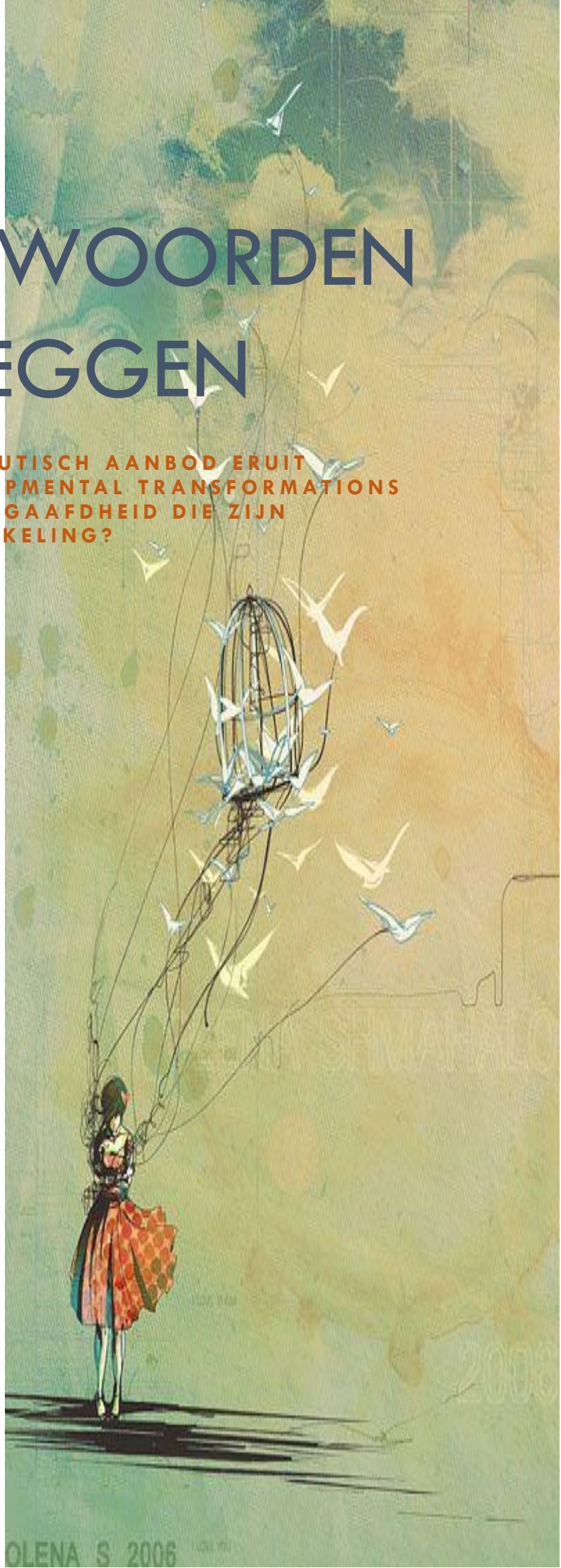


MEER DAN WOORDEN KUNNEN ZEGGEN

HOE ZIET EEN DRAMATHERAPEUTISCH AANBOD ERUIT
VOLGENS DE METHODE DEVELOPMENTAL TRANSFORMATIONS
VOOR JONGEREN MET HOOGBEGAAFDHEID DIE ZIJN
VASTGELOPEN IN HUN ONTWIKKELING?

Naam:	Daphne Göksen S1724983
Datum:	10-01-2022
School:	Hogeschool Utrecht, Amersfoort
Opleiding:	Vaktherapie Drama
Consulent:	Gemmy Willemars
Opdrachtgever:	Marc Willemsen
1e beoordelaar:	Neel de Haan
2e beoordelaar:	Patricia Vos

Focus op onderzoek



Samenvatting

In dit kwalitatieve onderzoek is de volgende hoofdvraag opgesteld:

Hoe ziet een dramatherapeutisch aanbod eruit volgens de methode Developmental Transformations voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

Deze is beantwoord aan de hand van interviews, een vragenlijst en de literatuur.

Hoogbegaafde jongeren kunnen op verschillende gebieden problemen ervaren, zijn vaak hoogsensitief en kunnen vast zitten in de (meta)cognitie. Therapievormen volgens een verbale methode sluiten vaak niet aan, de verbale afweer is te groot en er vindt geen innerlijke beweging plaats.

DvT doet een appel op het creatieve denkvermogen en de rijke verbeelding van de hoogbegaafde jongeren. Er wordt gespeeld middels vrije improvisatie en de therapeut is een actieve medespeler. Transformatie vindt plaats tijdens het spel en er wordt veel met metaforen gewerkt wat de jongeren aanspreekt. Op deze manier worden patronen, in de ervaring, onthuld.

Er is fasering met doelen en interventies in kaart gebracht. De dramatherapeut onderscheidt zich door een presentie gerichte benaderingswijze toe te passen. Zo heeft hij contact buiten het DvT-traject om met de jongere. Hij stelt zich kwetsbaar, open en gelijkwaardig op. Dit wordt door de jongeren als een belangrijke houding gezien. Er is een positieve waardering gekomen vanuit de jongeren over DvT.

Aangezien dramatherapie en in het specifiek DvT aansluit bij deze jongeren, is het waardevol om te onderzoeken of er meer dramatherapeuten (gespecialiseerd in DvT) zijn die werken met hoogbegaafde jongeren en kennis te bundelen. Zo is er meer kennis die beschikbaar komt over vaktherapie en wat de kracht hiervan is.

Summary

The following main question was formulated in this qualitative research:

What does a drama therapeutic offer look like according to the Developmental Transformations method for gifted adolescents who are stuck in their development. This was answered on the basis of interviews, a questionnaire and the literature.

Gifted young people can experience problems in various areas, are often highly sensitive and can get stuck in (meta)cognition. Forms of therapy according to a verbal method often do not match, the verbal defense is too great and no inner movement takes place. DvT appeals to the creative thinking skills and rich imagination of gifted adolescent. The play is based on free improvisation and the therapist is an active co-player.

Transformation takes place during the play and metaphors are used that appeals to the young people.

In this way patterns are revealed in the experience.

Phases with goals and interventions have been mapped out. The drama therapist distinguishes himself by applying a presence-oriented approach. For example, he has contact with the adolescents outside the DvT process. He is vulnerable, open and equal. This is seen as an important attitude by the adolescents. There has been a positive appreciation from the gifted adolescents about DvT.

Since drama therapy and in particular DvT is relevant to these gifted adolescents people, it is valuable to investigate whether there are more drama therapists (specialized in DvT) who work with gifted young people and pool their knowledge. For example, more knowledge is becoming available about creative therapy and its power.

Voorwoord

De aanleiding voor dit onderzoek is ontstaan door mijn enthousiasme over de methodiek Developmental Transformations. Mijn plan was om naar Amerika te gaan en daar een minor te volgen over deze methodiek. Door de situatie omtrent corona heeft deze reis op zich laten wachten.

Marc Willemsen heeft het idee aangedragen om een onderzoek te starten over de wijze waarop Developmental Transformations wordt toegepast bij hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

Toen ik dit idee te horen kreeg was ik meteen enthousiast. Ik ben in gesprek gegaan met een dramatherapeut die werkt aan de hand van Developmental Transformations bij hoogbegaafde jongeren. Mijn enthousiasme werd in dit gesprek nog verder aangewakkerd.

Ik heb me kunnen verdiepen in de methodiek Developmental Transformations en veel geleerd over jongeren met hoogbegaafdheid.

Ik vind het van belang dat iedereen de zorg krijgt die bij hun past en helpt bij hun groei. Iedereen heeft recht op goede zorg. Tijdens dit onderzoek heb ik ervaren dat jongeren met hoogbegaafdheid deze hulp niet altijd krijgen. Dit heeft vervolgens een negatieve impact op hen. Ik voel compassie voor deze jongeren en het verbaasde mij dat deze jongeren al van jongs af aan tegen zoveel dingen aanlopen. Jongeren die eigenlijk zoveel te bieden hebben aan de wereld. Jongeren die over zoveel kwaliteiten beschikken. De creativiteit, het sterke rechtvaardigheidsgevoel, humor, nieuwsgierigheid, sensitiviteit enzovoort. Dat zij vanuit alle goede bedoelingen, toch ondersneeuwen in deze maatschappij. De maatschappij, waar zij hun plek niet vanzelfsprekend lijken te vinden.

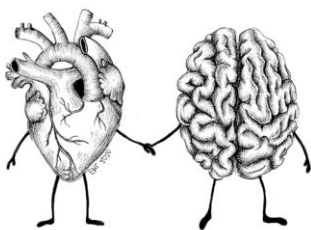
Om deze reden heb ik dit onderzoek als waardevol ervaren. Dit onderzoek draagt bij aan passende hulp voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Het heeft inzichtelijk gemaakt welke kracht de methodiek Developmental Transformations heeft en hoe dit in zijn werking gaat bij deze jongeren.

Graag wil ik mijn opdrachtgever, Marc Willemsen, bedanken voor het aandragen en mogelijk maken van dit onderzoek. Zijn kritische blik en kennis hebben geholpen om dit onderzoek te volbrengen. Ook wil ik hem bedanken voor zijn vertrouwen.

Daarnaast wil ik de dramatherapeut bedanken voor zijn toewijding aan dit onderzoek. Ook zijn kennis en inzet hebben dit onderzoek mogelijk gemaakt. Zijn beschikbaarheid en enthousiasme hebben een positieve invloed gehad.

De jongeren die deel hebben genomen aan dit onderzoek wil ik bedanken voor hun openheid en de kwetsbaarheid die zij hebben durven tonen. Ik vond het bijzonder om met hen in gesprek te mogen gaan over hun belevingswereld en te zien wat Developmental Transformations voor hun betekent. De antwoorden die zij hebben gegeven zijn enorm waardevol.

Als laatste wil ik mijn consulent Gemmy bedanken voor haar goede zorgen, kennis en positiviteit. Ook wil ik haar bedanken voor haar beschikbaarheid.



*Change, Verandering, Transformatie.
Samen maken we een creatie, Ga je mee op exploratie?
Op avontuur in de wereld van imitatie
In jou is inspiratie, jouw eigen innovatie
losse flarden, van een associatie, zonder en met navigatie
Hier en nu is de destinatie. Nu, nergens, overal
Ver weg, van dichtbij. Stilstaan in de beweging
Het onderste uit boven en het vinden in verliezen
Bergen trotseren, alles leren, Verleren Verleden, Heden
Hier, nu, nergens en overal
Ga je mee?
Er zijn. Samenzijn. Samen in het Zijn.
Maken we een creatie.
ga je mee op exploratie?
Daphne Göksen*

Inhoudsopgave

Samenvatting.....	2
Summary	3
Voorwoord	4
Inleiding	7
1. Inhoudelijke oriëntatie	8
1.1. Jongeren met hoogbegaafdheid	8
1.2. Ontwikkelingsfase adolescent volgens Erikson.....	8
1.3. Het model van Dabrowski	8
1.3.1. Identiteitsvorming van jongeren met hoogbegaafdheid	9
1.4. De rol van creativiteit	10
1.5. Therapie voor jongeren met hoogbegaafdheid	10
1.5.1. dramatherapie in combinatie met hoogbegaafdheid	11
1.6. Developmental Transformations	11
1.7. De instabiliteit van het leven	12
1.7.1. Belichaming	12
1.7.2. Intimiteit	12
1.7.3. Transformatie	12
1.8. Prime discrepancy.....	13
1.9. Speelruimte; afspraken en inrichting	13
1.9.1. De speelruimte	13
1.10. Rol van therapeut binnen Developmental Transformations	14
1.10.1. Dimensionaliteit.....	14
1.10.2. Recursive Cycle	14
1.10.3. Broken Toy	15
1.10.4. Subjectiviteit en objectiviteit	15
2. Onderzoekskwestie	16
3. Doelstelling, hoofd en deelvragen.....	17
3.1. Hoofdvraag.....	17
3.2. Deelvragen.....	17
4. Onderzoeksmethode.....	18
4.1. Onderzoeksbenadering	18
4.2. Onderzoekstype	18
4.3. Dataverzamelingstechnieken	18
4.4. Data-analyse	18
4.5. Kwaliteitscriteria	19
5. Resultaten.....	20
5.1. Deelvraag 1.....	20
5.1.1. Resultaten dataverzameling.....	20
5.1.2. Literatuurstudie	22

5.1.3. Conclusie.....	23
5.2. Deelvraag 2.....	24
5.2.1. Resultaten dataverzameling.....	24
5.2.2. Literatuurstudie	26
5.2.3. Conclusie.....	27
5.3. Deelvraag 3.....	29
5.3.1. Resultaten dataverzameling.....	29
5.3.2. Literatuurstudie	31
5.3.3. Conclusie.....	32
5.4. Deelvraag 4.....	33
5.4.1. Resultaten dataverzameling.....	33
5.4.2. Literatuurstudie	34
5.4.3. Conclusie.....	36
5.5. Deelvraag 5.....	37
5.5.1. Resultaten dataverzameling.....	37
5.5.2. Resultaten literatuurstudie	38
5.5.3. Conclusie.....	39
6. Conclusie.....	40
7. Aanbevelingen	42
Bibliografie	43
Bijlage 1. Interview respondent 1	45
Bijlage 2. Interview respondent 2	56
Bijlage 3. Interview respondent 3	70
Bijlage 4. Interview respondent 4 (dramatherapeut)	82
Bijlage 5. Vragenlijst	100
Bijlage 6. Codering	102
Bijlage 7. Drie Fasen Model	118
Bijlage 8. Balanstheorie	119
Bijlage 9. Spelvoorbeelden en metaforen.....	121

Inleiding

Dit onderzoek is geschreven door Daphne Göksen. Het onderzoek is geschreven als afronding van de opleiding Vaktherapie op de Hogeschool Utrecht te Amersfoort.

Er is onderzocht hoe een dramatherapeutisch aanbod volgens de methodiek Developmental Transformations eruit ziet voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

Allereerst is er inhoudelijk georiënteerd op het gebied van jongeren met hoogbegaafdheid en de methodiek Developmental Transformations.

Daarna is de onderzoekswkестie naar voren gekomen en zijn de hoofd- en deelvragen geformuleerd.

Vervolgens is de onderzoeksmethode toegelicht.

Na deze aspecten is het onderzoek van start gegaan en zijn de resultaten hiervan in kaart gebracht. De resultaten betreffen: dataverzameling en literatuurstudie.

Aan de hand van deze resultaten is er een conclusie getrokken en zijn er aanbevelingen gedaan.

In bijlage 1 tot en met 3 zijn de interviews van jongeren met hoogbegaafdheid te vinden.

In bijlage 4 is het interview met de dramatherapeut te vinden.

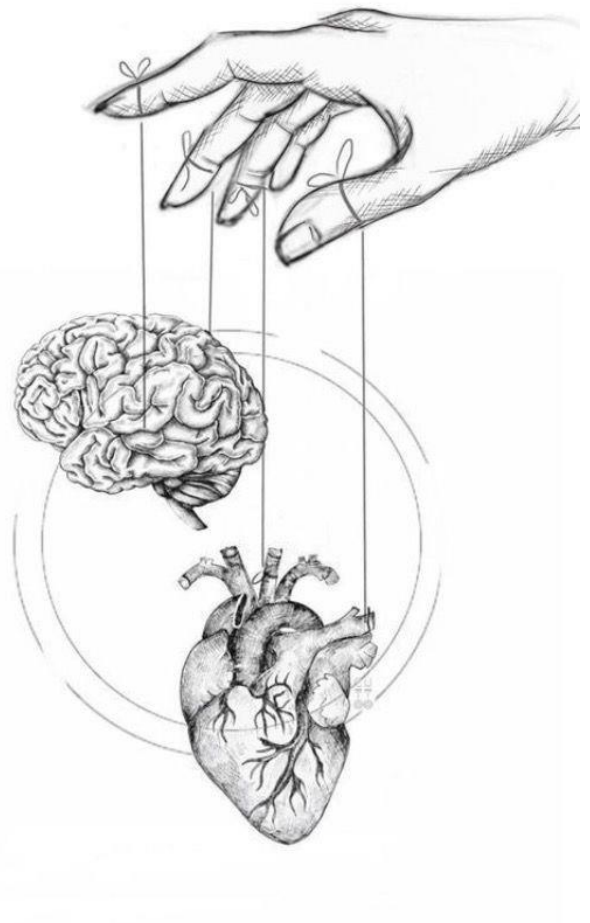
In bijlage 5 is de vragenlijst te vinden.

In bijlage 6 is de codering te vinden.

In bijlage 7 is het Drie Fasen Model te vinden (m.b.t. hoogbegaafdheid).

In bijlage 8 is de balanstheorie te vinden (m.b.t. hoogbegaafdheid).

In bijlage 9 zijn spelvoorbeelden en metaforen van de respondenten te vinden.



1. Inhoudelijke oriëntatie

Hieronder is de inhoudelijke oriëntatie beschreven. In de inhoudelijke oriëntatie wordt er inzicht gegeven over de hoogbegaafde jongeren. Tevens wordt inzicht gegeven over Developmental Transformations, dit wordt afgekort naar *DvT*.

In dit onderzoek wordt de term *hoogbegaafde jongeren of jongeren met hoogbegaafdheid* gebruikt wanneer het specifiek de hoogbegaafde jongere betreft.

De term *hoogbegaafden* wordt gebruikt wanneer het mensen met hoogbegaafdheid in zijn algemeenheid betreft. In de bijlage 7 en 8 is verdieping te vinden over hoogbegaafdheid.

In bijlage 7 is het Drie Fasen model dat de ontwikkeling bevat van een hoogbegaafd persoon wanneer hij of zij geen stagnering in de ontwikkeling zou hebben ervaren en zich volledig heeft kunnen ontplooien. Het geeft weer welke karakteristieken een rol spelen. Dit wordt toegelicht aan de hand van het cognitieve, motivationele en het emotionele niveau. In bijlage 8 is de balanstheorie te vinden. De balanstheorie laat zien dat mensen met hoogbegaafdheid vaak kampen met tegenstrijdigheden op verschillende vlakken. Het geeft weer op welke vlakken deze tegenstrijdigheden zich voordoen.

1.1. Jongeren met hoogbegaafdheid

Er zijn veel verschillende opvattingen over hoogbegaafdheid waarbij er geen definitie volledig lijkt aan te sluiten. Een misvatting is dat men denkt dat hoogbegaafdheid enkel het IQ betreft. Naast de criteria van een IQ boven de 130 zijn motivatie en een creatief denkvermogen van belang om hoogbegaafdheid te vatten (Kerpel, 2019).

Kieboom (2017) heeft in *Meer dan intelligent* het zijnsluik model beschreven, bestaande uit het zijnsluik en het cognitieve luik. Het cognitieve luik bestaat uit de drie criteria om hoogbegaafdheid vast te stellen. Het zijnsluik is gebaseerd op vier onderdelen die symbool staan voor het voelen. Hieronder vallen perfectionisme, het rechtvaardigheidsgevoel, hoog sensitiviteit en kritische gesteldheid.

Daarnaast zijn er een aantal andere kenmerken die een belangrijke rol spelen waaronder: grenzeloze energie (met voortdurende behoefte aan stimulatie), bijzondere taalvaardigheid, sterke weet- en onderzoeksdrang, diepe intensiteit, sterke concentratie, zeer krachtig logisch denkvermogen en humor (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Verder is er bij hoogbegaafdheid vaak sprake van dubbeldiagnoses en vanwege de complexiteit van hoogbegaafdheid is er een hoog risico op misdiagnoses. Het gedrag wordt vaak verkeerd begrepen.

Dubbeldiagnoses (en misdiagnoses) die veelvoorkomend zijn, zijn hoogbegaafdheid met AD(H)D, stemmingsstoornis, slaapstoornis, oppositioneel gedrag, leerstoornis en autisme (Asperger). Het is van belang om te weten dat iedere jongere met hoogbegaafdheid eigen kenmerken heeft en er onderling grote verschillen kunnen zijn (D'hondt & Van Rossen, 2019).

1.2. Ontwikkelingsfase adolescent volgens Erikson

Erikson heeft (in *Levensfase*, 2016, p 152) de ontwikkelingsfase van de adolescent (11 tot 22 jaar) beschreven. In deze fase staat de identiteit tegenover identiteitsverwarring centraal. In deze fase speelt de persoonlijkheidsontwikkeling en de autonomie een grote rol. De positieve uitkomst is het kunnen maken van bewuste keuzes. De negatieve uitkomsten van de ontwikkelingsfase van de adolescent zijn foreclosure en identity confusion.

Foreclosure betekent dat de adolescent de eigen identiteit (te) snel heeft vastgelegd door te conformeren aan de omgeving en verwachtingen van anderen. Hierdoor is de mogelijkheid tot zelfontplooiing stilgezet.

Identity confusion ofwel identiteitsverwarring houdt in dat er stuurlaaiheid is en inschikkelijkheid. Dit komt voort uit onzekerheid over het eigen kunnen.

1.3. Het model van Dabrowski

Om meer inzicht te krijgen in de ontwikkeling van jongeren met hoogbegaafdheid heeft Dabrowski (in Corbeij, 2020, p. 9) de positieve desintegratie theorie gemaakt (dit betreft hoogbegaafde adolescenten, jongvolwassen en volwassenen). In dit model beschrijft hij onder andere de overprikkelpaarheden, dit noemt hij de overexcessities. Deze overprikkelpaarheden onderscheidt hoogbegaafden van andere mensen. Dit gaat gepaard met de intensiteit, het hoge bewustzijn en een groot rechtvaardigheidsgevoel. Deze overprikkelpaarheden kunnen tot een gevoel van 'anders zijn' resulteren. Dit gevoel is groter in vergelijking tot jongeren zonder hoogbegaafdheid. De overprikkelpaarheden waardoor het gevoel van 'anders zijn' versterkt wordt is onderverdeeld in vijf verschillende factoren:

Psychomotorische stimuleerbaarheid: Dit houdt in dat er veel energie is. Dit kan zich uiten op verschillende manieren zoals snel praten, gedrevenheid en lichamelijke onrust. Wanneer er sprake is van spanning kan dit zich uiten in impulsief gedrag, werkverslaafdheid, afreageren of in tics (Corbeij, 2020).

Sensorische stimuleerbaarheid: Dit betreft de zintuiglijke gevoeligheid. Zintuigen worden als zeer intens ervaren maar er kan ook zeer intens van genoten worden, denk aan muziek of kunst. Bij spanning kan dit zichtbaar worden aan de hand van eetbuien, koopwoede of buitensporig seksueel gedrag. Daarbij kan er sprake zijn van overgevoeligheid voor bijvoorbeeld geuren of kledingstoffen (Corbeij, 2020).

Intellectuele stimuleerbaarheid: Dit betreft de behoefte aan informatie en de kritische attitude “Dit is een versterkte activiteit van de hersenen op gebieden als nieuwsgierigheid, concentratie, scherpe observaties, gedetailleerd visueel geheugen, gedetailleerde planning, langdurige inspanning” (Corbeij, 2020, p. 9). Hierbij hoort ook de constante zoektocht naar de waarheid, nieuwe concepten ontwikkelen, volhardend probleemoplossend vermogen en veel reflectie (kritisch denken, introspectie zonder oordeel en het denken over denken) (Corbeij, 2020).

Verbeeldingsrijke stimuleerbaarheid: Dit betreft de beeldende krachten en de grote fantasie. Dit kan blijken uit taalgebruik door gebruik van (veel verschillende) metaforen, gedetailleerde visualisaties, poëtische waarnemingen en het creëren van andere werelden (Corbeij, 2020).

Emotionele stimuleerbaarheid: Hierbij is er sprake van sterke emoties. Deze kunnen complex zijn en als zeer intens (somatisch) worden ervaren. Er kan sprake zijn van een sterke en emotionele hechting met anderen, dieren of plaatsen. Ook emoties van anderen kunnen sterk worden ervaren. Ook hebben mensen met hoogbegaafdheid een sterk ontwikkeld inlevingsvermogen. Dit kan zorgen voor gevoeligheid voor eenzaamheid. In de omgeving kunnen deze emoties als ‘te’ worden beleefd en is er een hoog risico op afwijzing (Corbeij, 2020).

1.3.1. Identiteitsvorming van jongeren met hoogbegaafdheid

Zoals hierboven is beschreven kunnen mensen met hoogbegaafdheid het gevoel hebben dat ze anders zijn, waar onder andere de overprikkelbaarheden een verklaring voor geven. Dit gevoel kan al ontstaan vanaf jonge leeftijd (de kleuterklas). Een voorbeeld hiervan is dat een kind met hoogbegaafdheid aanvoelt dat een docent zich niet fijn voelt. Als de docent dit ontkent, kan dit leiden tot onzekerheid of het leidt tot het afwijzen van de docent gepaard met opstandig gedrag. Ook leeftijdsgenoten kunnen bijvoorbeeld complexe spelregels afwijzen. Dit versterkt het gevoel van onzekerheid en resulteert in wederzijds onbegrip (Corbeij, 2020). Daarbij hebben hoogbegaafde kinderen en jongeren andere leerbehoeften dan aangeboden wordt op school (Balansdigitaal, z.d.). Door een gebrek aan aansluiting vindt er een proces van aanpassing aan de omgeving plaats, aangezien dit veiliger voelt en minder risicovol. Aangezien de eigen identiteit op de achtergrond is komen te staan kan dit leiden tot eenzaamheid, isolatie, oververmoeidheid en zelfs een existentiële depressie (Webb J. T., 2013). Dit is het proces wat door Erikson (in Levensfase, 2016, p 152) als foreclosure wordt beschreven. Het conformeergedrag kan daarbij voortkomen uit het willen ontsnappen aan de (hoge) eisen van volwassenen, de behoefte om ‘normaal’ te zijn, uit angst om geen vrienden te kunnen maken of uit gemak. Dit zal op een gegeven moment leiden tot de realisatie dat zij zichzelf met hun talenten niet kunnen ontplooien wat vervolgens een negatieve impact op hen heeft (D'hondt & Van Rossen, 2019). Daar komt bij dat er een verhoogde kans is op misdiagnoses, zij vaak geen passende hulp krijgen en talenten niet gezien worden. Dit maakt evengoed dat de ontwikkeling gelimiteerd wordt en zal leiden tot een negatief zelfbeeld (Webb et al., 2006). Het hoge bewustzijn samen met de intensiteit van de overprikkelbaarheden dragen ook bij aan een vergroot risico op faalangst en het in stand houden hiervan (Praktijk Hoogbegaafd, z.d.). Zo zorgt hoog sensitiviteit ervoor dat iemand sneller moe wordt. Bijvoorbeeld op school komt een grote lading prikkels binnen, wat té groot kan zijn en die niet meer verwerkt kunnen worden, dit leidt tot angstgevoelens. Ook kan hoog sensitiviteit leiden tot het overnemen of meenemen van gevoelens van anderen en kunnen onbekende situaties al gauw onveilig aanvoelen en tot angstgevoelens leiden (Bressers, 2012).

Verder is er bij hoogbegaafde jongeren vaak sprake van onderpresteren en gedragsproblemen. Dit kan voortkomen uit het feit dat er vaak geen aansluiting gevonden wordt bij de leerbehoefte. Wat betreft de leerbehoefte kan er te weinig uitdaging zijn, de leerstof te oppervlakkig, te weinig differentiatie en het tempo te langzaam. Dit leidt tot een negatief zelfbeeld, verlaagt het zelfvertrouwen en de motivatie van de hoogbegaafde jongere (D'hondt & Van Rossen, 2019). Om een positieve identiteitsontwikkeling te doorlopen, geldt voor hoogbegaafde jongeren dat zelfontplooiing een behoefte is die een grotere rol speelt als bij de gemiddelde mens (Corbeij, 2020). Hoogbegaafden hebben daarbij her- en erkenning nodig op het zijns-aspect (Kieboom & Venderickx, 2017). Dit betekent ‘gezien worden’ waarbij er ook een taak voor de jongere zelf is, om zichzelf te laten zien. Dit is echter een vrij lastige opgave gezien de voorgeschiedenis waarbij er vaak veel onbegrip is geweest en het proces van aanpassing heeft plaats gevonden. Dit gevoel van her- en erkenning is van groter belang bij hoogbegaafde jongeren omdat zij in een hoog bewustzijn waarnemen (Corbeij, 2020).

1.4. De rol van creativiteit

Creativiteit is een belangrijke factor bij mensen met hoogbegaafdheid. Doordat dit kenmerk sterk naar voren komt is er onderzoek gedaan naar de link tussen hoogbegaafdheid en creativiteit. De uitkomst van dit onderzoek is dat de relatie tussen creativiteit en intelligentie erg sterk is. In dit onderzoek is creativiteit als hogere-orde variabele ingezet, waardoor er een sterke relatie met creativiteit gevonden is (Silvia, 2008).

Vervolgens is er onderzocht welke hersenfuncties gebruikt worden bij dit creatieve denkvermogen. In het onderzoek van Nusbaum en Silvia (2011) is er gekeken naar het convergente denken (uitvoerende aspecten van cognitie) en het divergente denken (het kunnen creëren van associatieve aspecten).

Eerder is aangenomen dat het divergente denken een grote invloed heeft op het creatief denkvermogen. Er is in dit onderzoek vastgesteld dat het creatieve denken, convergentier is dan dat creativiteitsonderzoek laat blijken tot dusver. Om op een creatieve manier te reageren is het nodig om een bruikbare strategie te kunnen identificeren en gebruiken. Hiervoor zijn executieve functies nodig (Praktijk Hoogbegaafd, z.d.). Creativiteit speelt dus een belangrijke rol bij jongeren met hoogbegaafdheid.

1.5. Therapie voor jongeren met hoogbegaafdheid

Er zijn verschillende producten gemaakt voor hoogbegaafde jongeren. Deze producten zijn veelal ontwikkeld voor een grotere groep. Gezien de complexiteit en intensiteit van hoogbegaafde jongeren sluit dit niet aan omdat elk individu iets anders nodig heeft. Het meedoen aan een product gebaseerd op groepsverband versterkt het gevoel van 'anders zijn' (Corbeij, 2020). De onderlinge verschillen tussen hoogbegaafde jongeren zijn enorm groot waardoor ieder, unieke en specifieke (leer)behoeften heeft (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Er zijn een aantal instanties zoals Welzien, Spirare Talent Valley, STEQ en Feniks die ontwikkelingsbegeleiding bieden (Corbeij, 2020).

Aangezien creativiteit een belangrijke en essentiële rol speelt bij hoogbegaafdheid, is het van belang dat er in de therapie rekening gehouden wordt met deze eigenschap. Wanneer de creativiteit niet wordt erkent, kan het zelfrespect en de eigen waarde verlaagd worden. Het werken met metaforen, sprookjes en verhalen zijn een geschikte benaderingswijze voor hoogbegaafden (Praktijk Hoogbegaafd, z.d.).

Tevens is er bij hoogbegaafden vaak sprake van hoog sensitiviteit wat kan leiden tot (faal)angst. Hulp bij (faal)angst is vaak gericht op negatieve gedachten omzetten in positieve. Deze cognitieve insteek is voor iemand die hoog sensitief is echter vaak niet toereikend. Het nadenken wordt doorgaans al veel en uitgebreid gedaan. Een cognitieve insteek zal de chaos in de gedachten versterken. Oefeningen met het lichaam zijn toereikender om te leren omgaan met de grote stroom van prikkels (Bressers, 2012).

In het onderzoek van Ribbens (2006) hebben mensen met hoogbegaafdheid aangegeven dat zij tijdens gesprekstherapie, het gesprek leiden en controle houden. De therapeut kan volgens hen makkelijk omver gepraat worden (ofwel verbale afweer) waardoor er geen sprake is van ontwikkeling in de gevoelsbeleving.

Vaktherapie zou een uitkomst bieden. Vaktherapie prikkelt het onderbewuste waardoor de innerlijke leefwereld blootgesteld kan worden. Tevens is er minder mogelijkheid om de therapeut omver te praten waardoor deze therapievorm als interessant wordt ervaren door hoogbegaafden. Vaktherapie biedt cognitieve, motorische, emotionele en sociale ervaringen waarbij balans en integratie kan worden verwezenlijkt.

Praktijk Hoogbegaafd (z.d.) zegt over therapie voor mensen met hoogbegaafdheid, het volgende:

Een snelle en creatieve denkwijze kan ervoor zorgen dat de cliënt sneller afhaakt bij standaard, meer verbaal gerichte therapie, waardoor zowel hij als de therapeut meer baat hebben bij een invulling die bij de eigenschappen van de cliënt past. Creatieve therapie zou hier een passende vorm voor kunnen zijn omdat dit een beroep doet op het creatief denkvermogen van de cliënt.

1.5.1. Dramatherapie in combinatie met hoogbegaafdheid

Een van de mediums van vaktherapie (voorheen creatieve therapie) is dramatherapie. Kijkend naar het sociaal emotionele gebied, heeft dramatherapie een waardevolle rol. Het kan toereikend zijn voor een ontwikkeling in de beleving. Anders dan bij een cognitieve insteek, die als valkuil heeft dat de jongere verstand heeft van hetgeen er gebeurt en wat daaraan gedaan kan worden, maar vervolgens niet tot gedragsverandering kan komen (Jellema, 2013). Er zijn een aantal onderzoeken en productbeschrijvingen voor dramatherapie in combinatie met hoogbegaafdheid. Het onderzoek van Maes (2012) gaat over de meerwaarde van dramatherapie bij hoogbegaafde kinderen tussen de 10 en 12 jaar met een laag zelfbeeld ten gevolge van een pestverleden. Uit dit onderzoek is het resultaat gekomen dat dramatherapie een geschikt medium is omdat het doen en ervaren centraal staat. Dit maakt dat de hoogbegaafde kinderen de verbinding tussen het voelen en denken vergroten.

Meijer (2015) heeft in haar onderzoek een dramatherapeutisch aanbod ten behoeve van hoogbegaafde onderpresterende brugklassers beschreven. Ook uit dit onderzoek is naar voren gekomen dat voelen vaak een moeilijk aspect is voor hoogbegaafde brugklassers. Verder is gebleken dat dramatherapie voor jongeren met hoogbegaafdheid toereikend is op meerdere aspecten:

- Verbinding tussen het voelen en het denken (het voelen is hierin veelal het knelpunt)
- Innerlijke beweging: wat komt er binnen, wat voor invloed heeft dit en hoe reageer ik hierop
- Ontwikkelen van positief zelfbeeld
- Zelfvertrouwen
- Leren fouten te maken
- Perfectionisme, zelfkritiek en faalangst
- Exploratie van gedrag
- Inlevingsvermogen
- Omgaan met onvoorspelbaarheid
- Loslaten van eigen verwachtingen focus verleggen van resultaat naar proces
- Lichaams- en expressiegerichte ontwikkelmogelijkheden
- Tevens vindt het medium drama aansluiting bij het visueel-ruimtelijke denken dat bij vele hoogbegaafden van toepassing is.

Dramatherapie volgens de methodiek Developmental Transformations voor jongeren met hoogbegaafdheid wordt langere tijd ingezet bij Feniks. De kennis daarover is nog niet geëxpliciteerd.

