zich dragen; geschreven of ongeschreven, gepubliceerd of misschien nog niet.

Vanuit de bovengenoemde aanleiding kom ik daarom tot de volgende vraagstelling voor dit CWS:

In welke werkvormen wordt een integratie van creatieve therapie en christelijke hulpverlening voor volwassenen bewerkstelligd?

Ik kies er bewust voor de hoofdvraag niet verder af te bakenen, omdat ik verwacht dat de gevonden werkvormen inzetbaar zullen zijn voor diverse (volwassen) doelgroepen en behandel doelen.

Vanuit de vraagstelling zijn vervolgens de volgende deelvragen af te leiden:

- 1. Wat kan het belang zijn van een integratie van geloof in (creatieve) therapie?**
- 2. In welke werkvormen uit de dramatherapie voor volwassenen wordt de christelijke hulpverlening geïntegreerd?**
- 3. In welke werkvormen uit de beeldende therapie voor volwassenen wordt de christelijke hulpverlening geïntegreerd?**

Met de eerste deelvraag onderzoek ik het belang van het betrekken van de geloofsovertuiging in therapie in het algemeen, en de waarde van het christelijk geloof in de creatieve therapie in het bijzonder. Hierbij is een gemeenschappelijke factor in het geloof en de creatieve therapie van groot belang, namelijk de symboliek. Door ook hier nader op in te gaan, hoop ik het belang van een integratie nog meer te kunnen onderbouwen.

Door het beantwoorden van de tweede en derde deelvraag verkrijg ik kennis over creatief-therapeutische werkvormen die een christelijke visie op de hulpverlening in zich dragen. Het verzamelen en ordenen van deze resultaten binnen één document zal hopelijk de bruikbaarheid doen vergroten; vaktherapeuten hebben zo een overzicht van bestaande werkvormen waaruit ze kunnen putten.

Het verzamelen van kennis over de combinatie van creatieve therapie en christelijke hulpverlening is niet alleen van belang voor de cliënten en medewerkers van Triade Lighthouse, maar ook voor cliënten en medewerkers van andere instellingen waar het geloof ruimte krijgt binnen de therapie. Alle (vak)therapeuten die werken met cliënten met een christelijke identiteit kunnen deze informatie gebruiken. Ik hoop van harte dat het zal bijdragen aan het proces van herstel voor eenieder.

2. Onderzoeksopzet en theoretisch kader

2.1. Onderzoeksopzet

Volgens Migchelbrink staat in kwalitatief onderzoek *het perspectief, begrip of de interpretatie van de onderzochten centraal. Dit te begrijpen, hier inzicht in te krijgen, dit te beschrijven vormt de gemeenschappelijke leidraad van de kwalitatief onderzoeker* (Migchelbrink 2001, p. 34). Het is juist ook dat wat centraal staat in dit CWS: ik ben in de theorie en praktijk op zoek gegaan naar manieren waarop vaktherapeuten de christelijke levensovertuiging betekenis geven en inzetten in hun werk. Deze manieren zijn ontdekt door het verrichten van literatuuronderzoek en inventariserend onderzoek, omdat ik verwachtte hiermee de meeste (geschreven en ongeschreven) informatie te verzamelen.

Literatuuronderzoek is nodig geweest bij het onderzoeken en onderbouwen van het belang van de integratie van het geloof in de creatieve therapie. Daarnaast heb ik deze vorm van onderzoek gebruikt bij het opsporen van bestaande creatief-therapeutische werkvormen waarin het geloof wordt betrokken, omdat uit een klein vooronderzoek is gebleken dat hierover al gepubliceerd is. De informatie heb ik vervolgens door middel van de kwalitatieve inhoudsanalyse uit de bronnen geselecteerd. Dit hield in dit geval in: op basis van mijn hoofd- en deelvragen de inhoud van de literatuur ordenen en analyseren en de relevante informatie in eigen woorden samenvatten en verwerken.

Uit ervaring weet ik inmiddels dat therapeuten meestal op een eigen manier hun gekozen methoden en werkvormen inzetten, afhankelijk van onder andere de doelgroep en de therapeutische visie. Het is daarom dat ik het voor dit onderzoek belangrijk achtte om met therapeuten te spreken over de manier waarop zij dit doen, in de hoop een verbreding en verdieping te vinden ten opzichte van de reeds beschreven werkvormen in de literatuur. Hiervoor heb ik een vijftal therapeuten geïnterviewd door middel van het zogenoemde halfgestructureerde open interview. Vooraf heb ik een aantal punten en vragen opgesteld die ik in ieder geval aan de orde wilde stellen en heb het gesprek verder open gelaten om ruimte te bieden voor het dieper ingaan op de methoden, visies en persoonlijke ervaringen van de therapeut.

De bovenstaande combinatie van literatuuronderzoek en inventariserend onderzoek is functioneel gebleken bij het beantwoorden van de hoofd- en deelvragen. In de komende hoofdstukken zal deze dan ook centraal staan.

2.2. Theoretisch kader

Om duidelijkheid te scheppen over een aantal veelvuldig gebruikte termen in dit onderzoek, is het belangrijk om deze vooraf kort toe te lichten.

Onder *christelijke hulpverlening* wordt door Triade het verlenen van hulp aan mensen met psychosociale of psychiatrische problematiek verstaan, waarbij de Bijbel wordt erkend als een objectieve maatstaf voor waarheid en wordt gebruikt als "uitgangspunt voor de normatieve vooronderstellingen van de hulpverlening" (Van der Wal 1993, p. 1). Waar er in de seculiere hulpverlening wordt uitgegaan dat iedereen zijn eigen waarheid en normen kiest, erkent de christelijke hulpverlening de Bijbel als Gods Woord, waarin Hij Zijn richtlijnen heeft gegeven aangaande heilzame keuzes, normen en waarden (www.psychologenpraktijk-triade.org, juni 2009). In de christelijke hulpverlening houdt men zich bezig met professionele hulpverlening en wordt er gebruikt gemaakt van gangbare methoden en technieken, maar in het toepassen daarvan worden de Bijbelse normen en waarden gehanteerd. Deze geven de hulpverlening zin en betekenis.

Voor het begrip *creatieve therapie* gebruik ik de betekenis zoals Smeijsters deze geeft in zijn handboek: "Creatieve therapie is een systematisch proces van interventie waar de creatief therapeut de cliënt helpt met het bereiken van meer gezondheid, waarbij de ervaringen tijdens het werken in het medium en de relaties die door deze ervaringen ontstaan, fungeren als de dynamische krachten van verandering" (Smeijsters 2003, p. 49).

Een verdere afbakening van dit begrip maak ik door alleen in te gaan op de media drama en beeldend. In *dramatherapie* wordt het medium drama doelgericht en methodisch ingezet voor het

behandelen van psychische stoornissen en handicaps (Smeijsters 2003, p. 158). Bij *beeldende therapie* worden hiervoor beeldende materialen ingezet. Ik heb gekozen voor deze twee media, omdat ze op het moment van schrijven een vast onderdeel vormen in het programma binnen Triade Lighthouse. De resultaten van een onderzoek op deze gebieden zullen dus het meest direct toepasbaar zijn.

Onder *werkvorm* versta ik ten slotte een concrete activiteit waarbij de cliënt in het medium of naar aanleiding van een handeling in het medium aan het werk is (Smeijsters 2003, p. 67).

3. De integratie van het christelijk geloof in creatieve therapie

3.1. De rol van zingeving en religie bij psychisch welzijn

Mensen die te maken krijgen met ziekte of andere vormen van tegenspoed, ervaren dat gezondheid en welzijn niet vanzelfsprekend zijn. Juist hierdoor ontstaan vragen, vaak zingevingvragen. Het is dan ook niet verwonderlijk dat mensen die kampen met psychische problemen zich hiermee bezighouden. Van der Lans bevestigt dit door in zijn referaat drie omstandigheden te noemen waarin iemand naar 'zin' zoekt. Ten eerste is dit het geval als iemand het gevoel heeft dat iets niet langer kan doorgaan zoals het gaat. Hij vraagt zich bijvoorbeeld af of het werk of een relatie nog zin heeft. Ook als iemand geen relatie- of werkproblemen heeft, kan hij een gevoel van leegte ervaren. Dit is de tweede omstandigheid. Hier is een diepere behoefte aan zin onbevredigd. Ten derde veroorzaakt een ongelukkige ervaring zinvragen: "waarom overkomt mij dit? Hoe moet het nu verder?" (Van der Lans 1992, p. 3). Onmachtig zijn in het beantwoorden van deze vragen leidt tot een gebrek aan zingeving en kan het psychisch welzijn belemmeren. Dit betekent niet dat elke hulpvraag een zingevingprobleem is. Het laatste onderscheidt zich namelijk door gevoelens van hopeloosheid en uitzichtloosheid die verband houden met het hele bestaan (Van der Lans 1992, p. 1).