1.6. Developmental Transformations

Developmental Transformations (DvT) is een methode binnen dramatherapie. Deze methode is ontwikkeld door David Read Johnson. DvT stelt dat het leven constant verandert. Het uitgangspunt is niet om deze verandering tegen te gaan, maar hiermee om te leren gaan. Dit wordt hieronder nader toegelicht.

Een belangrijk kernwoord in DvT is: spel. DvT is speels van aard waarbij de therapeut een actieve medespeler is (Johnson & Emunah, 2009). Het ontstaat binnen een eigen imaginair kader (improvisatiespel) wat de speelruimte ofwel de playspace wordt genoemd (Johnson & Emunah, 2020). In de playspace vindt er een ontmoeting plaats tussen de therapeut en de cliënt. Hierbij vindt er een voortdurende stroom plaats aan transformaties. Deze transformaties bestaan uit allerlei beelden, rollen, scenes of verhalen (DvT Nederland, z.d.).

In *Spelenderwijs* (2017) staat het volgende beschreven over DvT:

Het is belichaamd in het appel dat wordt gedaan op (fysiek) waarnemen en (door-)voelen, esthetisch vanwege de expressie binnen een kunstvorm, relationeel omdat het ontstaat vanuit de interactie, een ontwikkelingsproces daar de voortgang gebaseerd is op hetgeen zich daarvoor heeft afgespeeld, en een proces van transformatie doordat de cliënt wordt uitgenodigd, gestimuleerd en gesteund om ervaren gevoelens en gedachten in het spel in te brengen, kort door te spelen, en vervolgens weer los te laten opdat nieuwe beelden kunnen ontstaan.

1.7. De instabiliteit van het leven

De organisatiestructuur van de wereld ontstaat volgens DvT uit chaos waaruit een bepaalde vorm zich voortdoet. Dit wordt vervolgens ontdekt en er wordt een bepaalde organisatiestructuur uit opgemaakt. Neem bijvoorbeeld de zonsopgang en- ondergang die geleid heeft tot de ontdekking van tijd. Een ander voorbeeld is het alfabet. Hierdoor betreedt men een wereld die in een bepaalde mate is opgebouwd uit geordendheid met vertrouwde elementen (Johnson & Emunah, 2020). Deze vertrouwde elementen zorgen er onder andere voor dat men elkaar en de wereld om zich heen kan begrijpen. In DvT is het uitgangspunt echter dat het leven instabiel is omdat elk moment anders is. Elk moment bevat elementen die anders zijn als voorheen.

Deze nieuwe elementen lijkt men te willen minimaliseren. Het verlangen hiernaar brengt angstgevoelens met zich mee (Frydman, 2017). Het minimaliseren hiervan kan worden verklaard doordat men allereerst een verschil in sensatie opmerkt. Vervolgens zal er een voorkeur worden ontdekt waarbij men geneigd is de minder gewenste sensatie weg te duwen. Dit wegduwen komt ogenschijnlijk voort uit de drang om te overleven.

Binnen DvT wordt gesteld dat de animatie van een persoon, performance of relatie afhankelijk is van zowel de herhalende als niet-herhalende elementen en het niveau waarop de partijen inzien en waarderen wat nieuw is en prioriteit heeft. Hier wordt in spel onder andere mee gewerkt (Johnson & Emunah, 2020).

In DvT is het doel om de angst voor de instabiliteit te reduceren zonder daarbij de instabiliteit van het leven te stabiliseren, aangezien het leven onstabiel blijft. Om de angst voor deze instabiliteit te reduceren gaat hiermee gepaard, het leren omgaan met risico's nemen en balans houden in onstabiele omstandigheden. Het doel is dat de cliënt zich meer comfortabel gaat voelen en meer zelfvertrouwen heeft in deze onstabiele omstandigheden. Er wordt beoogd dat de cliënt een staat bereikt waarin deze zich klaar voelt om de wereld aan te kunnen zonder hierbij afhankelijk te zijn van de ander. De drie belangrijke gebieden waar instabiliteit te vinden zijn, zijn in de belichaming (het hebben van een lichaam), intimiteit (de relatie tot de ander) en in de verandering (Johnson & Emunah, 2020).

1.7.1. Belichaming

Wat betreft de belichaming, is dit van belang omdat dit een natuurlijk proces is in het dagelijks leven en onderdeel is van de ontmoeting met de ander. Daarbij kan aanraking betekenisvol zijn voor de cliënt omdat dit verschillende gevoelens kan opwekken, zowel veilig als onveilig. Ook voor cliënten die niet belichaamd zijn (door bijvoorbeeld trauma) kan het waardevol zijn om hier in spel mee te spelen (Reynolds, 2011). Het lichaam kan gezien worden als het voertuig van de geest en de expressie van het lichaam staat daar ten dienste van. Het lichaam is dus een essentiële bron waar gedachten en gevoelens mee tot uiting worden gebracht. Taal is hier secundair aan (Johnson, Forrester, Dintino, James, & Schnee, 1996).

1.7.2. Intimiteit

In de intimiteit, ofwel de relatie met de ander kan er gezocht worden naar stabiliteit. Onderlinge relaties en interactiepatronen zijn echter onstabiel. Tevens kan de manier waarop de ander jou ziet bepaalde emoties, herinneringen of triggers oproepen (Johnson & Emunah, 2009). Evengoed roept dit fantasieën of angsten op. In het dagelijks leven is er geen zekerheid hoe de ander denkt of reageert. Dit kan beangstigend zijn. Binnen DvT wordt er echter de vrijheid geboden om hierin te experimenteren en om gevoelens te leren tolereren die naar boven komen in het contact met de ander (Reynolds, 2011). Om deze reden is DvT gefocust op de ontmoeting tussen de therapeut en de cliënt waar zij enkel elkaar hebben zodat de angst voor deze instabiliteit binnen de relatie tot de ander gereduceerd kan worden (Johnson & Emunah, 2009). DvT focust zich enerzijds op het existentiële ongemak dat ontstaat in het bijzijn van de ander(en) en de schaamte die zich onder de sociale rollen begeeft. Zo wordt er gekeken naar hetgeen wat in de wegstaat tussen de ontmoeting met de ander. Anderzijds wordt hetgeen wat de ontmoeting mogelijk maakt, benadrukt. Op deze manier zullen cliënten uiteindelijk minder existentieel ongemak voelen en meer intimiteit kunnen ervaren (Johnson et al., 1996).

1.7.3. Transformatie

Kijkend naar verandering ofwel transformatie is dit een sleutelwoord binnen DvT. Het spel en alles wat daarbinnen gebeurt transformeert constant. Op deze manier wordt er gespeeld met gevoelens en beelden die opkomen om deze vervolgens los te laten en te spelen met nieuwe beelden (Willemsen, 2014). Het resultaat hiervan is dat cliënten leren te spelen met problemen in plaats van het te leren begrijpen of te definiëren. Hierdoor ontstaat er een grotere tolerantie naar jezelf toe en wordt je bevrijd van angsten die anders rigide vastgehouden kunnen worden (Johnson, 1986).

Aan de hand van onder andere deze componenten (belichaming, intimiteit en transformatie) wordt de cliënt na verloop van tijd steeds meer vertrouwd met onverwachte uitdagingen (van anderen). Belangrijk hierbij is dat de cliënt zich niet ten alle tijden veilig voelt en het ervaren van veiligheid niet gegarandeerd kan worden. Er wordt gesteld dat het vertrouwen van anderen gebaseerd is op het vertrouwen van hun vrijheid in plaats van restricties op de vrijheid. De therapeut zal geleidelijk aan toewerken naar de weg tussen veiligheid en gevaar in, waar een decentralisatie proces kan plaatsvinden. Hierbij wordt moed gestimuleerd (Johnson & Emunah, 2020).

1.8. Prime discrepancy

Een andere belangrijke term binnen DvT is Prime discrepancy. Dit houdt in dat de manier waarop een ervaring wordt gerepresenteerd, niet hetzelfde is als de ervaring zelf. Wanneer er bijvoorbeeld wordt gekeken naar het gevoel, zal de beschrijving van een gevoel nooit hetzelfde zijn als het gevoel zelf. Taal schiet tekort om te reiken tot de diepte of accuraatheid van de daadwerkelijke ervaring. Daar komt bij dat de manier waarop iets gezegd wordt, bijdraagt aan hoe het geïnterpreteerd wordt. Dezelfde zin kan door verschillen in intonatie, snelheid, volume, cadans, gezichtsuitdrukkingen en houdingen verschillende betekenissen uitleenen. Aan de hand van deze factoren worden iemand zijn verlangens, behoeftes, twijfels, associaties of overtuigingen gecommuniceerd. Desondanks zal taal nooit volledig dekkend zijn en is daarmee verantwoordelijk voor de afwezigheid van de volledige beschrijving evenals de diepgang van de ervaring (Johnson & Emunah, 2020).

1.9. Speelruimte; afspraken en inrichting

In DvT wordt er gewerkt met een lege ruimte en er wordt (bijna) geen gebruik gemaakt van attributen. De inrichting van de speelruimte bestaat uit een vloerkleed, kussens en een witnessing-circle. Doordat er geen gebruik wordt gemaakt van attributen wordt de focus gelegd op het relationele. De witnessing-circle betreft een klein, rond vloerkleed waarop enkel de therapeut zich kan terugtrekken en waar de cliënt geobserveerd kan worden. De therapeut is op deze circle niet in spel (Willemsen & Boorsma, 2017).

De lege ruimte kent zijn herkomst uit Grotowski (in Johnson et al., 1996, p. 293) die het ‘Sobere theater’ ofwel Poor Theatre heeft ontwikkeld. Hij noemt het proces waarbij de acteur en regisseur alle obstakels weghalen de ‘via negativa’. Hiermee wordt beoogd de interactie tussen de acteur en het publiek zo puur mogelijk te maken waarbij de stereotype en sociale maskers wegvallen.

Deze visie is eigen gemaakt binnen DvT en er wordt gesteld dat attributen en dergelijke in de weg kunnen staan ten aanzien van de ontmoeting met de ander en worden hierom niet gestimuleerd (Reynolds, 2011).

Verder werkt men binnen het speelveld middels een aantal afspraken. Er is een gedeelde overeenkomst tussen de cliënt en de therapeut, dat alles wat er tussen hen gebeurt imaginair is ofwel doen-alsof. Er blijft een discrepantie ontstaan tussen de werkelijkheid en de doen-alsof wereld. Hoe groot deze discrepantie is, kan verschillen van tijd tot tijd en per persoon. Vaak zal de discrepantie verkleind worden naar mate van tijd, zonder dat men uit het spel dreigt te raken. Ook is het van belang dat niemand elkaar pijn doet binnen het speelveld, mocht dit gebeuren wordt het spel beëindigt (Johnson & Emunah, 2009).

Verder wordt er gewerkt met een rituelen om het speelveld in en uit te gaan, zodat er een grens wordt gelegd tussen het speelveld ofwel de imaginaire wereld en de buitenwereld (Willemsen & Boorsma, 2017). Tevens helpt deze structuur van in het speelveld gaan de cliënt om tot spel te komen (Johnson et al., 1996).

1.9.1. De speelruimte

De speelruimte kan worden gezien als een specifieke staat van spel, het staat los van de realiteit. Zoals is toegelicht is alles imaginair. “In de ontmoeting tussen de therapeut en de cliënt(en) ontstaat er een gecreëerde spelwerkelijkheid (playspace)” (DvT Nederland, z.d.). Dit is een ruimte waar geëxperimenteerd mag worden met allerlei verschillende gedachten, gevoelens, associaties, beelden of ideeën. Een ruimte waar transformatie mogelijk is. Waar men in de ervaring komt en tegelijkertijd ook kan beschouwen (Cleven, 2004).

In de playspace kan er bijvoorbeeld een bepaalde gezichtsuitdrukking worden geuit waarbij de ander dit conformeert door een soortgelijk gebaar te maken. Deze signalen zijn discrepant van gedrag zoals men dit kent. Aan de hand van deze signalen kan er worden gesteld dat de speelruimte wederzijds beïnvloed of gecontroleerd wordt. Beide partijen kunnen beelden, rollen of verhaallijnen (van de cliënt of bedacht) inbrengen en laten transformeren. Wanneer dit gebeurt wordt de controle van dit onderdeel opgegeven en wordt er toegelaten dat er met dit onderdeel gespeeld gaat worden, het gewijzigd kan worden of zelfs teruggedraaid (Johnson & Emunah, 2020). De therapeut legt de focus op de energie van de cliënt, de impulsen en de onderliggende behoeftes en verlangens en niet zozeer op de specifieke rollen die ingebracht worden of waar mee gespeeld wordt (Johnson et al., 1996). In de playspace zullen patronen of repetities voorkomen die laten blijken hoe de cliënt omgaat met de instabiliteit van het leven (DvT Nederland, z.d.).

Verder is het zoals hierboven beschreven, van belang dat niemand elkaar daadwerkelijk pijn doet. Het kan daarentegen wel zijn dat er bepaalde pijnlijke momenten gerepresenteerd worden of naar boven komen zonder de ander écht pijn te doen. Er wordt dusdanig op de cliënt gelet dat hetgeen er gerepresenteerd wordt, kan worden verdragen door de cliënt (Johnson & Emunah, 2009). Het kan gezien worden als een dans waarbij grenzen worden geëxploreerd aan de hand van toenadering, er overheen gaan en terugtrekken. Hierbij let de therapeut nauwkeurig op of hetgeen speelbaar blijft zodat de cliënt in spel blijft (Reynolds, 2011). Verder kunnen alle rollen of machtsverhoudingen (hoge status en lage status) binnen de speelruimte worden afgewisseld tussen de spelers. Hierdoor kunnen deze rollen worden geïdentificeerd, erkend en getransformeerd. Het doel in DvT is dat de cliënt langzamerhand zijn eigen persona, geschiedenis, problemen en geloofsovertuigingen loslaat en deze inbrengt. Hier krijgt het de vrijheid en mogelijkheid om in de speelruimte te transformeren, waar beide partijen regie hebben. Op deze manier wordt iets ‘echts’ getransformeerd in iets imaginairs (Johnson & Emunah, 2020).

1.10. Rol van therapeut binnen Developmental Transformations

De therapeut wordt binnen DvT benoemd als playor en de cliënt als player. Er zijn verschillende aspecten die onderdeel zijn van de rol van de therapeut.

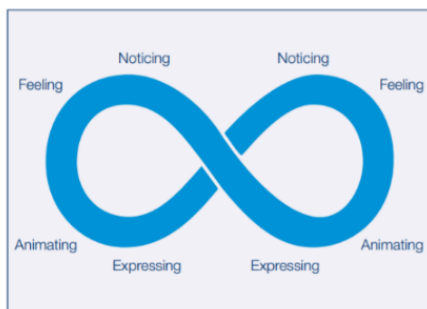
1.10.1. Dimensionaliteit

Voor de therapeut is het van belang om bewust te zijn van de dimensionaliteit. Dit houdt in dat de therapeut zich bewust moet zijn van de verschillende lagen en aspecten van een situatie die de cliënt laat zien. Om verschillende gebeurtenissen met elkaar te vergelijken en de onderlinge verschillen en overeenkomsten te herkennen (Johnson & Emunah, 2020).

1.10.2. Recursive Cycle

De dramatische conversatie die zich voordoet als de recursive cycle, is van belang om bewust van te zijn als therapeut. Deze recursive cycle bestaat uit: noticing, feeling, animating en expressing. De therapeut let op hoe deze aspecten zich voordoen zowel bij de cliënt als bij zichzelf (Willemsen, 2014).

“Deze conversatie vormt een proces van noticing (het waarnemen van nieuw gedrag in de ander), feeling (daar een gevoel bij hebben), animating (associërend daar beelden, ideeën en vormen bij krijgen) en expressing (bepaalde beelden, ideeën en vormen daadwerkelijk uitdrukken/communiceren)” (Willemsen, 2014, p. 12). Het kan zijn dat de cliënt op 1 of meerdere aspecten van deze cycle vastloopt. Iemand kan bijvoorbeeld moeite hebben met zichzelf uitdrukken (Johnson & Emunah, 2020). In figuur 2 is de recursive cycle afgebeeld.



Figuur 1: Recursive cycle (Willemsen, 2014)

1.10.3. Broken Toy

De therapeut is een actieve medespeler in DvT. De therapeut neemt hierbij niet de rol van regisseur aan maar kan worden beschouwd als het speelobject van de cliënt (Johnson et al., 1996). Iedere cliënt is zijn eigen individu met unieke persoonlijkheid en unieke manier van zelfexpressie. De therapeut sluit hierbij aan en kan zo worden gezien als het speelobject waarop de cliënt zijn imaginatie projecteert in zijn eigen speelruimte. Langzamerhand zal de cliënt iets tegenkomen wat spannend of eng kan zijn, waar de therapeut de cliënt doorheen helpt. Het zijn van een speelobject van de cliënt wordt ook wel: broken toy genoemd (Johnson & Emunah, 2009). Niet alleen is de therapeut als een marionet ten dienste van de cliënt, ook heeft de therapeut de mogelijkheid om invloed uit te oefenen op de projecties die afkomstig zijn van de cliënt (Johnson et al., 1996). Zo heeft de therapeut de mogelijkheid om verschillende interventies of technieken in te zetten als zijnde broken toy. Een ander voorbeeld hiervan die veel voorkomt is varietation (Johnson & Emunah, 2009). “Dit betekent dat de dramatherapeut bewust varieert op hetgeen mogelijk als reactie door de cliënt wordt verwacht. Karakter, scene, tekst, woord of gebaar wordt (iets) afwijkend gespeeld, waardoor het perspectief daarop wordt verruimd” (Willemsen, 2014, p. 13).

1.10.4. Subjectiviteit en objectiviteit

Een andere rol die de therapeut heeft is het verminderen van het onderscheid dat gemaakt wordt tussen subjectiviteit en objectiviteit. Wanneer iemand een sensatie ervaart zoals een kriebel, wordt er vaak direct geconstateerd wat dit zou kunnen zijn (bijvoorbeeld een insect). Er wordt snel een conclusie getrokken waarbij het observeren van deze sensatie haast verloren raakt. Binnen DvT is het doel dat elke sensatie of speelobject geanimeerd en geobserveerd blijft waarbij het lichaam volledig wordt ingezet. De therapeut maakt de cliënt bewust van hoe de subjectiviteit en objectiviteit verwekt is geraakt tijdens het spel, door dit bijvoorbeeld te benoemen. Zo is de therapeut zowel een actieve medespeler als iemand die vanuit de helikopter-view erboven kan hangen en observeert en teruggeeft wat er gebeurt. De cliënt heeft vervolgens de keuze om in het spel te blijven of om in te gaan op het real-life commentaar. Uiteindelijk zal de cliënt beide leren te doen waardoor de cliënt meer grip krijgt op de complexiteit, mogelijkheden en interactiepatronen (Johnson & Emunah, 2020).

2. Onderzoekskwestie

Wereldwijd zijn er 164 miljoen mensen hoogbegaafd (Zobegaafd, z.d.). Dit is ongeveer 2.5 procent van de bevolking. Dit betekent dat er in Nederland plus minus 430.000 hoogbegaafde mensen zijn. Een test uitslag is echter niet altijd volledig toereikend. Het kan zijn dat iemand lager scoort omdat iemand bijvoorbeeld algemene kennis mist. Ook kan het zijn dat het niet opvalt dat iemand hoogbegaafd is, bijvoorbeeld vanwege leerproblemen op school. Om hoogbegaafdheid vast te stellen zijn de volgende componenten van belang: een IQ score van 130 of hoger, creativiteit en motivatie (Balansdigitaal, z.d.). Er zijn verschillende modellen die terugkomen in de literatuur om hoogbegaafdheid te omschrijven. Het meeste komt samen in het model van Dabrowski (in Corbeij, 2020, p. 9). In dit onderzoek wordt daarom dit model als uitgangspunt genomen. Verder is gebleken dat ongeveer 25% van de kinderen en jongeren die hoogbegaafd zijn ernstige gedragsproblemen ondervindt. De helft hiervan heeft te maken met onderpresteren (D'hondt & Van Rossen, 2019). Hoogbegaafde jongeren hebben vaak last van een gebrek aan aansluiting. Dit bevindt zich op verschillende gebieden: leeftijdsgenoten, volwassenen, docenten en hun eigen leerbehoefte. Ook de overprikkelbaarheden spelen hier een rol in (Corbeij, 2020). Jongeren met hoogbegaafdheid worden vaak verkeerd begrepen in hun gedrag. Al deze componenten resulteren veelal in ernstige gedragsproblematiek waarbij de motivatie afneemt, het een negatieve invloed heeft op het zelfbeeld en zelfvertrouwen en er vaak sprake is van onderpresteren (D'hondt & Van Rossen, 2019). Dit maakt dat zij zich 'anders voelen'. Dit heeft vervolgens allemaal invloed op de identiteitsontwikkeling. Er vindt vaak een proces van aanpassing aan de omgeving plaats (Corbeij, 2020). Dit wordt ook wel foreclosure genoemd (Tieleman, 2016). Doordat zij verkeerd begrepen worden in hun gedrag is er een verhoogde kans op misdiagnoses en krijgen zij vaak geen passende hulp. Dit maakt evengoed dat de ontwikkeling gelimiteerd wordt en zal tevens leiden tot een negatief zelfbeeld (Webb et al., 2006). D'hondt en Van Rossen (2019) stellen dat hoogbegaafden een homogene groep vormen en onderling sterk van elkaar afwijken. Dit betreft de volgende terreinen: "cognitieve sterktes en zwaktes, motivatie en vooral de eigen 'interpretaties' die deze motivatie aanzwengelen of verstikken, metacognitieve vaardigheden, emotionele aanspreekbaarheid, stressmanagement, uitstelgedrag, de executieve functies, de veerkracht (resilience), zelfvertrouwen en assertiviteit, perfectionisme" (D'hondt & Van Rossen, 2019, p. 29-40).

Om jongeren met hoogbegaafdheid die vastlopen in hun ontwikkeling hulp te bieden, is het van belang dat er een appel wordt gedaan op het creatieve denkvermogen. Vaktherapie is een passende therapievorm. Tevens is het medium drama toereikend (Jellema, 2013). Dramatherapie kan volgens het onderzoek van Meijer (2015) andere helpen bij verschillende aspecten waar de hoogbegaafde jongeren op vast lopen zoals:

- Verbinding tussen het voelen en het denken (het voelen is hierin veelal het knelpunt)
- Innerlijke beweging: wat komt er binnen, wat voor invloed heeft dit en hoe reageer ik hierop
- Ontwikkelen van positief zelfbeeld
- Zelfvertrouwen
- Leren fouten te maken
- Perfectionisme, zelfkritiek en faalangst
- Exploratie van gedrag
- Inlevingsvermogen
- Omgaan met onvoorspelbaarheid
- Loslaten van eigen verwachtingen focus verleggen van resultaat naar proces
- Lichaams- en expressiegerichte ontwikkelmogelijkheden
- Tevens vindt het medium drama aansluiting bij het visueel-ruimtelijke denken dat bij vele hoogbegaafden van toepassing is.

Bij Feniks wordt dramatherapie volgens de methodiek Developmental Transformations voor langere tijd ingezet. De kennis daarover is nog niet geëxpliciteerd. Vanuit de opdrachtgever is de vraag gekomen om deze kennis te expliciteren. Wanneer deze kennis geëxpliciteerd wordt kan deze kennis verder onderzocht en verspreid worden. Hierdoor komt er meer kennis beschikbaar over vaktherapie en hoe dit ingezet wordt. Ook wordt helder hoe DvT wordt ingezet bij jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Hierom is het waardevol om verder in te zoomen en te onderzoeken hoe een dramatherapeutisch aanbod volgens de methodiek Developmental Transformations eruit ziet bij Feniks voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

3. Doelstelling, hoofd- en deelvragen

Het doel is om te onderzoeken hoe een dramatherapeutisch product aan de hand van de methode DvT voor jongeren met hoogbegaafdheid eruit ziet en het maken van een factsheet dat daarop gebaseerd is. Op deze manier is er meer kennis die beschikbaar komt over vaktherapie en hoe dit ingezet wordt. Deze kennis kan verspreid worden en biedt de mogelijkheid aan de praktijk om dit aanbod breder inzetbaar toe te passen. Dit onderzoek en de factsheet creëert bewustzijn over de complexiteit van deze doelgroep en op wat voor manier Developmental Transformations bijdraagt aan het welbevinden van jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Tevens biedt het handvatten voor therapeuten in het werkveld (die met hoogbegaafde jongeren) werkzaam zijn.

3.1. Hoofdvraag

Hoe ziet een dramatherapeutisch aanbod eruit volgens de methode Developmental Transformations voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

3.2. Deelvragen

1. Wat voor hulpvraag kunnen jongeren met hoogbegaafdheid hebben die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?
2. Hoe kan een behandelopzet eruit zien voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling binnen een dramatherapeutisch aanbod gebaseerd op DvT?
3. Aan welke doelen kan er gewerkt worden in een behandeling van DvT bij jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?
4. Welke therapeutische attitude is passend binnen een dramatherapeutisch aanbod middels DvT voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?
5. Welke interventies kan een dramatherapeut inzetten binnen een dramatherapeutisch aanbod middels DvT voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?

4. Onderzoeksmethode

Om de onderzoeksmethode in kaart te brengen worden de onderzoeksbenadering, het onderzoekstype, de dataverzamelingstechnieken, de data-analyse en de kwaliteitscriteria hieronder toegelicht.

4.1. Onderzoeksbenadering

Dit is een onderzoek dat gekenmerkt kan worden als kwalitatief onderzoek. Dit houdt in dat het een open, interactief en journalistiek karakter heeft waarbij de gegevens vanuit een waarnemend perspectief worden weergegeven (Migchelbrink, 2014). Er wordt samen gewerkt met respondenten om de hoofd- en deelvragen te beantwoorden en een product te kunnen ontwikkelen. Op deze manier wordt een insidersperspectief verwezenlijkt (Migchelbrink, 2014). De antwoorden van de respondenten zijn leidend voor het beantwoorden van de hoofd- en deelvragen. Tevens zijn de antwoorden leidend voor het ontwikkelen van een factsheet gebaseerd op DvT voor hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

4.2. Onderzoekstype

Het onderzoekstype kan gekenmerkt worden als een inventariserend onderzoek. Dit houdt in dat dit onderzoek data verzameld en ordent vanuit de praktijk (De Graauw, z.d.). In de inhoudelijke oriëntatie is gebleken dat vaktherapie, waaronder dramatherapie, een geschikte therapievorm is voor jongeren met hoogbegaafdheid. Het is waardevol om te onderzoeken op welke wijze DvT toegepast wordt bij hoogbegaafde jongeren en hier een factsheet van te maken.

4.3. Dataverzamelingstechnieken

Om de gegevens van dit onderzoek te verzamelen worden er drie verschillende dataverzamelingstechnieken gebruikt. De dataverzamelingstechnieken zijn: literatuur, interviews, en een vragenlijst.

Literatuur zal gebruikt worden om antwoord te vinden op de hoofd- en deelvragen.

Wat betreft de interviews en de vragenlijst wordt er rekening gehouden met twee componenten die een rol spelen binnen therapie. Het perspectief van de therapeut en die van cliënten die de therapie volgen. In dit geval verwijst dit naar jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

De interviews zullen individueel, fysiek worden afgenomen en het karakter hebben van een semigestructureerd interview. Dit biedt de mogelijkheid om door te vragen en voor de respondenten om vrij te antwoorden. Ook wordt er een gestructureerde vragenlijst online afgenomen (Migchelbrink, 2014).

Er zullen één dramatherapeut en drie jongeren met hoogbegaafdheid geïnterviewd worden. Daarbij zullen drie jongeren met hoogbegaafdheid een online vragenlijst invullen.

Er wordt verwezen naar de geïnterviewde jongeren met hoogbegaafdheid als: (R1), (R2), (R3). Deze zijn te vinden in bijlage 1, 2 en 3.

Er wordt verwezen naar de dramatherapeut als: (R4). Deze is te vinden in bijlage 4.

Er wordt verwezen naar de jongeren met hoogbegaafdheid waarbij een vragenlijst afgenomen wordt als: (R5), (R6), (R7). De vragenlijst met antwoorden van de respondenten is te vinden in bijlage 5.

4.4. Data-analyse

De data-analyse die van toepassing is op dit onderzoek is kwalitatief. Alle gegevens worden handmatig verwerkt. Dit betekent dat deze gegevens op schriftelijke en ordelijke wijze geanalyseerd worden wanneer hier betekenis aan verleend wordt. De interviews worden getranscribeerd. Vervolgens wordt er gesorteerd wat van belang is en zal dit gecategoriseerd verwerkt worden in het onderzoek. Op deze manier wordt ordening en structuur bewerkstelligt (Migchelbrink, 2014).

4.5. Kwaliteitscriteria

De kwaliteitscriteria zullen worden gewaarborgd door de kwaliteitseisen te volgen. Hierbij geldt de betrouwbaarheid, bruikbaarheid en validiteit (Migchelbrink, 2014).

Bruikbaarheid:

De bruikbaarheid betreft de mate waarin opgedane kennis geconverteerd kan worden in de praktijk en inzetbaar is. Het is van belang dat de kennis bruikbaar is. Om dit te waarborgen zal er secuur worden gekeken naar de onderzoeksvraagstelling en het onderzoeksontwerp om deze zo nauwkeurig mogelijk op elkaar af te stemmen. De feedback van de praktijk speelt hier een essentiële rol in, deze zal worden meegenomen en waarheidsgetrouw worden verwerkt in het onderzoek. Hiervoor wordt een evaluatiegroep ingezet.

Tevens zal er uitvoerig worden georiënteerd waardoor er over relevante kennis wordt beschikt over de onderwerpen. Alle onderzoeksresultaten worden concreet verwerkt in het onderzoek en zijn bruikbaar voor de praktijk. Daarbij vindt er afstemming plaats op de informatiebehoefte van de betrokkenen evenals de tijdsspanne van het onderzoek. Aan de hand van deze bovengenoemde factoren wordt de bruikbaarheid van het onderzoek gewaarborgd (Migchelbrink, 2014).

Validiteit:

De validiteit heeft betrekking op de mate van geloofwaardigheid van het onderzoek, dit houdt in dat de representatie van het onderzoek overeenkomt met de werkelijkheid. Om dit te waarborgen zal er gewerkt worden aan de hand van triangulatie met betrekking tot de bronnen en de dataverzamelingstechnieken. Dit betekent dat er verschillende bronnen gebruikt worden en de dataverzamelingstechnieken zijn: interviews, literatuur en een vragenlijst. De interviews worden getranscribeerd en gecodeerd. Op deze wijze wordt de validiteit gewaarborgd (Migchelbrink, 2014).

Betrouwbaarheid:

De betrouwbaarheid betreft de mate waarin er met precisie en zorgvuldigheid gewerkt is en de gegevens vrij van waardeoordeel zijn waardoor er vertrouwen wordt gecreëerd in het onderzoek. Er wordt zorg gedragen voor de respondenten wanneer de interviews worden afgenomen, door een ruimte te gebruiken waar externe prikkels geen invloed uitoefenen die de dataverzamelingstechnieken zouden kunnen beïnvloeden. Tevens zullen de vragen voor de interviews worden afgestemd op de hoogbegaafde jongeren. Zij worden uitgenodigd om na te denken over vragen die zij als waardevol achten voor dit onderzoek. Gezien zij experts zijn op dit vlak is het van belang dat dit oordeel meegenomen wordt om nauwe aansluiting te creëren. Aan het einde van dit onderzoek zal er een verslag verantwoording worden gemaakt om transparantie te garanderen. Er zal secuur gewerkt worden (Migchelbrink, 2014).

Om betrouwbaarheid te waarborgen is het aspect overtuigingskracht van belang. Dit houdt in dat de manier waarop resultaten tot stand zijn gebracht, inzichtelijk zijn voor buitenstaanders. Om dit te waarborgen is in bijlage 6 de codering van één deelvraag toegevoegd om de betrouwbaarheid te waarborgen. Meer informatie kan opgevraagd worden bij de onderzoeker.

Context:

Het onderzoek wordt afgenomen bij Feniks, te Utrecht. Feniks biedt ontwikkelingsbegeleiding voor jongeren met (hoog)begaafdheid die zijn vastgelopen in het onderwijs. Binnen Feniks worden verschillende activiteiten aangeboden waaraan jongeren kunnen deelnemen. Ook bieden zij onderwijsbegeleiding. Er zijn professionals werkzaam die expertise hebben op het gebied van hoogbegaafdheid. Eén van de professionals is een dramatherapeut (Stichting Feniks Ontwikkelingsbegeleiding, 2020).

De dramatherapeut biedt meerdere ontwikkelblokken aan zoals improvisatietheater of instant poetry. Daarnaast biedt hij dramatherapie aan en werkt hij onder andere met de methodiek Developmental Transformations. Dit maakt dat de dramatherapeut op een plek werkzaam is waarbij hij de hoogbegaafde jongeren, die hij behandelt, kan kennen voordat een DvT-traject wordt gestart. Ook kan er contact zijn naast het DvT-traject.

5. Resultaten

De resultaten uit de interviews zijn te vinden in de bijlagen.

Er wordt verwezen naar de geïnterviewde jongeren met hoogbegaafdheid als: (R1), (R2), (R3). Deze zijn te vinden in bijlage 1, 2 en 3.

Er wordt verwezen naar de dramatherapeut als: (R4). Deze is te vinden in bijlage 4.

Er wordt verwezen naar de jongeren met hoogbegaafdheid waarbij een vragenlijst afgenomen wordt als: (R5), (R6), (R7). De vragenlijst met antwoorden van de respondenten is te vinden in bijlage 5.

Wanneer er geciteerd wordt is dit te herkennen aan de haakjes, volledige zinnen zijn te vinden in de bijlage bij het desbetreffende interview.

In bijlage 9 zijn spelvoorbeelden en metaforen te vinden uit de interviews die een concreet beeld geven van de wijze waarop DvT toegepast worden bij jongeren met hoogbegaafdheid.

5.1. Deelvraag 1

Wat voor hulpvraag kunnen jongeren met hoogbegaafdheid hebben die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?

5.1.1. Resultaten dataverzameling

Vanuit de resultaten blijkt dat de hulpvraag voorkomt uit de problemen die zij ervaren en verbonden zijn met hoogbegaafdheid. Drie respondenten (R1,2,3) geven aan dat zij uitgevallen zijn van school. Eén respondent (R1) geeft aan dat het uitvallen van school heeft geleid tot een angststoornis. Een andere respondent (R3) geeft aan dat zijn zelfvertrouwen is gedaald door het uitvallen van school, 'dit een van de naaste dingen uit zijn leven is geweest', 'het slopend is geweest voor het idee dingen te kunnen' en dit heeft geleid tot een 'duistere periode'. Daarbij heeft het geleid tot moeite hebben met verwachtingspatronen van anderen. Het uitvallen van school hebben bij drie respondenten (R1,2,3) geleid tot een aanmelding bij Feniks. Eén andere respondent geeft aan (R7) dat hij moeite heeft met school, stress, motivatie en energie.

Verder geven de jongeren aan te kampen met verschillende problematieken. Twee respondenten (R2,5) geven aan dat zij faalangst hebben. Twee respondenten (R1,2) geven aan een langere periode thuis te hebben gezeten waarvan één respondent (R1) aangeeft dat zijn 'dag- en nachtritme helemaal geflipt is'. Twee respondenten (R1,3) geven aan last te hebben van een depressie. Eén respondent (R1) geeft aan last te hebben van 'doodsangst die soms erg overspoeld'. Tevens geeft deze respondent (R1) het volgende aan: 'Stel je hebt een jus, en helemaal warm en actief is de jus vloeibaar. De jus is dan een stuk angststoornis, maar laat het hem een tijdje staan, geef het geen aandacht en er vormt een laag overheen. Een stol laag van depressie zou ik maar zeggen. Wat een beetje gebeurt voor mijn gevoel, tenminste mijn ervaring dan, laat ik het zo zeggen. Dat je het bijvoorbeeld een tijd niet hebt, bij mij is het dan zo, je hebt thuis gezeten ofzo of je bent er niet mee bezig. Dan heeft die laag, tijd om te stollen. Maar je angststoornis die zit er nog steeds onder.'

Verder geven drie respondenten aan (R1,3,6) problemen te hebben met onzekerheid en zelfvertrouwen. Daarbij geven twee respondenten (R1,6) aan moeite hebben met leiding durven nemen en perfectionisme.

Eén respondent (R1) geeft aan last te hebben van paniekaanvallen. Een andere respondent (R2) geeft aan lichamelijk ziek te worden en flauw te vallen wanneer hij stress ervaart. Wat betreft het thema grenzen geven drie respondenten (R1,3,6) aan moeite te hebben met het herkennen van eigen grenzen of deze aangeven.

Vier respondenten (R1,2,3,6) geven aan dat zij hoog gevoelig zijn en moeite hebben met eigen emoties. Ook de dramatherapeut (R4) benoemt dit.

Hieronder is in een tabel weergegeven wat degenen die geïnterviewd (R1,2,3,4) zijn hier over gezegd hebben.

	Cognitie	Hoog gevoeligheid
Respondent 1	Dat hij ziet iets bij mij, of hij merkt dat dan op van: Ben je aan het denken bijvoorbeeld? omdat ik soms te veel nadenk.	Ook, voor mij is dat hoog gevoelig, is dat je ook, zolang je jezelf er voor openstelt heel erg met je aandacht bij iemand anders kan zijn. Wat ik dus ook persoonlijk heb, is dat je jezelf heel erg moeilijk kan brengen tot iets wat je ook vervelend vindt. Dat je heel graag, een beetje people pleasing bent. Dat je heel erg alleen maar graag soort van goed over wil komen.
Respondent 2	Ik denk dat het exact zo werkt, als ik ga denken oh ik denk nu na, dan ga ik nadenken over het nadenken. Bij mij is eigenlijk al mijn problemen ontstaan omdat ik me betrap, dat ik over iets nadenk en dan betrap ik mezelf erop dat ik daar over nadenk en dan wordt het alleen maar erger. Mijn stress ontstaat omdat ik merk dat ik stress heb.	Een stem is de bewuste ik die alles probeert te verwoorden en de ander is de onderbuik, het onderbuik is het gevoel, en de praatstem en die moeten een middenweg vinden.
Respondent 3	Een van mijn fijnste baantjes ooit, is dat ik in een druk restaurant achter in een keuken werkte als afwasser want als het dan ontzettend druk was en ik dan op hoog tempo fysiek werk moest doen waar ik niet over na hoefde te denken dan was het hierboven stil, rust. Dat was voor mij echt de hemel want ik kan mijn hoofd niet uitzetten dus dat is een van de fijnste ervaringen die ik ooit heb gehad.	Dan merk ik dat ik meer vaak in mijn emotie zit, want ik ben ook een heel emotioneel mens dus dat is ook niet raar. Mijn emotie gaat ook meer voor mijn ratio, vaak als mijn hoofd vol zit dan is dat ook vaak met ratio of gevoelens en niet heel vaak beide.
Respondent 4	Want dat is wel wat deze doelgroep ook typeert, alles wordt geverbaliseerd, alles wordt op bepaalde manier verwoord en eigenlijk ook met woorden ook vermeden.	Terwijl de jongere zelf vaak hoogsensitief zijn hoog gevoelig, heel erg, heel veel voelen maar daar eigenlijk zo hard mee bezig in de hele dag om dat allemaal niet te voelen of om dat te rationaliseren weg te denken.

De dramatherapeut (R4) geeft aan dat deze doelgroep vaak niet begrepen is door de omgeving en gelimiteerd is geweest. Dit heeft volgens hem onder andere te maken met de hoogbegaafdheid, waarbij hij aangeeft dat dit betekent dat zij toch in een andere wereld leven dan iemand die niet hoogbegaafd is. Ook geeft hij aan dat zij dingen erg intens ervaren. Tevens komt vaker de strijd tussen de cognitie en het voelen terug zoals te zien in de tabel. Daarbij geeft hij aan dat deze jongeren veel praten vanuit de metacognitie, het denken over het denken. Ook benoemt hij de problematieken die de jongeren zelf benoemd hebben en hieruit voortvloeiend praat hij over de hulpvraag: 'Ja kijk het zit hem heel erg in het feit natuurlijk van de jongere zelf he wat is gewoon de hulpvraag. Over het algemeen de jongere die hier veelal bij mij komen hebben bepaalde problematiek als het gaat om depressieve klachten, laag zelfbeeld, voelen zich vaak onbegrepen ten aanzien van de samenleving maar het besef van eigenlijk identiteit wie ben ik, faalangst komt veel naar voren, het niet durven.' Hij geeft als hulpvraag aan ruimte nemen, contact aan willen gaan met anderen of een hulpvraag omtrent grenzen. 'Daaronder hevig zit dus, kan daar, ja, problematiek zitten.' Verder zegt hij: 'Vandaar dat ik ook werk met relatief kleine doelen die in mijn ogen ook haalbaar zijn in twaalf weken die onderhevig zijn aan een grotere hulpvraag' aldus respondent 4.

5.1.2. Literatuurstudie

D'hondt en Van Rossen (2019) hebben de balanstheorie beschreven. Deze kan gevonden worden in bijlage 8. De balanstheorie geeft inzicht in allerlei tegenstrijdigheden waar hoogbegaafde kinderen en jongeren tegenaan lopen op uiteenlopende vlakken. Bij mensen met hoogbegaafdheid zijn er onderling grote verschillen in hoe dit tot uiting komt.

In de balanstheorie wordt onder andere de dissynchroniciteit benoemt. Dit heeft betrekking op de cognitieve functies, deze kunnen zich snel ontwikkelen terwijl de sociale, motorische of emotionele ontwikkeling zich op een 'gewoon' tempo kan ontwikkelen. Er kan ook sprake zijn van dissynchroniciteit zijn binnen de cognities. Het gevolg hiervan kan zijn dat ze de consequenties van een situatie overzien, maar daar nog niet het emotioneel incasseringsvermogen voor hebben om dit aan te kunnen (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Daarbij laat de balanstheorie zien dat de één bijvoorbeeld meer de kant op kan schieten van de cognitie en de ander meer de kant van het voelen, waartussen een balans gevonden moet worden.

Een ander thema wat naar voren komt in de balanstheorie is moed versus voorzichtigheid. Hoogbegaafden schieten in dit vlak vaak door naar één van de twee. De één kan heel creatief zijn, gaat graag de uitdaging aan en neemt risico's (veel moed). De ander kan zeer hoge eisen stellen, perfectionistisch zijn en niet willen falen (veel voorzichtigheid). Faalangst en perfectionisme is een veelvoorkomend probleem bij hoogbegaafde kinderen en jongeren door de typerende persoonlijkheidskenmerken die gepaard gaan met hoogbegaafdheid.

Ook de hoog sensitiviteit speelt hier een rol in (Bressers, 2012).

Faalangst kan vervolgens leiden tot reacties op gebied van de emoties en in het lichaam of leidt tot het ontwikkelen van vermijdingsmechanismen (Praktijk Hoogbegaafd, z.d.).

Een ander thema dat naar voren komt in de balanstheorie is zichzelf zijn versus conformeren. Al vanaf dat de hoogbegaafde een kleuter is kan het moeite hebben met aansluiting vinden met anderen omdat ontwikkelingsvoorsprongen tot te grote onderlinge verschillen leidt. Naarmate het kind ouder wordt neemt deze kloof verder toe. Dit geldt op cognitief, moreel en sociaal vlak. De leeftijdsfase van 10 tot 15 jaar staat symbool voor conformeren aan leeftijdsgenoten en in deze fase kan het gevoel van buitengesloten zijn toe nemen. Het komt vaak voor dat de keuze gemaakt wordt om zich te conformeren. Hiermee wordt de eigen psychologische aard losgelaten en komen eigen talenten op de achtergrond te staan. Dit leidt uiteindelijk tot onbehagen aangezien het kind niet zichzelf mag of kan zijn (D'hondt & Van Rossen, 2019). De overprikkelbaarheden zijn komen voor op emotioneel-, psychomotorisch-, sensorisch-, en intellectueel gebied alsmede op het gebied van de verbeelding (Corbeij, 2020).

Tevens blijkt uit het model van Dabrowski (in Corbeij, 2020, p. 9) dat hoogbegaafden overprikkelbaarheden kunnen hebben, een grote mate van intensiteit en een groot rechtvaardigheidsgevoel is vaak aanwezig.

Deze factoren spelen een rol in het gevoel dat ze hebben 'anders te zijn' en draagt bij aan een kloof tussen hen en de omgeving (waaronder leeftijdsgenoten en volwassenen) en kan leiden tot het gevoel van afwijzing (Corbeij, 2020). Ook verwachtingen van anderen kunnen bijdragen aan het aanpassingsproces (D'hondt & Van Rossen, 2019). In het aanpassingsproces stagneert de eigen identiteitsvorming. Dit kan vervolgens leiden tot eenzaamheid, isolatie, oververmoeidheid, een negatief zelfbeeld en een depressie (Webb J. T., 2013). Ook vormt dit een risico voor het ontwikkelen van faalangst.

Het reguliere onderwijs vindt vaak geen aansluiting bij hoogbegaafde jongeren wat maakt dat veel van deze jongeren onderpresteren (Boomtest Onderwijs, 2020). Ook dit heeft een negatieve uitwerking op verschillende vlakken zoals het zelfbeeld of de motivatie en creëert een vergroot risico op een depressie, suicidaliteit of gedragsproblematiek.

5.1.3. Conclusie

De resultaten van de dataverzameling zijn terug te koppelen aan de literatuur. Zo is gebleken uit zowel de literatuur en de data-analyse dat hoogbegaafden jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling, problemen ervaren op verschillende gebieden. Het verschilt per jongere op welk gebied de problematiek zich voordoet. Dit heeft betrekking op de volgende gebieden:

- Geen aansluiting vinden bij het reguliere schoolsysteem/uitvallen van school
- Geen aansluiting vinden in de omgeving
- Onderpresteren
- Thuiszitten voor langere periode door uitvallen van school
- Depressie
- Suïcidaliteit
- Lichamelijke uiting van stress zoals paniekaanvallen of flauwvallen
- Hoog sensitiviteit en extra sensitiviteit op gebied van: emoties, psychomotorisch, sensorisch, intellectueel alsmede op het gebied van de verbeelding
- Faalangst
- Laag of negatief zelfbeeld
- Onzekerheid
- Aanpassing of conformatie aan de omgeving, waardoor de eigen identiteitsontwikkeling op de achtergrond komt te staan
- Weinig zelfvertrouwen
- Moeite met het herkennen van eigen grenzen
- Dissynchroniciteit van cognitieve functies, wat kan leiden tot moeite hebben met het vinden van balans tussen cognitie versus het voelen
- Moeite hebben met verwachtingspatronen van de omgeving
- Perfectionisme
- Angststoornis

Onderhevig aan deze problematiek komen hulpvragen voort. Voorbeelden van hulpvragen zijn: leren om ruimte te durven nemen, leren om leiding te durven nemen, contact leren aangaan met anderen.

5.2. Deelvraag 2

Hoe kan een behandelopzet eruit zien voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling binnen een dramatherapeutisch aanbod gebaseerd op DvT?

5.2.1. Resultaten dataverzameling

Aanmeldprocedure

De dramatherapeut (R4) geeft aan dat de jongeren die aangemeld worden bij Feniks niet altijd direct met een DvT traject starten. Hij geeft als voorbeeld dat een jongere kan aangedragen worden door een zorgcoördinator met een bepaalde hulpvraag gerelateerd aan sociaal emotionele ondersteuning. Vervolgens kijkt de dramatherapeut of DvT passend is. De dramatherapeut biedt op Feniks meerdere ‘ontwikkelblokken’ aan zoals improvisatietheater. Dit geeft hem de mogelijkheid om deze observaties mee te nemen in de beslissing of een DvT traject geschikt is. Een voorbeeld hiervan is: affiniteit hebben met spel. Verder kijkt hij of het DvT-traject passend is bij de hulpvraag. Hij stelt dat hij die hulpvraag het liefst zo breed mogelijk houdt en niet afschaalt ‘in mijn optiek zou in theorie alles mogelijk kunnen zijn.’ Hij neemt in zijn overwegingen eerder mee wanneer een DvT-traject niet passend is.

Contra-indicatie

De dramatherapeut (R4) is er alert op wanneer DvT nog een te grote stap lijkt en er eerst een bepaalde basis nodig is voordat DvT een appel kan gaan doen: ‘Waarbij het eerst nog heel erg moet gaan om lichaamsbesef en contact maken.’ Een ander voorbeeld dat hij hierover geeft is belichaamd kunnen spelen.

Frequentie en duur

Twee respondenten (R3,4) geven aan dat er elke week een sessie is. Waarvan één respondent (R3) aangeeft dat hij dit als prettig ervaart. De dramatherapeut (R4), geeft aan dat er 40 tot 45 minuten gespeeld wordt en een sessie in totaal 60 minuten duurt. In totaal zijn er minimaal 12 sessies. Na 12 sessies komt er een multidisciplinair overleg waar de trajectbegeleider bij aanwezig is, de zorg coördinatie, de dramatherapeut, de jongere zelf en eventueel de ouders. In dit overleg wordt het DvT-traject geëvalueerd. Er wordt besloten of het DvT-traject afgerond wordt of dat er wordt doorgegaan. Zo kan er gekozen worden voor een DvT-traject van nogmaals 12 weken, waarbij elke 12 weken een evaluatiemoment plaatsvindt. Zo zijn er jongeren die een jaar in behandeling zijn.

Verder doet de dramatherapeut (R4) een aanbeveling om vooraf niet te besluiten voor een DvT-traject bestaande uit maximaal 12 weken. Hij geeft aan dat dit de jongere druk geeft en een appel doet op problematiek zoals faalangst. Hij geeft aan dat dit contraproductief werkt.

Een DvT traject wordt afgebroken wanneer een jongere aangeeft dat het te spannend is of zich er te ongemakkelijk bij voelt. Als de dramatherapeut deze visie deelt en merkt dat het niet in het instrumentaria zit om op dat moment in spel met de eigen thematiek aan de slag te gaan, wordt het DvT traject gestopt.

In het evaluatiemoment heeft de jongere volgens de dramatherapeut (R4) een belangrijke stem waarbij scherp wordt gehouden welke jongere hij voor zich heeft:

Er zijn jongere die een zeer groot vocabulaire hebben op hun eigen emotionele beleavingswereld, daar heel goed over kunnen praten, op een hele voor mij, in mijn ogen, hele fijne echte manier. Dat neem ik zeer serieus en daar luister ik ook echt naar, ik merk ook omdat ik naar ze luister dat ze daarin bekrachtigd worden en hun stem daarin durven te laten zien. Er zijn ook jongeren die nog heel moeilijk vinden om überhaupt te benoemen wat ze allemaal hebben meegemaakt, daar neem ik wat meer de ruimte en de leiding in. Samen altijd in contact met de begeleider, de trajectbegeleider van de jongere, want die ziet de jongere op andere momenten in de week.

Opbouw van een sessie

Voor de ingang van een sessie: Vier respondenten (R1,2,3,4) geven aan dat, voordat het spel wordt ingegaan, er een kort gesprek wordt aangegaan over hoe het met ze gaat. Eén respondent (R2) geeft aan dat hij dit fijn vindt ten behoeve van de overgang tot spel. De dramatherapeut (R4) stelt dat hij van tevoren een incheck moment heeft. Dit kan zowel buiten de ruimte als in de ruimte zelf. Dit incheck moment richt hij op hoe de jongere er op dat moment bij zit. Aan de hand van dit incheckmoment bepaalt hij hoe het spel betreden wordt. Zo geeft hij aan dat wanneer een jongere weerstand laat zien, hij het spel ‘kouder’ ingaat dus bijvoorbeeld vanuit een standbeeld ofwel vanuit stilstand. ‘Mede om juist die weerstand vanuit spelen direct terug te zien, te zoeken.’ Als een jongere ‘vloeiend’ binnenkomt kiest hij er eerder voor om vanuit ‘sound en movement’ het spel te betreden. ‘dat incheck moment is voor mij ook echt een incheck moment voor mezelf van oké hoe kan ik het spel in gaan en

waar kan het juist direct al een appel gaan doen op hoe de jongere zich op dat moment voelt.’

Afronding van de sessie: Aan het einde van een sessie geven vier respondenten (R1,2,3,4) aan dat er nogmaals ruimte wordt geboden voor een gesprek. Drie respondenten (R1,3,4) geven aan dat de afronding van een sessie wordt aangegeven door de dramatherapeut, hij zegt dan dat je 1 minuut stilte mag nemen. Vervolgens wordt er ruimte geboden voor een nabespreking over het spel, maar dit is niet een vereiste.

Twee respondenten (R1, R3) geven aan dat zij deze nabespreking als prettig ervaren. Eén respondent (R1) stelt dat het hem de ruimte geeft om meteen te bespreken waar hij tegenaan loopt of wat hij bijvoorbeeld ongemakkelijk vindt. In meerdere voorbeelden zegt één respondent (R1) dat de dramatherapeut uitlegt hoe hij deze thema's terug kan laten komen in spel. Ook geeft hij aan dat het hem de gelegenheid biedt om aan de therapeut te vragen wat hij opgemerkt heeft. Er wordt in de volgende sessie voortgeborduurd op de informatie uit deze nabespreking. Eén respondent (R3) zegt dat de dramatherapeut altijd eerst aan hem vraagt wat hij ervan vond en dat dit 'een van de briljantste dingen is' die de dramatherapeut doet. Hij zegt hier het volgende over: 'Dat vind ik ontzettend interessant en ook heel erg fijn omdat het heel erg empathisch is op een manier ... daar reageert hij dan ook echt op en dat vind ik persoonlijk echt ontzettend waardevol.'

Twee respondenten (R1,4) geven aan dat in de nabespreking de dramatherapeut soms ook uit zichzelf een compliment geeft. 'Maar ik geef zeker wat terug als ik vind dat het nodig is of als ik daar zelf de behoefte bij voel' (R4). De dramatherapeut (R4) geeft aan dat dit een toets moment is. Daarbij stelt hij dat de jongeren na het spel geneigd zijn terug te vallen in het cognitieve stuk. Hij stelt het volgende:

Mede ook om hun zo mee te nemen in het feit: wat ze spelen betekenis heeft omdat soms in dat denken over het denken, in dat filosofisch kunnen ze het zo weg rationaliseren alles wat ze spelen, dat ze juist af en toe ook in het praten weer daarna, zichzelf kwijtraken daarom is het belangrijk denk ik om na het spel nogmaals, als de jongere daar open voor staat, ja even terug te halen; hey ik zie dat je dit doet, compliment, of hey ik zag dat je dit lastig vond maar wat knap dat je hier dit aan durft te gaan.

De dramatherapeut (R4), geeft aan dat hij na de nabespreking altijd rekening houdt met de overgang terug het dagelijks leven in (op Feniks, terug naar de leefgroep). Hij loopt bijvoorbeeld samen terug en gaat een gesprek aan over bijvoorbeeld de lunch of de activiteiten van de dag. Voor de gehele afronding rekent hij in totaal minstens 10 minuten.

Fasering binnen een DvT-traject

Observaties: De dramatherapeut (R4) stelt dat er eerst drie observatiesessies zijn. Hierbij let hij op welke veiligheid en randvoorwaarden er nodig zijn om een DvT-traject aan te gaan. De eerste twee observatiesessies zijn vaak geen DvT sessies: 'Ik vaak ook gewoon een goed gesprek heb maar ook elementen haal vanuit bijvoorbeeld sound en movement, spiegelen, samen lopen, dat soort opdrachten.'

In de derde sessie wordt de playspace betreden. Ook wordt de playspace uitgelegd en worden aan de hand van deze fase doelen opgesteld die besproken worden met de zorgcoördinator.

Indicatiestelling: De dramatherapeut (R3) geeft aan dat naar aanleiding van de observatiefase, doelen opgesteld worden samen met de jongere zelf.

Beginfase: Drie respondenten (R1,3,4) geven aan dat de beginfase in het teken staat van het vergroten van de spelcapaciteit. 'De eerste tijd ben je eigenlijk het fundament aan het leggen en ook voor het drama gedeelte en voor het kunnen spelen met dingen (R3).' De dramatherapeut (R4) stelt dat hijzelf veelal in de beginfase centraal staat.

Middenfase: Over de middenfase zegt de dramatherapeut (R4) dat er een verschuiving plaatsvindt en de jongere zelf langzamerhand steeds meer centraal gaat staan. 'Wat de dramatherapeut ook zo goed kan, is dat hij je eigenlijk steeds meer uitnodigt om te spelen, om wat meer te doen met de dingen die ook naar zijn en dan maakt het niet uit hoe je het doet.' Tevens stelt de dramatherapeut (R4) dat de sessies heel intens zijn, de snelheid omhoog gaat en het lichamelijker wordt. Het gevaar is dat het te snel kan gaan en te spannend kan worden.

Intermezzo: De dramatherapeut (R4) stelt dat er vaak een tussenfase is waarbij er 1 à 2 sessies enkel gepraat wordt, meestal vindt dit plaats na drie à vier sessies. Hij ziet dit als onderdeel van de behandeling gezien de intensiteit en de hoog gevoeligheid van de doelgroep die doorvloeit in een DvT sessie. Het spel van DvT doet daarom ook een groot appel en het kan te intens worden.

Wanneer hij denkt aan te voelen dat er te veel weerstand is of het te intens lijkt gaan ze samen zitten. Hij nodigt de jongere uit een eigen plek te creëren in de ruimte, bijvoorbeeld in de kussens. In dit gesprek is de dramatherapeut op zoek naar spel bijvoorbeeld waar hij iemand kan uitdagen op zijn woorden. 'Waarbij ik opzoek ben naar waar zit jouw weerstand, waar vind je het lastig, welke thematiek vind je lastig dan om te spelen die je ook intens vindt in het leven.' In dit gesprek wordt ook benoemd dat de volgende sessie het spel

weer wordt betreden. Bijna elke jongere geeft in deze fase aan niet meer te willen spelen (R4). Door deze fase stagneert de therapie niet.

Doorbraakfase: De dramatherapeut (R4) geeft aan dat deze fase ontstaat wanneer de jongeren zich meer durven te uiten in spel, vaak 1 of 2 sessies na de intermezzo. Kenmerkend voor deze fase is dat de jongeren de tegenrol gaan spelen van de maatschappij ofwel 'de mechanismes van de samenleving waar ze heel veel moeite mee hebben.' Of dat zij daar elementen van durven te spelen. 'Een rol die lang wegblijft, die ik vaak speel, het appel doet op hun, op het stuk van dat ze zich dus niet begrepen voelen of geen contact kunnen maken met leeftijdsgenoten.'

Evaluatie na 12 weken:

Afronding: De dramatherapeut (R4) stelt dat er na 12 weken een evaluatiemoment plaatsvindt.

Verlengen: Echter kan ook de keuze worden gemaakt om het DvT-traject door te zetten. In dit geval is er iedere 12 weken een evaluatie moment. Zo zijn er ook jongeren die een jaar in behandeling zijn. In verlenging kan diepgang opgezocht worden (R4).

Eindfase: Wanneer het traject wordt afgerond zegt de dramatherapeut (R4) dat hij daarna nog 1 á 2 DvT sessies houdt waarbij het thema afscheid aanbod komt, wat tevens te relateren is aan de thematiek van de hulpvraag. Hij geeft aan dat niet enkel met dit thema gespeeld wordt.

5.2.2. Literatuurstudie

In DvT is het principe dat transformatie plaatsvindt in het 'hier en nu' van de playspace. Een verbale discussie over de sessie wordt afgeraden. Op deze manier wordt de cliënt gestimuleerd om zijn 'observing self' te integreren met zijn 'self in action' (Johnson & Emunah, 2009).

Wanneer een sessie start is het gebruikelijk dat de therapeut een bepaalde structuur creëert waarmee de playspace wordt ingestapt zoals elkaar in een bepaalde positie plaatsen.

In de afronding van een sessie is het gebruikelijk dat de therapeut aangeeft dat er één minuut stilte wordt gehouden. De therapeut geeft hiermee de ruimte aan de cliënt om te verwerken wat er zich in de sessie heeft afgespeeld. DvT is een existentiële en relationele therapievorm waarbij persoonlijke problematiek onthuld wordt. DvT is hierdoor niet geschikt voor mensen met specifieke problematiek waarbij advisering of structurering nodig is in het dagelijks leven. Denk aan afkicken of keuzes maken rondom een scheiding. Ook is DvT niet geschikt voor mensen die psychotisch zijn en problematiek rondom agressie of zelfbeheersing. Verder is DvT niet geschikt voor mensen die het niet leuk vinden om te spelen of actief met het lichaam bezig te zijn (Johnson & Emunah, 2020).

Wat betreft fasering werd er in DvT gewerkt met fasering die gebaseerd is op een mensvisie die hedendaags niet meer gebruikt wordt. In deze fasering werd er onderscheid gemaakt tussen existentiële condities van de mens en sociale dynamieken. Aan de hand daarvan is een mensvisie en staten van spel ontwikkeld. Er werd uitgegaan van de gedachte dat de mens in zijn kern, vanaf de vroegste representaties van het zelf, niet over overlevingsmechanismen beschikt. Deze kijk op de mens is veranderd in de hedendaagse literatuur en praktijk van DvT (Johnson & Emunah, 2020).

Er komt naast de verschillende staten van spel geen duidelijke fasering naar voren in de literatuur over DvT. In DvT wordt de progressie van de behandeling van een cliënt gevolgd door een natuurlijk ontwikkelingsproces (Johnson & Emunah, 2009).

In dramatherapie is het gebruikelijk te starten met een observatieperiode. In de observatieperiode wordt een inschatting gemaakt van de mogelijkheden van de cliënt (met betrekking tot de hulpvraag) en draagt bij aan de indicatiestelling en behandelprognose. Zo wordt er gekeken naar de draagkracht van de cliënt, spelniveau en specifieke thema's. Na de observatieperiode wordt een specifiekere indicatie geformuleerd. Hier wordt een observatieverslag van opgesteld en besproken met de verwijzer.

Wat betreft fasering wordt gesteld dat dit per cliënt kan verschillen en het van belang is de persoonlijke situatie van de cliënt hierop af te stemmen. Fasering is in grote lijnen op te delen: verkenning en informatie, verdieping en integratie en de fase van afsluiting en identiteitssynthese (Cleven, 2004).

De aanmeldprocedure voor jongeren (met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling) is als volgt: voor jongeren wordt een zorgtraject opgesteld op basis van de zorg/begeleidingsbehoefte. Het traject wordt vergoed vanuit de gemeente of onderwijs (Stichting Feniks Ontwikkelingsbegeleiding, 2020). Voor jongeren ouder dan 18 jaar geldt dat men via de huisarts een traject in kan gaan om een indicatie aan te vragen voor vergoeding van de therapie GGZ standaarden (GGZ Standaarden, z.d.).

5.2.3. Conclusie

Uit de data-analyse en de literatuurstudie kan een behandelopzet aan de hand van de dramatherapeutische methodiek Developmental Transformations voor jongeren met hoogbegaafdheid die vastgelopen zijn in hun ontwikkeling er als volgt uitzien:

Aanmeldprocedure

Voor jongeren onder de 18 jaar (met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling) wordt er een zorgtraject opgesteld op basis van de zorg/begeleidingsbehoefte. Dit traject wordt vergoed vanuit de gemeente of onderwijs. Wanneer zij ouder dan 18 jaar zijn geldt dat zij via de huisarts een traject in kunnen gaan om een indicatie aan te vragen voor vergoeding van de therapie. Binnen Feniks kan de jongere aangedragen worden door de zorgcoördinator met een bepaalde hulpvraag gerelateerd aan sociaal emotionele ondersteuning. De dramatherapeut kijkt vervolgens of een DvT-traject passend is.

Contra-indicatie

- Wanneer DvT een te grote stap is en er eerst een basis nodig is in bijvoorbeeld lichaamsbesef, contact maken of belichaamd kunnen spelen.
- Mensen die psychotisch zijn
- Mensen met problematiek rondom agressie of zelfbeheersing
- Mensen die geen affiniteit hebben met drama

Frequentie en duur

Elke week één sessie waarin 40 tot 45 minuten gespeeld wordt. In totaal duurt een hele sessie 60 minuten. In totaal zijn er minimaal 12 sessies. Na 12 sessies is er een multidisciplinair overleg (MDO) waar de dramatherapeut, de jongere, betrokken hulpverleners en eventueel ouders bij aanwezig zijn. In dit MDO wordt geëvalueerd of het DvT-traject wordt afgerond of verlengd. Indien gekozen wordt voor verlenging, herhaalt dit proces zich. Er worden nogmaals 12 sessies aangeboden waarna er een MDO plaatsvindt. Zo kan een DvT-traject bijvoorbeeld een jaar aanhouden.

De jongere heeft een belangrijke stem in het MDO waarbij nauwkeurig afgestemd wordt op het individu. Indien de jongere hier zelf minder sturend in is, is het de rol van de betrokken hulpverleners om meer de leiding op zich te nemen.

Aanbevolen wordt om niet vooraf een periode van maximaal 12 weken vast te stellen, gezien dit een contraproductieve uitkomst heeft.

Een DvT-traject kan vervroegd afgebroken worden wanneer zowel de jongere als de dramatherapeut vaststellen dat het niet in de huidige instrumentaria zit van de jongere om te werken aan eigen thematiek.

De fasering van een DvT-traject is op te delen in: verkenning en informatie, verdieping en integratie en afsluiting en identiteitssynthese.

Opbouw van sessie

Uit de literatuurstudie is gebleken dat het niet gebruikelijk is om een verbale discussie te hebben over een sessie. In de data-analyse is daarentegen gebleken dat er wel ruimte wordt geboden voor een verbale discussie over de sessie. De jongeren met hoogbegaafdheid krijgen hier de ruimte voor wanneer zij daar behoefte aan hebben. Ook de dramatherapeut deelt soms iets wanneer hij dit nodig acht. De jongeren geven aan dat zij dit als prettig en waardevol ervaren. De dramatherapeut geeft aan dat dit van belang kan zijn bij deze doelgroep omdat zij geneigd zijn terug te vallen in het cognitieve stuk. Op deze manier creëert hij bewustzijn over de betekenis van spel. Tevens dient dit voor hemzelf als een toets-moment.

Voor de ingang van een sessie: Uit de data-analyse is gebleken dat er een incheck moment plaatsvindt gericht op de huidige staat van zijn van de jongere. Deze informatie wordt meegenomen en afgestemd op de manier waarop de playspace wordt betreden.

Afronding van een sessie: Uit de literatuurstudie en de data-analyse wordt gesteld dat de afronding van een DvT-sessie wordt gemarkeerd door de therapeut. De therapeut geeft aan dat er één minuut stilte wordt gehouden en biedt de mogelijkheid aan de jongere om de sessie te verwerken. Vervolgens wordt er de ruimte geboden voor een nabespreking over de sessie. De dramatherapeut maakt als laatste plaats voor een gesprek gericht op de overgang naar het dagelijks leven. In totaal wordt er minstens 10 minuten voor de gehele afronding gerekend.

Fasering

Uit de literatuurstudie en de data-analyse is gebleken dat fasering van een DvT-traject op te delen is in: verkenning en informatie, verdieping en integratie en afsluiting en identiteitssynthese. Ook is het van belang de persoonlijke situatie van de cliënt mee te nemen en hierop af te stemmen. Uit de literatuurstudie komt een

specifieke fasering naar voren.

Observaties: Er zijn in totaal drie observatiesessies.

De volgende aspecten worden geobserveerd: welke veiligheid en randvoorwaarden er nodig zijn, waar de mogelijkheden liggen, wat het spelniveau is en welke specifieke thema's naar voren komen.

Uit de data-analyse is gebleken dat het de eerste twee sessies geen vereiste is om een DvT-sessie in te stappen. Oefeningen kunnen gerelateerd zijn aan bijvoorbeeld sound en movement of spiegelen.

In de derde sessie wordt de playspace betreden. Zowel de literatuurstudie als de data-analyse laat zien dat de playspace wordt uitgelegd voordat deze betreden wordt.

Indicatiestelling: Aan de hand van de observatiefase worden doelen opgesteld (samen met de jongere zelf) die besproken worden met de desbetreffende hulpverleners.

Beginfase: De spelcapaciteit wordt vergroot en de therapeut staat centraal.

Middenfase: De jongere gaat meer centraal staan. De dramatherapeut nodigt en daagt de jongere uit om te spelen met dingen die naar zijn. De sessies zijn intens, het wordt meer fysiek en de snelheid neemt toe. Het gevaar hierbij zou kunnen zijn dat het te snel gaat en te spannend wordt.

Intermezzo: Na drie à vier sessies wordt er één à twee sessies gepraat over weerstand of intensiteit van de jongere. De jongere wordt uitgenodigd een eigen plek te creëren in de ruimte. De therapeut heeft de taak om de weerstand of thematiek die de jongere moeilijk vindt in zowel dagelijks leven als het spel, te vinden.

Tegelijkertijd zoekt hij naar spelmogelijkheid en daagt hij uit op woorden. Deze fase voorkomt stagnering van het DvT-traject.

Doorbraakfase: Dit vindt één à twee sessies na de intermezzo plaats, wanneer de jongere zich meer durft te uiten in spel. Kenmerkend is dat de jongere (elementen van) de tegenrol van de maatschappij gaat spelen (waar zij moeite mee hebben gehad in hun leven).

Evaluatie: Hierin vindt het MDO plaats en wordt besloten of het traject wordt verlengd of afgerond.

Eindfase: Indien besloten wordt het DvT-traject af te ronden wordt er nog één à twee sessies DvT-sessies aangeboden waarbij het thema afscheid nemen terug komt.

Onderscheid tussen DvT en DvT bij jongeren met hoogbegaafdheid

In DvT is het niet gebruikelijk om een gesprek te hebben over een sessie. Vanuit de respondenten is gebleken dat er wel ruimte voor gesprek is over een sessie. Dit is waardevol om in te zetten bij jongeren met hoogbegaafdheid om ervoor te zorgen dat zij het DvT-traject aan (blijven) gaan. Dit gesprek kan zowel voor of na een sessie plaats vinden. Ook de intermezzo fase bestaat uit het voeren van een gesprek, wat niet gebruikelijk is bij DvT. De dramatherapeut laat blijken dat deze fase van belang is om ervoor te zorgen dat het DvT-traject niet stagneert, wanneer dit ingezet wordt bij jongeren met hoogbegaafdheid. Het spel doet een appel op de intensiteit van de jongeren met hoogbegaafdheid en kan zonder deze fase te intens worden. Door deze fase in te zetten stagneert het DvT-traject niet.