Vanzelfsprekend kan godsdienstigheid als een zingevingbron worden gebruikt. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat het deze functie vervult "als de nood hoog is" en dat het een belangrijke factor is bij stressverwerking en coping. Over het algemeen geldt dat betrokkenheid bij een godsdienst een belangrijke basis kan zijn voor het subjectief welzijn (Van der Lans 1992, p. 21). Het kan een bron van kracht zijn waaruit mensen kunnen putten in moeilijke tijden, een basis verschaffen voor vertrouwen en een gevoel van eigenwaarde geven. Het bepaalt bovendien het wereldbeeld en zelfbeeld. En als deze gunstig zijn, kunnen ze iemand helpen in instabiele(re) perioden. Maar ook het tegendeel kan gelden. Gelovigen met bijvoorbeeld een angstwekkend godsbeeld of een obsessief zondebesef zullen juist meer psychische stress ervaren en belemmerd worden in zelfontwikkeling. Het kan soms zelfs psychische problemen doen ontstaan.

Harrison et al. (2001) hebben verschillende zogenoemde geloofsgebaseerde copingsmechanismen opgespoord. Dit zijn uitingen van vertrouwen op geloofsgebaseerde ideeën en activiteiten om emotionele stress of fysiek ongemak te hanteren. De onderzoekers kwamen uit op de volgende lijst (Harrison et al., 2001):

- Goedaardig geloofsgebaseerde herwaardering. Herdefiniëring van de stressor door het geloof als goedaardig en mogelijk nuttig.
- Bestraffende God herwaardering. Stressor als straf van God op zijn/haar zonden te herinterpreteren.
- Demonische herwaardering. Stressor als het werk van de duivel herinterpreteren.
- Herwaardering van Gods kunnen. Gods kunnen herinterpreteren als invloed hebbend op de stressvolle situatie.
- Samenwerken met God. Controle zoeken door samen te werken met God.
- Afwachtende geloofsgebaseerde coping. Passief afwachten tot God de situatie onder controle heeft.
- Zelfgeleide geloofsgebaseerde coping. Controle zoeken door eigen initiatief in tegenstelling tot vertrouwen op God.
- Zoeken van religieuze steun. Zoeken van comfort en geruststelling door Gods liefde en zorg.
- Geloofsgericht. Deelnemen aan geloofsactiviteiten om de aandacht van de stressor af te leiden.
- Geloofsgebaseerde reiniging. Zoeken naar spirituele reiniging door geloofsactiviteiten.
- Geloofsgebaseerde verbondenheid. Verbondenheid zoeken met krachten die boven het individu uitstijgen.
- Ontevredenheid met het geloof. Uiten van verwarring, vervreemding en ontevredenheid met God.
- Steun vinden bij de gemeenschap. Comfort en bevestiging zoeken door middel van liefde en zorg van de gemeenschap.

- Helpen vanuit het geloof. Proberen anderen te helpen met spirituele steun en troost.
- Inter-persoonlijke geloofsontevredenheid. Uiten van verwarring en ontevredenheid met de gemeenschap.
- Geloofsgebaseerde vergeving. Tot geloof keren voor hulp in het loslaten van boosheid, pijn en angst voor anderen.
- Geloofsgebaseerde verandering. Radicale verandering door geloof verwachten.

Uit dit rijtje blijkt een verscheidenheid aan mechanismen: van positief naar negatief, en van actief naar passief. Hoe de geloofsovertuiging ook uitwerkt, het is een gegeven dat het voor gelovige mensen een belangrijke factor is in het omgaan met levensproblemen en daarom kan het een waardevol element zijn in de therapie.

3.2. De plaats van religie in therapie

Tot in de eerste helft van de twintigste eeuw had de kerk een hoofdrol op het gebied van geestelijke verzorging. Maar de toenemende mate van secularisatie en de opkomst van het natuurwetenschappelijk denken hebben er daarna voor gezorgd dat de rol van religie steeds kleiner is geworden. Het reductionistisch mensbeeld deed zijn intrede, met de stelling dat het bewustzijn is te herleiden tot bepaalde processen in het brein. De hulpverlening nam dit denken grotendeels over en richtte zich daarbij steeds meer op het fysische aspect van het menselijk functioneren.

In het bijzonder heeft ook de komst van de psychoanalyse bijgedragen aan de verminderde rol van religie binnen therapie, omdat deze een amorele houding van de therapeut eist waarin er geen ruimte is voor al dan niet godsdienstig zijn. Grondlegger Freud vond zelfs dat religieus denken gelijkstond aan collectief waandenken. Ten slotte heeft het individualisme dat gebaseerd is op een liberale wereldblik, de plaats ingenomen van de eerdere collectieve standpunten vanuit de kerk en het socialisme. De individuele vrijheid is bovenaan komen te staan, waarbij inperkingen door bijvoorbeeld een religieuze instelling niet goed passen (Zock en Glas, 2001, p. 53).

Toch blijkt er de laatste jaren een opkomende interesse te zijn voor het betrekken van geloof en zingeving in de therapie. In toenemende mate wordt nu ook de holistische mensvisie gehanteerd, welke stelt dat de mens niet alleen een lichamelijk, maar ook een psychisch, sociaal, geestelijk, religieus, en spiritueel wezen is (Steemers-van Winkoop, 2002). Gedeeltelijk zoeken mensen weer oude visies op. Maar de vele contacten tussen verschillende culturen hebben er ook voor gezorgd dat er belangstelling is gekomen voor niet-westerse opvattingen van de mens, zoals die van het hindoeïsme en boeddhisme.

Uit een onderzoek van Van Uden en Pieper onder enkele honderden patiënten van de psychiatrische kliniek Van Gogh in Venray is vastgesteld dat 65 procent van de respondenten het belangrijk vindt dat gevraagd wordt naar de levensbeschouwelijke- en geloofsachtergrond. Een tweede uitkomst van dit onderzoek was dat 54 procent de geloofsovertuiging als een positieve invloed op de psychische problematiek ervoer (Zock 2001, p. 12). Bij een cliënten-panelonderzoek van Bosjes, Eerd en Sisselaar geeft 75% van de ondervraagden aan dat er steun ontleend wordt aan zijn geloof of levensbeschouwing (Bosjes et. al. 2001, p. 30).

Deze cijfers kunnen een behoefte aangeven voor het dichten van het gat dat de secularisatie en individualisme hebben achtergelaten. Volgens Zock is ook het wantrouwen tegenover een integratie van religie en levensbeschouwing in de behandeling duidelijk afgenomen en zijn er al een aantal initiatieven getoond om de levensbeschouwing van de cliënt weer in de therapie te betrekken. Maar er is door de therapeut nog wel het nodige werk te verzetten. Een mogelijke reden voor het weinig betrekken van de levensbeschouwing in de therapie noemt Mooren de onzekerheid van de therapeut: "Het ontbreekt immers met betrekking tot levensbeschouwing en zingeving aan omvangrijke theorievorming en ontwikkeling van methodiek, die de therapeut kunnen helpen binnen zijn metier aan zijn belangstelling verantwoord gestalte geven" (Mooren in Hofman-de Groot 2008 p. 72). Een onderzoek van Van Uden en Pieper onder therapeuten werkzaam bij de RIAGG's in Sittard en Heerlen bevestigt dit: slechts 34 procent achtte zichzelf vaardig genoeg om te gaan met de geloofs- en levensbeschouwing van de cliënt. Een behoefte aan bijscholing op dit

gebied werd aangegeven door 63 procent van de therapeuten onder de 35 jaar. (Van Uden en Pieper in Hofman-de Groot 2008, p. 72).

3.3. Christelijk geloof binnen creatieve therapie

“Non-verbale, symbolische vormen reiken vaak dieper en raken eerder aan de existentiële lagen van het bestaan dan inzichtgevende gesprekken, waarin vooral het verstandelijke wordt aangesproken” (Menken-Bekius 2001, p. 25).

Binnen het christelijke geloof nemen symbolen en rituelen een belangrijke plaats in. Ze geven uiting en betekenis aan het geloof en kunnen een zingevende, troostende, overdragende en ondersteunende functie vervullen. In de Bijbel, die binnen het christendom onder andere als leidraad en inspiratiebron dient, zijn deze symbolen terug te vinden middels beeldspraak, metaforen en allegorieën. Geestelijk verzorgers nemen deze symboliek veelal over in het contact met de hulpvrager door gebruik te maken van dezelfde beeldende, poëtische taal waarmee zij dingen tastend onder woorden brengen (Zock 2001, p. 15).