Verder is het in DvT niet gebruikelijk om te werken aan de hand van fasering die naar voren komt uit de data-analyse. Er wordt gewerkt aan de hand van een natuurlijk ontwikkelingsproces in DvT.

Vanuit de data-analyse blijkt dat er wel gewerkt wordt aan de hand van specifieke fasering met bijbehorende 'taken' of staten van spel. Deze verschillende staten van spel zijn ingericht op het werken met hoogbegaafde jongeren en sluiten hier op aan. Gesteld kan dus worden dat in het geval van DvT bij hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling, het zinvol is om ruimte te bieden voor gesprek en te werken aan de hand van deze specifieke fasering.

5.3. Deelvraag 3

Aan welke doelen kan er gewerkt worden in een behandeling van DvT bij jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?

5.3.1. Resultaten dataverzameling

Doelen gericht op probleemgebied.

Vier respondenten (R1,3,5,7) geven aan doelen te hebben, gericht op onzekerheid of zelfvertrouwen, zoals zekerder worden in het doen en laten of stevig in je schoenen staan en vaardiger worden op emotioneel gebied. Twee respondenten (R1,6) geven aan te willen leren omgaan met ongemak. Ook geven twee respondenten (R1,3) aan dat hun comfortzone steeds verder opgeschoven wordt. Vier (R1,3,6,7) respondenten geven aan te werken aan het thema omtrent grenzen zoals deze leren herkennen, aangeven of assertiever worden. 'Dat gewoon wat zeggen over iets en een beetje confrontatie af en toe aan gaan best wat waard kan zijn' (R5). Op sociaal vlak geven twee respondenten aan dat DvT hier een positieve invloed op heeft (R1,6). Vijf respondenten (R1,2,3,5,6) geven aan te werken aan doelen omtrent de cognitie versus het voelen. Hiervan geven vier respondenten (R1,5,6) aan dat zij meer in contact (willen) komen of bewuster worden van hun eigen gevoelens. Eén respondent (R1) geeft bijvoorbeeld aan dat hij naast hevige gevoelens zoals zijn depressie, angststoornis of paniekaanvallen, hij ook bezig is met andere gevoelens binnen DvT die volgens hem net zo belangrijk zijn en een belangrijk verschil maken vergeleken met andere therapieën. Daarbij geven twee respondenten (R1,2) aan dat het doel is om buiten de cognitie te blijven en geeft respondent 6 aan dat het thema in zijn hoofd zitten, veel terug komt in spel.

Verder geven twee respondenten (R1,6) aan dat zij willen leren omgaan met hun perfectionisme. Het leren om jezelf te uiten is een doel voor twee jongeren (R1,3).

Eén respondent (R3) geeft aan dat het hij binnen de DvT aan doelen heeft gewerkt zoals: meer ruimte krijgen om op andere manieren na te denken, anders durven kijken, flexibeler voelen, leren omgaan met verwachtingspatronen. Twee respondenten (R3,7) geven aan te leren omgaan met dingen die zij niet kunnen veranderen, leren omgaan met nare dingen en acceptatie leren vinden in wie zij zijn (gepaard met hoogbegaafdheid). Daarbij geven twee respondenten (R3,7) aan dat zij hebben gewerkt aan het verkrijgen van zelfinzicht. 'Het feit dat ik mezelf heel erg goed heb leren kennen op bepaalde manieren heeft mij ook heel erg geholpen' (R3). Wat betreft zelfinzicht geven twee andere respondenten (R1,6) aan zichzelf beter te willen leren kennen op het gebied van wat zij willen of leuk vinden en dit leren te herkennen. Eén respondent (R6) geeft aan dat hij leert omgaan met keuzestress. Ook geeft hij aan dat speelsheid en eerlijkheid doelen zijn. Tevens wil hij leren om kwetsbaarheid te kunnen tonen.

Doelen fasering

Observatiefase en indicatiestelling:

De dramatherapeut (R4) stelt dat de doelen waarmee de jongeren bij Feniks komen als containerbegrip gezien kunnen worden zoals sociaal emotioneel sterker worden of durven contact aan te gaan. Na de observatiefase worden er samen met de jongere doelen opgesteld gericht op spelkwaliteit. Tevens geeft hij aan te werken met relatief kleine en haalbare doelen. Deze doelen worden opgesteld na de observatiefase. Samen met de jongere zelf vertaalt hij de doelen naar hoe deze van betekenis kunnen zijn in hun dagelijks leven. Dit is van belang aangezien zij hier kritisch op kunnen zijn. Tevens geeft hij aan dat de jongeren het leuk vinden om zelf te puzzelen en hier al gedachtes over hebben. Tijdens de sessies worden deze doelen niet besproken tenzij de jongere hier zelf naar vraagt. Hij licht een aantal voorbeelden toe:

- Kwetsbaar op durven stellen in spel.
- De leiding durven nemen in spel.
- Contact aan durven gaan in spel.

Tevens is het doel om veiligheid en randvoorwaarden te creëren. Ook is het doel om de playspace uit te leggen zodat de jongeren begrijpen hoe dit werkt.

Doelen beginfase: Drie respondenten (R1,3,4) geven aan dat de doelen in de beginfase gericht zijn op het vergroten van spelcapaciteit. 'Om ook wat groter, wat overdreven, om wat te durven, om geluid te maken, om grote bewegingen te maken, om dat soort dingen te doen ... Ik was in het begin heel erg geneigd om terug te vallen naar een bepaald karakter ofzo of een accent' (R1).

De dramatherapeut (R4) stelt dat in de beginfase jongeren moeite hebben met zichzelf geven, durven los te laten, contact aangaan met de therapeut of in contact zijn met zichzelf, ze veel volgen, het speelveld klein is en ze zich

nog erg terughoudend opstellen. Hij is er onder andere op gericht om langs verdedigingsmechanismes te komen, de jongeren zo comfortabel mogelijk in de playspace te laten zijn, het speelveld te vergroten, rollenpatronen uit te breiden, leiding terug te geven en ze contact aan te laten gaan (met de therapeut en zichzelf).

Twee respondenten (R1,6) geven aan dat zij leiding nemen als doel hebben. Eén respondent (R1) zegt hierover:

Ik ben heel erg geneigd om de dramatherapeut te volgen. In wat doet hij? Heel erg spiegelen, dat ik dat na ga doen of dat daar iets vanuit komt dat ik heel erg afhankelijk ben van hem. Als er dan opeens een situatie is waar we vanuit spel op een punt zijn gekomen waar ik opeens iets moet doen, dan vind ik dat soms heel erg lastig. Dan kan ik daar op vastlopen ofzo of ik kan ongemakkelijk worden. Dat bijvoorbeeld, dus om leiding te moeten nemen.

Doelen middenfase: Twee respondenten (R3,4) geven aan dat het doel na een aantal sessies is om te gaan spelen met thema's die als naar worden ervaren. Daarvan geeft één respondent (R3) aan dat het doel is om jezelf steeds beter te leren wapenen in situaties die naar zijn. Ook geeft hij aan dat dit begint met bijvoorbeeld in spel kunnen aangeven wat je niet fijn vindt, daar waar hij eerder bevroor en er niets mee kon. Hij heeft langzamerhand geleerd er steeds meer mee te kunnen. De dramatherapeut (R4) stelt dat spelen in een metafoor met betrekking tot eigen thematiek een doel is, het vergroten of uitbouwen van spanning bij de jongere, en het durven niet leuk te zijn. Het durven om niet leuk te zijn, is een stap waarvan hij merkt dat die nodig is en vaak leidt tot de intermezzo.

Doelen Intermezzo: De dramatherapeut (R4) geeft aan dat het doel van de intermezzo is om te vinden waar de weerstand van de jongere in zit. Tevens is hij in dit gesprek op zoek naar waar de mogelijkheid, veiligheid en gelijkwaardigheid is. Hij zegt over de jongeren: 'Ze lopen niet weg, ze rennen niet weg, ze geven alleen verbaal aan ik wil niet meer spelen maar ik durf wel te zeggen dat er een maar mag, máár we gaan het toch wel weer proberen he'.

Doelen doorbraakfase: Wat betreft de doorbraakfase stelt de dramatherapeut (R4) dat het doel is om de jongeren zelf te laten spelen of elementen te spelen van de tegenrol (maatschappij). Dit is het onderdeel dat appel doet op het gevoel van onbegrepen zijn. Een ander doel hierbij is gericht op de manier waarop dit gespeeld wordt, dat er minder geverbaliseerd wordt, ze meer in het moment zijn (beleving) en de jongeren niet in de cognitie of metacognitie schieten. De discrepantie tussen spel en realiteit wordt hierbij heel klein.

Doelen evaluatie: De dramatherapeut (R4) geeft aan dat in de evaluatie, de spelgerichte doelen worden terug gekoppeld. Hij checkt bij de jongeren hoe zij de doelen nu ervaren in het dagelijks leven. Een voorbeeld dat de dramatherapeut (R4) geeft is: checken hoe het gaat met schoolwerk, omdat de jongere heeft leren omgaan met de thematiek faalangst en heeft durven leren spelen met het gevoel van falen. Het doel kon hierbij zijn, durven ruimte in te nemen.

Afronding: De dramatherapeut (R4) stelt dat wanneer wordt besloten om af te ronden, de eerste 12 sessies als succeservaring kunnen dienen.

Verlenging: De dramatherapeut zegt hier het volgende over (R4): 'In een periode van twee keer, twaalf weken ongeveer, die diepte echt wel gevonden wordt om daar in dat stuk te spelen van, écht er te zijn, zeg maar' (R4). De eerste twaalf sessies kunnen dan gezien worden als basis voor het vervolg.

Langere termijn: Twee respondenten (3,7) die ongeveer een jaar in behandeling zijn geven aan dat het volgende doel verder uitgekristalliseerd wordt: speelbaarheid van nare dingen. Eén respondent (R3) hiervan geeft aan steeds meer vrijheid te ervaren in zo'n moment, wat eerst als een geforceerde keuze voelde. Tevens geven deze twee respondenten (R3,7) aan dat zij doelen behaald hebben op gebied van zelfinzicht. 'Op emotioneel gebied, maar ook praktische inzichten dingen over het verleden en hoe dat mij nu nog raakt. Ik moet zeggen dat het een fundamentele rol heeft gespeeld in het inzicht tot wie ik ben en waar mijn kernwaarden liggen' (R7). Tevens geven deze twee respondenten (R3,7) het doel acceptatie van wie zij zijn (met daarbij hoogbegaafdheid) in de eindperiode aan. De dramatherapeut (R4) stelt dat het doel: zonder metaforen en één op één spelen vanuit de eigen thematiek van bijvoorbeeld niet willen of durven, behaald kan worden.

Doelen eindfase: De dramatherapeut (R4) geeft aan wanneer het DvT-traject wordt afgesloten, het doel is om nog één a twee sessies door te gaan waarbij het thema afscheid nemen aanbod komt.

5.3.2. Literatuurstudie

In DvT zijn er verschillende doelen die bewerkstelligt worden. Een van de voornaamste doelen is het reduceren van de angst voor de instabiliteit van het leven en balans houden in onstabiele situaties. Om dit te bewerkstelligen wordt er in DvT gewerkt aan het leren om risico's te nemen. Dit resulteert in het vertrouwd worden met onverwachte uitdagingen (Johnson & Emunah, 2020). Verder is een doel tijdens de sessies om belichaamd, in de beleving 'present' te zijn (Johnson & Emunah, 2009).

In DvT kan er geëxperimenteerd worden met gedrag en gevoelens (die opkomen in het contact met de ander), waarbij er wordt gewerkt aan het reduceren van de angst voor de instabiliteit in het contact met de ander (Reynolds, 2011). DvT focust zich hierbij op zowel ongemak en schaamtegevoelens die teweeg worden gebracht en op hetgeen wat de ontmoeting mogelijk maakt. Dit heeft als doel, het voelen van minder ongemak en meer intimiteit (Johnson et al., 1996). Evengoed kan er geëxperimenteerd worden met verschillende gedachtes, associaties, beelden en ideeën (Cleven, 2004). Doordat de therapeut varieert in zijn reactie op de cliënt, wordt het perspectief van de cliënt verruimd (Willemsen, 2014). Door het inbrengen en spelen met verschillende beelden leert men een nieuwe (vrijere) houding creëren tegenover eigen geloofsovertuigingen, persona, geschiedenis en problemen (Johnson & Emunah, 2020).

Een ander doel is leren spelen met problemen in plaats van deze te begrijpen of definiëren. Dit resulteert vervolgens in een grotere zelftolerantie en bevrijding van angsten waar anders rigide aan vast kan worden gehouden (Johnson, 1986).

Verder wordt er in DvT gewerkt aan de hand van de recursive cycle. Dit betekent dat er wordt gewerkt aan: waarnemen, het gevoel, animeren en uitdrukken/reageren (Willemsen, 2014). Hierbij wordt gelet op hetgeen waar iemand in vastloopt en wordt dit bewerkstelligt (Reynolds, 2011).

5.3.3. Conclusie

Uit de data-analyse en de literatuurstudie is gebleken dat er aan verschillende doelen gewerkt kan worden in DvT. Er zijn specifieke doelen die passend zijn bij de fasering en er zijn algemene doelen.

De doelen waaraan gewerkt wordt zijn relatief kleine, haalbare, drama-gerichte doelen. Het is van belang de jongeren mee te nemen in het maken van de doelen. Deze worden opgesteld na de observatie fase.

Voorbeelden hiervan zijn: kwetsbaar op durven te stellen in spel of leiding durven te nemen in spel.

Beginfase: Er wordt gewerkt aan spelcapaciteit vergroten, comfortabel in de playspace zijn, rollenarsenaal uitbreiden, leiding durven nemen en contact aangaan met zowel de therapeut als zichzelf.

Middenfase: Er wordt gewerkt aan het spelen met thema's die als naar worden ervaren, aangeven wat prettig of onprettig is, en spelen in een metafoor die betrekking heeft op de eigen thematiek en durven om niet leuk te zijn. Het durven spelen om niet leuk te zijn leidt vaak tot de intermezzo.

Intermezzo: Hier is het doel van de therapeut om te vinden waar de weerstand van de jongere zit. Ook wordt er gezocht naar waar de veiligheid, gelijkwaardigheid en mogelijkheid is om het DvT-traject voort te zetten.

Doorbraakfase: Het doel is dat de jongere (met elementen van) de tegenrol gaan spelen wat een appel doet op het onbegrepen voelen en zijn (door de maatschappij). Hierbij is ook het doel dat er minder geverbaliseerd wordt en de jongere meer in de beleving zit.

Evaluatie: Het doel is om samen met de jongere vast te stellen om het DvT traject te verlengen of stop te zetten. Tevens wordt gecheckt hoe de jongere nu omgaat met het opgestelde doel in het dagelijks leven. Wanneer het traject wordt afgerond is het doel een succeservaring.

Verlenging: Wanneer het wordt voortgezet is het doel om in de volgende 12 sessies de diepgang in te gaan en er 'te zijn'. Als het traject voor langere tijd wordt voortgezet, wordt er gewerkt aan meer zelfinzicht, kernwaarden ontdekken, acceptatie van wie je bent en zonder metaforen spelen vanuit de eigen thematiek zoals niet willen of durven.

Eindfase: In de eindfase staat het doel afscheid nemen centraal.

Verder kan er in een DvT-traject voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling gewerkt worden aan de volgende doelen:

- Meer zelfvertrouwen krijgen en een positiever zelfbeeld
- Leren omgaan met ongemak
- Leren grenzen herkennen, aanvoelen of assertiever worden
- Op sociaal vlak, intimiteit leren aangaan, contact leren aangaan met anderen en in contact leren komen met jezelf
- Leren voelen/bewuster worden van gevoelens (en minder in het hoofd zitten)
- Leren omgaan met perfectionisme en faalangst. Durven te falen en fouten te maken
- Leren jezelf te uiten
- Leren anders te denken, vrijer te worden in het denken, anders te kijken, een flexibelere houding creëren
- Leren omgaan met verwachtingspatronen van anderen
- Leren omgaan met dingen die niet veranderd kunnen worden, de instabiliteit van het leven en balans houden in onstabiele situaties
- Leren accepteren wie je bent (met betrekking tot hoogbegaafdheid)
- Het verkrijgen van zelfinzicht
- Leren ontdekken wat je leuk vindt
- Leren omgaan met keuzestress
- Leren speels te zijn
- Leren om kwetsbaarheid te tonen
- Leren risico's te nemen
- Leren spelen met problemen
- Leren omgaan met angsten
- Gebruik leren maken van het lichaam: 'belichaamd zijn'
- Aanwezig zijn, in de beleving van het hier en nu.

5.4. Deelvraag 4

Welke interventies kan een dramatherapeut inzetten binnen een dramatherapeutisch aanbod middels DvT voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?

5.4.1. Resultaten dataverzameling

Vijf respondenten (R1,2,3,4,7) geven aan dat de interventie uitdagen en uitnodigen in spel terug komt. Daarbij zegt één respondent (R3) dat deze interventie gedurende zijn hele traject (één jaar) terug is gekomen. Een voorbeeld hiervan is: 'Als ik bijvoorbeeld gewoon mijn hand in een pistool zou vormen en pieuw zou zeggen ofzo zegt hij: whahah dat kietelt, ofzo, weet je wel (R1).' Vier respondenten (R1,3,4, 5) geven aan dat de therapeut ruimte of regie geeft. Zo kan er zelf bepaald worden tot in hoeverre zij op dingen ingaan (R1). Verder geven drie respondenten (R2,3,7) aan dat de therapeut hen zelf laat nadenken. Eén respondent (R2) geeft aan dat hij dit doet doordat de therapeut heel direct is waardoor hij wordt verrast. Ook een andere respondent (R1) wordt verrast door de therapeut: 'Ik weet natuurlijk niet wat de dramatherapeut allemaal bedenkt en doet met mij, hij is de therapeut en hij zit een beetje te roeren in de soep en heeft daar overzicht over'.

Verder geven vier respondenten (R2,4,5,7) aan dat de therapeut direct is en de confrontatie aangaat (over wat er intern afspeelt bij de jongere). Eén respondent zegt over confrontaties aangaan dat dit op verschillende manieren gebeurt: vocaal, fysiek en soms letterlijk wat gepaard gaat met humor. Wat betreft direct zijn zegt één respondent (R2) hierover dat dit prettig is en hem op een bepaalde manier verrast: 'dan sta ik in een keer zonder wapens en denk ik shit je hebt gelijk. En dat vind ik veel chiller dan dat helemaal, dat ik mezelf kan voorbereiden om er tegen in te gaan'. Twee respondenten (R1,3) geven aan dat interventies van de therapeut gericht zijn op het rekken van hun comfortzone. Drie respondenten (R1,3,4) geven aan dat de therapeut het speelveld en de speelbaarheid vergroot van dingen die naar zijn. Eén respondent (R3) geeft daarbij aan dat wanneer hij niet kon spelen met iets naars, de therapeut weer terug ging naar iets wat wel speelbaar was. Twee respondenten (R1,4) geven aan dat er bekrachtigt wordt en complimenten worden gegeven. Eén respondent (R3) vindt DvT 'helpvol' en de therapeut 'ontzettend goed in wat hij doet' omdat hij goed dingen kan naspelen en personifiëren. Hij geeft aan dat hij bepaalde thema's niet eerder besproken heeft met de dramatherapeut en dat hij in het personifiëren toch doeltreffend en spot on is.

Verder geven zes respondenten (R1,2,3,4,6,7) aan dat interventies fysiek gericht zijn en wordt dit veelal positief benadrukt zoals waardevol, interessant en belangrijk. Drie respondenten (R1,3,4) geven de interventie van repetitie aan. Drie respondenten (R1,3,4) geven aan dat er veel wordt gewerkt aan de hand van metaforen. De dramatherapeut (R4) stelt dat hoogbegaafde mensen veel creativiteit en vrijheid hebben in denken en het werken in metaforen hierbij aansluit en veiligheid creëert, hij stelt dat hij gedurende het hele traject veel met metaforen werkt. Ook geeft hij aan veel met afstand en nabijheid te werken. Een andere interventie die hij gedurende verloop van tijd inzet, is de Picasso: 'In lichaamstaal, puur non-verbaal als een monster op iemand af komt of als iets gruwelijks of als iets vies of wat dan ook, maar in je woorden heel lief bent of andersom'. Hiermee geeft hij de jongere de ruimte om te kiezen om in te gaan op het niet leuke of het leuke element en observeert hierin welke kant de jongeren op willen gaan (de makkelijke kant of de enge kant).

Interventies gericht op fasering

Interventies observatiefase: In deze fase ligt de focus op observeren. De dramatherapeut (R4) let hierbij op welke veiligheid en randvoorwaarden er nodig zijn om een DvT-traject aan te gaan. Tevens observeert hij wie hij voor zich heeft en hoe diegene spel aangaat en vormgeeft. Wanneer rond de derde sessie de 'playspace' wordt betreden, wordt deze uitgelegd en ligt de focus op zo comfortabel mogelijk in spel te zijn.

Interventies beginfase: De dramatherapeut (R4) geeft aan dat hij in het begin veel de rol van de jongere zelf aanneemt, vanuit een metafoor. Hij staat zelf centraal en de jongeren zijn hierin aan het kijken wat de dramatherapeut doet en stellen zich volgend op. Hij geeft aan dat hij veel benoemt wat hij doet (commenting in the here and now), geeft veel voorbeelden (modellen) en is veel samen aan het spelen (joinen). Verder geeft hij aan in het begin veel te werken met afstand en nabijheid. 'Met doen alsof je al iemand aanraakt, is, kan, al heel speelbaar worden en heel spannend zijn waarbij je heel dichtbij iemand kan zijn maar je kan ook vijf meter afstand hebben en spelen met aanraking' (R4). Een andere respondent (R1) geeft aan dat er veel veiligheid wordt gecreëerd en vandaaruit opbouwt.

Interventies middenfase: Een respondent (R3) geeft aan dat de dramatherapeut in deze fase hem uitdaagt om te spelen met dingen die naar zijn. De dramatherapeut (R4) stelt dat hij veel werkt met uitdagen, uitnodigen, uitlokken en soms meer directiever wordt. De jongere is zelf meer in het spel vanuit een metafoor, dit wordt steeds persoonlijker. Een voorbeeld dat de dramatherapeut hierbij geeft is van een skischans afgaan. 'En binnen dat metafoor kan ik ze uitdagen, kan ik ze prikken, kan ik ze uit het lood halen eigenlijk, om het zo maar te

zeggen.’ Tevens merkt hij dat metaforen een aanleiding zijn voor jongeren om zich open te stellen tot spel.

Interventies Intermezzo: In deze fase zegt de dramatherapeut (R4) dat er filosofisch wordt teruggegrepen op wat de intentie en representatie is van spelen. Hij sluit aan bij het gevoel van de jongere en deelt dingen over hemzelf zoals dat hij bijvoorbeeld ook niet goed geslapen heeft en liever op de bank zit. Hij merkt dat de jongeren hierdoor ontspannen. Gelijkwaardigheid is in deze fase van essentieel belang. Hetgeen hij onderliggend aangeeft is: ik laat je niet los. Verder is hij in dit gesprek de jongeren aan het uitdagen (op woorden) en zoekt hij naar de weerstand en mogelijkheid tot spel. Ook benoemt hij het volgende: ‘Gun jezelf eens weerstand of gun jezelf eens iets lastigs waar wel de focus helemaal op jou ligt. Het is natuurlijk een plek waar jezelf centraal staat dus het is wat dat betreft kan je bijna zeggen, het is een voorrecht om dit te mogen doen’.

Interventies doorbraakfase: Wat betreft de doorbraakfase zegt de dramatherapeut (R4) dat jongeren zich wat meer kunnen uiten in spel en zij langzaam elementen van de tegenrol aannemen. Hierbij geeft hij aan dat het zoeken is naar een balans tussen verbale en non-verbale interventies. Hij geeft aan dat het mooi is wanneer de jongeren in staat zijn om in de beleving te komen. Verbaliseren laat de jongeren vaak terugschieten in de (meta)cognitie. In deze fase kan er onduidelijkheid komen bij de jongere over voelen en praten en geven zij vaak terug: ‘Moet ik dan niet praten om iets te voelen?’ (R4). Hij gaat in deze fase vaak het gesprek aan over voelen en praten. Hij benoemt dat er gepraat mag worden over gevoel maar er een verschil zit in het écht voelen en praten over het gevoel dat je zou kunnen voelen. De dramatherapeut (R4) geeft aan dat het in spel resulteert in een dunne lijn tussen spel en werkelijkheid omdat ze zo gewend zijn met woorden te rationaliseren of te verduidelijken en het een appel doet op vermijdingspatronen. Wanneer hij of zichzelf iets benoemen over het gevoel, kan het te echt worden. Tegelijkertijd zijn woorden nodig om betekenis te kunnen geven. ‘Omdat in die hevigheid der gevoelens die ze hebben, daar hebben ze nog weinig, woorden in. Daar hebben ze nog weinig echt over durven leren of hebben ze nog weinig ruimte gehad om überhaupt te begrijpen wat ze allemaal voelen.’

5.4.2. Literatuurstudie

David Read Johnson (1992) heeft specifieke interventies beschreven die ingezet kunnen worden bij DvT. Deze zijn hieronder in een tabel weergegeven:

Techniek	Uitleg	Doel
Faithful Rendering	-De therapeut vervult en speelt de rol of behoefte van de cliënt met de daarbij gepaarde emotionele conditie.	-De cliënt zijn eigen verhaal laten vertellen of probleem laten oplossen. -Dramatische behoefte vervullen.
Act completion	-Er wordt hulp geboden aan de cliënt om een scene tot een einde te brengen. -Het compleet maken van een geïnternaliseerd, onderdrukte act.	-Een catharsis bereiken.
Defining	-De therapeut helpt de cliënt details ontwikkelen van een eerder gespeeld beeld. -Of de therapeut vraagt de cliënt naar een eerder ongedefinieerd gespeeld element. Cliënt definieert zelf de karakteristieken of identiteit van dit element.	-The scene chronologisch laten verlopen. -Bewustzijn creëren over een nieuw aspect van de situatie.
Repetition	-De therapeut brengt eerder gespeelde elementen terug (scenes, rollen, conflicten, woorden acties, situaties of beelden).	-Cliënt kan nieuwe variaties exploreren -Cliënt krijgt de mogelijkheid om het opnieuw aan te gaan
Intensification	-De therapeut vergroot of verkleint de dramatische expressie, aanwezigheid of fysieke uitdrukking van een element of specifiek beeld of scene.	-Stimuleren of creëren van dieper gevoel of inzicht bij de cliënt.
Joining	-De therapeut speelt een rol die vergelijkbaar is met die van de	-Ondersteunen van moeilijke spelfase

	cliënt, waarbij houding en gedrag worden nagebootst (niet per se volledig).	-Repetition en non-repeating elements onder aandacht te brengen. -Het tackelen van een kloof die herhaaldelijk voorkomt bij de cliënt die de therapeut in rigide en antagonistische rollen plaatst.
Pre-empting	-De therapeut neemt zelf de rol/vorm/identiteit aan die de cliënt zelf vaak speelt (waar de cliënt rigide in kan zijn).	-De cliënt wordt hierdoor gestimuleerd een andere keuze te maken en rol aan te nemen dan wel de complementaire rol aan te nemen.
Action Interpretation	-De therapeut transformeert de scene naar een eerder gespeelde scene waarin verbanden te vinden zijn.	-Vergroten van inzicht van de cliënt, zijn begrip ten aanzien van de opkomende beelden en linken hiertussen. -Ophelderen van eigen gevoelens. -Bewustzijn creëren van hoe verschillende beelden linken leggen tussen kernconflicten.
Bracketing	-De therapeut transformeert de scene naar het doen alsof hetgeen er gespeeld wordt daadwerkelijk een scene, auditie, foto, performance of tv-show is. Zonder te veranderen wat er speelt.	-Distantie creëren.
Transformation to the here and now	-De therapeut transformeert de scene en laat zien wat er daadwerkelijk gebeurt tussen de cliënt en de therapeut. Drukt gevoelens uit over wat de therapeut zelf denkt of voelt over voorgaande scene.	-Verkleinen van distantie -Bewustzijn creëren van de gevoelens die de cliënt kan opwekken bij de ander/therapeut.
Witnessing	-De therapeut trekt zich terug van de scene in de witnessing circle en observeert de cliënt. Bij het terug gaan in de speelruimte geeft de therapeut de geprojecteerde onderdelen terug aan de cliënt met voorkeur in dramatische vorm (in plaats van verbaal).	-De therapeut helpt de cliënt bewust te worden van eigen geprojecteerde aspecten.
Specialized Spaces	-De therapeut introduceert een speciale plek in de ruimte voor niet-geïntegreerde negatieve ervaringen. De cliënt geeft deze plek een naam. Later in het spel, na exploratie van deze plek, kan dit geïntegreerd worden in het spel en kan deze plek weer verdwijnen.	-Emotionele distantie creëren ten aanzien van de ervaring -Exploratie van kritische figuur die behoort tot deze plek/ervaring. -Integratie van deze ervaring binnen de speelruimte.

5.4.3. Conclusie

Uit de literatuurstudie en de data-analyse is gebleken dat er verschillende interventies passend zijn in een DvT-traject voor jongeren met hoogbegaafdheid die vastgelopen zijn in hun ontwikkeling. Binnen de fasering zijn de volgende interventies passend:

Observatiefase: De dramatherapeut faciliteert veiligheid en randvoorwaarden en observeert hoe de jongere spel vormgeeft. In de derde sessie wordt de playspace uitgelegd en ligt de focus op deze zo comfortabel mogelijk betreden.

Beginfase: De dramatherapeut neemt de rol van de jongere aan en speelt vanuit een metafoor.

Veel voorkomende interventies zijn: benoemen wat je doet (commenting in the here and now), voorbeelden geven (modellen) en samen spelen (joinen). Ook worden er interventies gedaan op het gebied van afstand en nabijheid (doen alsof je iemand aanraakt) en wordt er veiligheid gecreëerd.

Middenfase: Veel voorkomende interventies zijn: uitdagen of uitlokken en uitnodigen (tot spelen met dingen die naar zijn). Interventies kunnen directiever worden. Verder wordt de jongere centraler gezet vanuit een metafoor.

Intermezzo: Dit betreft het filosofisch teruggrijpen op de intentie van spel. Hierbij is het van belang als dramatherapeut om aan te sluiten bij de belevingswereld van de jongere en gelijkwaardigheid creëren. Ook wordt er uitgedaagd (op woorden). Verder wordt er gezocht naar de weerstand van spel en waar de mogelijkheid tot spel is.

Doorbraakfase: In deze fase is er sprake van minder verbale interventies en meer fysieke interventies. Het is van belang om daartussen een balans vinden waarbij de jongere niet terugschiet in de metacognitie en vanuit de beleving kan ervaren. Tegelijkertijd zijn verbale interventies nodig om betekenis te geven aan hetgeen zich afspeelt.

Er kan in een DvT-traject gewerkt worden aan de hand van interventies die gebruikelijk zijn bij DvT en naar voren komen uit de literatuurstudie. Uit de data-analyse komen interventies naar voren die in het specifiek passend zijn en worden uitgelicht bij jongeren met hoogbegaafdheid. Deze luiden als volgt:

- Gedurende het hele traject is uitdagen en uitnodigen een passende interventie
- Ruimte en regie geven aan de jongere
- De jongeren zelf laten exploreren met hetgeen er aangeboden wordt
- De jongere verrassen
- Direct zijn en confrontatie aangaan (fysiek, vocaal en letterlijk)
- Inzetten van humor
- Het stapsgewijs rekken van de comfortzone van de jongere
- Bekrachtigen en complimenteren
- In spel dingen personifiëren
- Fysieke interventies
- Repetitie
- Metaforisch werken
- Picasso (incongruente signalen geven bijvoorbeeld lief en eng tegelijk) en de jongere zelf ruimte geven waar zij op in willen gaan

5.5. Deelvraag 5.

Welke therapeutische attitude is passend binnen een dramatherapeutisch aanbod middels DvT voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?

5.5.1. Resultaten dataverzameling.

Helpende attitude

Uit de dataverzameling blijkt dat de houding van de dramatherapeut een essentiële rol speelt, die niet specifiek gebaseerd is op fasering maar gericht is op het gehele DvT-traject.

Drie respondenten (R1,2,3) geven aan de dramatherapeut al langer te kennen van bijvoorbeeld andere ontwikkelblokken en geven aan dat ze hierdoor al een klik hadden en dit fijn vonden. Verder geven drie respondenten (R1,3,5) aan het als prettig te ervaren dat zij contact hebben met de dramatherapeut buiten de sessies om en bijvoorbeeld ook met hem kunnen poolen. Een respondent geeft aan dat het contact buiten de sessies om en de mogelijkheid tot bijvoorbeeld tafeltennis, maakt dat hij hem 90% als vriend ziet en 10% als therapeut, wat voor hem een belangrijke factor is. De dramatherapeut (R4) geeft over contact buiten de sessies om aan dat dit gelijkwaardigheid creëert en de ruimte biedt om ook dingen over hemzelf te delen. Hierdoor kan er al een band zijn of wordt deze met de start van een DvT-traject versterkt. Hij maakt hierin naar de jongere toe wel duidelijk dat hij binnen de sessies een andere rol heeft, de therapeutenrol. Verder zegt hij dat deze jongeren vanwege het grote rechtvaardigheidsgevoel en empathisch vermogen, behoefte hebben aan iemand die zich net zo kwetsbaar opstelt. Jezelf kwetsbaar opstellen, over jezelf vertellen, wie je bent en wat je lastig vindt, wordt volgens de dramatherapeut (R4) enorm gewaardeerd door de jongeren en hij denkt dat dat een voorwaarde is om de kwaliteit van de DvT sessies te vergroten. Hij geeft aan dat de jongeren veel vragen hebben en gevoelig zijn voor hoe hij zich voelt, waarbij eerlijkheid en openheid ook een belangrijke rol speelt. Twee respondenten (R3,6) benoemen dat de dramatherapeut eerlijk is.

Vier respondenten (R1,3,4,6) geven aan dat gelijkwaardigheid een essentieel aspect is. Dit wordt onder andere benoemd als een kerneigenschap van de dramatherapeut (R3). Drie respondenten (R1,4,6) geven aan dat samen een speler zijn prettig of helpend is. De dramtherapeut (R4) geeft aan dat wederkerigheid, laagdrempeligheid en hen ontmoeten als hemzelf en niet als therapeut van belang is. Verder zegt hij hierover: Plus DvT is de manier waarop je natuurlijk samen een broken toy bent, samen in spel bent.

Vijf respondenten (R1,2,3,4,5) geven aan dat de dramatherapeut goed weet af te stemmen en aan te sluiten. Eén respondent (R5) geeft daarbij aan dat hij begrijpend is. Eén respondent (R3) geeft aan dat de therapie persoonlijk is en aangepast op het individu zelf, dit wetende als gegeven vindt hij heel fijn en mooi. Eén respondent (R5) geeft daarbij aan dat ze bijvoorbeeld gaan poolen wanneer hij voor een sessie aangeeft dat het teveel is. Een andere respondent (R2) geeft aan dat hij aansluit bij zijn interessegebied; sporten.

Eén respondent (R7) ervaart hem als compassievol, vriendelijk en open minded.

Verder geven twee respondenten (R1,4) veiligheid aan. Een respondent (R1) geeft aan dat hij oordeelloos is en hem niet bekritiseert. Drie respondenten (R2,4,5) geven aan dat hij direct kan zijn waaronder één respondent (R2) aangeeft dat hij het fijn vindt dat de dramatherapeut zijn tegenpool kan zijn. Verder geeft één respondent (R3) aan dat hij heel passievol is. Dat heeft hem geholpen en heeft hij als prettig ervaren. Hierdoor heeft hij zin om naar de therapie te gaan in tegenstelling tot andere therapieën waar hij met tegenzin heenging.

In de enquête wordt de vraag gesteld of er nog iets is wat je zelf wilt delen. De drie respondenten (R5,6,7) geven allen een compliment aan de dramatherapeut en ervaren hem als ‘toffe gast’. Ook uit het interview wordt door respondenten (R1,2,3) gezegd dat hij een toffe gast is en ze een klik met hem hebben.

Attitude in vergelijking tot andere therapievormen

Vijf respondenten (R1,2,3,5,7) geven aan dat dramatherapie meer helpt in tegenstelling tot andere therapieën die zij gehad hebben. Een reden die zij allen geven is dat ze in dramatherapie actief bezig zijn en er niet enkel wordt gepraat. ‘Een stukje activiteit die voorkomt dat je volledig in gedachten verzinkt. Het is een stuk minder intrusief op zijn eigen manier (R6).’ De meeste geven aan dat praten leidt tot nog meer informatie, in een hoofd wat al vrij vol zit en daar vervolgens nog meer in vastlopen. Ook wordt een uur praten als ‘saai’ en ‘minder interessant’ ervaren (R3). Een andere respondent (R6) noemt dit ‘droger en depressiever.’ Eén respondent (R2) geeft aan dat hij in een gesprek bij andere therapievormen, hij de therapeut altijd een stap voor was.

Twee respondenten geven (R1,6) aan dat dramatherapie niet enkel inhaakt op de problematiek zoals angststoornis of depressie maar ook gericht is op andere emoties. ‘Die gaan die hele jus zitten omroeren en die prikken door, of dat proberen ze dan, naar die plek waar je in ieder geval niet bij wil, die angststoornis onder die depressie (R1).’ De dramatherapeut (R4) geeft aan dat je bij hoogbegaafden niet moet pretenderen alles te weten

en je niet op te stellen als ‘stille regisseur’ waarbij zij alles op tafel leggen. Het onderdeel: samen doen, is volgens hem van belang. Een respondent (R7) zegt hierover:

In plaats van statische vormen van therapie is een groot verschil de beweging, de verbondenheid en in veel gevallen het kunnen uitbeelden van confrontatie die zich vaak bij mij intern afspeelt. Het drama aspect maakt het voor mij zoveel meer betekenisvol dan andere vormen van therapie die ik heb ervaren. Zo heb ik naar mijn gevoel meer gehad aan 1 goede sessie drama therapie dan een half jaar ‘normale therapie.’ Ik vind het superfijn, het is de meest constructieve therapie die ik ooit heb gehad.

5.5.2. Resultaten literatuurstudie

Presentie benadering

Er zijn verschillende therapeutische attitudes. Eén daarvan is gebaseerd op de presentietheorie. De presentietheorie heeft te maken met het ‘present zijn’ in het leven van de ander. Het heeft betrekking op het aandachtig toegewijd zijn aan de ander. Het startpunt is daarin niet de eigen visie, maar hetgeen wat voor de ander van belang is. Er wordt aangegeven dat mensen een goede hulpverlener beschrijven als iemand die benaderbaar is en oprecht bekommerd is over hoe het met je gaat. “Iemand die concreet tijd en aandacht voor je heeft, zich op je betreft en zich jouw lot aantrekt, die iets begrijpt van je leven en je sores en die het goede voor jou wil” (Presentie, 2021). Deze benaderingswijze bestaat uit een aantal kenmerken. Er wordt gewerkt vanuit de relatie waarbij je de ander opzoekt, tijd mee doorbrengt, de ander leert kennen en vertrouwen opbouwt. Een ander kenmerk is aansluiten en afstemmen op wat de ander bezighoudt en belangrijk vindt. Verder wordt niet enkel vanuit een bepaalde routine gewerkt en het tempo aangepast op het tempo van de ander. Tevens is een kenmerk dat je geen afstand neemt van het ‘onverbeterlijke’ van de ander (Presentie, 2021).

Cliëntgerichte benadering

Een andere therapeutische attitude is de cliëntgerichte. In de cliëntgerichte benaderingswijze is de werkrelatie een belangrijk uitgangspunt. De cliënt wordt geaccepteerd in wie hij of zij is en vereist een empathische benadering. Hierin is de cliënt leidend in het ontdekken van eigen kunnen en wordt de therapeut niet als ‘leermeester’ gezien. De therapeut is een actieve luisteraar. De cliënt staat centraal waarbij de therapeut zich niet richt op de diagnose maar op de mens (CCGT, 2019).

DvT-gerichte houding

De rol van de therapeut in DvT kent een aantal kenmerken. De therapeut is in DvT een actieve medespeler. Dit is een belangrijk aspect in DvT. De therapeut is ‘in-role’ in het medium drama. Hiermee wordt bedoeld dat de therapeut in de playspace is en daarin verschillende rollen aanneemt. Er worden geen andere rollen aangenomen buiten het medium om zoals de rol van de ‘witness’, ‘director’ of ‘sidecoach’ zoals bij dramatherapie wel het geval kan zijn. De dramatherapeut in DvT is bijvoorbeeld geen toeschouwer terwijl de cliënt bezig is in het medium. Tevens verbaliseert de therapeut niet in DvT vanwege het principe dat de transformatie in het spel plaatsvindt. Dit betekent dat de therapeut geen contact heeft buiten het DvT-traject om of voor en na een sessie (Johnson, 1992). Verder kan de therapeut gezien worden als het speelobject van de cliënt, dit wordt ‘broken toy’ genoemd. De therapeut staat ten dienste van de cliënt maar heeft wel de mogelijkheid om te reageren op de cliënt. Dit betekent dat de therapeut open moet staan om te spelen met eigen ‘gebroken’ aspecten. Op deze manier kan de therapeut er in zijn volledigheid zijn voor de cliënt (Johnson & Emunah, 2009).

Houding passend bij mensen hoogbegaafdheid

Mensen met hoogbegaafdheid vereisen een benaderingswijze die niet gericht is op autoriteit. “Hoog- of meerbegaafde kinderen hebben onder meer behoefte aan autonomie, gelijkwaardigheid, begrip en respect, zelfredzaamheid, ruimte en verantwoordelijkheid” (Balansdigitaal, z.d.). Naast de balanstheorie, gericht op hoogbegaafde kinderen en jongeren, wordt deze vervolgt met betrekking tot de begeleiding van hoogbegaafde kinderen en jongeren op school en thuis. Hierin wordt de balans tussen authenticiteit en persoonlijke intimiteit aangegeven. Dit betekent dat het van belang is dat autoriteitsfiguren zichzelf durven te zijn en zich niet beter voordoen (bijvoorbeeld ook in ander gezelschap). Transparantie is van belang. Daarbij hoeft men niet zijn volledige privacy op te geven maar zijn eerlijkheid en consequentie daarin een belangrijke factor. Verder wordt aangegeven dat een democratische manier van leiding geven de voorkeur heeft en het beste lijkt aan te sluiten (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Attitude in vergelijking tot andere therapieën

Uit onderzoek is gebleken dat gesprekstherapie niet passend is. Dit komt omdat hoogbegaafden in gesprek controle houden en leidend zijn. Tevens hebben zij een sterke verbale afweer waardoor de gevoelswereld onveranderd blijft (Ribbens, 2006). Daarnaast is er vaak sprake van hoog sensitiviteit waarbij een cognitieve insteek enkel zal leiden tot meer chaos in eigen gedachten. Een actievere insteek is toereikender om te leren omgaan met de grote stroom van prikkels (Bressers, 2012).

5.5.3. Conclusie

Uit de resultaten van de dataverzameling en de literatuurstudie is gebleken dat een houding waarin de therapeut gelijkwaardig is aan de hoogbegaafde jongere, van essentieel belang is. De presentiebenadering waarbij de therapeut beschikbaar is buiten de therapiesessies om, heeft een positieve invloed en draagt bij aan het gevoel van gelijkwaardigheid.

Uit de literatuurstudie is gebleken dat de therapeut in DvT buiten het DvT-traject om geen contact heeft met de cliënt. Hierin verschilt de literatuur van de resultaten uit de dataverzameling.

Verder sluit een cliëntgerichte benadering aan waar de werkrelatie een uitgangspunt is. Zowel de literatuurstudie en de data-analyse laten een aantal factoren zien die bijdragen aan een positieve werkrelatie met hoogbegaafde jongeren:

- Respect
- Gelijkwaardigheid
- Eerlijkheid
- Openheid
- Afstemmen en aansluiten op de behoefte van de ander
- Vriendelijk
- Oordeelloos, niet bekritiserend
- Beschikbaarheid ofwel contact buiten DvT-sessies om
- Open-minded
- Empathisch of begrijpend
- Veiligheid
- Kwetsbaar opstellen
- Directief
- 'Jezelf zijn'

Verder is uit de data-analyse en literatuurstudie gebleken dat enkel een cognitieve insteek, een negatieve impact heeft op jongeren met hoogbegaafdheid. Het samen in spel zijn (en de therapeut een actieve medespeler is), is een belangrijke factor. Daarbij is de 'broken toy' houding passend.

6. Conclusie

Vanuit de opdrachtgever is de vraag gekomen om een onderzoek te starten bij een dramatherapeut die DvT aanbiedt aan hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. De hoofdvraag luidt als volgt:

“Hoe ziet een dramatherapeutisch aanbod eruit volgens de methode Developmental Transformations voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling?”

Hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling kunnen op verschillende gebieden problemen ervaren. Uit het probleemgebied komt de hulpvraag voort (zie deelvraag 1).

Om in aanmerking te komen voor een DvT-traject wordt er voor jongeren onder de 18 jaar een zorgtraject opgesteld. Voor iemand boven de 18 jaar kan er via de huisarts een indicatie aangevraagd worden. De dramatherapeut kijkt of een DvT-traject passend is bij de hulpvraag. Contra-indicaties zijn: wanneer DvT een te grote stap is, mensen die psychotisch zijn, mensen met problematiek rondom agressie of zelfbeheersing en mensen die geen affiniteit hebben met drama.

In totaal duurt een sessie 60 minuten en worden er 12 sessies aangeboden. Na 12 sessies vindt er een MDO plaats. In dit MDO wordt geëvalueerd of het traject wordt afgerond of verlengd. Indien gekozen wordt voor verlenging, herhaalt dit proces zich zo vaak als nodig wordt geacht. Aanbevolen wordt om niet vooraf een periode van maximaal 12 weken vast te stellen.

Wanneer een sessie wordt gestart, is er een incheck moment, die leidend is voor de manier waarop het spel wordt betreden. De afronding van een sessie wordt gemarkeerd door 1 minuut stilte waarna er ruimte is voor gesprek over de sessie. Daarna wordt er kort aandacht besteed aan het teruggaan naar het dagelijks leven. Voor de gehele afronding wordt in totaal 10 minuten gerekend.

Observatieperiode: De eerste 3 sessies dienen als observaties. De volgende aspecten worden geobserveerd: welke veiligheid en randvoorwaarden zijn nodig, waar liggen mogelijkheden, wat is het spelniveau, hoe wordt spel vormgegeven en welke thema's komen naar voren.

De eerste twee sessies is het geen vereiste om aan de hand van de methodiek DvT te werken.

In de derde sessie wordt de playspace uitgelegd en betreden. Interventies zijn gericht op zo comfortabel mogelijk in de playspace zijn en gericht op het faciliteren van veiligheid en het creëren van randvoorwaarden.

Indicatiestelling: Na de observaties worden er samen met de jongere relatief kleine, haalbare dramadoelen opgesteld. Dit wordt vervolgens besproken met de betrokken hulpverleners.

Beginfase: De therapeut neemt de rol van de jongere aan en speelt deze vanuit een metafoor.

Doelen: spelcapaciteit vergroten, comfortabel in de playspace zijn, rollenarsenaal uitbreiden, leiding durven nemen en contact aangaan met de therapeut en zichzelf.

Interventies: benoemen wat je doet (commenting in the here and now), voorbeelden geven (modellen), samen spelen (joinen), veiligheid creëren en interventies op gebied van afstand en nabijheid.

Middenfase: De jongere gaat meer centraal staan en langzamerhand spelen met dingen die naar zijn. Sessies worden intenser en lichamelijker.

Doelen: spelen met thema's die als naar worden ervaren, leren aangeven wat prettig of onprettig is, spelen in een metafoor die betrekking heeft op eigen thematiek en durven niet leuk zijn.

Interventies: uitdagen en uitnodigen (tot spelen met dingen die naar zijn), directievere interventies, centraliseren van jongere in een metafoor.

Intermezzo: Dit vindt meestal plaats na drie à vier sessies en kan één à twee sessies duren. Dit ontstaat wanneer aanvoeld wordt dat er te veel weerstand is of de intensiteit te hoog is. De jongere wordt uitgenodigd om een eigen plek te creëren in de ruimte en de therapeut en de jongere gaan met elkaar in gesprek. De therapeut heeft de taak om de thematiek te vinden die de jongere moeilijk vindt in zowel het dagelijks leven als in spel.

Gelijkwaardigheid is van essentieel belang in deze fase.

Doelen: doel van de therapeut is het vinden waar de weerstand zit van de jongere, vinden waar de spelmogelijkheid is, waar de veiligheid is en de gelijkwaardigheid.

Interventies: teruggrijpen naar de intentie van spel, aansluiten bij de beleavingswereld van de jongere, gelijkwaardigheid creëren, uitdagen (op woorden).

Doorbraakfase: Dit vindt meestal één à twee sessies na de intermezzo plaats. Kenmerkend is dat jongeren zich in deze fase meer durven te uiten in spel.

Doelen: de jongere gaat (met elementen van) de tegenrol spelen wat een appel doet op het stuk dat zij zich onbegrepen voelen. De tegenrol symboliseert de maatschappij. Een ander doel is dat er minder geverbaliseerd wordt en de jongere meer in de beleving zit.

Interventies: minder verbale en meer fysieke interventies. Hiertussen moet een balans worden gevonden.

Evaluatie: Besluiten of het DvT-traject verlengd of afgerond wordt.

Doelen: Integratie van het doel in het DvT-traject, in het dagelijks leven bespreken.

Verlengen 12 weken: het doel in de beleving zijn, kan worden behaald.

Verlengen lange termijn: Er wordt gewerkt aan meer zelfinzicht, kernwaarden kunnen ontdekt worden, acceptatie vinden van wie je bent en zonder metaforen spelen vanuit de eigen thematiek.

Eindfase: Als het DvT-traject wordt afgerond wordt er nog één a twee sessies aangeboden waarin de thematiek afscheid nemen aan bod komt.

Daarnaast zijn er andere specifieke doelen die van toepassing kunnen zijn bij hoogbegaafde jongeren (zie deelvraag 3).

Specifieke interventies die passend zijn binnen een DvT-traject voor hoogbegaafde jongeren zijn:

Uitdagen en uitnodigen gedurende het hele traject. Daarbij is het van belang om ruimte en regie te geven aan de jongere. Ook is aangegeven dat het fijn is dat zij zelf kunnen exploreren met hetgeen er aangeboden wordt.

Verder zijn passende interventies: de jongere verrassen, direct zijn en confrontatie aangaan (fysiek, vocaal en letterlijk), inzetten van humor, het stapsgewijs rekken van de comfortzone van de jongere, bekrachtigen en complimenteren, in spel dingen personifiëren, fysieke interventies, repetitie, metaforisch werken, Picasso (incongruente signalen geven bijvoorbeeld zoals lief en eng tegelijk).

Passende attitudes van de therapeut binnen een DvT-traject voor hoogbegaafde jongeren zijn:

Respectvol zijn, gelijkwaardig zijn, eerlijk zijn, open zijn, afstemmen en aansluiten op de behoefte van de ander, vriendelijk zijn, oordeel-loos zijn, open-minded zijn, empathisch zijn, veiligheid bieden, kwetsbaar zijn, directief en 'jezelf zijn.'

Daarbij heeft het contact tussen de dramatherapeut en de jongere vóór een DvT-traject wordt gestart een positieve invloed. Dit geldt ook voor de beschikbaarheid naast het DvT-traject zoals activiteiten als poolen of pingpongen. Passende benaderingen zijn: de presentiebenadering en de cliëntgerichte benadering.

Enkel een cognitieve insteek heeft een negatieve impact op de jongere. Het samen in spel zijn waarbij de therapeut een actieve medespeler is, is een belangrijke factor waarbij de DvT-gerichte houding: 'broken toy' passend is.

Uitgelicht

Over jongeren met hoogbegaafdheid is bekend dat het creatieve denkvermogen een belangrijk onderdeel is en zij rijke verbeelding kunnen hebben. De methodiek Developmental Transformations doet hier een appel op. Ook het metaforisch werken sluit aan bij jongeren met hoogbegaafdheid en komt terug in DvT. Verder zijn hoogbegaafde jongeren vaak cognitief sterk aangelegd waarbij de verbinding met het voelen kan ontbreken. Ook laten de kenmerkende factoren een complex beeld zien waarbij het bij ieder individu anders tot uiting komt. In DvT is er ruimte voor deze complexiteit en kan gespeeld worden met dualiteit.

Doordat de (meta)cognitie zodanig sterk ontwikkeld kan zijn, heeft gesprekstherapie een negatieve invloed of is niet zinvol. De verbale afweer is hierbij te sterk en er vindt geen innerlijke beweging plaats.

In DvT is de belichaming een belangrijk onderdeel en wordt er gebruik gemaakt van de recursive cycle. Hierin wordt de cliënt uitgenodigd om al deze stappen te doorlopen in de playspace, in de ervaring, belichaamd en in relatie tot de ander. Er wordt een appel gedaan op eenieder, om alles wat wordt waargenomen, gevoeld en gedacht in te brengen in spel waar dit vervolgens kan transformeren.

Verder is het van belang om met hoogbegaafde jongeren te werken vanuit gelijkwaardigheid. Deze wordt gecreëerd door kwetsbaarheid en openheid te tonen. Ook door het feit dat de therapeut in DvT een actieve medespeler is en er contact plaatsvindt buiten de sessies om (ondanks dit contact niet gebruikelijk is bij DvT).

Verder is het niet gebruikelijk om gesprekken over de therapie te hebben (zowel tijdens een sessie als in de voor- of nabespreking). Bij deze jongeren in het specifiek is het van belang om dit wel te doen omdat zij vanuit hun sterk ontwikkelde cognitie en leerbehoefte, de betekenis van spel willen begrijpen. Ook de specifieke fasering sluit nauw aan bij jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Zij worden verrast door de dramatherapeut werkend in DvT. Alle hoogbegaafde jongeren die respondent zijn in dit onderzoek, laten een positieve waardering zien voor DvT en de dramatherapeut.

7. Aanbevelingen

Er is onderzoek gedaan naar hoe een dramatherapeutisch aanbod eruit ziet gebaseerd op de methode Developmental Transformations voor jongeren met hoogbegaafdheid die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

In de opzet voor dit product is naar voren gekomen wat het probleemgebied is van hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling en daaruit voortvloeiend kunnen hulpvragen komen. Ook is er een behandelopzet gemaakt waarbij er fasering in kaart is gebracht, die gepaard gaat met doelen en interventies. Ook zijn er andere interventies en doelen naar voren gekomen die passend zijn in een DvT-traject. Daarnaast is een passende houding van de therapeut onderzocht en opgenomen in het onderzoek. Hier is een factsheet van gemaakt.

De aanbeveling voor de beroepsontwikkeling is om een product te ontwikkelen over de wijze waarop DvT wordt toegepast bij hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Dit zou mogelijk kunnen zijn aan de hand van dit onderzoek en eventueel vervolgonderzoek. Aanbevolen wordt om dit product te richten op één of twee keer, twaalf sessies. Hierin is concrete fasering naar voren gekomen.

De aanbeveling voor de praktijk is om meer kwalitatief onderzoek te verrichten naar de wijze waarop DvT toegepast wordt op langere termijn bij hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Momenteel is hier geen concreet beeld van. Het zou waardevol zijn om te onderzoeken en inzichtelijk te maken wat een DvT-traject op lange termijn te bieden heeft aan jongeren met hoogbegaafdheid. Tevens is dit waardevol voor de beroepsontwikkeling.

Daarnaast is de aanbeveling om meer kwalitatief en kwantitatief onderzoek te verrichten naar de wijze waarop DvT wordt toegepast bij hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling. Uit het onderzoek is gebleken dat verbale therapievormen niet aansluiten en deze kunnen een negatieve invloed hebben op hoogbegaafde jongeren. Hierom is het waardevol voor de beroepsontwikkeling om meer onderzoek te verrichten naar de wijze waarop DvT wordt toegepast bij jongeren met hoogbegaafdheid.

Aanbevolen wordt om onderzoek, dat gericht is op de wijze waarop DvT of dramatherapie ingezet wordt bij hoogbegaafde jongeren, kenbaar te maken op (middelbare) scholen. Uit een onderzoek is gebleken dat 25% van de hoogbegaafde jongeren ernstige gedragsproblemen ondervindt waarvan de helft te maken heeft met onderpresteren (D'hondt & Van Rossen, 2019). Daarbij is gebleken dat dit kan leiden tot het uitvallen van school en kunnen zij voor langere periodes thuis zitten. Het reguliere schoolsysteem sluit niet aan bij de behoeftes van hoogbegaafde jongeren en heeft vaak een negatieve impact op het welzijn van deze jongeren. Hierdoor gaan de kennis en kwaliteiten van deze jongeren verloren. Hierom is het waardevol om (middelbare) scholen bewust te maken van een dergelijk onderzoek. Tevens draagt dit bij aan de positionering van vaktherapie.

Een andere aanbeveling voor de beroepsontwikkeling is om te onderzoeken of er meer dramatherapeuten zijn (gespecialiseerd in DvT) die hoogbegaafde jongeren behandelen. Het is waardevol om deze kennis en ervaringen te bundelen. Op deze manier komt er meer kennis beschikbaar over vaktherapie en de kracht hiervan.

Wanneer er vervolgonderzoek wordt gedaan, draagt dit bij aan de her- en erkenning van de behoeftes van hoogbegaafde jongeren en hoe hierop aangesloten en afgestemd kan worden. Tevens draagt dit bij aan de ontwikkeling van de beroepspraktijk.

Bij de toepassing van vervolgonderzoek is de aanbeveling om beeldmateriaal te verzamelen en te analyseren. Dit kan een concreter beeld geven van de wijze waarop DvT toegepast wordt bij hoogbegaafde jongeren die zijn vastgelopen in hun ontwikkeling.

De aanbeveling voor de opdrachtgever is om onderzoek, verricht door vierdejaarsstudenten, over DvT te bundelen en online samen te voegen en een plek te geven. Dit draagt bij aan de beroepsontwikkeling van DvT waarbij kennis toegankelijk wordt en kan verspreiden. Dit kan andere vierdejaarsstudenten inspireren om (vervolg)onderzoek te doen naar DvT waardoor de kennis hierover verder ontwikkeld wordt.

Bibliografie

- Balansdigitaal. (z.d.). *Begeleiding bij hoogbegaafdheid*. Geraadpleegd op 16 december 2021, van <https://balansdigitaal.nl/kennisbank/zorg/naar-de-specialist-bij-leer-en-gedragsproblemen/begeleiding-bij-hoogbegaafdheid/>
- Balansdigitaal. (z.d.). *Omgaan met hoogbegaafdheid in het onderwijs*. Geraadpleegd op 4 november 2021, van <https://balansdigitaal.nl/kennisbank/onderwijs/ondersteuning-op-school/omgaan-met-hoogbegaafdheid-in-het-onderwijs/>
- Balansdigitaal. (z.d.). *Wat is hoogbegaafdheid*. Geraadpleegd op 19 oktober 2021, van <https://balansdigitaal.nl/kennisbank/ontwikkelingsproblemen/welke-ontwikkelingsproblemen-zijn-er/wat-is-hoogbegaafdheid/>
- Boomtest Onderwijs. (2020). *Perfectionisme bij hoogbegaafde kinderen: zo ga je er in de klas mee om*. Geraadpleegd op 4 november 2021, van https://www.boomtestonderwijs.nl/actueel-item/80-3077_Perfectionisme-bij-hoogbegaafde-kinderen-zo-ga-je-er-in-de-klas-mee-om
- Bressers, E. (2012). Faalangst en hoogsensitiviteit: Laten we ze niet verwarren! *HSK-XL*, 28-32.
- CCGT. (2019). *Clïëntgerichte psychotherapie*. Geraadpleegd op 10 november 2021, van <https://ccgt.nl/CGP.htm>
- Cleven, G. (2004). *In scène*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Corbeij, E. (2020). *Identiteitsvorming bij Jongeren met Begaafdheidskenmerken* (Afstudeeropdracht) Pedagogiek, Fontys Hogescholen, Tilburg. Geraadpleegd op 15 november 2021, van <https://ikbenhoogbegaafd.nl/wp-content/uploads/2020/08/ILL-Afstudeeropdracht-Esmee-Corbeij.pdf>
- De Graauw, C. (z.d.). *Recht op je doel af door inventarisatie-onderzoek*. Geraadpleegd op 19 december 2021, van <https://www.claudidegrauw.nl/inventarisatie-onderzoek/>
- D'hondt, C., & Van Rossen, H. (2019). *Succesvol begeleiden van hoogbegaafde kinderen en jongeren* (2e druk). Antwerpen: Garant-Uitgevers N.V.
- DvT Nederland. (z.d.). *Developmental Transformations*. Geraadpleegd op 15 december 2021, van <https://developmentaltransformations.nl/>
- Frydman, J. S. (2017). Select models of cognition in developmental transformations: A theoretical integration. *The Arts in Psychotherapy*, 111-116.
- GGZ Standaarden. (z.d.). *Vaktherapie in de zorg*. Geraadpleegd op 18 december 2021, van <https://www.ggzstandaarden.nl/generieke-modules/vaktherapie/vaktherapie-in-de-zorg/monitoring/figuur-patient-journey>
- Jellema, M. (2013). Uit het hoofd. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 29-31.
- Johnson, D. R. (1986). The developmental method in drama therapy: Group treatment with the elderly. *The Arts in Psychotherapy*, 17-34.
- Johnson, D. R. (1991). The theory and technique of transformation in drama therapy. *The arts in psychotherapy*, 285-300.
- Johnson, D. R. (1992). The dramatherapist in role. *Drama therapy: Theory and practice*, 112-136.
- Johnson, D. R., & Emunah, R. (2009). *Current Approaches in dramatherapy* (2e druk). Springfield: Charles C. Thomas.
- Johnson, D. R., & Emunah, R. (2020). *Current Approaches in dramatherapy* (3e druk). Springfield: Charles C. Thomas.
- Johnson, D. R., Forrester, A., Dintino, C., James, M., & Schnee, G. (1996). Towards a Poor Drama Therapy. *Arts in Psychotherapy*, 293-306.
- Kerpel, A. (2019). *Hoogbegaafdheid*. Geraadpleegd op 19 december 2021, van <https://wij-leren.nl/succesvol-begeleiden-van-hoogbegaafde-kinderen-en-jongeren.php>
- Kieboom, T., & Venderickx, K. (2017). *Meer dan intelligent*. Tiel: Lannoo.
- Maes, S. (2012). *Superkracht* (Afstudeeropdracht). Vaktherapie, Hogeschool Arnhem en Nijmegen, Nijmegen. Geraadpleegd op 20 november 2021, van <https://hbo-kennisbank.nl/resolve/hogeschoolarnhemnijmegen/eyJ1IjogImh0dHBzOi8vc3VyZnNoYXJla2l0Lm5sL29iamVjdHN0b3JIL2E1MGlwYTlkLTNlYmMtNDQxNy1hOTU4LTZhMzdjMDM5YWYzYSIsICJoljogImVjZDkzMjg0O>

DEyMzhkNjE5MjBhZDhjYzgwYTNkNmI1M2E2ZDYyMTQ0NjA1ZmQxZjRjMDkyYWQ4OGExMTYyZGMif
Q==

- Meijer, R. (2015). *Zoveel meer dan een cijfer* (Afstudeeropdracht). Vaktherapie, Hogeschool Utrecht, Amersfoort. Geraadpleegd op 20 november 2021, van https://hbo-kennisbank.nl/details/sharekit_hu:oai:surfsharekit.nl:d5e61749-570d-464a-b998-ca2cad87de49?q=%22Meijer%2C+Rianne%22
- Migchelbrink, F. (2014). *Handboek praktijkgericht onderzoek*. (3e druk) Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Nusbaum, E. C., & Silvia, P. J. (2011). Are intelligence and creativity really so different? Fluid intelligence, executive processes, and strategy use in divergent thinking. *Intelligence*, 36-45.
- Open Universiteit. (2021). *Hoogbegaafde kinderen hebben vaker last van angststoornissen*. Geraadpleegd op 20 december 2021, van <https://www.ou.nl/-/hoogbegaafde-kinderen-hebben-vaker-last-van-angststoornissen>
- Praktijk Hoogbegaafd. (z.d.). *Hoogbegaafdheid en faalangst*. Geraadpleegd op 4 november 2021, van <https://www.praktijkhoogbegaafd.nl/hoogbegaafdheid-en-faalangst/>
- Praktijk Hoogbegaafd. (z.d.). *Passende therapie bij hoogbegaafdheid*. Geraadpleegd op 14 oktober 2021, van <https://www.praktijkhoogbegaafd.nl/passende-therapie-hoogbegaafdheid/>
- Presentie. (2021). *Wat is presentie?* Geraadpleegd op 17 December 2021, van <https://www.presentie.nl/algemeen/wat-is-presentie/>
- Reynolds, A. (2011). Developmental Transformations: Improvisational Drama Therapy with Children in Acute Inpatient Psychiatry. *Social Work With Groups*, 296-309.
- Ribbens, H. (2006). Niet denken maar voelen. *Talent*, 8-11.
- Silvia, P. J. (2008). Another look at creativity and intelligence: Exploring higher-order models and probable confounds. *Personality and Individual Differences*, 1012-1021.
- SLO. (2020). *Begaafdheid: Theorie en modellen*. Geraadpleegd op 19 november 2021, van <https://talentstimuleren.nl/thema/begaafdheid/theorie-modellen>
- Stichting Feniks Ontwikkelingsbegeleiding. (2020). *Ouders/verzorger*. Geraadpleegd op 14 december 2021, van <https://feniks-ontwikkelingsbegeleiding.nl/ouders-verzorgers/>
- Tieleman, M. (2016). *Levensfasen*. Amsterdam: Boom uitgevers.
- Van Thiel, M. K. (2008). *Hoogbegaafd dat zie je zó!* Ede: OYA Productions.
- Webb, J. T. (2013). *Searching for meaning*. Tucson: Great Potential Press.
- Webb, J. T., Amend, E. R., Beljan, P., Webb, N. E., Kuzujanakis, M., Olenchak, F. R., & Goerss, J. (2006). *Misdiagnosis and dual diagnosis of gifted children and adults*. Tucson: Great Potential Press.
- Willemsen, M. (2014). In dramatherapie spelen met het onspeelbare. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 11-17.
- Willemsen, M., & Boorsma, E. (2017). De lege ruimte. *Spelenderwijs*, 24-27.
- Zobegaafd. (z.d.). *Hoeveel procent van de bevolking is hoogbegaafd*. Geraadpleegd op 10 oktober 2021, van <https://www.zobegaafd.nl/hoeveel-procent-van-de-bevolking-is-hoogbegaafd/>

Bijlage 1. Interview respondent 1

(afgenomen op 4 november 2021)

Interviewer: Ik begin met de eerste vraag, kun je mij wat vertellen over hoe jij bij Feniks terecht bent gekomen?

Respondent 1: Hoe ik bij Feniks terecht ben gekomen?

Interviewer: Ja.

Respondent 1: Hoe ik het, het makkelijkst kan zeggen denk ik, is dat ik rond de vijfde op school ben ik vastgelopen en uitgevallen. Heb ik twee jaar thuis gezeten en wat psychologen gehad en ben niet veel verder ben gekomen. Mijn moeder die heeft over verloop van tijd veel interesse gehad in best wel, vanuit zichzelf ook vanuit zorg voor mij, interesse gehad op gebied van autisme en hoogbegaafdheid en daar doet ze nu ook werk mee qua begeleiden.

Interviewer: Oh, dus zij heeft er wel verstand van zeg maar.

Respondent 1: Ja en in dat dat wereldje van hoogbegaafden was ze ook naar een lezing gegaan van iemand. Dat is dan als het goed is de oprichter van Feniks. Ik weet daar zelf eerlijk gezegd niet zo heel veel van maar hij had gewoon heel veel dingen, ook op LinkedIn volgt ze hem. Hij had heel veel interessante dingen te zeggen over hoogbegaafdheid. Volgens mij had ze daar een keer een lezing van bijgewoond en informatie van hem opgezocht. Via hem, hij heeft als het goed is ook Feniks opgezet en is, daarna is het doorgedaan en via dat was mijn moeder erbij gekomen en die had dat toen aan mij laten zien en vanaf toen is het verder gegaan eigenlijk.

Interviewer: Via daar, die weg ben je eigenlijk hier naar toe gekomen? Of hier beland?

Respondent 1: Ja dat klopt. Dat werd een beetje een in de week gelegd bij mij. Van hey, zou dit wellicht wat zijn. Er werd gewoon verteld dat je moet niets. Dat was zeker een ding. Ik vond het altijd moeilijk om ergens commitment aan te geven. Mijn dag- en nachtritme was helemaal geflipt toen nog. Het was een hele geruststelling dat je, in ieder geval, wat toen verteld werd, dat je naar een plek toe gaat waar je bij wijze van spreken ook in een stilteruimte kan slapen als je wil. Dat je gewoon fijne dingen kan doen. Toen zijn we volgens mij even gaan kijken en bij het intake gesprek zijn we de lokalen gaan bekijken. Of nou ja, lokalen, ruimtes wat zijn het?

Interviewer: Ruimtes? Ja het zijn lokalen, het is schoolgebouw hè.

Respondent 1: Ja het is een schoolgebouw dat klopt. Maar ook.. nou ja even, lokaal gewoon simpel gezegd.

Interviewer: De sfeer proeven zeg maar?