Ook in de creatieve therapie wordt veel met symboliek gewerkt. Door middel van symbolisch spel kan een cliënt in de creatieve therapie gevoelens en gedachten neerzetten en deze corrigeren, herzien en op een andere, nieuwe manier integreren. Personen en gebeurtenissen uit het leven van de cliënt worden door bijvoorbeeld een klank, een vorm, een beweging, een dramatische rol of een beeld tot uiting gebracht. Soms is dit nog niet in woorden benoembaar, maar met symbolisering kan het (bewust of onbewust) in het medium naar buiten komen. Innerlijke conflicten en de daarbij komende gevoelens van verdriet, depressie, woede of angst worden dan meer beheersbaar (Smeijsters 2003, p. 245).

Deze overeenkomst in het werken met symbolen in het christelijke geloof en de creatieve therapie maakt dat een integratie vruchtbaar kan zijn: het symbolisch werk geeft dan zowel uiting aan interne processen als aan ervaringen binnen het geloof van de cliënt. Deze kunnen elkaar ondersteunen en aanvullen, omdat ze allebei een belangrijk deel van de persoon uitmaken. De combinatie van geloof met creatieve therapie kan zo dienen als bijzondere bron voor herstel binnen de behandeling van een cliënt. Voor de creatieve therapeut hoeft het betrekken van het geloof van de cliënt meestal geen probleem te zijn, omdat hij door zijn vak reeds gewend is aan het zien, luisteren en spreken in symbolische taal. En door zijn kennis van zowel de beeldende als medische taal, is hij uitermate geschikt om met het medium de bijdrage van het geloof aan het psychisch welzijn te verbinden.

Binnen het christelijk geloof heersen er verschillende denkbeelden over creativiteit. Enerzijds zijn er gelovigen die van mening zijn dat creativiteit niet nodig is: geloven doe je met je hoofd en je moet de juiste leer verdedigen. Door sterk bezig te zijn met wat goed en fout is, kan voor hen creativiteit beangstigend overkomen (www.willemdevink.nl, feb. 2011). Anderzijds zijn er gelovigen die van mening zijn dat God en de mens een karakteristieke overeenkomst hebben, namelijk het verlangen en vermogen om dingen te maken, te scheppen (Sayers in Farrelly-Hansen 2001, p. 30). In haar zoektocht naar de oorsprong van creativiteit, roept Sayers daarom op tot een helder beeld over de aard van God en over de roeping van mensen tot ‘co-creëren’. De essentie van creativiteit is dan ook: de mogelijkheid om te scheppen, nieuwe dingen te maken of om dingen nieuw te maken. Deze groep is ervan overtuigd dat God dit in ons gelegd heeft en dat wij het mogen gebruiken voor Hem, onszelf en de ander. Door binnen de creatieve therapie een plaats te geven aan het geloof van de cliënt, wordt er aangesloten bij deze overtuiging om de gekregen creativiteit van de mens tot uiting te brengen.

3.4. De kracht van symboliek

Zoals hierboven al vermeld, wordt er zowel binnen het christendom als in de creatieve therapie gebruik gemaakt van symbolen en metaforen. Op alle twee terreinen dienen ze als een middel om te uiten, te verduidelijken en uit te leggen. Uit de gehouden interviews en de gelezen literatuur is gebleken dat ze een belangrijke gemeenschappelijke factor zijn, waarmee een integratie van geloof

in therapie erg geschikt blijkt. Een nadere uitleg van hun betekenis en de voordelen van het gebruik van symbolen en metaforen is dan ook op zijn plaats.

Een symbool is een betekenisdrager: het heeft een concrete vorm of representatie die een betekenis heeft. Deze betekenis is gebaseerd op afspraken die de gebruikers hebben gemaakt. Voorbeelden van Bijbelse symbolen die ook in een therapeutische setting voorkomen zijn: het kruis, het hart, de weg, de regenboog, de parel, de duif, de woestijn en de kroon. Een metafoor verwijst naar een symbolische situatie. Twee termen die ogenschijnlijk niets met elkaar te maken hebben worden met elkaar in verband gebracht. De kern van het maken en begrijpen van een metafoor is gelegen in het 'zien als'. Dit kun je opvatten als een samengaan van beeld en taal. De gebeurtenis of situatie waarover verteld wordt, staat dan symbool voor iets anders (Nederhof en Vane 2009, p. 14 & 15). Voorbeelden van Bijbelse metaforen zijn: God als herder, Jezus als bruidegom, het leven als weg en gelovigen als vrucht dragers.

Bruce Moon geeft in zijn boek over de rol van metaforen en indirecte communicatie in (creatieve) therapie een aantal voordelen van het werken met metaforen. Ten eerste zegt hij dat metaforische verhalen en beelden erg interessant zijn: ze spreken tot de verbeelding en inspireren tot nieuwe overwegingen. Ze bieden de mogelijkheid om ervaringen vanuit een ander perspectief te bekijken en om deze in beelden concreet te maken. Als cliënten een artistieke metafoor maken, krijgen ze volgens Moon ook toegang tot de verschillende lagen die een metafoor bevat, zowel op bewuste als onbewuste niveaus. Want zelfs wanneer het een concrete expressie lijkt, zitten er mogelijk betekenissen in waar de cliënt zich onbewust van is, maar die wel degelijk belangrijk zijn. Verder laten metaforen hun boodschap indirect klinken, verpakt in de beelden van het verhaal, het schilderij of een andere creatieve uitingsvorm. Dit betekent een subtiele en minder confronterende manier van het vertellen van de boodschap. Het geeft de verteller bovendien de vrijheid om te kiezen in welke mate hij deze wil uitleggen (Moon 2007, p. 10 & 11).

Therapeut Willem van der Horst voegt er nog een belangrijk voordeel aan toe: "door het uitbeelden van de symboliek gaat de cliënt van dissociatie naar associatie, van woorden via beelden naar de ervaring. En die ervaring vertelt het echte verhaal. Metaforen en beelden zijn de kracht van de ervaring". Van der Horst benadrukt het belang van dit ervaringsniveau, ook wat betreft het geloof: "we willen niet alleen geloven met het hoofd, maar willen het ook graag ervaren" (Interview Van der Horst, 18 november 2010).

5. Een praktische integratie binnen dramatherapie

Door verschillende interviews en literatuuronderzoek ben ik tot de onderstaande dramatherapeutische werkvormen gekomen, die ruimte bieden voor het geloof van de cliënt. Alleen als de opdracht een specifieke voorbereiding of nabespreking vereist, wordt deze erbij genoemd. In de andere gevallen kunnen deze naargelang de groep en omstandigheden zelf ingevuld worden.

5.1. Algemene dramatherapeutische werkvormen

Psychodrama met Bijbelse verhalen

Bij Spectrum in Hattem wordt er op een bijzondere wijze gewerkt met psychodrama. Deze methode wordt uitgevoerd zoals gebruikelijk, met elementen als de antagonist, protagonist, dubbelen en spiegelen. Maar in plaats van te kiezen voor een ervaring of gebeurtenis uit het leven van een persoon, kiest hij/zij een Bijbels verhaal of persoon als inspiratiebron. Deze wordt spelenderwijs onderzocht en dit geeft mogelijkheden tot inzicht in en het ervaren van de betekenis ervan voor het eigen leven.

Psychodrama met Bijbelse verhalen kent veel overeenkomsten met de methode bibliodrama, die al enige bekendheid heeft binnen de pastorale hulpverlening. Ook hierin gaat een persoon vanuit de eigen geloofs- en levensgeschiedenis een relatie aan met een eigen gekozen rol uit de Bijbel. Eigen woorden, gevoelens, houdingen en ervaringen komen ter sprake, waardoor er een levendige verbinding ontstaat tussen de persoon 'toen en daar' en de persoon 'hier en nu'. Er ontstaat contact tussen de rol en de persoon: persoonlijke accenten uit het eigen levensverhaal worden betrokken in de keuze voor de rol en de uitvoering (Derksen 2003, p. 77).

Het verschil tussen beide methoden kan zijn dat er bij psychodrama veelal gewerkt wordt vanuit een bepaalde hulpvraag met een daarbij behorende doelstelling. Bij bibliodrama is dit niet per se het geval, waardoor er mogelijk verschillende interventies gepleegd zullen worden.

Om een concreter beeld te schetsen van een mogelijke opzet voor psychodrama met Bijbelse verhalen en/of bibliodrama, volgt hieronder een model:

1. De tekst die gekozen is, wordt gelezen, waarbij iedereen toehoorder is.
2. Op een flap-over worden de rollen verzameld die in de tekst voorkomen, vooral de rollen van mensen, maar soms ook rollen van symbolen in de tekst.
3. Iedereen wordt uitgenodigd zijn/haar waarnemingen bij de tekst te maken en er met elkaar over te praten; de waarnemingen, gedachten en invallen worden gedeeld, maar zonder tot discussie over te gaan. De volgende vragen kunnen hierbij helpen: welke personen/rollen waren belangrijk in dit verhaal? Wat is je opgevallen bij het horen van de tekst? Waar ben je blijven haken? Wat raakte je het meest? Denk aan de maatschappelijke context van de Bijbeltekst en van jezelf.
4. Na tien tot vijftien minuten wordt het gesprek afgesloten en de tekst nogmaals gelezen.
5. Er wordt een ruimte-indeling van de Bijbeltekst gemaakt en in de ruimte uitgezet. De tekst en de betekenis ervan wordt gevisualiseerd in de ruimte, waardoor de rollen van de tekst voor iedereen zichtbaar worden.
6. De mensen worden gevraagd een rol te kiezen die nu bij hen past, en met deze rol een plek in de ruimte-indeling in te nemen.
7. De spelleider maakt een eerste ronde, en vraagt iedereen wie hij/zij is en wat de rol voor hem/haar betekent.
8. De spelleider begint een gesprek met iemand en vraagt verder naar de betekenis en de beleving van de rol en nodigt uit om in gesprek te gaan met anderen. Anderen mogen uit eigen beweging actief worden en reageren binnen de rol die gekozen is. Na drie kwartier tot een uur wordt het spel gestopt.
9. Nagesprek over wat men in zijn/haar rol beleefd heeft en over de betekenis daarvan voor het eigen leven en geloven.
10. Afsluiting waarbij de tekst nog eens gelezen wordt, die nu gevuld is met de ervaringen van het spel (Derksen 2003, p. 48).

In beeld zetten

De overtuiging bij Spectrum, maar ook bij mee-Ander is dat in principe alles uit het leven en geloof van de cliënt in beeld gebracht kan worden en dat hier een grote kracht vanuit gaat: de kracht van de ervaring. Het is namelijk door het beeld, dat woorden omgezet worden in een ervaring. Zo kunnen Bijbelse personen maar ook God in beeld gebracht worden om te ontdekken en te ervaren hoe hij/zij deze ziet en hoe hij/zij hier tegenover staat. Bij het neerzetten van God in een beeld blijft het belangrijk om te benadrukken dat centraal staat hoe de persoon God ziet en ervaart. Het beeld staat niet gelijk aan God, maar is een subjectief en vereenvoudigd symbool.

Relevante inzichten worden verkregen door vragen te stellen als: Als God hier zou zijn, waar zou Hij ten opzichte van jou staan? Wat is Zijn houding? Staat Hij hoog of laag? Wat is de houding van jou ten opzichte van God? Hoe zou God reageren? Wat zou je anders willen zien in dit beeld?

Monoloog

Een veel voorkomend thema in therapie is de moeite met het uiten van bepaalde emoties, omdat cliënten bijvoorbeeld vinden dat deze er van zichzelf, de ander of God niet mogen zijn. Het uitzoeken van een lied of tekst in de directe rede uit de Bijbel die een voor de cliënt relevante ervaring, gevoel of gedachte concreetiseert kan hierbij helpen. Deze spreekt hij/zij uit en samen met de therapeut en eventuele groepsleden wordt er geëxperimenteerd met volume, intonatie, lichaamstaal en mimiek.

Geleide fantasie

Bij een geleide fantasie wordt het beeldend denken bewust ingezet om een persoon te leiden naar een nieuw inzicht, naar een moment van terugkoppeling of naar het afstand nemen van een probleem. Willem van der Horst van de praktijk mee-Ander zet deze methode in met Bijbelverhalen. Vanuit een bepaalde bedoeling, lettend op de behoefte van de cliënt, wordt een bijbelfiguur uitgekozen, waarin de cliënt zich tijdens de geleide fantasie mag verplaatsen. Waar mogelijk en helpend, worden ook eigen woorden van de cliënt in het verhaal verwerkt, om zo de identificatie te vergroten. Daarna wordt nabesproken wat de cliënt heeft ervaren en wat hij mee kan nemen in zijn proces.

5.2. Concrete dramatherapeutische werkvormen

"Ik ben.."

Als inleiding op deze opdracht wordt er geoefend in het staan. Belangrijk is om beide voeten op de aarde te zetten. Er wordt een vergelijking gemaakt met de boom geplant aan stromend water: 'Ik ben' door te ademen en te aarden. Dit heeft ook te maken met 'ik' zeggen. De basis onder mijn 'ik ben' is Gods 'Ik Ben'.

De cliënten gaan in tweetallen tegenover elkaar staan. Eén van de twee zegt "ik". Dan zegt de ander er (harder) overheen: "nee, ik"

Vervolgens bedenken de cliënten een zin waarmee ze moeite hebben om uit te spreken, bijvoorbeeld: 'ik ben mooi' of 'ik ben goed genoeg'. Eerst spreken ze het tegenovergestelde van de zin uit met beide voeten op de grond. Daarna gaan ze op een stoel staan die symbool staat voor God/Jezus als basis onder hun voeten. De cliënten spreken dan om de beurt de zin uit waarmee ze moeite hebben. Om te ervaren hoe sterk de leugen kan zijn, is een mogelijk vervolg om andere groepsleden de persoon aan te laten vallen door de zin tegen te spreken. De zin met God als basis blijft hij echter herhalen.

Kroon

Deze oefening kan worden geïntroduceerd met het volgende Bijbelcitaat: "Wat is dan de sterveling dat u aan hem denkt, het mensenkind dat u naar hem omziet? U hebt hem bijna een god gemaakt, hem gekroond met glans en glorie" (Psalm 8: 5).

Hoewel God ons kroont, hebben veel mensen het gevoel dat hen dit, op wat voor manier dan ook, is afgepakt. Er ontstaat een verlies van gevoel van waardigheid met allerlei nare gevolgen van dien.

Alle deelnemers pakken een goudkleurige kroon en zetten die bij elkaar op het hoofd. Dit is het symbool voor het zijn van waardige mensen die zijn, zoals de Schepper heeft bedoeld. Ze lopen vrij rond in de ruimte.

Daarna mogen de deelnemers de kroon bij elkaar afpakken. Vroegere ervaringen worden voelbaar gemaakt en ze worden aangemoedigd de bijbehorende boosheid, verdriet of angst te beleven. Belangrijk is om na te gaan wie de kroon vroeger heeft afgenomen. Maar ook: hoe had je je willen verweren om dat te voorkomen, wat had je willen doen of uitroepen, wat je toen niet had gekund? De emoties die er toen waren en nog in het lichaam verborgen zitten, mogen er zijn.

Dan worden de kronen weer op de hoofden van elkaar gezet. Het is belangrijk te weten dat het terugkrijgen van de kroon een gegeven is van God. In Jezus Christus kijkt Hij zó naar een ieder. Hijzelf heeft ons gekroond. De deelnemers geven elkaar de hand als teken van verbondenheid en lopen rustig in de kring (Van Asselt-De Bruijn 2000, p. 47).

Sleutel

In de ruimte staat een doos met sleutels. Daarin liggen goudkleurige sleutels die staan voor het openen en sluiten van deuren. Als alle deelnemers een sleutel hebben, worden ze gevraagd om de beurt over een diagonaal te lopen. Het begin van de lijn staat voor het verleden en het eind van de lijn voor de toekomst. Welke deuren uit het verleden moeten gesloten worden? Welke moeten juist worden geopend? Achter een deur kan angst of boosheid zitten, waardoor iemand die het liefst dichthoudt. De deelnemers worden gestimuleerd om te durven kijken en voelen wat er achter de verschillende deuren zit. Het is belangrijk om aan te geven dat iedere deelnemer de vrijheid heeft om 'nee' te zeggen en zijn/haar eigen grenzen te respecteren.

Daarna gaan de deelnemers in een cirkel staan leggen de sleutels in hun hand. Een ieder gaat dan naar het midden van de kring om zo de sleutel bij God te brengen. Hem wordt gevraagd of Hij wil helpen bij het openen en sluiten van de deuren. Dit is een heel kwetsbaar moment, omdat iets van de regie over de levens overgegeven wordt aan God. Nu gaan de deelnemers weer in de kring staan en drukken de sleutel op hun hart, als symbool voor het niet op slot blijven of verbitterd raken. In beweging wordt dit uitgedrukt door het herhaaldelijk openen van de armen (Van Asselt-De Bruijn 2000, p. 57).

Steen

Deze oefening wordt geïntroduceerd met het volgende Bijbelcitaat: "Al bezwijkt mijn hart en vergaat mijn lichaam; de rots van mijn bestaan, al wat ik heb, is God, nu en altijd" (Psalm 73: 26).