Respondent 1: Ja, in elke kamer zaten er verschillende dingen, weet je wel, een muzieklokaal. Het was allemaal interessant, de sfeer proeven inderdaad. Toen langzaam opgebouwd, gewoon begonnen met 1 dag en elke keer nog gebracht en gehaald door mijn ouders, het is een uur rijden en dat is best wel veel commitment van hun kant ook en nu ga ik er gewoon 4 dagen in de week zelf naar toe.

Interviewer: Oh wauw dat is dan al een hele verandering geweest?

Respondent 1: Ja, het is, het is soms heel makkelijk om te vergeten van, hoe je binnen gekomen bent tegenover van... Weetje ik ben nu nog heel erg actief met mezelf bezig, met dingen bezig, van ook met het traject met de dramatherapeut. Ik heb ook een trajectbegeleider hier die me ook wat algemener begeleid. En ook buiten Feniks zijn we nog een beetje zoekende. Dan heb je al gauw het gevoel van, ik ben nog zo bezig met dingen. Maar als je het vergelijkt, ik ben ongeveer, ik denk 2 jaar, zit nu hier. Denk ik. Even kijken, wanneer was.. Nou ja Ik weet het niet zo goed meer, in ieder geval 1 of 2 jaar.

Interviewer: In ieder geval ben je nu al een tijdje hier en heb je al best wel hele grote stappen gezet daarin?

Respondent 1: Ja dat klopt, maar da's inderdaad van, echt gewoon van, 1 dag in de week kunnen komen en dan ook echt gewoon helemaal gebracht en gehaald moeten worden naar nu gewoon elke dag, 4 dagen in de week, zelf gaan.

Interviewer: Wauw, wat knap, ja.

Respondent 1: Ja, daar is wel verandering in geweest, dus dat is wel prima.

Interviewer: Dan, je hebt er al een beetje soort van wat over gezegd misschien, maar zijn er bepaalde doelen waar je dan nu aan werkt? Of dingen die je nog graag anders zou willen zien of doen?

Respondent 1: Specifiek bij de dramatherapeut of in zijn algemeenheid?

Interviewer: Allebei eigenlijk wel. Misschien overlappen die ook wel wat, dat weet ik niet?

Respondent 1: Ja. Wat misschien handige algemene informatie een beetje is, dat hangt ook samen met dat uitvallen, is, in die tijd heb ik een beetje een angststoornis soort van opgelopen. Daarmee samen, een beetje soort van, gepaard kan ook, depressieve klachten. Waar ik persoonlijk heel erg mee zit nog op dit moment is dat ik bezig wil met die angstklachten. Dat is ook waarvoor ik eerst naar die andere psycholoog geweest en zo. Dat lukte een beetje niet. Het originele idee van de traject begeleider was, misschien kan de dramatherapeut hier wat mee. Ik heb hem ook een beetje verteld wat het inhoudelijk was. Tenminste, ik weet niet in hoeverre we de details nodig hebben, maar het is vooral een beetje existentiële problematiek. Doodsangst, die soms heel erg overspoeld. Toen was het dus van ja, naar de dramatherapeut maar ik zat toen nog in de beginfase van de dramatherapie, ben ook nog met een andere stage therapeut geweest maar dat vond ik wat minder fijn. Maar daar komen we later waarschijnlijk ook nog op terug. Daar is soort van, we houden het op de achtergrond voor bij de dramatherapeut om er misschien later nog mee te werken. Eerst eventjes zijn we heel erg gewoon aan het werk om spel capaciteit te vergroten en een beetje ruimte te creëren. Dat komt waarschijnlijk later ook nog.

Interviewer: Ja

Respondent 1: en daar ben ik nu buiten Feniks ook nog heel erg aan het zoeken. Voor bij de dramatherapeut, merk ik dat het, voor gevoelsmatig gebied en sociaal gebied, is het denk ik tot nu toe erg prettig. En dan heb ik ook het gevoel dat ik daar wel ja, vrij direct resultaat van heb en daar wou ik het, hoe het geformuleerd was, in ieder geval was, was om wat meer in contact te komen met mijn gevoelens als ik bezig ben met een activiteit. Bijvoorbeeld een hobby van mij is tekenen, dan kan ik daar soms heel erg verstrikt in raken en dan loop ik ergens tegenaan en dan krijg ik een vervelend gevoel wat een beetje dan op gaat bouwen. Een beetje als je met je hoofd tegen een muur blijft stoten. Maar daar was, ben, ik nog heel erg ongevoelig voor. Dat dat wel gebeurt, maar dat je niet echt voelt van hey, dit gaat een beetje de verkeerde kant op.

Interviewer: In je lijf zeg maar dat je dat niet..?

Respondent 1: Ja, dat. Als je iets gaat doen wat je niet leuk vindt, dan heb je waarschijnlijk vrij snel het gevoel van: ik heb er eigenlijk helemaal geen zin in en dan stop je. Dat zou het logische zijn. Maar ik heb dan soms moeite gehad, of nog steeds, om dat aan te voelen. Van vind ik het nou leuk, of weet ik veel wat. Om met die gevoelens een beetje aan de slag te gaan en om beter aan te kunnen voelen, zowel in mijn persoonlijke dingen die ik wil met bijvoorbeeld een hobby zoals tekenen, als in sociaal contact ook, grenzen aangeven of überhaupt aanvoelen, van hey in deze kamer, in deze sfeer...

Interviewer: Het herkennen misschien al wel, wat een grens is, van dit is een grens of dit niet, het herkennen gewoon?

Respondent 1: Ja precies, gewoon het leren herkennen en voelen en er daarna op handelen dat komt dan wel. Dus, dat is bij de dramatherapeut heel erg. Ik weet niet hoe breed je ontwikkelvraag is, was het meer op mentaal gebied?

Interviewer: Ja, het mag zo breed en zo specifiek als dat je eigenlijk zelf zou willen maar inderdaad bij de dramatherapeut is van belang om de doelen, dat helder te krijgen.

Respondent 1: Bedoel je vooral op psychisch gebied, de ontwikkeling of gewoon ook op eigen interessegebied bijvoorbeeld?

Interviewer Ja kan ook. Is daar ook wat over dan?

Respondent 1: Ja dat ook. Op Feniks ben ik ook.. ja, ik weet niet goed wat belangrijk is. Maar ik vertel het maar gewoon.

Interviewer: Vertel het maar gewoon, alles wat niet van belang is, dat kan ik later wel weer filteren. Maar alles wat er is, is alleen maar mooi meegenomen, dus dat is alleen maar goed.

Respondent 1: Ja, bij Feniks is eigenlijk een soort van de rode draad eigenlijk altijd al geweest, zeker na schooluitval is van een beetje tot stil stand komen en kijken wat wil ik nu eigenlijk doen. Ja, een beetje op de manier van, nou wat wil ik eigenlijk doen met mijn leven, weetje wel van, alleen dan iets kleiner kijken. Ondertussen ook bezig zijn met hobby's en je eigen dingen, wat kom je tegen, zowel hier als op de leefgroep, of bij de activiteiten of thuis. Persoonlijk zit ik best wel vaak een beetje, hoe zeg je dat.. te vechten met tekenen. Soms dan vind ik het heel interessant en kan ik er heel ontspannen van worden maar soms kan ik er ook ontzettend perfectionistisch van worden en kan ik mezelf er helemaal op rot maken. Dat is wel een beetje.. Ik ben ook met mijn trajectbegeleider nu een online cursus, draw-box heet het, aan het volgen. Daar komen ook weer allerlei interessante dingen bij kijken. Wat ik heel cool vind aan de cursus is dat ze specifiek zeggen hun site: dit is saai, dit is moeilijk en 50 procent van de tijd die je besteed aan tekenen is het je eigen verantwoordelijkheid om iets te doen, dat je het leuk vindt. Dan komt ook weer dat stukje, wat vind ik leuk spelen? en kunnen aanvoelen waaraan vind ik het leuk, dat soort dingen. Dat zit allemaal heel erg een beetje in elkaar.

Interviewer In elkaar verweven?

Respondent 1: Verweven inderdaad. Dat is een stuk ontwikkelgebied waar ik heel mee bezig ben hier.

Interviewer Mee bezig bent, ja fijn. Gewoon een heel breed antwoord. Het lijkt alsof je best wel goed zicht op hebt wat er allemaal hier gebeurt en wat er bij jou gebeurt en waar je mee bezig bent. En je was er net, je begon er al een beetje over, zo over te vertellen, Toen je namelijk bij het begin bij de dramatherapeut aankwam, hoe was dat? Want ik kan me voorstellen, je DvT niet kent en komt bij de dramatherapeut aan, wat gingen jullie in het aller begin doen? En hoe ben je daar een beetje in...

Respondent 1: Nou, ik ben vanuit mijn traject begeleider, er werd gezegd vanuit misschien of mogelijk, dat ik het zelf aanvraag van, ik wil wel kijken wat dramatherapie, misschien iets voor mij is. In ieder geval samen met, slash, via mijn traject begeleider. Toen was er weinig of geen ruimte bij de dramatherapeut op dat moment voor de dramatherapie. Er was een stagiaire. Bij haar heb ik toen, die was zeg maar ook onder de dramatherapeut een soort van leertraject ook aan het doorlopen. Bij haar heb ik toen wat sessies gehad. Dat vond ik eigenlijk niet heel erg fijn. Dat was, ik heb ook van andere mensen hier toevallig gehoord van, dat zij dat ook als niet prettig hebben ervaren en iemand heeft er zelfs paniekaanvallen van gekregen. Dat was blijkbaar, dat is natuurlijk ook allemaal niet de bedoeling van die mevrouw, maar ja.

Interviewer: Maar dat sloot in ieder geval niet goed aan.

Respondent 1: Nee klopt en dat waren, weet ik veel, iets van 8 weken ofzo. En dan hebben we iets van 6 sessies gehad. Maar ik wist ook van mezelf. Van ja ik, ik voel met haar niet echt een goede aansluiting, maar de dramatherapeut, die ken ik al langer, die geeft ook een blok instant poetry, dat je een beetje een gedichten gaat schrijven of überhaupt schrijven en improvisatietheater erbij. Dan ben je ook met improvisatie bezig maar dan is het met een grote groep en dan meestal voor de lol gewoon. Hij loopt ook gewoon rond in het gebouw en het is ik, ik vind het echt een hele toffe gast gewoon. Hij is echt gewoon echt, echt een hele leuke, leuke kerel. Met hem had ik sowieso al meer een klik en het leek me gewoon interessant om met hem dat dan alsnog te doorlopen. Ja, zeker in vergelijking met hoe de stagiaire het gedaan heeft. Ik denk, wat mij heel erg opviel, hoe

de dramatherapeut het deed in het begin. Wat voor mij heel fijn was, was een heel stuk veiligheid. Ik had heel erg het gevoel dat de stagiaire, die was zo van, we hebben maar 8 weken en we gaan toch dingen proberen.

Interviewer: een beetje moeten ofzo?

Respondent 1: Een beetje, ja.. Een beetje te veel...

Interviewer: Druk?

Respondent 1: Ja, te veel ongemak, te ver buiten mijn comfortzone en te veel. Wat de dramatherapeut super goed doet, is heel erg vanuit veiligheid opbouwen. Dat is waar we nog steeds mee bezig zijn. Dat is ook waar die heel erg het verschil maakt voor mijn gevoel, tussen andere therapeuten die ik tot nu toe gehad heb. Ik weet niet of het überhaupt vergelijkbaar is want het is een hele andere vorm van therapie. Zeg maar, als je een beetje, je kent het vast wel, de comfortzone beschrijven als een rode, groene en oranje zone.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: Is dat je dan, heel erg vanuit die groene zone begint en dan die oranje zone telkens een beetje daarin, ga je dan af en toe spelen. Het is telkens, het is een beetje rekken maar niet te ver gaan.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: Dat is het grootste wat me tot nu toe opvalt en dat vind ik ontzettend prettig. Dat is wat vaak naar boven komt. Dat hij vanuit veiligheid en respect ook, wederzijds respect, dat je vanuit die positie aan de slag gaat. Vanuit daar een klein beetje je grenzen gaat opschuiven en dat je daar ook weer een beetje op kan terug vallen, op die veiligheid en respect zal ik maar zeggen.

Interviewer: Als je naar echt, naar de dramatherapeut zelf gaat kijken, dan is vooral dus de veiligheid en respect een stukje wat je heel belangrijk vindt waardoor je eigenlijk die therapie goed of fijn door loopt. Dat zijn eigenlijk beetje kern eigenschappen die essentieel voor hem zijn wat het misschien speelbaar maakt?

Respondent 1: Ja, wat het speelbaar maakt is, de veiligheid, de.. wat zei ik nou net?

Interviewer: Respect? Veiligheid?

Respondent 1: Ja wederzijds respect, veiligheid en een stukje klik ook al van, ik mag hem gewoon heel erg. Ik denk dat dat ook heel erg helpt.

Interviewer: Maar heeft hij iets gedaan, bijvoorbeeld van tevoren of in de sessies of zoiets waardoor je dat gevoel krijgt?

Respondent 1: Nou ja, inderdaad. Wat voor mij heel erg die veiligheid creëert is dat hij meedoet.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: ik denk dat.. Ja, het is vrij simpel. Hij laat me daar niet alleen staan. Hij gaat actief, je bent samen in spel. Hij gaat samen meedoen. Het is niet alsof je iemand hebt die voor je zit en dan moet jij allemaal van die gekke dingen gaan doen of improviseren en dan zit iemand maar te kijken en te judgen of wat dan ook. Maar, hij stelt zich heel gelijk op.

Interviewer: Gelijkwaardigheid?

Respondent 1: Ja, dat is wat ik bedoelde eerder met dat respect en veiligheid, dat zorgt heel erg daarvoor. Je staat daar samen en dat brengt gewoon een heel stuk, veiligheid gewoon, dat maakt het prettig.

Interviewer: Ja, dat kan ik me wel voorstellen inderdaad. En ook voel je je misschien, als je zegt judgement, dan is het misschien oordeel loos? Dat maakt het misschien dat je je ook wat minder beoordeeld voelt als iemand meedoet, in plaats van naar je kijkt of dat jij het, zeg maar, moet doen?

Respondent 1: Ja klopt. En dat houdt niet tegen dat je nog ongemak of zo kan voelen. Maar dat is ook wat we achteraf bespreken of waar we mee bezig zijn nu bijvoorbeeld, is van dat ik het inderdaad soms nog ongemakkelijk vind. En om dat dan gewoon aan te kunnen geven en dat dan speelbaar maken. Dat is van juist ,zeg maar, die dingen waar je dan tegen aanloopt, dat gooi je er meteen uit en daar ga je er mee bezig. En... ja.

Interviewer: Ja, want als je dan echt in die sessies een beetje gaat kijken, zijn er specifieke momenten die je heel erg zijn bijgebleven? Misschien wel even een pittige vraag, want ik weet niet hoeveel sessie heb je tot nu toe gehad?

Respondent 1: Dat zou ik ook niet eens weten.

Interviewer: Je zit al een tijd in behandeling ook.

Respondent 1: Een stuk of twaalf ofzo maar dat is waarschijnlijk echt een hele slechte schatting,

Interviewer: Ongeveer daar, rondom 12.

Respondent 1: Ja, het zou zelfs nog minder kunnen zijn. Maar laten we dat zeggen, 12.

Interviewer: Ja prima.

Respondent 1: Ik kom net uit zo'n sessie, dus dan zijn er vooral die dingen zitten dan nog vers op het geheugen.

Interviewer: Mag ook.

Respondent 1: Maar bedoel je echt specifieke situaties of dingen die me opvallen ofzo?

Interviewer: Nou, het kan een beetje beiden, echt iets waarvan jij zegt van nou.. Of in zo'n sessie als ik daar in kijk gebeurt er iets en dat blijft me dan heel erg bij.

Respondent 1: Wat me meestal wel bij blijft, is als de dramatherapeut me soort van in het spel aanspreekt op iets. Dat hij dan iets observeert bij mij, van dat ik bijvoorbeeld, opvries of stilsta, of dat hij denkt dat ik nadenk, als hij dat gevoel heeft, dan gaat hij daar op in. Dan zegt hij: hey, ben je aan het denken? Dan brengt hij dat in het spel, een soort van.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: Ja dat vind ik meestal wel interessant, dat blijft me meestal na een sessie wel bij om over na te denken. Maar als ik dan in dat nadenken ergens tegen aanloop dan vertel ik hem dat ook en dan praten we er meestal even over. Ja, dat eigenlijk.

Interviewer: Ja dus is dat eigenlijk een beetje, volgens mij noem je dat real life commentaar ofzo iets? Dat hij eigenlijk op dat moment reageert, op wat er bij jou gebeurt en dat hij dat gelijk benoemt. Beetje misschien ook wel dat het uit het spel is en dan dat jij daar op reageert of dat jij daar op in gaat? Moet ik dat zo zien of is dat net iets anders?

Respondent 1: Nou, ik weet niet in hoeverre. Hoe hij bij mij een beetje de cyclus van in het spel zijn beschrijft is dat je een soort van, zo'n acht vorm op zijn kant hebt, wat dan zo'n oneindigheid tekentje maakt. Dat zijn een soort van de twee personen, die cirkels. Dan heb je.. dit moet ik echt niet opnoemen.

Interviewer: Noticing, feeling? Dat stukje?

Respondent 1: Ja dat stukje inderdaad, van dat je inderdaad dan iets erkent, iets voelt en dan nog iets?

Interviewer: Noticing, feeling, animating en expressing?

Respondent 1: Ja. animating, expressing. Dat hij, volgens mij is dat in ieder geval, dat hij ziet, iets ziet bij mij, of hij merkt dat dan op van: Ben je aan het denken bijvoorbeeld? Omdat ik soms te veel nadenk. Dan expressed hij dat in het spel, dan uit hij dat naar mij. Ja, dat is niet zozeer life commentary, dat zou heel erg zeggen dat het

ergens over gaat. Het is meer, je ziet iets gebeuren en je gaat er meteen mee aan de slag. Je gaat er iets mee doen. Dat een beetje in een bepaalde flow, weetje, als je er bijvoorbeeld geen zin meer in hebt, dan kun je dat ook weer speelbaar maken en dan neem je weer afstand van iets. Ja.

Interviewer: Ja oké. Even kijken. Zijn er momenten in het spel, als je bezig bent in een sessie, die je lastig of moeilijk vindt?

Respondent 1: Ja, Meestal vind ik het, bijvoorbeeld om er een recente sessie bij te halen, moeilijk als ik opeens in de positie bent dat ik een soort van het spel leid. Het is wie de eerste beweging maakt, daar reageert die ander dan weer op en daar reageer jij dan weer op. Dus je komt af en toe in het spel gewoon een beetje in de positie van leiden en volgen. Als, ja hoe moet ik het zeggen, als persoon die doet aan dramatherapeut. Als niet dramatherapeut zijnde, maar degene die het traject ondergaat, ben je heel erg geneigd om, tenminste ik, ben ik heel erg geneigd om de dramatherapeut te volgen. In wat doet hij? Heel erg spiegelen, dat ik dat na ga doen of dat daar iets vanuit komt dat ik heel erg afhankelijk ben van hem. Als er dan opeens een situatie is waar we vanuit spel op een punt zijn gekomen waar ik opeens iets moet doen, dan vind ik dat soms heel erg lastig. Dan kan ik daar op vastlopen ofzo of ik kan ongemakkelijk worden. Dat bijvoorbeeld, dus om leiding te moeten nemen.

Interviewer: Ja

Respondent 1: Wat er ook een beetje in samenloop, wat ik ook gemerkt heb dat ik lastig vind is, iemand anders iets doen beseffen. Iemand anders iets laten doen. Dus waar de dramatherapeut het best wel makkelijk vindt om weetje, bijvoorbeeld in het spel ben je in een of andere Western Stand off gekomen. De dramatherapeut beeld dan zeg maar uit, dat hij 1x op je schiet. Dan vind ik dat heel erg moeilijk om dat zelf te doen. Ik vind het prima bijvoorbeeld om te doen alsof je omvalt, of weet ik veel wat, om een stukje te volgen. Maar om de dramatherapeut op te leggen, om iemand anders op te leggen, om iets te doen wat een consequentie van mijn ding is, en dan iets te impliceren, hem op te leggen van: ik wil dat je dit doet. Dat vind ik heel lastig. Dan zijn daar bijvoorbeeld heel veel, achteraf grappige momenten, voor mij best moeilijke situatie, of ja moeilijk, gewoon een beetje lastig, situatie van gekomen. Dat ik dan bijvoorbeeld een soort van aan het uitbeelden ben, dat ik met een soort van pistooltje dan, tegenover hem sta en dat de dramatherapeut dan mijn onzekerheid ziet. Dan gaat hij dat helemaal uit beelden en dan gaat hij opeens naar me toe lopen van: Hey, ga je schieten dan? doe je toch niet, doe je toch niet? Dan ben ik helemaal zo van : ja, nee, ja, dat klopt, ik vind het ook.. ook al is het in het spel of wat dan ook, ik vind het heel moeilijk om dan iets op te leggen bij jou, om jou iets te laten doen ofzo.

Interviewer: Want ik wilde ook vragen, wat doet de dramatherapeut dan met die stukken, die je dan lastig vindt. Hier zeg je eigenlijk hij ziet het meteen en hij doet gelijk wat mee of het valt hem meteen op. En dan gaat hij daar gelijk ook mee spelen als hij merkt dat je iets lastig vindt?

Respondent 1: Ja, meestal wel ja. Dat is ook een stukje, ook met dat de denken: als ik dan te lang niet iets doe, of als hij ziet dat ik, weet ik veel, mijn gedachten in schiet. Dan gaat hij volledig in een rol van, dan komt hij ook weer op me afgelopen van: Hey je bent weer aan het denken jij! Soms dan, dat zei hij ook nog, soms dan weetje, dan doe je een ingeving, soms is het niets en valt het weg en soms dan haakt de ander erop aan. In dat geval haakte ik erop aan en zijn we daarop verder gegaan. En was ik zelf iets gaan doen en dan zeg ik: ik ben helemaal niet aan het denken, weet ik het wat. Een beetje heen en weer.

Interviewer: Ja, en wat doet dat dan met jou, er gebeurt iets moeilijks en hij haakt daar op in, hij ziet dat en hij zegt daar wat over of hij maakt dat speelbaar of iets. Wat doet dat dan met jou als je dat zo gelijk terug krijgt?

Respondent 1: Meestal, schiet ik dan in een stukje weerstand? Het verschilt per situatie, soms dan, dan word ik er een beetje, ja, door over overspoeld. Dat is niet het goede woord want dat klinkt heel emotioneel. In ieder geval een beetje dat het me overweldigt, dat ik het gevoel heb van huh.. ik weet niet zo goed wat ik moet doen nu, weet je wel. Van dat de dramatherapeut een beetje iets onderbreekt. Hetzelfde met dat gedoe van die pistolen zeg maar. Dat hij naar me toekomt van: arhhh. Hij zit me ook heel vaak een beetje uit te dagen ofzo. Dan komen we op een punt dat ik iets met een katapult bijvoorbeeld moet doen ofzo en dan beeld ik dat vrij klein uit. Dan wil de dramatherapeut me uitdagen en dan doet hij op een manier van, in karakter, dan gaat hij een beetje lachen van: pfah wat is dat nou weer voor miezerig katapultje, weet je wel, en dan doet hij zelf iets heel overdreven voor. Daarmee daagt hij mij een soort van uit, om ook wat groter, wat overdrevener, om wat te

durven, om geluid te maken, om grote bewegingen te maken, om dat soort dingen te doen. Ik ben een beetje van de vraag af gegaan volgens mij.

Interviewer: Nee helemaal goed, nee dit is helemaal goed. Hele fijne informatie allemaal.

Respondent 1: Ja ik had volgens mij nog iets, wat is de vraag ook alweer?

Interviewer: Wat vroeg ik? Ik vroeg wat doet het met jou als hij gelijk inhaakt op de dingen die jij lastig vindt? Dat vroeg ik inderdaad.

Respondent 1: Ja, volgens mij had ik het dan inderdaad wel gezegd. Het is, of inderdaad dat ik er een beetje door overweldigd word, of dat ik een beetje weerstand bied, meestal ga ik dan een beetje spiegelen ofzo en zeg ik: nee dat is helemaal niet zo. Een beetje, lastig te beschrijven ofzo.

Interviewer: Ja dat snap ik. Het is ook best wel een ingewikkeld stukje waar je dan op zit.

Respondent 1: Het gebeurt heel.. uit zichzelf.

Interviewer: Het klinkt wel ergens, wat je daarna er achteraan vertelde, het roept iets bij je op maar eigenlijk doet hij een bepaald iets, maakt hij iets groter of kleiner of een beetje humor wat hij erin stopt, waardoor je het eigenlijk wel aan kan dat gevoel? Klopt dat?

Respondent 1: Hoe bedoel je dat?

Interviewer: Je zei dat met die katapult en hij daagt jou dan soms wat uit. Maar wel op zo'n manier dat het wel te doen is voor je. Je raakt misschien wat door overweldigd maar hij doet het wel op zo'n manier dat het...

Respondent 1: Ja dat klopt. Hij forceert niets op me. Wat ik me bijvoorbeeld ook herinner is dat hij dan een soort van ergens ging staan als iemand die dan geschoten zou worden. Als ik bijvoorbeeld gewoon mijn hand in een pistool zou vormen en pieuw zou zeggen ofzo. Zegt hij whahah, dat kietelt, ofzo, weet je wel? Ik kan stoppen, ik kan volledig iets anders doen. Als ik dan een bijvoorbeeld naar hem toe loop en dan soort van.. weet ik veel, doe alsof ik hem losmaak ofzo, of wat dan ook, dan krijg ik waarschijnlijk terug: Hey, wat ben je nou aan het doen? Maar in dat geval is het gegaan, dat ik steeds een stapje verder ben gegaan met mijn expressie, net zoals met die katapult. Dat zijn toevallig twee voorbeelden die een beetje op elkaar lijken. Dat... Hij ging steeds meer ergens op reageren naar mate ik er meer instopte, een soort van en dat nodigt gewoon uit tot zelf een beetje proberen en het gaat zover het lukt voor jezelf op dat moment.

Interviewer: Ja, want dat hoor ik je ook, denk ik tussendoor, een beetje zo zeggen: je mag zelf bepalen of het gaat tot hoever jij het wilt. Het klinkt als een stuk eigen regie wat je daar krijgt, klopt dat?

Respondent 1: Ja dat klopt. Het moment dat je ergens mee bezig bent, stel je zit in een.. weet ik veel, je bent iets aan het spelen, wat je gewoon helemaal niet leuk vindt of vervelend vindt. Dan nodigt de dramatherapeut je ook heel erg uit om dat gevoel of dat.. speelbaar te maken. Als ik ergens geen zin in heb dan kan ik bijvoorbeeld gewoon wegglopen, of zeggen: Ah nee, nee toch niet. Ik ga het niet doen.

Interviewer: Ja dus die eigen regie is dan... fijn of is dat?

Respondent 1: Ja, vind ik wel. De kans is dan aanwezig dat de dramatherapeut is van: ahhh, ga ik je toch wel weer uitdagen of zo. Dat stuk, als ik te veel in de twijfel blijf en dan kan hij af en toe... We waren ergens op gegeven moment in een scene dat we dingetjes aan het weggooien waren. Stukjes van onszelf. Dan wou ik een stukje twijfel weggooien maar ik twijfelde. Toen werd dat opeens speelbaar. De dramatherapeut was toen aan het roepen: kom op, gooi het weg. Ben je weer aan het twijfelen? Dan liep ik weer weg of dan deed ik het een stukje of dan zei ik het is weg. Dan vroeg hij meteen iets en dan zei hij nee, je twijfelde weer. Blijkbaar heeft hij denk ik dan het gevoel dat ik het aankan om daar wat verder in uitgedaagd te worden. Het is heel erg case by case, ook gewoon op basis van hoe me verhoud tot hem. Het is gewoon heel erg aanvoelen denk ik. Als hij merkt of wanneer ik voel dat ik dit wil ik niet, of hij merkt van dat er heel veel weerstand is. Dan komt dat op een manier wel op.

Interviewer: Ja, maar hij houdt eigenlijk wel heel erg rekening met jouw tempo daarin?

Respondent 1: Ja, ja, dat denk ik wel ja.

Interviewer: Los van dat hij je soms ook uitdaagt en zo, maar je hebt daar in eigenlijk wel zoiets van hij sluit wel bij jou aan?

Respondent 1: Ja, absoluut. Het is niet alsof hij continu leiding heeft en hij continu het tempo bepaalt. Het tempo is, wordt samen bepaald.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: En hij kan uitdagen, stukjes. Maar hij kan niet zeggen dat ik iets moet of opleggen ofzo. Dat kan natuurlijk binnen het spel wel. Maar dan is het weer aan mij hoeverre ik er op inga, hoe ik erop inga en of ik daarop inga. Ja dus wat dat betreft, ja dat.

Interviewer: Ja. Ik ga heel even de tijd checken en kijken. We hebben nog een kwartiertje ongeveer als je nog een hapje wil eten of drinken, doe het gerust ook ondertussen hè. Even kijken, er is ook bij hoogbegaafdheid de hoog gevoeligheid bekend, hoe ervaar je dat binnen het spel?

Respondent 1: Dat is wel een lastige vraag.

Interviewer: Je mag er even over nadenken, en als je het niet weet is het ook oké. De vraag is misschien ook of je überhaupt zelf bekend met hoog gevoeligheid?

Respondent 1: Ja. Absoluut. Dat wou ik inderdaad wel zeggen. Het stuk hoog gevoeligheid dat herken ik absoluut en dat verschilt natuurlijk ook weer van persoon tot persoon.

Interviewer: Ja maar dat herken je wel.

Respondent 1: Ja. Ik denk dat dat stuk hoog gevoeligheid bij dramatherapie heel erg uitgedaagd wordt. Ik denk dat dramatherapie juist op dat stukje gevoel, het is juist een beetje de bedoeling om buiten die cognitie te blijven, om buiten dat denken te blijven. Ik denk dat die hoog gevoeligheid bij mij, buiten dramatherapie voor heel veel dingen heeft gezorgd, wat allemaal een beetje bijdraagt aan dat ik ben uitgevallen en gewoon een paar dingen waar ik tegen aanloop. Bijvoorbeeld dat ik soms heel erg opvries als ik tegen dingen aanloop. Dat ik het gevoel heb dat ik nog iets moet doen, dat ik dan helemaal niets in de tussentijd kan doen. Bepaalde dingen als dat, die worden een beetje uitgedaagd. Ik denk dat daar best wel veel waarde in zit, persoonlijk. Ook, voor mij is dat hoog gevoelig, is dat je ook zolang je jezelf er voor openstelt heel erg met je aandacht bij iemand anders kan zijn. Wat ik dus ook persoonlijk heb, is dat je jezelf heel erg moeilijk kan brengen tot iets wat je ook vervelend vindt. Dat je heel graag, een beetje people pleasing bent. Dat je heel erg alleen maar graag soort van goed over wil komen. Ik denk dat een beetje dat soort gevoelens, die worden heel erg op de test worden gezet, een beetje uitgedaagd. In die dingen als dat ik de dramatherapeut iets in het spel moet opleggen of dat hij me uitdaagt en dat soort dingen. Dus ja ik denk dat dat persoonlijk best wel belangrijk is, dat de dramatherapie daarop aansluit.

Interviewer: Ja, mooi wel om te horen, dat dat zo, daarin terug komt. Een vraag die ik nog had is merk je bijvoorbeeld repetitie, bepaalde dingen die terug komen. Maar dit hebben we misschien al wel een beetje aangetikt. Of heb je daar nog iets over te vertellen?

Respondent 1: Nou ja, wat je zal zien vaak, is dat dingen waar je op terug komt, zullen wel vaker de dingen zijn waar je tegenaan loopt. Zoals bijvoorbeeld onzekerheid.

Interviewer: Ja, precies.

Respondent 1: Dat soort dingen komen wel wat vaker terug. Ook van mij persoonlijk, ook op speelniveau, op bepaalde scenes ofzo is het heel.. Ik was in het begin heel erg geneigd om terug te vallen naar een bepaald karakter ofzo, of een accent. Als je je handen zo hebt, dat je al heel snel naar een pistoolvormpje gaat. Dat je daar opeens iets mee associeert. Dan ga je opeens daar mee klooiën. Dat soort repetities dat wordt dan, bespreken we ook een beetje. Ik weet natuurlijk niet wat de dramatherapeut allemaal bedenkt en doet met mij, hij is de therapeut en hij zit een beetje te roeren in de soep en hij heeft daar overzicht over.

Interviewer: Ja, ik snap je. Ik vind het een mooie beeldspraak.

Respondent 1: Ja. ik ben de soep zelf en ik niet zie niet precies wat hij zoekt.

Interviewer: Je zit er een beetje middenin eigenlijk?

Respondent 1: Ja dus sommige van die repetities daar volgens mij... Tenminste dat denk ik dan, ik kan moeilijk voor hem spreken, probeert hij dat af en toe dan een beetje te doorbreken om weer ruimte te creëren voor weer meer spelcapaciteit.

Interviewer: Ja dus er zijn wel bepaalde dingen die terugkomen, echt, in scenes of bepaalde houdingen en ook wel thema's misschien dus eigenlijk twijfels.

Respondent 1: Ja een beetje onzekerheden of andere dingen, dat zal wel per persoon verschillen.

Interviewer: Ja maar bij jou komen die twee in ieder geval wel wat terug en het nadenken en het gevoelsstukje eigenlijk, daar hoorde ik ook wat over.

Respondent 1: Het denken, het twijfelen, een beetje dingen met grenzen opzoeken, grenzen overgaan.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: En ja, dat het er ook wel een beetje ligt aan, welk stukje het inzit. Voor mijn gevoel zitten we nog, dat is misschien ook wel belangrijk om te zeggen, voor mij zitten we nog heel erg in de beginfase. We zijn nog heel erg opstartende, we zijn nog heel erg mijn spelcapaciteit aan het uitbreiden. Dan kunnen er langzaam aan steeds meer dingen inkomen. Bijvoorbeeld na een bepaalde sessie had ik gezegd van, ja, zo in het begin waren we heel gek dingen aan het bewegen en toen voelde ik me eigenlijk een beetje ongemakkelijk. Een beetje alsof iedereen me kon zien. Alsof andere mensen in het gebouw aan het kijken waren. Wat de dramatherapeut dan terug zegt, in dat geval terug zei, is: dat is dus interessant, dat kun je dus speelbaar maken door bijvoorbeeld te zeggen van: ik heb het gevoel dat we bekeken worden. Je blijft soort van de hele sessie in het spel en ik weet niet, en dan ga je daarmee op die manier aan de slag.

Interviewer: Ja, dat hoor ik je ook vaker zeggen, van hoe ik DvT zeg maar een beetje ken is dat er sessies zijn en er wordt achteraf niet over gepraat. Jullie praten dus ook weleens over de sessies klopt dat?

Respondent 1: Ja.

Interviewer: Is dat in de sessie, erna of ervoor, of hoe gebeurt dat precies?

Respondent 1: Voor de sessie praten we wat, maar dat is meestal zo van: hoe gaat het of hoe voel je je vandaag ofzo.

Interviewer: Ja.