De Bijbel houdt rekening met ons bezwijken: de last kan te zwaar of te langdurig zijn.

In het midden van de ruimte ligt een doos met allerlei stenen, verschillend van vorm, kleur, glans en grootte. De deelnemers kiezen een steen uit. In de kring wordt verteld waarom een bepaalde steen is uitgezocht.

Gevoelens en gedachten die als een steen op ons drukken mogen we bij God brengen. In stil bezinnen en bewegen worden alle stenen bij God gebracht. Iedereen staat dan in de kring en steunt elkaar: de linkerhand wordt gelegd onder de rechterhand van de ander, waarin de steen ligt.

Terwijl de deelnemers ontspannen liggen, wordt het volgende verhaal voorgelezen:

Je loopt alleen in een bergachtig landschap. Een hoge berg vóór je wil je gaan beklimmen. In je rugzak zit de steen die je zojuist hebt uitgezocht. De tocht wordt steeds zwaarder, het pad steiler. Zou je niet liever teruggaan? Je moet nu ook je handen gaan gebruiken en je optrekken aan takken en uitsteeksels om vooruit te komen. Je aarzelt weer of je door zult gaan. Dan zie je hoever je al uit het dal bent geklommen en dat motiveert. Je gaat door en bereikt de top. Wat is alles prachtig, denk je, wanneer je om je heen kijkt. Nu ontdek je een bron aan de zijkant van de top. Spontaan pak je jouw steen en gooit hem erin. Het water neemt de steen mee en dan...word je zelf die steen.

Alle angsten en alle druk van buitenaf kunnen je verstenen: jijzelf noch een ander kan door die verstarring heen breken. De deelnemers bewegen zich in die verstarring en verstening.

Daarna proberen zij de verstarring op te geven en maken weer contact met de anderen om zich heen. Ze worden gestimuleerd om de warmte en aanraking van anderen toe te laten, en weer zacht te worden (Van Asselt - De Bruijn 2000, p. 75).

Zijn als Jezus

Deze oefening is gebaseerd op het volgende Bijbelcitaat: "Hij wil dat u net als Jezus gaat denken en handelen" (Filippenzen 2:5).

Stel dat Jezus op een dag in uw huid zou kruipen. Wat dan? Stel dat in een tijdsbestek van vierentwintig uur Jezus in uw bed wakker wordt, in uw schoenen loopt, in uw huis woont, uw agenda waarneemt? Uw baas wordt zijn baas, uw moeder wordt zijn moeder, uw pijn wordt zijn pijn. Op een uitzondering na blijven al uw levensomstandigheden dezelfde. Uw gezondheid verandert niet, uw situatie verandert niet, uw agenda verandert niet, uw problemen zijn niet opgelost. Er is maar een ding dat verandert. Wat zou er gebeuren wanneer gedurende een dag en een nacht Jezus uw leven leeft, vanuit zijn hart? Uw hart krijgt een dagje vrij en uw leven wordt geleid door het hart van Christus. Zijn prioriteiten beheersen uw handelen. Zijn hartstochten vuren uw beslissingen aan. Zijn liefde leidt uw gedrag. Wat voor iemand zou u die dag zijn? Zouden de mensen een verandering zien?

Op een groot vel papier inventariseren de cliënten: Wie is Jezus? Hoe handelt Jezus tegenover gedrag dat niet overeenkomt met Zijn leven en zijn?

Iedereen onderzoekt zijn eigen denken en handelen en gaat na: op welk punt zou ik nog mogen veranderen? In welke situaties vind ik het bijvoorbeeld moeilijk om te handelen omdat ik het eng vind om grenzen aan te geven, om te gaan met ruzies, met mijn mening af te wijken van de ander, een ander aan te spreken op zijn gedrag, op te komen voor iemand enzovoort? Iedereen vertelt kort zijn/haar inbreng. Daarna volgt een rollenspel: Hoe zou Jezus reageren in de ingebrachte situaties? En hoe kun jij op dezelfde manier reageren in dergelijke situaties?

6. Een praktische integratie binnen beeldende therapie

Ook in de beeldende therapie zijn een aantal werkvormen te benoemen waarin het christelijk geloof wordt geïntegreerd. Hierbij geldt wederom: alleen als de opdracht een specifieke voorbereiding of nabespreking vereist, wordt deze erbij genoemd.

6.1 Algemene beeldende werkvormen

Beeld naar aanleiding van een Bijbeltekst of Bijbels thema

In het vorige hoofdstuk kwam al ter sprake dat in principe alles uit het leven van de cliënt in een beeld kan worden vertaald. De beeldende therapie is hiervoor een plaats bij uitstek. Binnen de zorginstelling Nehemia in Heerhugowaard krijgen cliënten binnen de beeldende therapie regelmatig vrije opdrachten waarin ze thema's oppakken die op dat moment voor hen relevant zijn. In deze opdrachten verwerken zij soms hun geloof door een beeld te maken naar aanleiding van een Bijbeltekst of Bijbels thema dat hen aanspreekt. Het begrip beeld kan hier zeer ruim opgevat worden; het varieert van een tekening tot een beeldhouwwerk. De therapeut kan ervoor kiezen om de cliënt vrij te laten in het uitzoeken van de Bijbeltekst, maar kan ook bewust een bepaalde tekst geven om aan te sturen op een bepaald thema. Een voorbeeld hiervan is het verhaal over Jacobs worsteling met God bij de Jabbok (Gen. 32: 23-33). Deze tekst kan een aanleiding zijn voor een gesprek en een beeldende opdracht over gebieden waarin de cliënt een worsteling ervaart.

Een collage

De cliënt krijgt de opdracht om een collage te maken met een geloofservaring als thema. Een voorbeeld van een thema kan zijn: "ik ervaar God niet in mijn probleem", of "ik heb moeite met vertrouwen". Het kijken naar de toekomst kan een mooie vervolgoopdracht zijn: hoe zou je graag willen dat het wordt? Centraal staat dat door de opdracht het thema helderder wordt voor de cliënt en op belevingsniveau gebracht wordt.

6.2. Concrete beeldende werkvormen

De ik-does

Een bekende werkwijze in de beeldende therapie is de zogenoemde ik-does. Hierin maakt een cliënt zijn/haar binnenkant zichtbaar door in een doos deze met beeldende materialen vorm te geven. Hetzelfde doet de cliënt voor zijn/haar buitenkant, maar dan aan de buitenkant van de doos. Een bijzondere variant op deze opdracht heeft een cliënt in Nehemia uitgevoerd, door aan de binnenkant van de doos de bijdrage van God in haar proces weer te geven. Hiervoor gebruikte ze de regenboog als symbool voor de aanwezigheid van God in haar leven. In een ander deel van de doos liet ze zien dat er daarnaast ook een stuk boosheid in haar zat.

Waarheid- en leugendoosjes

De cliënt maakt twee doosjes. In het ene doosje stopt zij met briefjes of tekeningen gedachten die gebaseerd zijn op leugens en onwaarheden. In het andere doosje stopt zij bijbelse, ware gedachten die ze zich eigen heeft gemaakt heeft of nog eigen wil maken. Het leugendoosje wordt aan het einde van de therapie of behandeling verbrand.

Papiertje, papiertje aan de wand, wat zegt de spiegel in de hand?

Deze opdracht is gebaseerd op de opvatting dat de wereld zegt: "jouw eigenwaarde is gebaseerd op jouw prestaties en de mening van anderen," en dat God zegt: "jouw eigenwaarde is gebaseerd op wie je bent. Je bent mooi en geliefd". De ruimte is beplakt met briefjes met verschillende Bijbelteksten (Psalm 37:5, en 6, Hebr. 15:5, Ef. 1:4-6, Psalm 139:14, Gal. 5:1, Fil.4:13, Psalm 138:8, Psalm 19:8, 2Kor.5:17 en 2Kor. 12:9) De deelnemers lopen met een spiegel in hun hand door de ruimte heen, lezen de bijbeltekst, kijken in de spiegel en schrijven in steekwoorden op wat er in hun opkomt op. Hierna gaan ze door naar de volgende bijbeltekst.

Nadat iedereen zijn/haar reactie opgeschreven heeft, wordt er gevraagd om een gebed aan God in beeld te maken. De materiaalkeuze is hierin vrij. Deze vervolgoopdracht heeft de functie om losgemaakte gedachten en gevoelens te visualiseren. Hierdoor worden de gedachten en gevoelens duidelijk voor de cliënt en zijn/haar omgeving en kunnen er nieuwe inzichten ontstaan. In kleine groepjes wordt besproken welk gebed iedereen gemaakt heeft en waarom (Bos 2010, p. 18).

Tweeluik: Mijn beleving & Gods beleving

De therapeut laat een voorbeeld zien van twee ramen met luiken van karton. Op het ene luik staat: 'Mijn beleving' en op het andere luik staat: 'Gods beleving'. Achter het zelfgemaakte luik 'Mijn beleving' mag de cliënt aan de hand van kleuren, vormen, symbolen, plaatjes, enzovoort een landschap maken hoe hij/zij de toekomst ziet. Achter het zelfgemaakte luik 'Gods beleving' mag de cliënt aan de hand van kleuren, vormen, symbolen, plaatjes enzovoort een landschap maken hoe God Zijn toekomst met hem/haar ziet. Als opstapje hierbij geeft de therapeut de cliënt een kaartje met de volgende Bijbeltekst: "Mijn plan met jou staat vast – spreekt de Heer. Ik heb je geluk voor ogen, niet je ongeluk: ik zal je een hoopvolle toekomst geven" (Jer. 29:11).

De therapeut kan de volgende vragen stellen: Zijn er overeenkomsten en verschillen in de twee luiken? Hoe komt dit? Welk gevoel komt er bij je op bij beide luiken? Vertel eens wat meer over het landschap: wat voor mensen wonen er? Hoe gaan die met elkaar om? Waar houd jij je mee bezig? Hoe voel je je daar? Als therapeut is het interessant te kijken of de manier van omgaan met weerstand parallel loopt met hoe het werkstuk gemaakt wordt of juist niet. Hierover kan een gesprek aangegaan worden (Bos 2010, p. 21).

"Be Still and Know that I am God"

De therapeut schrijft op een vel papier of bord: "Be still and know that I am God". Bij bovenstaande uitspraak kunnen gevoel en verstand nogal eens in de spagaat komen. Om iemand echt stil te laten staan bij zijn/haar gevoel bij deze uitspraak over 'vertrouwen hebben in God', heeft het medium hier een functie die heel belangrijk is; laat maar eerlijk zien hoe jij je voelt tegenover God of tegenover mensen die zulke dingen zeggen. Het medium kan in vorm en kleur meer zeggen dan duizend woorden.

Na een bezinningsmoment van 5 minuten gaan de cliënten aan de slag met de uitspraak: (eigen naam) & haar/zijn toekomst → "Be still and know that I am God."

Wat doet dit met je? Welk gevoel roept dit in je op? Heb je er een beeld bij? Geef je gevoel, gedachten, beelden weer in een werkstuk met materiaal naar keuze. In kleine groepjes wordt na gepraat over de werkstukken (Bos 2010, p. 22).

Uit de verf, in the picture

Creatief therapeute Julia Molenaar heeft een werkvorm ontwikkeld waarin er aan de hand van het scheppingsverhaal acht bijeenkomsten geweid worden aan verschillende thema's. Deze thema's houden verband met de scheppingsdagen, namelijk: chaos, worstelen met licht en donker in het leven, ruimte innemen, tevoorschijn komen, in het licht stellen/focussen, invulling van jouw paradijs, de kroon op de schepping/leven en rust nemen/terugkijken.

Er wordt begonnen met dag nul: een toestand van duisternis en leegte. Daarna volgende de zeven scheppingsdagen. Na een opening met een lied of gebed wordt de bijbehorende Bijbeltekst voorgelezen, het thema ingeleid en een beeldende opdracht gegeven. De avond wordt afgesloten met de nabespreking en met wederom een lied of gebed.

Parelduiken

Parelduiken is op zoek gaan naar de parels die ergens verborgen liggen in de drek of onder de last die op ons kan drukken. Het is naast aandacht geven aan dat wat ons in het heden belemmert, ook aandacht besteden aan dat wat er op ons te wachten ligt. Je kunt ook zeggen: het is de schat in aarden vaten, de ware identiteit, het zijn de gaven die God in ons heeft geweven, in de schoot van de moeder. Deze kun je onder andere vinden door contact te maken met je verlangens, met dat wat

je eigenlijk zou willen, ooit nog eens, of waarvan je droomde. Hieraan aandacht geven, is hoop bieden. Bovendien zal de parel steeds duidelijker zichtbaar gaan worden en groeien, omdat je er aandacht aan besteedt. In beeldende therapie kan het proces van parelduiken ervaren worden door met vetkrijt allerlei lagen kleuren op het vlak aan te brengen, en ze er daarna met een paletmes af te halen. De verschillende kleuren komen dan weer tevoorschijn. Dit kost moeite, net als het parelduiken zelf. Ter voorbereiding op de opdracht kan de cliënt gekregen complimenten verzamelen.

7. Conclusie

Ondanks de toenemende ontkerkelijking en de grote plaats van het natuurwetenschappelijk denken, is er de afgelopen jaren door onderzoek bij verschillende instellingen een behoefte merkbaar om weer plaats te maken voor de geloofs- en levensbeschouwing van de cliënt in de therapie. Het reductionistische mensbeeld maakt langzaamaan weer plaats voor een holistische, dat uitgaat van een verbondenheid tussen geest, ziel en lichaam. Ook heeft onderzoek uitgewezen dat mensen op geloof gebaseerde ideeën en activiteiten inzetten om emotionele stress of fysiek ongemak te hanteren (Harrison et al. 2001). En hoe (positief of negatief) deze ook uitwerken, het is een gegeven dat ze bij gelovige mensen een belangrijke factor zijn in het omgaan met levensproblemen en daarom kan het een waardevol element zijn in de therapie.

Omdat er zowel in het christelijk geloof als in de creatieve therapie veel gebruik gemaakt wordt van symbolen en metaforen kan een integratie bijzonder vruchtbaar zijn. Het symbolisch werk geeft dan zowel uiting aan interne processen van de cliënt als aan ervaringen binnen het geloof van de cliënt. Deze kunnen elkaar ondersteunen en aanvullen, omdat ze allebei een belangrijk deel van de persoon uitmaken. Door het uitbeelden van de symboliek in het medium gaat de cliënt van dissociatie naar associatie: woorden gaan via een beeld naar een ervaring. En dit is van groot belang voor het herstelproces en voor het geloofsleven van de cliënt. Voorts bieden metaforen en symbolen de mogelijkheid om ervaringen vanuit een ander perspectief te bekijken en om deze in beelden concreet te maken. Cliënten krijgen ook toegang tot de verschillende lagen die een metafoor bevat, zowel op bewuste als onbewuste niveaus. Verder laten metaforen hun boodschap indirect klinken, verpakt in de beelden van het verhaal, schilderij of een andere creatieve uitingsvorm. Dit betekent een subtiele en minder confronterende manier van het vertellen van de boodschap (Moon, 2007).

Omdat er nog weinig literatuur te vinden is, komt het voor therapeuten wat betreft concrete werkvormen vaak aan op de eigen creativiteit. En zoals bovenstaande resultaten hebben laten zien, is daaruit een bijzonder en mooi scala aan werkvormen ontstaan. Verscheidene komen voort uit reeds bestaande werkvormen, andere zijn totaal nieuw. Om terug te komen op de hoofdvraag (in welke werkvormen wordt een integratie van creatieve therapie en christelijke hulpverlening voor volwassenen bewerkstelligd?), kan er geconcludeerd worden dat er verschillende werkvormen zijn waarin het geloof en creatieve therapie gecombineerd worden.

Binnen de dramatherapie zijn dat bijvoorbeeld psychodrama met Bijbelverhalen, het in beeld zetten van het leven en geloof van de cliënt, een geleide fantasie waarin het geloof betrokken wordt of een monoloog aan de hand van een Bijbeltekst of lied die de cliënt uitnodigt zichzelf te uiten. Ook in het boekje van danstherapeute Van Asselt-de Bruijn komen een aantal dramatherapeutische werkvormen naar voren. Deze zitten in de sessies: *Kroon, Sleutel en Steen*. Bij de werkvorm *'Ik ben...'* wordt er geoefend in het uitspreken van een waarheid over zichzelf met het geloof als letterlijke basis. Bij *Zijn als Jezus* wordt er binnen drama onderzocht wat Jezus in de situatie van de cliënt zou doen en denken.

In de beeldende therapie kan er in de brede zin van het woord door gebruik van beelden, ruimte gemaakt worden voor het geloof van de cliënt. Dit wordt ook gedaan bij het maken van een collage, als hierin een geloofsthema centraal staat. In concretere werkvormen zoals de *Waarheid en leugendoosjes*, *Papiertje, papiertje aan de wand*, en een *Tweeluik* kijkt de cliënt met Bijbelverzen naar de visie van God op hun leven. Bij *Be Still and Know that I am God* wordt het vertrouwen in God onderzocht. De *Ik doos* nodigt de cliënt uit om terug te kijken en Gods hand in zijn/haar proces en leven beeldend weer te geven. *Uit de verf, in the picture* bevat een verzameling aan werkvormen waarin er aan de hand van het scheppingsverhaal, acht bijeenkomsten gewerkt wordt aan verschillende thema's, als: chaos, worstelen met licht en donker in het leven, ruimte innemen, tevoorschijn komen en de kroon op de schepping.