Respondent 1: Soms dan gaan we eerst wat, tot nu toe hebben we variatie gehad, of eerst wat bewegingen doen, dan gaan we spiegelen waarbij eerst de één de leiding neemt en dan de andere. Soms dan zegt de dramatherapeut specifiek, op een gegeven moment na deze bewegingen, dan gaan we in het spel als één van ons iets associeert aan deze beweging ofzo iets. Vandaag was het..., het is altijd een soort van, even jezelf over zo'n grens zetten en dan zit je in het spel. En ook het einde van het spel, dat rond die ook een beetje spelend af. Zo van, volgens mij gaan we zo stoppen is er nog iets wat je achter wil laten of iets wat je mee wilt nemen? Ook een beetje het afdempen, na de sessie zegt hij altijd: neem een minuut. Dan hebben we allebei even een minuut voor onszelf. Dan na de sessie gaan we altijd even zitten en dan heeft hij meestal iets te zeggen. Vandaag was het, wou die een compliment geven over het speelvermogen, over stukjes leiding nemen en dat soort dingen. Dan kan ik ook weer even zeggen van: heb je nog iets opgemerkt? Dat is dan meestal ook wel de vraag van: is er iets? Dan hebben we het er wel even over. Dat is ook wel voor hem informatie om de volgende keer weer mee bezig te gaan, mee verder te gaan, het te onderzoeken.

Interviewer: Ja, vind je het ook.. of wat vind je ervan dat je aan het eind nog even zo'n nabespreking hebt, is dat ook echt van waarde voor jou?

Respondent 1: Ik vind het absoluut prettig. Ik zou het niet prettig vinden om na zo'n sessie gewoon niets meer te zeggen en weer door te gaan met de dag. Gewoon even bespreken, we bespreken niet per se de sessie inhoudelijk, tenminste dat hoeft niet, dat kan wel. Dat hebben we in het begin vooral gehad. Dat de dramatherapeut, dan zei hij van: wat een chaos, toen waren we hier, en toen hier en hier en dan had hij een paar scenes beschreven die we aan het doen waren, gewoon om eventjes er leuk naar terug te kijken. Een andere keer is het gewoon er iets over te zeggen of voor mij om iets erover te vragen. Er is ook een duidelijk stuk, een soort van opbouw, een stuk waarvan je zegt oké weetje: op zo'n punt als we beginnen, beginnen we. We gaan zo beginnen. Meestal is het wel een beetje losjes, dat hangt dan een beetje van de situatie af. Het einde ook. Dan ben je uit het spel, meestal gebruik je dan nog iets fysieks zoals een tapijt ofzo of een mand, om eruit te stappen. Dan is het gewoon van, ik weet niet, volgens mij klapt hij dan in zijn handen maar dat is dan meer een karakter trekje.

Interviewer: Ja, maar er gebeurt in ieder geval iets, dat er een bepaalde structuur wordt geboden dat je er echt uit stapt.

Respondent 1: Klopt, en dan zegt hij: oké, even een minuutje. Dat is tot nu toe volgens mij wel echt standaard elke keer en even zitten en even praten en het hoeft helemaal nergens over te gaan, het is ook van, wil ik iets zeggen, het hoeft niet.

Interviewer: Ja, het is wel even fijn dat er nog eventjes aandacht aan geschonken wordt aan het einde, om er zo samen even over te sparren mocht daar nog iets liggen.

Respondent 1: Ja, absoluut vind ik wel, en dat geeft mij ook de ruimte om te zeggen van: ik vond dit een beetje ongemakkelijk. Daar kunnen we de volgende keer wat mee en dat is dan meteen iets, gewoon iets waarbij ik het er meteen uit kan hebben. Dat hoeft ook niet meteen. Soms moet je het ook allemaal even laten inzinken. Maar dan heb je weer die ruimte aan het begin van de volgende keer.

Interviewer: Ja. ik heb nog twee à drie vragen ongeveer.

Respondent 1: Ja dat is prima. We kunnen altijd proberen om op te schieten.

Interviewer: Ja dat wordt wel spannend inderdaad, in de tijd. We kunnen nog wel proberen. Sowieso vind ik het ook wel belangrijk om te weten, hoe pas je inzichten toe in je dagelijks leven?

Respondent 1: Hoe pas ik inzichten toe.. Ik denk eerlijk gezegd dat ik niet per se hele concrete inzichten eruit haal. Waar voor mij denk ik vooral de waarde in zit, is het stukje onbewuste inzichten die ik eruit haal. Je hebt bijvoorbeeld een stuk speelsheid. Je hebt bijvoorbeeld ook het stukje, een soort van, wat je ontwikkelt in het spel, ontwikkelt ook een soort van buiten. Dat is ook wel grappig, dat je wat meer tegen grenzen durft in te gaan, dat je wat meer durft te duwen of dat je wat meer durft te zeggen. Thuis dan ook wat makkelijk zeg van: Ga eens wat aan de kant pik! Tegen mijn broer. Terwijl ik normaal gesproken niet zo expressief zou doen. Dan zou ik meer zeggen: hey, zou je alsjeblieft aan de kant kunnen gaan? Ik denk dat daar vooral, op het sociale gebied er voor mij de waarde in zit. Voor dat, wat ik eerst zei: waarom ik het doe, is sociaal gebied en gevoelsgebied. Bijvoorbeeld met tekenen, dan heb ik het gevoel dat ik wat makkelijker kan aanvoelen van hey: voelt dit nog goed? Nee, oké ik stop er mee of is het prima en ga ik door? In plaat van dat ik maar ergens tegenaanloop en mezelf ergens kapot op maak.

Interviewer: Dus daar helpt DvT dan eigenlijk ook wel DvT, bij dat gevoelsstukje, om dat wat meer te kunnen herkennen?

Respondent 1: Ja precies. Je herkent meer: ik loop nu vast, of ik ben aan het twijfelen of ik pleasen, een beetje ja, een stukje herkenning ook buiten het spel. Als je er eenmaal wat bewuster van bent kun je er ook op handelen. Dat kan in sommige gevallen al best wel veel schelen. Dus nogmaals, ik heb er niet echt per se hele concrete, ik kan het niet letterlijk...

Interviewer: Geen concrete dingen, maar eigenlijk de voorbeelden die je geeft zijn wel concreet. Eigenlijk dat je wat meer weet hoe je jezelf kan uiten bijvoorbeeld, dat hoor ik er een beetje in terug.

Respondent 1: ja maar het is zo niet heel bewust, dat is best wel toepasselijk is eigenlijk. Het is niet heel cognitief. Ik heb niet geleerd dat als ik dit doe dan gebeurt dat. Nee, het is meer een gevoel wat je ontwikkelt.

Interviewer: Dus eigenlijk kom je daardoor wel wat meer bij je gevoel en leer je dat beter te kunnen uiten, als automatisch bijna?

Respondent 1: Ja, ik denk het wel dat is wel het gevoel dat ik heb, van wat er een beetje daar gebeurt.

Interviewer: Als je het vergelijkt met andere therapieën, wat voor verschillen ervaar je of wat is eigenlijk van belang binnen DvT?

Respondent 1: Ja ik denk dat dit zo'n simpel mogelijk antwoord is. Dat stukje werken vanuit veiligheid. Met andere therapie heb ik heel erg het gevoel om even terug te komen op de soep en het roeren daarvan. Dat beeld heb ik eigenlijk van andere, dat de gemiddelde therapeut die gaat ontzettend in je hoofd zitten. Heel erg vragen stellen en daar ga je zelf weer, daar loop ik dan telkens op vast ofzo, want dan wil je iets niet zeggen of dan kom je ergens op gegeven moment niet op, dan kom je op een dead end gewoon in je denken, van je niet meer weet wat je moet zeggen. Het is meestal een onaangename, het is echt gewoon een beetje agressief zitten roeren, een beetje purren. Dat is een beetje de ervaring die ik tot nu toe gevoelsmatig meer met die psychologen heb, is dat die het een beetje gaan zitten omschrijven, en een beetje die ja... en dat kan soms vervelend zijn. Zeker als je het bijvoorbeeld over angstklachten. Dan heb je een beetje, om het even in die hele beeldspraak te houden.

Interviewer: Ja dat is heel helpend.

Respondent 1: Stel je hebt een jus, en helemaal warm en actief is de jus vloeibaar. De jus is dan een stuk angststoornis, maar laat het hem een tijdje staan, geef het geen aandacht en er vormt een laag overheen. Een stol laag van depressie zou ik maar zeggen. Wat een beetje gebeurt voor mijn gevoel, tenminste mijn ervaring dan, laat ik het zo zeggen. Dat je het bijvoorbeeld een tijd niet hebt, bij mij is het dan zo, je hebt thuis gezeten ofzo. Of je bent er niet mee bezig. Dan heeft die laag, tijd om te stollen. Maar je angststoornis die zit er nog steeds onder. Nu nog steeds hoor, maar dat is zo meteen belangrijk, niet nu. Maar wat dan voor mijn gevoel die psychologen doen, die prikken gewoon dwars door die depressie laag heen en die gaan zitten roeren en weet ik het wat, waardoor heel erg die angststoornis weer naar boven komt en dat is voor mij heel eng, heel gevaarlijk en daardoor blokkeer je, daardoor wil je niet, daardoor voelt het vervelend. Die gaan die hele jus zitten omroeren en die prikken door, of dat proberen ze dan, naar die plek waar je in ieder geval niet bij wil, die angststoornis onder die depressie. In ieder geval tot nu toe met de dramatherapie, het zou kunnen omdat ik nu zelf ook in een wat betere staat ben, maar ik merk nog steeds een stuk depressie met angststoornis en daar ben ik buiten Feniks mee bezig, om echt wat meer die kern op existentieel gebied te zoeken. Maar dit gaat nog heel erg met dat, DvT noemde je het,

Interviewer: Ja, DvT ja, een afkorting.

Respondent 1: of dramatherapie, ik zal wel even mijn eigen woorden gebruiken. Met dramatherapie, daarbij heb ik heel erg zo van.. wat is het?

Interviewer: Die soep, die jus, de laag eromheen?

Respondent 1: De hele sterke gevoelens, de depressie en de angststoornis aan één kant en de dramatherapie aan de andere kant... Ik weet het niet, waar ik in ieder geval probeer op te komen is dat dramatherapie met gevoelens bezig gaat, maar voor dramatherapie is het niet meteen duidelijk dat met gevoelens bezig zijn niet altijd hoeft te betekenen dat je weer met die heftige gevoelens bezig gaat zoals angststoornis en depressie.

Interviewer: Ah ja.

Respondent 1: Want elke keer als je, tenminste ik, weer naar een gewone psycholoog ga dan is het weer van: oh waar gaat het over, oh ja de angststoornis, dat grote ding, weet je wel. Dat ding waar je paniekaanvallen van krijgt, dat ding waar je heel veel last van hebt, maar los van die extreme gevoelens en weet ik het wat, zijn er ook nog heel veel andere dingen zoals bijvoorbeeld op sociaal gebied en het gevoelsgebied waar ik dus met DvT mee bezig ben. Wat dus niet die hele laag doorbreken en op plekken gaat zitten prikken waar je niet wil maar waar je de veiligheid hebt om, weet ik veel, ook met een side gerecht bezig te zijn, wat net zo belangrijk is om de jus overheen te doen. Dat is ook belangrijk. Dus dat is denk ik een belangrijk verschil voor mij. Als dat een beetje...

Interviewer: Ja ik vind het wel mooi, de beeldspraak helpt wel heel erg. Dat maakt het helder en concreet iets. De dramatherapeut kwam net, maar ik zou zo nog uren door kunnen blijven praten. Ik vond het heel interessant.

Bijlage 2. Interview respondent 2

(afgenomen op 4 november 2021)

Interviewer: Zo, dat is ook gelijk mijn eerste vraag. Kun je me wat vertellen over hoe je hier terecht bent gekomen?

Respondent 2: Ja, ik ben eigenlijk alleen gefaald met school en sociaal ging het bij mij heel erg goed. Alleen VWO werkte niet bij mij,

Interviewer: Ja.

Respondent 2: Dat zorgde ervoor dat ik faalangst kreeg en steeds minder ging doen eigenlijk. Ik had zelf het gevoel van dit moet anders en toen ging ik op gegeven moment gewoon niks meer doen. Toen ben ik hier beland. Hier kon ik heel goed aan het werk met school en de faalangst die er een beetje bij is gekomen ook. Voor de rest ben ik heel normaal gebleven volgens mij.

Interviewer: Oké, dus het is eigenlijk voor jou een stuk faalangst en dat hier..

Respondent 2: Ja, voor zover ik merk wel eigenlijk, alles heeft een onderliggende klacht faalangst zo'n beetje. Dus dat is dus het enige.

Interviewer: Oké en heb je dan hier bepaalde doelen waar je aan werkt?

Respondent 2: Dat is zo'n typische Feniks uitspraak, vind ik altijd. Doelen en dat soort dingen. Ik ben altijd niet zo van dat soort dingen.

Interviewer: Ja, haha ik zit ook in die brij van hun.

Respondent 2: Ja, dat zijn allemaal een beetje van die politiek correcte dingen die je worden gevraagd, waarvan ik denk daar heb ik allemaal niet zoveel... Als er een bal in je gezicht komt, lijkt het gelijk alsof ik in huilen uit ga barsten en mezelf iets aan wil doen. Dat is allemaal bij mij niet zo, met die doelen heb ik zoiets van, als ik hier beter wegga dan dat ik ben gekomen, dan is het wel goed.

Interviewer: Ja dat is, ik kan het inderdaad ook zo stellen, waar je zelf, hoe je er zelf misschien aan het einde uit wil komen en dat is gewoon: beter.

Respondent 2: Ja, beter qua.., ik denk niet dat er per se goed of fout is. Dat ik het gevoel heb dat ik er iets aan gedaan heb, bijvoorbeeld aan faalangst.

Interviewer: Ja, oké. Je volgt DvT sessies bij de dramatherapeut, hoeveel sessies heb je ongeveer gehad nu?

Respondent 2: Ja bij mij is het eigenlijk afgelopen.. Ja gisteren voor de eerste keer weer naar een sessie geweest voor mijn gevoel. Qua want we hebben ongeveer 4 sessies gehad. Een week terug had ik een beetje het gevoel van dit werkt niet, maar dat was gewoon weer een heel ander punt bij Feniks, wat juist een heel goed punt is geweest. Daardoor hebben we weer alles anders kunnen inrichten eigenlijk, waardoor het nu weer voor mijn gevoel beter gaat maar, we hebben denk ik 4 of 5 sessies gehad.

Interviewer: Oké, kan je wat vertellen over hoe het was toen je in het begin aankwam bij de dramatherapeut? Wat gingen jullie doen?

Respondent 2: Nou met de dramatherapeut vind ik het sowieso eigenlijk heel fijn. Eerst volgde ik sessies bij de stagiaire en daar merkte ik, dat werkte niet heel erg. Bij de dramatherapeut heb ik gewoon een ander soort klik, waardoor het bij mij gewoon beter werkte. Ik weet niet echt.. het voelde gewoon beter en ik heb het gevoel dat er wel iets gebeurt. Nog niet nu, want nu is het weer een beetje weggezakt als je er een verklaring voor geeft. Bij mij moet alles heel erg duidelijk zijn. Ik kan heel slecht tegen abstracte dingen en dat is nou net dramatherapie. Dat vind ik verschrikkelijk eigenlijk. Bij mij is het vooral nu waar ik heel erg mee bezig moet zijn, om het gevoel toe te laten in plaats van dat mijn hoofd denkt: hier moet een beeld achter zitten, hier moet een gedachte achter zitten.

Interviewer: O ja, ja, en zijn jullie bijvoorbeeld eerst gelijk in spel gegaan of hebben jullie eerst nog...

Respondent 2: Ja bij mij is het wel fijn om eerst even te praten om daarna pas het spel in te gaan want ik ben iemand die niet direct die switch kan maken van hey, boem. Ik ben iets anders.

Interviewer: Ja, dus van tevoren praat je en dan ga je de sessie in?

Respondent 2: Ja.

Interviewer: En dan aan het einde? Praat je er dan soms ook nog over?

Respondent 2: Aan het einde praten we erover maar dan altijd heel erg cryptisch zou ik zeggen, heel erg zweverig. Niet erg duidelijk. Ik heb niet echt... Ik heb het gevoel ook van hey, ik moet in mijn emotie gaan en niet in mijn gedachte zitten, dan wil ik niet daarna opeens mijn emotie een gedachte gaan geven. Dan wil ik niet opeens daar woorden aan koppelen, dan wil ik het ook gewoon laten, dan mag de dramatherapeut lekker in zijn verslagen daarna er emotie aan gaan geven, een gedachte aan geven, tekst aan geven. Zelf heb ik zoiets van ik moet uit die tekst gaan eigenlijk, want ik ben iemand, dat als ik iets doe, ik heel snel naar woorden vlucht, in plaats van dat het uit gevoel komt. Vroeger was ik juist een kind dat extreem op gevoel was. Ik werd ziek als ik iets niet wilde. Toen op gegeven moment merkte ik dat ik mondeling beter was, dat ik met spraak kon overbrengen wat ik vond. Sindsdien... dat is eigenlijk ook een beetje waar het fout is gegaan bij mij qua: het was of extreem veel in het gevoel zitten of extreem veel in het praten zitten en nu zit ik eigenlijk in het praten. Op het moment dat ik iets voel maar ik weet niet wat ik eraan moet koppelen dan is er bij mij gelijk heel veel stress want ik weet niet wat ik zou moeten zeggen. Als ik geen woorden aan iets kan koppelen, dan is het fout. Dan klopt er iets niet. En daar zijn we nu aan het proberen de middenmoot in te vinden, van hey, probeer in je gevoel te zitten maar probeer dat gevoel wel in tekst om te kunnen zetten door gewoon een goede middenweg te vinden, denk ik.

Interviewer: Ja, oké. Je zei er net iets over, dan ga ik ook even daar meteen op in. Dat stukje bij het gevoel komen, dat is ook bekend bij hoogbegaafdheid dat het soms wat lastiger kan zijn. Dat herken je dus ergens ook wel?

Respondent 2: Ja.

Interviewer: En hoe ervaar je dat dan, dat gegeven binnen het spel?

Respondent 2: Dat het bijvoorbeeld blokkeert of dat ik dat niet kan vinden?

Interviewer: Bijvoorbeeld.

Respondent 2: Nou, ik merk gewoon dat als mijn hoofd op de achtergrond denkt: wat ben je nou eigenlijk aan het doen, dat ik dan gewoon aangeef van: ja, dit werkt niet. Ik kom niet bij mijn gevoel, ik zit nu gewoon weer te denken, mijn hersenen te gebruiken, in plaats van mijn gevoel te gebruiken eigenlijk, denk ik, ja.

Interviewer: En wat doet de dramatherapeut met dat stuk?

Respondent 2: Ja dat is een beetje het lastige, dit is exact zo'n stukje waarbij ik dan zit, ja, ik weet hoe het voelt maar ik weet niet hoe ik er woorden aan moet koppelen of hoe ik het precies zou moeten noemen. De dramatherapeut vooral is er mee bezig om dat juist te doorbreken, om me uit mijn hoofd te halen en me meer bezig te laten zijn met het gevoel dan dat ik weet hoe ik dat in woorden moet plaatsen. Waar ik nu ook last van heb, dat ik ga denken en zoeken naar woorden en om me dat, daarentegen te houden, dat ik dan niet opzoek ga naar woorden en gewoon in het gevoel blijf.

Interviewer: Ja dit is, hier moet je inderdaad opeens allemaal tekst aan gaan geven.

Respondent 2: Nee, dat mag, het is geen enorm extreme stress factor hoor.

Interviewer: Oké gelukkig maar.

Respondent 2: Hierbij is het meer dat ik denk, hmm, hoe zou ik het het beste kunnen verwoorden. Bijvoorbeeld, stel het is een ander ding en daar kan ik geen woorden aan plaatsen... Ik weet het niet. Bij mij is dat ook wel nog steeds heel cryptisch, er dus nooit woorden aan plaatsen, waar ik dan last van zou moeten hebben. Dat is steeds minder ook zo, en al is het zo dan kan ik er sneller woorden aan geven of kan ik heel makkelijk die middenweg

vinden. In ieder geval, dat zijn van die dingen, ik ben ook iemand die als die wat zegt dat het op iets moet slaan. Het moet niet onzin zijn.

Interviewer: Dus het mag niet fout zijn dan?

Respondent 2: Het mag wel fout zijn, maar dat is niet vaak dus dan probeer ik het ook niet vaak zo te houden. Misschien ook wel door de achtergrond van de dingen die ik nog meer doe, maar ja..

Interviewer: Ja, zijn er specifieke momenten in een sessie die je zijn bijgebleven?

Respondent 2: Ik denk het niet echt, niet omdat het geen impact heeft, dat heeft het juist. Ik denk dat juist de black-out, van dat ik er nu over terug kan denken, dat dat heel fijn is. Dat ik het nu niet terug kan vinden. Daar zit ik echt in mijn gevoel, en dat ik hier nu eigenlijk niet echt dat ik me kan bedenken dat er een opvallend moment is dat heel fijn is, dat dat heel veel vrijheid geeft. Dat is ook bij dramatherapie, dat krijg ik elke keer te horen, het is de bedoeling dat je in een veilige omgeving om kan gaan met je emoties. Het is heel fijn dat mijn hoofd het afsluit als het voorbij is, dan is het afgelopen. Dan ga ik er niet nu nog over zitten nog, soort van zitten malen. Dus nee, er is niet echt een moment dat me is bijgebleven denk ik.

Interviewer: Maar eigenlijk zeg je daarin wel wat juist heel fijn is, dat je juist inderdaad niet in dat hoofd zit.

Respondent 2: Ja dat probeer ik. De dingen die me bij blijven, zijn de dingen waarvan ik denk, maar daar zit ik niet letterlijk zelf in een sessie. Daar zit ik niet in: hoe het zou moeten zijn. Dat blijft me bij. Nee, maar dat zijn van die dingen waarvan ik denk ja, hmm. De sessies waarbij het echt goed ging, zoals gisteren, daar heb ik dan nog niet echt.., ik weet nog wel wat we hebben gedaan maar niet dat ik denk, dat hou ik nog steeds bij me ofzo. Dat heb ik niet.

Interviewer: Nee, dus eigenlijk is het juist dat je daar eventjes, dat hoofd dat je daar uit bent?

Respondent 2: Ja.

Interviewer: En in dat gevoel komt, en dan zit je eigenlijk heel erg in de beleving?

Respondent 2: Ja en ik denk dat als ik daar dan uitkom, nadat ik zo'n sessie heb gehad, dat het dan heel makkelijk is om de middenweg te vinden tussen het praten en het gevoel. Want dan heb je beide uitersten gehad eigenlijk, wat heel goed meewerkt.

Interviewer: Dan heb ik wel de vraag, zijn er momenten die je lastig of moeilijk vindt in spel, maar misschien is dat dan ook wel lastiger om antwoord op te geven, maar wie weet komt er wat uit.

Respondent 2: Ja, bij mij is het vooral in het spel komen, het uit mijn hoofd stappen, dat is het moeilijkste eigenlijk maar in het spel heb ik nergens moeite mee. Dan is het mijn gevoel en wat de dramatherapeut ook al zei, als je daar in zit, dan is het goed, dan is het allemaal goed, dan is er niks moeilijk voor mij.

Interviewer: Nee. Maar wel dus misschien wat je zegt, in het spel komen?

Respondent 2: De switch maken van het woorden voor dingen zoeken en daarvan loskomen, dat is het moeilijkste. Want bij mij is het eigenlijk altijd inderdaad, alles in woorden denken en daar dan volledig van afstappen en eigenlijk alleen nog maar in gevoel gaan. Dat is het moeilijkste.

Interviewer: Ja dat kan ik me wel voorstellen ook.

Respondent 2: Ja, dat is heel lastig uit te zetten, maar ja, dat is iets, dat gebeurt vanzelf en dat is fijn denk ik.

Interviewer: Ja gebeurt dat vanzelf? Of is er iets wat je misschien zelf weet, wat de dramatherapeut misschien daarin doet?

Respondent 2: Oh, dat zou ik niet weten, dat is waarschijnlijk wel een of ander knap goocheltrucje van hem ofzo. Daar ben ik heel blij mee. Dat zouden mijn hersenen heel goed willen weten maar dat hoeven ze hierbij niet, want dan ga ik aan mezelf lopen klooiën en dat wil ik niet, want dan kom je bij: ik kan mezelf aan en uit zetten maar dan krijg ik weer allemaal andere problemen waarvan ik denk: die hoef ik niet uit te vinden.

Interviewer: Nee oké dus dat is...

Respondent 2: Nee, nee en al, ik zou er prima naar kunnen zoeken, maar ik denk dat er gewoon daar een soort van, in mijn hoofd, een soort van mooie stop op zit van, dat doen we niet, punt.

Interviewer: Nee snap ik ook volkomen. Zijn er bepaalde thema's, of bepaalde repetities zeg maar, bepaalde repetities die in het spel steeds terug komen?

Respondent 2: Dat zou ik niet zo weten, ik weet niet. ik heb altijd bij alles een ander gevoel, en ik heb daar niet echt een besef van thema bij of wat dan ook.

Interviewer: Nee.

Respondent 2: Nee, dit is wat ik al zei, ik denk dat ik een erg makkelijke jongere ben. Ik ben niet iemand die heel erg cryptisch over dat soort dingen nadenk, nee. Nee dat is gewoon.., het is zo, dat is een gevoel.

Interviewer: Nee, dat is zo.

Respondent 2: Ja, dat vind ik vaak heel fijn om dat te zeggen; dat is zo, want daar kan je weinig aan veranderen. Het is zo.

Interviewer: Ja, maar dan kom je dus wel heel erg in het stukje gewoon zijn eigenlijk in een sessie?

Respondent 2: Ja, ik denk dat dat heel belangrijk is.

Interviewer: Ja. En kan je daar ook wat mee in je dagelijks leven?

Respondent 2: Nou wat ik al zei, ik denk dat het heel fijn is om hier een soort van tegenpool te hebben vergeleken met wat ik normaal altijd ben. Dat dat ervoor zorgt dat ik in het dagelijks leven sinds ik eigenlijk dramatherapie heb en steeds meer begrijp wat ik doe, het cryptische of, nou ja, het begrijp dat ik daar niks begrijp, dat ik dat steeds meer tegenkom, dat ik daar steeds meer die fijne weg in kan vinden. Dat ik denk van mwah, gaat altijd wel eigenlijk. Ik merk ook sowieso daarom wat ook gesprek week geleden, ik heb steeds meer het gevoel dat ik Feniks niet meer nodig heb, eigenlijk geen enkele begeleiding meer nodig heb omdat ik een beetje het gevoel dat ik mezelf door middel van begeleiding naar beneden aan het trekken ben, van: Oh nee, ik moet ergens problemen hebben want anders zou ik niet bij begeleiding zitten. Dat het gevoel van begeleiding nu het gevoel geeft van ik moet dus een probleem hebben terwijl dat eigenlijk steeds minder wordt.

Interviewer: Ja ik snap wel wat je zegt inderdaad want dan ga je daar weer te veel inzitten eigenlijk.

Respondent 2: Ja, terwijl het gaat nu heel goed met me. Het gaat heel goed met me.. dat klinkt alsof het zo meteen weer fout kan gaan of zo. Het gaat nu gewoon weer goed met me, en ik denk dat dat ook zo blijft, dat dat zo is. Ja.

Interviewer: Ja. Als je het zeg maar zou vergelijken, dramatherapie met andere therapieën...

Respondent 2: Ik ben niet echt nog. Ik heb eigenlijk alleen dramatherapie gehad en begeleiding van mijn trajectbegeleiding. Maar stel je doelt op psychologie en dat soort dingen...

Interviewer: Ja bijvoorbeeld ja.

Respondent 2: Daar heb ik echt nooit baat bij gehad, dat heeft nooit gewerkt. Dat is exact wat ik zei; dan gaat het heel snel bij mij in spraak en dan is het van: ja maar dat doe ik niet, en zodra dat heb dan werkt het bij mij niet. Dan kan ik wel ja zeggen tegen de psycholoog maar uiteindelijk denk ik: mwah, nee. Schrijf je gedachtes op; ja wat boeit mij dat, dat doe ik niet en dat werkt toch niet en dat is dan ook zo. Bij dramatherapie kan ik dat niet echt zeggen want die kan nergens nee op zeggen want er is ook eigenlijk niks. Je creëert het zelf. Dat is fijn denk ik.

Interviewer: Ja precies, dus eigenlijk daar, wat ik je een beetje hoor zeggen is misschien, dan gaat het eigenlijk vanuit je hoofd, tegen iets...

Respondent 2: je creëert je eigen problemen waar je zelf weer tegenop moet gaan boksen eigenlijk, en dat is fijn want dan kom je jezelf tegen in emotie in plaats van in woorden.

Interviewer: Ja, wel bijzonder dat je dat dan daar in het spel, dat dat je dan toch lukt om daar dan bij te komen.

Respondent 2: Ja maar ik denk dat ik dat soort dingen altijd wel inzie en zo. maar het probleem dat ik dat inzie, dat is al een probleem. Dat ik mezelf betrap op dat ik iets aan het doen ben dan denk ik: hey dat ben je aan het doen. En dat is goed want dan kan ik dat op mezelf toepassen maar dan denk ik daar moet ik helemaal niet mee bezig zijn nu, dat moet ik zo meteen pas na de sessie beredeneren. Maar niet nu al, want nu zit ik nog in die sessie bijvoorbeeld weet je wel. Daar ligt bij mij een beetje de problemen want ik ben iemand, ik help heel veel vrienden van mij door met ze te praten en dat doe ik bijvoorbeeld wat de dramatherapeut bij mij toepast dat probeer ik bij hun toe te passen en dat werkt altijd. Dan denk ik dat zijn van die simpele zieltjes die daar dan niet over na gaan denken, dat heb ik dus jammer genoeg wel, maar aan de andere kant ook weer fijn dat ik het wel heb want dan kan ik het ook weer voor andere mensen gebruiken maar ik merk ik dat dat stukje, van dat reflecteren op wat ik zelf heb gedaan, dat dat af en toe te vroeg komt. Dat ik het tijdens de sessie doe en dat wil ik niet want dan ga ik weer in me gedachte zitten in plaats van in mijn spel.

Interviewer: Ja en kan je dat bijvoorbeeld ook weer inbrengen in het spel?

Respondent 2: Nee.

Interviewer: Nee?

Respondent: Nee want dat is iets wat niet speelbaar is denk ik. Dan krijg je zo'n cirkel. Dan speel ik alsof het dat is en dan betrap ik mezelf erop dat het dat is, en dan wordt het een cirkel dat je in je hoofd blijft in plaats van in het spel blijft denk ik.

Interviewer: Ja, en op de een of andere manier lukt het je dus wel om in dan dat spel, daar soms wat uit te blijven om dan toch...

Respondent 2: Ja ik denk dat dat lukt omdat ik het herken het en dat is ook een ding en dat heb ik dan gelukkig weer bij mijn trajectbegeleider, het herkennen dat het er is en dan valt het vanzelf wel weg. Als je erop gaat focussen, een probleem, bijvoorbeeld dat je niet kan slapen en je gaat denken ik kan niet slapen, dan ga je nooit in slaap vallen. Ik denk dat het exact zo werkt, als ik ga denken, oh ik denk nu na, dan ga ik nadenken over het nadenken. Bij mij is eigenlijk al mijn problemen ontstaan omdat ik betrap dat ik over iets nadenk en dan betrap ik mezelf erop dat ik daar over nadenk en dan wordt het allen maar erger. Mijn stress ontstaat omdat ik merk dat ik stress heb. Maar als mijn stress bestaat en ik denk oké ik heb stress, dan is het oké: ik heb stress en dan is mijn lichaam zo van waarom heb ik stress en dan stopt het. maar zodra ik iets ga beredeneren dan trapt het zichzelf eigenlijk de hele tijd onderuit.

Interviewer: Dat lijkt me ook wel heel vermoeiend om daar zo..

Respondent 2: Ja dat is, dat zijn mijn problemen eigenlijk altijd geweest, ik betrap mezelf op iets waardoor ik het probeer aan te passen waardoor ik daardoor stress krijg en dan krijg je een hele vervelende domino.

Interviewer: Dan ga je daar helemaal in.

Respondent 2: En als je op gegeven moment denkt, dat heb ik bij Feniks geleerd, als je je vinger houdt achter die steen en denkt: dat is zo. Dan is het in 1 keer oh, zo simpel is het.

Interviewer: Ja.

Respondent 2: Maar het probleem is hoe meer steentjes er vallen, hoe meer rotzooi er weer van achterblijft. Want ik word meestal ook lichamelijk ziek van stress dus als ik dan direct erachter kom dat het zo is, dan is het van oh, oké. maar stel je voor het blijft heel lang doorgaan, dat was afgelopen voorjaar zo, dan is het op gegeven moment, op dagen dan val ik 15x flauw binnen 1 uur omdat mijn lichaam gewoon steeds meer denkt van er gaat iets fout en dat is als het heel erg ver fout gegaan is. Maar tegenwoordig heb ik bij 1 ding al door van: oh, ik ben aan het stressen omdat ik stress en dan is het gelijk: oh oké, fuck die shit stop er gewoon mee, en dan is het over. En dat heb ik hier gelukkig geleerd. En ik denk dat dramatherapie er ook wel een ding in is omdat nog extremer te maken. Dat ik dat eerder door heb, van waar ben je je nou eigenlijk zorgen over aan het maken.

Interviewer: Ja, dus het geeft je in dat opzicht wel een bepaald inzicht van hoe dat gedachtenproces erbij jou aan toe gaat en wanneer een dominosteentje zeg maar dreigt te vallen? Of dat dat valt?

Respondent 2: Ja, nou er moet er eentje omvallen om überhaupt door te hebben dat het valt, denk ik altijd, want anders is het leven doodsaai. Je moet altijd wel een dominosteentje hebben, je moet altijd wel ergens iets hebben

waar je je zorgen over maakt in het leven denk ik. Niet op de schaal dat je ergens last van gaat hebben maar je moet altijd wel ergens iets hebben om zorgen over te maken want anders is het leven niet leuk denk ik. Dan heb je het uitgespeeld dan is er niets aan de hand meer denk ik, dan ben je hier voor saus eigenlijk. Maar het moet niet zo zijn dat iets waar je je zorgen om maakt je hele leven gaat dicteren denk ik dan. Je moet altijd een uitdaging nog hebben want anders is het niet leuk.

interviewer: En ergens is het bij jou dus dan een beetje de balans daarin?

Respondent 2: De balans daarin vinden tussen: helemaal niets aan de hand hebben want dan wordt het leven saai en dan ga ik me zorgen maken dat ik niets te doen heb. In plaats van maar, dat is weer de andere kant, is dat je zoveel dingen om zorgen maakt dat je hele leven daardoor wordt gedicteerd, het moet er tussen in zitten. Het maakt niet uit waar je je zorgen om maakt, al is het: ik moet zo meteen op tijd bij die training zijn, maar het moet iets zijn waarvan je denkt van, oh, dat moet nog gebeuren of hey, dat moet binnenkort nog gebeuren in plaats van dat je zo saai alles al hebt gedaan of dat je alles nog moet doen.