8. Aanbevelingen

Tijdens de uitvoering van dit onderzoek heb ik in de interviews en daarbuiten een grote interesse bemerkt voor de resultaten van dit onderzoek. Dit was in het bijzonder bij degenen die het geloof een concretere plaats in de therapie willen geven, maar nog niet zo goed weten hoe. Dit verslag is slechts een kleine inventarisatie van werkvormen, en kan dus gedeeltelijk tegemoetkomen aan deze behoefte. Maar als deze bij meer therapeuten aanwezig is, kan overwogen worden om een boekwerkje samen te stellen. Hierin zouden meer uitgewerkte en onderbouwde werkvormen en methoden kunnen staan, vanuit verschillende creatieve disciplines. Het zou dan nodig zijn om de resultaten van dit onderzoek vollediger te maken, door te onderzoeken welke werkvormen wanneer ingezet kunnen worden. Relevante vragen hierbij zijn:

- Welke therapeutische doelen kunnen aan de werkvormen worden gekoppeld?
- Welke creatief-therapeutische werkwijzen kunnen bij de werkvormen gehanteerd worden?
- Voor welke doelgroepen en problematieken zijn de werkvormen geschikt?

Zoals in hoofdstuk drie naar voren kwam, hanteren mensen verschillende geloofgebaseerde copingsmechanismen bij het omgaan met psychische stress of lichamelijk lijden. Logischerwijs zal elk mechanisme een ander effect hebben en een andere therapeutische benadering en werkwijze vragen. Als het geloof van de cliënt een plek krijgt in creatieve therapie, dan zou er vooraf helder bepaald moeten worden wat het geloofsbeeld van de cliënt is en wat van dit beeld belemmerend en wat stimulerend werkt voor de weg naar herstel. Hetzelfde geldt voor de visie van de cliënt op creativiteit in relatie tot diens geloof: ziet de cliënt creativiteit als iets onnodigs of zelfs slecht, of als iets van God gegeven aan de mens? Concreet houdt dit in dat hieraan tijdens de intake of de observatieperiode aandacht wordt besteed.

En als hier enig zicht op gekregen is, wat al een hele inspanning is op zich, volgen er ook andere vragen waarop nog een antwoord gekregen moet worden:

- Welke therapeutische benadering vereisen de verschillende geloofsbeelden?
- Welke creatief-therapeutische werkwijzen en methoden kunnen hierbij ingezet worden?
- Als creativiteit niet binnen iemands geloofsbeleving past, hoe kan hier dan mee worden omgegaan?

In een vervolgonderzoek zou daarom ook dit onderzocht kunnen worden. Zo krijgt de therapeut meer zicht op hoe een bepaalde cliënt denkt, voelt en handelt en kan hij zijn aanbod hier beter op afstemmen. Naar verwachting zal de cliënt zich eerder op zijn of haar gemak voelen, beter begrepen voelen en uiteindelijk effectiever behandeld kunnen worden.

9. Discussie

Uit de gehouden interviews en de gelezen literatuur is gebleken dat christelijke creatief therapeuten op een eigen wijze het geloof betrekken in hun therapie. Sommigen zijn bewust zoekende in een concrete integratie tussen beide, anderen hebben hier minder behoefte aan en betrekken het geloof er meer impliciet bij, zoals in de relatie met de cliënt. Iedere christelijke creatief therapeut integreert het geloof dus op een eigen manier en eigen mate in de therapie, al dan niet met creatief-therapeutische werkvormen. In de praktijk zal dan ook niet iedereen met de beschreven werkvormen aan de slag gaan. En dit is ook niet nodig, integendeel: er moet ruimte blijven voor de unieke visie en behandelwijze van elke therapeut.

Bovenal is het voor behandelaars van groot belang - creatief therapeut of niet, christen of niet - om zich bewust te worden van een eventuele behoefte van de cliënt om de levensbeschouwing of het geloof in de therapie te betrekken. Ook om recht te doen aan de complete mens, zoals het holisme voorschrijft, is het belangrijk dat hieraan aandacht besteed wordt. Om de cliënt zo goed mogelijk te kunnen helpen, moet hierop ingespeeld worden en moet er in hulpverleningsland gesproken worden over hoe dit het beste kan worden bewerkstelligd.

Hierbij hoort ook het meenemen van de bezwaren tegen het vermengen van het geloof in de therapie. Het grootste bezwaar is misschien wel dat bij zingeving een nog groter persoonlijk appèl wordt gedaan op de therapeut. Mooren beschrijft dat de therapeut het moet hebben "van persoonlijke kwaliteiten zoals inlevingsvermogen, flexibiliteit, tolerantie en zelfbeheersing. Juist op dit terrein worden deze kwaliteiten extra op de proef gesteld, omdat met betrekking tot de zingeving zowel het persoonlijke als de professionele identiteit van de therapeut in het geding is" (Mooren in Hofman-de Groot 2008, p. 78). De vraag is of de therapeut deze kwaliteiten voldoende bezit en genoeg zelfkennis heeft om eventuele blinde vlekken op te sporen, die belemmerend kunnen werken in het betrekken van de geloofsovertuiging van de cliënt. Bij christelijke hulpverleners kunnen de thema's verzoening en vergeving bijvoorbeeld te snel bespreekbaar gemaakt worden, wanneer zij dat als belangrijke doelen van de therapie zien. Ook kan er een dusdanige moeite bestaan met ongeremde emotionele uitingen (zoals vloeken), dat dit ongemerkt de boodschap geeft dat daarvoor geen plek is in de therapie. Als gevolg daarvan, houdt de cliënt zijn emoties binnen. Hetzelfde geldt voor de moeite met het bespreekbaar maken van mogelijk beladen onderwerpen, zoals seksualiteit. De kans is aanwezig dat deze daarom onbesproken blijven. Hier moet wel de opmerking gemaakt worden dat deze voorbeelden niet alleen bij gelovige therapeuten voor kunnen komen, maar ook bij niet gelovige therapeuten. Gezien de vermenging van de persoonlijke en professionele identiteit rijst ook de vraag of de hulpverlener dan alleen bij die cliënten de geloofsovertuiging kan betrekken, waarbij deze overeenkomstig is met die van de hulpverlener zelf. Als dit het geval zou zijn, dan zou dit in (met name seculiere) instellingen zorgen voor nogal wat praktische problemen en voor een grotere versnippering van de hulpverlening.

Binnen christelijk therapieland is er al regelmatig een discussie gaande over wat de rol van het geloof in de therapie behoort te zijn. De meningen hierover zijn verdeeld, vooral over de vraag of de rol van de pastor en de therapeut gescheiden moeten blijven of geïntegreerd moeten worden. Sommigen pleiten voor een duidelijke afbakening tussen de twee disciplines, anderen willen een vermenging. Helaas is hier niet zomaar een eenduidig antwoord op te krijgen, mede vanwege het persoonlijke karakter van dit onderwerp. Toch is het goed om de discussie gaande te houden en in alle verschillende benaderingen de gemeenschappelijke bezieling te blijven vinden. Voor een recente verzameling artikelen hierover verwijs ik graag naar het boek *'Als handen van de pottenbakker'* van Philip Troost.

9. Evaluatie

Tijdens het onderzoek bleek al snel dat ik gekozen had voor geschikte onderzoeksmethoden. Het literatuuronderzoek hielp mij bij het onderbouwen van de meerwaarde van het geloof in creatieve therapie en voor het opsporen van bestaande methoden waarin deze combinatie plaatsvindt. En daarbij was het inventariserende deel met de interviews ook nodig, omdat bleek dat een aantal werkvormen alleen in de praktijk bestonden. Het soort onderzoek en de daarbij uitgekozen onderzoeksmethoden stonden zo ten dienste van de opgestelde onderzoeksvragen.

Omdat het pastoraat nauw raakt aan het onderwerp van dit onderzoek, was dit ook een discipline die ik erbij heb betrokken. Maar achteraf gezien had ik dit meer kunnen doen dan ik in werkelijkheid heb gedaan. Tijdens het zoeken van kandidaten voor het interview heb ik mij gericht op therapeuten, en ook bij het literatuuronderzoek heb ik voornamelijk op dit terrein gezocht. Dit deed ik onder andere om er zeker van te zijn dat de methoden therapeutisch van aard zouden zijn. En zo hield ik de scheiding pastoraat – therapie zelf in stand. Of dit juist is, valt te bediscussiëren. Maar ik ben van mening dat ik als voorstander van een integratie van geloof in therapie, het pastoraat nog meer ruimte had moeten gunnen in dit onderzoek om te zien of daarin werkvormen te vinden zijn die de creatief therapeut zou kunnen gebruiken.

Ik ben mij ook bewust van het feit dat vijf interviews te weinig is voor het creëren van een alomvattend beeld van bestaande werkvormen. Dit beperkte aantal was het gevolg van de beperkte tijd en de beperkte beschikbaarheid en aanwezigheid van christelijke creatief therapeuten. Dit is jammer, maar gelukkig liet het kwalitatieve en inventariserende karakter van dit onderzoek dit toe.

Bronnenlijst

Boeken en artikelen

- Asselt-de Bruijn Van, M. (2000). *Loop rechtop: je mag er zijn voor God*. Heerenveen: Uitgeverij Barnabas
- Bos, R. (2010). *Geloof, hoop en liefde: christelijk geloof en beeldende therapie*. Utrecht: Hogeschool Utrecht
- Bosjes, M., Eerd, I. en Sisselaar, A. van (2001). *In de geest van...Cliënten over levensbeschouwing*. Amsterdam: AP/CP
- Derksen, N. (2003). *Woon hier onder mijn word*. Kampen: Kok
- Farrelly-Hansen, M. (2001). *Spirituality and Art therapy, Living the connection*. London and Philadelphia :Jessica Kingsley Publishers
- Harrison, M.O., Koenig, H.G., Hays, J.C., Eme-Akwari A.G., Pargament K.I. (2001). *The epidemiology of religious coping: a review of recent literature*. International Review of Psychiatry, Vol. 13, 86-93
- Hofman-de Groot, M.I.N. (2008). *"Heeft u verder nog vragen?" De aandacht voor en de plaats van zingevingsvragen in de GGZ*. Utrecht: Rijksuniversiteit, faculteit der Godgeleerdheid
- Lans, J. van der, , A Gerritsen en R. van Uden (1992). *Zingeving en zingevingsfuncties van religie bij stress: religie en zingeving bij psychotherapie*. Nijmegen: Katholieke Universiteit
- Menken-Bekius, C. (2001). *Werken met rituelen in het pastoraat*. Kampen: Kok
- Migchelbrink, F. (2007). *Praktijkgericht onderzoek in zorg en welzijn*. Amsterdam: Uitgeverij SWP
- Moon, Bruce L. (2007). *The role of metaphor in art therapy*. Springfield: Charles C. Thomas Publisher
- Nederhof A. en Vane, S. (2009). *Metaforen aan het woord, betekenisvolle beelden binnen de therapeutische praktijk*. Leuven: Acco
- Smeijsters, H. (2003). *Handboek Creatieve Therapie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho
- Stemers-van Winkoop (2002). *Geloven in Zorg; omgaan met geloof, levensbeschouwing en spiritualiteit in de gezondheidszorg*. Baarn: HB uitgevers
- Wal, J van der (1993). *De mens in de christelijke hulpverlening*. Lindeblad, Vol. 5, 1-7
- Zock, T.H. en Glas, G. (2001). *Religie in de psychiatrie*. Tilburg: KSGV

Internet

- Triade psychologenpraktijk. Geraadpleegd op 20 juni 2010 via http://www.psychologenpraktijktriade.org/h/index.php?option=com_content&view=article&id=48&Itemid=74
- Vink (W). Geraadpleegd op 16 februari 2011 via http://www.willemdevink.nl/index.php?option=com_content&view=article&id=163:creativiteit-en-spelplezier&catid=40:cahiers&Itemid=71

Bijlage

Beknopt overzicht van de interviews:

1. Hanna Pollema, beeldend therapeut bij *Nehemia* in Heerhugowaard

Het geloof wordt impliciet betrokken in de creatieve therapie. De cliënten krijgen vaak vrije opdrachten, waarin ze zelf bepalen of ze hun geloof ruimte geven in het werk. Regelmatig maken ze een beeld naar aanleiding van een Bijbeltekst. Eén cliënt heeft eens een ik-doos gemaakt waarbij ze in de binnenkant onder andere had weergegeven wat God van binnen met haar doet. Cliënten maken gebruik van Bijbelse symbolen, zoals: het kruis, een parel, de regenboog, de zon en de duif

2. Harriet van Sleen, psychodrama therapeut bij *Spectrum* in Hattem

Dit gesprek stond in teken van een veel gebruikte werkvorm binnen Spectrum: psychodrama met Bijbelverhalen. Mensen kiezen een verhaal dat hen raakt, deze wordt vervolgens met de groep uitgespeeld en besproken. Er wordt dan een koppeling gemaakt tussen de personen uit het verhaal en de spelers. Daarnaast kan alles uit het geloof in beeld worden gebracht door symboliek uit de Bijbel in beeld te zetten en simpelweg te doen wat er in de Bijbel staat. Het voorbeeld van de stromende rivier (Ez. 47) wordt gegeven, die je letterlijk kunt maken en waarin mensen kunnen gaan staan of juist niet. Interessant is om te onderzoeken wat maakt dat iemand er wel of niet in gaat staan e.d. Het voordragen van teksten uit de Bijbel in de directe rede of van liederen helpt om ruimte te geven aan bepaalde ervaringen en emoties. Een voorbeeld hiervan is het uitspreken en/of uitspelen van een gedeelte uit Habakuk bij boosheid. Er kan ook een Psalm uitgekozen en besproken worden: hoe ziet dit lied er in jouw leven uit?

3. Willem van der Horst, sociaal psycholoog en NLP-therapeut in eigen praktijk *mee-Ander* in Zwolle

Willem van der Horst werkt, net als Spectrum, ook met psychodrama en Bijbelverhalen. We bespreken het verschil tussen bibliodrama en psychodrama met Bijbelverhalen: in bibliodrama staat het begrijpen van het verhaal centraal, in de psychodrama is dit de hulpvraag. Vanuit een Bijbelverhaal kan er ook gewerkt worden met imaginatie en geleide fantasie. De cliënt identificeert zich met een Bijbels figuur en vervolgens wordt het bijbehorende verhaal verteld. Ook dit gebeurt met een bepaalde bedoeling, afhankelijk van wat de cliënt nodig heeft. Om aan te sluiten bij de cliënt worden in het verhaal eigen gebruikte woorden verweven. Het maken van een collage met een bepaald geloofs- of levensthema of het betrekken van muziek is ook mogelijk. Van belang bij alle vormen is dat de cliënt van dissociatie naar associatie gaat: van woorden, via beelden, naar de ervaring. De gebruikte metaforen en beelden vertellen het echte verhaal en zijn de kracht van de ervaring.

4. Julia Molenaar, beeldend therapeut en contextueel hulpverlener in eigen praktijk *Bij de Jabbok* in Leeuwarden

Julia Molenaar betreft het geloof niet per se methodisch in de beeldende therapie. Ze put uit haar professie en is christen en leeft en werkt daar automatisch uit. Bovendien is het cliëntafhankelijk. Wel heeft ze een werkvorm (uit de verf, in the picture) ontwikkeld waarin er aan de hand van het scheppingsverhaal acht bijeenkomsten gewerkt wordt aan verschillende thema's. Deze thema's houden verband met de scheppingsdagen, namelijk: chaos, worstelen met licht en donker in het leven, ruimte innemen, tevoorschijn komen, in het licht stellen/focussen, invulling van jouw paradijs, de kroon op de schepping/leven en rust nemen/terugkijken. Verder doet ze met cliënten aan parelduiken. Dit is het op zoek gaan naar parels die ergens verborgen liggen in de drek of onder de last die op iemand drukt. Het is naast aandacht geven aan dat wat in het heden belemmert, ook aandacht besteden aan dat wat er op iemand te wachten ligt. Beeldend doet ze dit door eerst veel lagen kleuren aan te laten brengen met verfkrijt en deze er vervolgens met een paletmes weer tevoorschijn te brengen.

5. Ykje Brouwer, dramatherapeut bij *In de Bres* in Drachten

Ykje gebruikt het geloof als een overstijgend element in therapie. Ze vertrouwt dat God in de opdrachten en in het contact met de cliënt aanwezig is, expliciet of impliciet. Vandaar haar uitspraak: "ik creëer niet iets, maar integreer". Als het geloof expliciet betrokken wordt, dan is dat soms bij het maken van een sociogram waarin gevraagd wordt welke plek God krijgt in het leven van de cliënt. Het stimuleren van vertrouwen op God bij de cliënt wordt soms beeldend gemaakt door iemand letterlijk iets aan te bieden en te vragen: wil je dit ontvangen? Bijbelse symboliek komt regelmatig naar voren in spel en in gesprekken, door een symbool te kiezen of laten kiezen voor een bepaald thema.