Interviewer: ja dus ergens een beetje de uitdaging tussen te veel misschien daarin gaan en dat het dan eigenlijk niet meer te overzien is of zo, hoor ik je dat een beetje zeggen?

Respondent 2: Ja, want mijn dingen waar ik me om stress kan iets heel klein zijn maar iets heel kleins boeit bij mij meestal niet, het begint punt van de stress boeit bij mij niet maar waar ik het meest last van stress van krijg is dat ik mezelf betrap op stress hebben en dan ga ik het proberen aan te gaan zo van: waarom heb ik dan last van stress en die waarom is dan weer een stress punt van maar waarom denk ik waarom? En dan heb je weer dat hele zelfde verhaal

Interviewer: En dan ga je helemaal daar in weer, ja. Maar ook wel intens als je daar echt van flauw kan gaan vallen.

Respondent 2: Ja dat is bij mij gewoon omdat ik mijn, wat ook bij mij mijn hele lichaam is sowieso, met stress dan gaat mijn lichaam over op spierkracht in plaats van op... bij sommige mensen, gaan ze hyperventileren of wat dan ook en bij mij gaan gewoon alle spieren strak staan, dat is logisch dat is een vlucht reactie stress, en als op gegeven moment alle energie naar je spieren gaat en niet meer naar je hoofd dan ga ik flauw vallen. Dat is pas als ik heel ver in de stress zit, daarom moet ik ook altijd heel veel naar de fysio om alles los te maken omdat gewoon alle spieren vast hebben gestaan.

Interviewer: Ja, heftig wel. Lijkt me wel in ieder geval, als dat dan zo.. als je lichaam daar dan zo door opgeslokt kan worden.

Respondent 2: Ja je hebt het gevoel, ik heb de eerste sessie dramatherapie was met de dramatherapeut, toen ik hem nog helemaal niet als dramatherapeut had en toen was het bij mij eigenlijk heel erg, toen ging het heel slecht met me, ik ook niet, ik heb toen denk ik twee dagen lang niet gegeten en normaal eet ik echt gigantisch veel.

Interviewer: Jeetje, ja sowieso is dat niet best.

Respondent 2: Nee, maar bij mij is het qua.. en toen, dus dan denk je zo, ja waarschijnlijk wel wat gegeten maar in ieder geval niet voor mijn gevoel dat het werkte en toen ik met de dramatherapeut in de sessie was, dat is het enige wat mij is bijgebleven denk ik, en toen zei de dramatherapeut duw is tegen het kussen aan, eerst was ik gewoon zwak en op gegeven moment kwam er uit mijn lichaam een kracht waarvan ik niet wist dat ik het had maar ik had bijna niks gegeten dus dan vraag ik me af hoe haal je.. maar dat komt gewoon omdat mijn spieren continue aan hebben gespannen gestaan voor twee á drie maanden lang, en om dan in één keer al die kracht die er in zit opgebouwd om weet ik veel, te vluchten voor iets wat er helemaal niet is, om dat er in één keer uit te kunnen laten op dat moment, gewoon jankend dat te kunnen doen, dat was zo raar om dat te bedenken qua je valt net nog flauw en daarna heb je de immense kracht waarvan ik zelf niet wist dat ik het had.

Interviewer: Ja wauw.

Respondent 2: En dat is gewoon mijn lichaam, zijn reactie op dingen is, gewoon letterlijk het lichaam in duiken en niet duidelijk zijn in wat ik denk en zo, want dan gaat alles op stress en ik krijg last van dit, ik krijg last van dat ik krijg last van zus en ik krijg last van zo. En dat is een heel vervelend gevoel want dan is er in een keer zoveel aan de hand en zoveel mis met me in plaats van dat het gewoon heel simpel is en van er is een heel klein

dingetje en dat maakt iets erger waardoor ik dan hier last van spierpijn krijg en dan ga ik me zorgen maak dat ik daar last van spierpijn heb.

Interviewer: En dan ga je weer in dat cirkeltje.

Respondent 2: Ja en dan ga ik weer in dat cirkeltje.

Interviewer: Ja en dat moment dat je op dat kussen kan slaan...

Respondent 2: Slaan is het bij mij meestal niet, slaan, is zo..

Interviewer: Oh ja, ik weet niet wat het was op dat kussen, of dat ding dat je daar deed wat een bepaalde kracht in je naar boven haalde..

Respondent 2: Bij mij, ik zeg het altijd, het doet me een beetje denken aan rugby. ik ben zelf een basketballer. Maar rugby, dat je tegen elkaar aanstaat en vol gas gaat duwen omdat je de ander in beweging probeert te brengen, dat is voor mij, bij mij is het gewoon het lekkerste eigenlijk op zo'n moment dat ik probeer een muur die niet omver te duwen is, probeer omver te duwen, dat is gewoon zo lekker. Ik ben niet iemand die agressief wordt, ik ben iemand die wil dan gewoon zijn hele lichaam in één keer aanzetten al is het bijvoorbeeld zwemmen, maar zwemmen vind ik te licht of zo. het is iets wat niet in beweging komt, proberen in beweging te brengen. Dat vind ik het lekkerste wat er is.

Interviewer: Dat je je lichaam ook kan gebruiken?

Respondent 2: Het beste tegen mij, bij stress, is gewoon het sporten, het lichamelijke de spanning, juist de stress, de blessures die ontstaan door stress kan je het best verslaan met het bewegen van mijn lichaam denk ik.

Interviewer: En dat is eigenlijk, dan niet specifiek sporten maar het is ook een beetje wat in die eerste sessie gebeurde?

Respondent 2: Ja dat was heel fysiek, fysiek werkt bij mij altijd het best denk ik.

Interviewer: Ja, want dat is misschien dan ook wel een stukje wat dramatherapie zou kunnen onderscheiden van andere therapievormen?

Respondent 2: Ja. Bij mij is het, zodra.. praten vind ik leuk, maar praten los ik niet.. qua.. ik kan daar heel goed mijn hoofd mee leeg gooien als daar een punt van iets is waardoor ik stress kan krijgen maar zodra ik last van stress krijg of wat dan ook, dan is beweging het belangrijkste bij mij. Hardlopen is verschrikkelijk want dan is het alleen maar een beetje me hart laten kloppen en daar heb ik geen zin in op dat moment, Bij mij is het, dan moet het echt gewoon fysiek iets bijna slopen zijn of wat dan ook, gewoon echt alles laten werken om het eruit te krijgen denk ik. Door middel met praten dan, dan heeft het geen zin. Als ik niet het punt van stress eruit kan gooien, kan ik misschien 80.000 km blijven lopen maar als de hele tijd maar de gedachte er ook blijft zitten, dan blijft dat ook de hele tijd maar gevoeld worden. En dat wil ik niet.

Interviewer: Nee, ja dat snap ik want je zit daar eigenlijk al vast, en dan ga je er eigenlijk nog verder in door, dus dan is dat denk ik niet hetgeen wat dan helpend is op zo'n moment.

Respondent 2: Het is bij mij altijd, daarbij altijd echt afweging, ga ik praten of ga ik sporten. Je moet allebei doen, maar je moet eerst sporten om een beetje rust te krijgen om het er daarna uit te kunnen praten en daarna heb je sporten niet meer nodig. Nou ja, nooit, bij mij, blijf je het altijd nodig hebben. Maar niet in die zin.

Interviewer: Maar niet in die zin dat waarvoor je het in de eerste instantie nodig had. En als ik een beetje inzoom op de dramatherapeut, want je volgt dan die therapie bij hem. Wat vind je van, kun je een beetje iets beschrijven van zijn houding, zijn attitude zeg maar, die taal.

Respondent 2: Oh moeilijke woorden is bij mij geen probleem hoor. Ik heb bij de dramatherapeut dat.. hoe kan ik dat.. dat vind ik altijd de stomste vragen ooit: hoe kan je iemand omschrijven: weet ik veel, zoals die is. Als de dramatherapeut zelf, zo omschrijf ik hem denk ik.

Interviewer: Of kerneigenschappen?

Respondent 2: Ja daar ben ik altijd zo slecht in, ik zie iemand niet als kerneigenschappen of, dit of dat is leuk, maar bij hem, het is de dramatherapeut en dat is het voor mij. Dat vind ik.. dat is misschien het lastige inderdaad bij dit interview daar kan ik niet een antwoord op geven. Voor mij is het gewoon de dramatherapeut en zo is het.

Interviewer: Ja ik ben er een beetje naar aan het zoeken inderdaad.

Respondent 2: Ja bij mij is het heel lastig, ja want ik heb gewoon ja.. de dramatherapeut, ja... als de dramatherapeut denk ik.

Interviewer: En als je hem dan zou vergelijken met andere therapeuten, zijn er verschillen tussen hem of andere mensen, kan je daar wat mee?

Respondent 2: De dramatherapeut is wat sportiever zou ik denk ik willen zeggen, maar dat is misschien omdat hij gewoon die manier van dramatherapie bij mij heeft gekozen omdat ik ook wat fysieker ben als persoon. Ik denk dat dat vooral bij de dramatherapeut, voor mij het verschil is. Dat als we het over dingen hebben dan hebben we het ook over sport. Maar wat gewoon iets is dat bij mij blijkbaar gewoon veel weet te prikkelen en hij blijkbaar ook interessant vindt. Maar als ik hem zou moeten omschrijven is het vooral denk ik sportief ook wel.

Interviewer: En daarin kan hij dus ook soort van wel aansluiting vinden bij jou?

Respondent 2: Ja, en ik denk wat ik ook gewoon heel fijn vindt bij hem is gewoon heel direct. Als hij iets vindt, ik vind dat af en toe bij Feniks sowieso gewoon een probleem, heel veel jongere hebben onderliggende klachten en daar moet je mee oppassen met wat je zegt maar bij mij is het het beste wanneer je zegt wat je denkt, gewoon lekker fel. Al vind je me een klootzak, zeg dat recht in me gezicht in plaats van dat je heel voorzichtig gaat proberen. Nee, zeg gewoon wat je ziet en niet zo moeilijk om me heen gaan draaien want dat wordt voor mij alleen maar cryptisch. Nee, zeg gewoon hoe het is en ik denk dat de dramatherapeut daar af en toe heel makkelijk in is. We hadden het pas over bijvoorbeeld een taal leren en dan zeg ik, ik wil die taal leren. Dan zegt hij: waarom ben je daar nu dan nog niet mee bezig? En dan zeg ik; ja, weet ik niet en bij anderen moet je dat niet doen want dan gaan ze helemaal.. ja ik ga dan inderdaad wel argumenten proberen te vinden maar als je dat tegen mij zegt dan sta ik in een keer zonder wapens en denk ik shit je hebt gelijk. En dat vind ik veel chiller dan dat helemaal, dat ik mezelf kan voorbereiden om er tegen in te gaan. Nee, zeg gewoon tegen mij wat je ziet of wat je denkt of wat je vindt, in plaats van dat je zo'n stom argument eromheen gaat proberen te vinden.

Interviewer: En dan heb je dat ook wel snel door als mensen dat doen zeg maar?

Respondent 2: Oh, dat heb ik direct door, ik heb echt, ik kan er dwars doorheen kijken.

Interviewer: Ja.

Respondent 2: Hoe goed je ook als psycholoog kan zijn of wat dan ook, ik zie er door heen en ik vind het heel vaak niet leuk want dan kan je altijd op iets een weerwoord hebben maar bij de dramatherapeut heb ik vaak, hij is gewoon zo makkelijk lekker, hij doet het juist niet, hij kan niet.. hij doet bij mij niet meer dat hele simpele dat lieve, nee ga weg man. Wees gewoon lekker: bam dit vind ik.

Interviewer: Hoppa, en dus eigenlijk van wat je zei; als iemand dat wel doet dan heb je dat door, dan kan je er zelf over nadenken en dan heb je je antwoord klaar, en bij de dramatherapeut dat hij zo direct is, dat hij je soms bijna verrast ofzo?

Respondent 2: Ja en dat vind ik heel fijn want dan moet ik nadenken over hoe reageer ik hierop, en dan ga ik nadenken en dan denk ik: oh, dit doe ik dus. Ik leer niet van de begeleiders hier denk ik, ik leer door mezelf door wat de begeleiders hier met mij doen. Bij mij hoeft de dramatherapeut of mijn begeleider me niet per se te leren kennen als persoon en dan aan mij uitleggen ik merk dat je deze patronen hebt en zo.

Interviewer: Nee.

Respondent 2: Bij mij is het gewoon zeg dit, en dan denk ik: oh ja, shit. En dan ga ik bij mezelf te rade, wat gebeurt er: oh dit gebeurt er en dan heb ik een oplossing.

Interviewer: En misschien ook wel, maar dan ga ik even dingen verbinden, dat als iemand dat zo direct doet dat je ook makkelijker bij je eigen gevoel kan komen?

Respondent 2: Ja.

Interviewer: terwijl als iemand er zo omheen gaat, dat je dan eigenlijk alweer in je hoofd gaat en niet meer in dat gevoelsstukje zit?

Respondent 2: Ja, ik denk dat het een beetje hetzelfde metafoor is als die muur, als iemand heel direct is en je kan er niet tegen in, hij vindt iets, het is zijn mening en ik kan niet aan iemands mening iets aanpassen, al vind jij mij een klootzak, dan is dat zo, dan kan ik er niet iets aan gaan aanpassen, tenzij ik probeer het om te buigen maar dat is allemaal veel te lang, daar heb ik geen zin in om dat te doen. Maar als iemand met een kracht tegen een muur aan gaat duwen, ga je het niet omver krijgen en dat vind ik heerlijk en dan ga ik te rade waarom kan ik hem niet omver krijgen; oh, omdat ik gewoon dit niet heb en dan simpelweg; dan heb je het gevonden.

Interviewer: Ja en als je dat dus wel kan dan ga je niet te rade bij jezelf?

Respondent 2: Ja als iemand zo staat van duw is, maar je ziet dat diegene niet alle kracht gaat geven dan heeft het ook geen zin om het te doen want het gaat me toch wel lukken en dat is vervelend.

Interviewer: Ja ik snap wel wat je zegt.

Respondent 2: Daarom zeg ik ook altijd, er moet altijd een uitdaging zijn, er moet altijd iets zijn wat een probleem is want als alles heel makkelijk lukt, waarom zou je het dan nog doen want dan weet je toch al dat het al zo is?

Interviewer: ja, dus je wordt eigenlijk graag uitgedaagd en de dramatherapeut kan eigenlijk wel goed op dat stukje bij jou..

Respondent 2: Ja ik ben iemand die altijd in alles het beste wil zijn, daar ben ik gewoon.. ja ik wil overal altijd het beste in zijn en dat is heel leuk om mij daar dan op aan te pakken, dat vind ik heel leuk, dat vind ik niet erg want ik wil overal gewoon het beste in zijn.

Interviewer: Maar hoe doet hij dat dan? Hoe pakt hij dat aan?

Respondent 2: Ja dat weet ik niet, dat is dus het probleem, bij de dramatherapeut weet ik dat dus niet echt, dat is denk ik gewoon dat direct zijn. Ik denk dat dat bij mij de manier van aanpakken is, want dan ben ik niet het beste, want dan, ik heb geen antwoord al. Ik moet altijd overal een antwoord op hebben maar daarop kan je dus nooit het beste worden want de dramatherapeut is altijd het beste want die weet welke vraag hij gaat stellen.

Interviewer: Dus je kunt hem eigenlijk niet voor zijn?

Respondent 2: Nee, ik kan hem niet voor zijn en dat is vervelend bij mij.

Interviewer: Vervelend maar misschien ook nodig?

Respondent 2: Juist vervelend want dan ga ik bij mezelf te rade waarom vind ik dit vervelend: oh, daarom, en dan is het weer opgelost.

Interviewer: Ja, dus niet nodig maar iets wat dan wel schuurt bij jou?

Respondent 2: Ja, dat is exact wat de dramatherapeut bij mij altijd probeert te zoeken, wat schuurt er bij mij, want bij mij gaat zoveel lekker maar als er iets schuurt dan gaat het bij fout en dat is waar de dramatherapeut op zoek is bij mij gewoon: waar schuurt het.

Interviewer: En dat weet hij dus ook wel te vinden?

Respondent 2: Dat weet hij wel te vinden ja. Anders zou ik niet nog dramatherapie met hem doen en dan zou ik een perfect mens zijn als hij dat niet vindt en dat is niet.

Interviewer: Wel helpend dit, langzamerhand komen we wel ergens zo.

Respondent 2: Ja, voor mezelf is het ook dat ik dit nu pas zelf eigenlijk uitvind doordat ik soort dingen, dit is eigenlijk ook al therapie voor mij om dit soort antwoorden te geven want nu moet ik bij mezelf te rade gaan van wat gebeurt er nu eigenlijk; dat weet ik niet.

Interviewer: Ja maar het is soms ook in DvT stukje, er gebeurt best wel veel en het best wel snel gaat dus het is soms ook best wel lastig om precies eruit pin punten: hey, wat gebeurt daar of wat is dat.

Respondent 2: Ja en het verhaal wat ik nu vertel, merk ik, ik kan er heel slecht tegen als ik vaak hetzelfde zeg en dat heb ik nu al drie keer gedaan met hetzelfde metafoor van die muur en dan denk ik elke keer, en dat is heel fijn want door vaker erover te praten ga je steeds langzamer aan de hele lap tekst, die ik zelf vertel steeds kleiner kunnen maken met wat ik zelf wil vertellen eigenlijk. Stel je voor dat je dit interview nog 10 keer doet dan zou ik de laatste keer elke keer een perfect antwoord hebben en dat heb ik nu niet en dat vind ik heel vervelend. Dat is ook altijd een heel discussie ding, als ik een argument maak en dat is altijd waarom ik altijd te laat ben, dan heb ik een heel argument en dan denk ik ja, shit, dan ga ik het steeds kleiner maken en dan uiteindelijk heb ik een perfect ding. Daar ben je nooit op tijd bij.

Interviewer: Dat is dus een beetje jouw strategie die jij toepast. En dit is iets, het is nog best wel zoeken, en je zit nog niet in dat laatste punt.

Respondent 2: Ja, maar het wordt steeds smaller merk ik al, van hey, in plaats van dat ik hier 20 woorden voor nodig heb, heb ik er nog maar tien woorden voor nodig.

Interviewer: Ja, van mij mag je er echt...

Respondent 2: Ja, maar ik vind het verschrikkelijk om zes keer hetzelfde antwoord te geven. Daar kan ik zelf heel slecht tegen.

Interviewer: Nou ja, ik heb er in ieder geval geen last van.

Respondent 2: Nee, maar dat maakt ook niet uit wat jij er van vindt, ik vind het vervelend. Maar ja.

Interviewer: Eens even kijken, ik zal eens kijken of ik nog een specifieke vraag voor je heb. Je hebt nog niet heel veel sessies gehad maar misschien is er iets wat je zou weten van je eigen ontwikkeling van toen je in het begin in het spel was en nu?

Respondent 2: Ja, dat denk ik wel, de dramatherapeut geeft me steeds minder handvatten om mee te werken en het wordt steeds chaotischer waardoor ik steeds meer zelf met mijn eigen gevoel... Nu moet ik er een goeie zin van maken anders vind ik mezelf stom als ik het niet goed zeg.

Interviewer: Ik ben hier nog steeds oordeel loos hoor.

Respondent 2: Dat weet ik, ik oordeel mezelf hier op met, dat is een beetje de grappige race met mezelf altijd, van ik moet het goed kunnen zeggen, want ik weet dat ik de perfecte zin ervoor heb maar..

Interviewer: Ik vind je metaforen namelijk wel heel bruikbaar, wel heel helpend.

Respondent 2: Ja, maar met metaforen denk ik altijd, hij kon nog beter en dat vind ik vervelend als ik denk hij kan nog beter.

Interviewer: Ja het kan altijd beter inderdaad.

Respondent 2: Klopt, maar daarom ik probeer nu voor mezelf een betere metafoor te vinden. Maar hij probeert een beetje, ik moet denk ik zelf dan langzaam orde gaan scheppen in de chaos. In mijn eigen gevoel en dat is erg fijn denk ik. Het wordt steeds minder dat het duidelijk is waar we zijn of weet ik veel, in de dramatherapie en steeds meer van, wat de fuck is hier aan de hand en dat mag mijn hoofd dan niet denken dat moet mijn gevoel denken.

Interviewer: En als ik even denk, dan hoor ik je misschien ergens ook wel af en toe terug zeggen, misschien een stukje eigen regie of dat je zelf het mag bepalen hoe dat dan, of wat je daar mee moet of wat je daarmee kan, of in die chaos dat je zelf die orde mag scheppen zeg maar.

Respondent 2: Ja, ik denk dat dat weer een beetje is, dat dat exact het gene is wat we willen doen. Het gevoel samenvoegen met de tekst bij mij. Dat moet samengevoegd worden want als ik met me gevoel woorden kan binden en met woorden mijn gevoel kan binden dan zit je op het perfecte plekje denk ik. Ik denk dat dat het doel is. Dan probeer ik in die sessies om mijn gevoel mijn woorden te laten dicteren en buiten de sessies mijn

woorden mijn gevoel te laten dicteren en dan zit je op de perfecte middenweg. Want dan kun je elkaar versterken en afzwakken als er een te sterk wordt.

Interviewer: En heb je daar dan ook zicht op zeg maar binnen een sessie wanneer het de een of de andere kant op gaat of is het dan dus?

Respondent 2: Nee, ik merk dat ik in de sessies nooit te ver in gevoel sla want dat kan daar niet bij, maar in woorden sla ik af en toe wel te veel en dat is gewoon van dat ik denk de buitenwereld mag komen met woorden en dan probeer ik die eruit te vegen want ik probeer alleen in me gevoel te zitten daar. Wat ik al zei. Daarom probeer ik in het extreme variant van het gevoel te zitten want nu zit ik altijd.. Ik heb al vaak genoeg in de extreme kant van de woorden te zitten en nu probeer ik in het extreme van mijn gevoel te zitten en dan heb je straks het perfecte blank space waarin je kan gaan zitten denk ik.

Interviewer: En hoe is dat dan om daar nu zo in dat gevoel te zitten?

Respondent 2: Ja dat voelt raar, ja, nee het voelt niet raar.. het voelt denk ik. Het gevoel heeft een gevoel. Ik denk dat dat het is. Zoals ik al zei, ik kan daar geen woorden aan binden, want dat wil ik niet, die ik probeer ik uit te vegen. Dat is heel vervelend voor een interview, een heel vervelend antwoord dat weet ik, maar ik denk wel dat dat het beste antwoord is denk ik voor mezelf in ieder geval, dat ik niet weet hoe dat voelt want het voelt.

Interviewer: Ja, maar het lijkt me ook wel als je zo in dat hoofd zit en je gaat daar opeens heel erg in dat gevoel, dat dat ook heel lastig om daar weer woorden aan te geven.

Respondent 2: Ja en wil je daar überhaupt woorden aangeven en ik denk het niet.

Interviewer: Nee, precies. Even kijken. De hoog sensitiviteit heb ik daar al naar gevraagd?

Respondent 2: Nee.

Interviewer: Nee, bij hoogbegaafdheid is het bekend dat hoog sensitiviteit een rol speelt, is dat bij jou ook zo?

Respondent 2: Ik vind mezelf altijd niet heel erg hoogbegaafd, ik heb een IQ van 131 en dat is dan net 1 punt hoogbegaafd. Dus ik zeg altijd gewoon ik ben slim, ik doe alsof ik slim ben. Waarschijnlijk heb ik gewoon een IQ van 120 ofzo maar ik lijk 131 omdat ik doe alsof ik 131 ben.

Interviewer: Maar je hebt wel 131 gehaald?

Respondent 2: Blijkbaar ja, maar ik zei ook gewoon tegen mijn psycholoog toen die mij toen, weet ik veel, 40 sessies lang heeft geprobeerd te prikkelen maar dat lukte nooit want ik was altijd een stap voor. Ik zeg altijd ik ben niet slim, ik doe alsof ik slim ben. En dat is denk ik ook heel goed want daardoor pest ik mezelf eigenlijk een soort van.

Interviewer: Ja.

Respondent 2: Daarom kan ik ook gewoon zeggen, je doet alsof je ergens last van hebt maar je hebt helemaal nergens last van en dat is heel fijn want dan kun je jezelf zo lekker nuanceren. Bij mij is het altijd een beetje een oorlog tegen mezelf, die twee kanten van dat gevoel en denken en het is altijd daartussen in moet je zitten. En het is heerlijk als die twee ruzie met elkaar hebben in het midden maar je wil niet doorslaan in iets.

Interviewer: Nee.

Respondent 2: Ik zeg altijd, dan voel ik me psychopaat als ik dat zeg, maar ik zeg altijd, ik heb een beetje twee stemmetjes in mijn hoofd, in mijn leven zou ik moeten zeggen dan. Eén stem is de bewuste ik die alles probeert te verwoorden en de ander is de onderbuik, het onderbuik is het gevoel en de praatstem en die moeten een middenweg vinden. En als het gevoel te erg wordt dan kan deze er niet meer tegen opboksen. En als deze te erg wordt dan kan deze er niet tegen opboksen en dan heb je een probleem. En zodra die twee een beetje met elkaar aan het botsten zijn en ik ben een beetje aan het lachen en wegstijgen en ik zit van hmm hoe voelt het nou, dan zit het goed. Dan zitten ze allebei met elkaar te klooiën en dan loop ik mezelf te pesten en altijd op feestjes en zo, dan ben ik degene die mezelf roast zodat een ander het niet kan doen en dat werkt heel goed. Want ik plaag mezelf met de dingen waar ik allebei last van heb eigenlijk en wat me niet zoveel doet als een ander daarvan weet, want dan denk ik: boeien, oké, dan ga je vervelend tegen mij dan doen ermee? Prima? Mij doe je niet

zoveel meer. Vroeger ben ik gepest ja... nee... ik was wat dikker, ik ben heel blij dat ik nu erg groot ben en zo want daardoor durven mensen niet zo vaak meer te klooiën met je. Maar ik merk dat ik steeds meer mezelf voor de gek houdt omdat ik daardoor juist minder het gevoel heb dat andere mensen het kunnen doen, en niet dat ik daar bang voor ben. Want als ik daar bang voor ben dan zou ik dat überhaupt niet doen dan zou ik mensenschuw zijn maar meer dat ik denk van nou fuck it weetje, zo moet het ook gewoon zijn, ik denk dat het voor mij heel fijn is als ik leef in de sfeer van weetje, ik zie het allemaal wel, dan is het goed. Want ik heb zoveel dingen waar ik nog steeds zin in heb, wat ik wil doen maar ik heb niet meer dat ik mezelf dicteer van dit moet zo zijn want dan kan je die faalangst opbouwen. Dan kan ik angst hebben van het gaat fout, en ik weet dat moet wegvallen. Hoe meer het bij mij gewoon is van: het gebeurt allemaal wel, is het prima.

Interviewer: En dan ergens zou je wel kunnen zeggen, dat gevoel, als dat er is kan het er ook heel sterk zeg maar zijn, zit dat in je buik, in je lichaam, kun je flauwvallen dus dan is het wel op een sterkere mate zeg maar?

Respondent 2: Ja maar dat is de laatste keer geweest, dat is afgelopen voorjaar geweest maar dat was überhaupt een hele groot groep aan ongunstige dingen die samenvielen, ik kon niet meer sporten wegens corona, zoveel dingen gingen eigenlijk allemaal niet zo lekker, ik kon niet goed me dingen kwijt, ik had niet de juiste begeleider, ik had niet de juiste dramatherapeut. Omdat ik toen daar heel erg op gefocust, op gebrand was, dat ik dat juist wel kreeg, toen had ik dat juist heel erg nodig. Maar ik denk dat als ik nu, als nu Feniks weg bij mij zou vallen, ik denk dat het niet zo snel fout zou gaan.

Interviewer: Ja.

Respondent 2: Het zou niet goed gaan nog per se, het zou niet perfect gaan omdat ik het nog niet heb afgesloten. Ik denk bij mij is afsluiten tegen de dramatherapeut zeggen dit is de laatste sessie, ik denk dat het dan afgesloten is. Maar bij mij, je mag niet tegen mij zeggen; je mag niet meer gaan, punt. Dat zou voor mij niet werken, of één sessie nog dat zou ook niet werken maar als bij mij het gevoel is van: het is over, dan is het over. Dan heeft mijn gevoel dat gezegd, ik heb er woorden aan kunnen binden, middenweg, klaar.

Interviewer: Ja en hoe, met de dramatherapeut zou je zeggen dat je die nu... heb je daar dan nu wel wat aan?

Respondent 2: Ja.

Interviewer: Ja? Op wat voor manier?

Respondent 2: Ja, dat hij me helpt om me te laten voelen. Wat een stom antwoord dit. Ik probeer mee te denken aan hele goede antwoorden te geven maar dat kan ik niet.

Interviewer: Ja. Dat hoeft helemaal niet.

Respondent 2: Maar ik verplaats me in hoe jij daar nu zit, en hoe ik daar zou zitten en dan zou ik daar zitten van wat een klote antwoord is dit zeg, daar kan je niks mee..

Interviewer: Nee hoor, daar kan ik wel wat mee. Dat stukje van bij je gevoel komen dat is juist wel helpend.

Respondent 2: Ja oké aan de andere kant kan je daar je misschien wel wat mee maar qua als je in een normaal interview perspectief zou kijken zou je echt denken wat zijn dit voor een stomme antwoorden.

Interviewer: Ik ben helemaal geen normale interviewer,

Respondent 2: Nee oké, maar bij een job interview zo'n vraag: hoeveel zou je willen verdienen, ja veel. Ja zo voelt het, zo'n antwoord voelt het voor mij.

Interviewer: Nee ik vind dit een heel waardevol antwoord, dat hij jou helpt om bij jou gevoel te komen,

Respondent 2: Dat weet ik maar mijn hoofd denkt altijd weer van, zo'n andere manier, van eigenlijk zou dit echt een heel stom antwoord zijn. Ik zou bij map, dat is waar ik aan mee doe, zou ik heel gefrustreerd van kunnen worden van j;; maar dit is dus geen antwoord op mijn vraag

Interviewer: Maar dit is dus wel, dit is precies antwoord op mijn vraag,

Respondent 2: Nou wat fijn zeg.

Interviewer: Nee echt, ik ben aan het kijken en aan het zoeken, van, kan ik daar nog wat meer op inzoomen, maar het stukje dat hij jou helpt bij jou gevoel komen. Ik denk dat dat, persoonlijk zou ik dat als de waarde zien van dramatherapie,

Respondent 2: Ja.

Interviewer: Dat, dat dus niet het stukje dat de hele tijd hier blijft zitten. Ik ben zelf dus ook.. ik studeer dus dramatherapie en bijna afgestudeerd en dat is het gene wat ik er zo tof aan vind, je kan het niet wegedeneren, je kan niet...

Respondent 2: Wat fijn eigenlijk. Bij je studie hoeft je dan niets op te schrijven. Nee, het voelt gewoon goed dat ik dit doe; bij je tentamen hoeft je dan niets op te schrijven en dan kan niemand zeggen of het goed is. Een 10 voor je examen want niemand kan zeggen dat het niet goed is want dat is gewoon..

Interviewer: Ja dat is wel een beetje zo, ja je moet uiteindelijk...

Respondent 2: Ik ga misschien ook dramatherapie studeren

Interviewer: Ja. Ik zeg doen, ik ben enthousiast.

Respondent 2: Ja.

Interviewer: Ja, maar het is inderdaad wel, het is niet.. je kunt het niet alleen maar, eigenlijk je lijf geeft ook heel veel aan daarin en daar kan je niet altijd dingen in verstoppen, dat is er gewoon. Dus ik kan me inderdaad voorstellen dat dat het stukje is waar de dramatherapeut jou bij kan helpen.

Respondent 2: Ben je dan ook zo iemand die exact nu kan zien hoe ik me voel door welke manier ik zit of wat ik doe?

Interviewer: Nee absoluut niet.

Respondent 2: Maar je hebt ook sommige mensen die bij Feniks zeggen, je bent nu ongemakkelijk en dan denk ik nee helemaal niet, maar dan ben ik ongemakkelijk omdat ze zeggen dat ik ongemakkelijk ben, dat is gewoon valsspelen.

Interviewer: Ik zou het wel kunnen uitproberen maar ik zou het niet zeker weten.

Respondent 2: Maar je wordt toch ongemakkelijk als iemand zegt dat jij je ongemakkelijk voelt?

Interviewer: Ja absoluut.

Respondent 2: Ja, dus dan kan je ook nu gewoon zeggen: ben blij en dan wordt iemand blij, dan denk ik wat is dit nou weer.

Interviewer: Maar de dramatherapeut is dus wel zo direct naar jou toe toch?

Respondent 2: Ja

Interviewer: Doet hij dat weleens zulke dingen tegen jou zeggen?

Respondent 2: Nee, nee, want dat is überhaupt bij mij, denk ik altijd; ja oké leuk en nu.

Interviewer: Nee dus dat doet hij niet.

Respondent 2: Nee, nee, maar dat is ook denk ik niet de manier waarop hij mij zou moeten helpen.

Interviewer: En wat doet hij dan daarin wel in die directheid?

Respondent 2: Nou, bijvoorbeeld gewoon tegen me zeggen: waarom ben je dat dan niet aan het doen als je dat zo graag wil? Ja kut, waarom eigenlijk niet

Interviewer: Een beetje confronteren dan misschien wel, dat doet hij?

Respondent 2: Ja heerlijk ram maar tegen die muur aan, kijk daar staat gewoon een muur zie je dat? Kijk eens, kijk eens, en dan nog een keer gewoon duwen. Ik vind het heel fijn als iemand mij irriteert eigenlijk want dan ga ik.. ja maar waarom vind ik het vervelend en dan kan ik denken ah, daarom vind ik het vervelend.

Interviewer: Ik kijk even naar de tijd, we hebben nog 3 minuten. Moet je nagaan, de tijd gaat hartstikke snel zo. Ik kijk even of ik nog een belangrijke vraag heb, maar ik denk dat je al best wel..

Respondent 2: Stomme antwoorden hebt gegeven voor mijn gevoel.

Interviewer: Nee ik wil het niet meer horen.

Respondent 2: Jij wilt het niet meer horen maar ik ga het toch nog zeggen.

Interviewer: Oké zeg het maar, kom maar op.

Respondent 2: Nee nu niet, nu juist niet.

Interviewer: Oké nee, ik denk dat ik op zich, dat de belangrijke vragen wel aanbod zijn gekomen en ik heb ook wel mooie antwoorden gekregen en ik heb ook helder van wat de dramatherapeut eigenlijk bij jou kan doen om jou te helpen, het stukje drama wat daarin eventueel een beetje dat stukje gevoel, het stukje van je hoofd hoe dat tot uiting komt bij jou en dat is heel helpend en heel waardevol denk ik. Is er zelf nog iets over dramatherapie of iets wat je erover kan zeggen of wat je erover kwijt wil?

Respondent 2: Nee, dat is ook weer zo typisch Feniks; is er iets wat jij kwijt wil; nee.

Interviewer: Nee.

Respondent 2: Anders zou ik het al wel hebben gezegd, denk ik.

Interviewer: Ja ik denk ik stel hem even in het algemeen.

Respondent 2: Nee, goed dat je een Feniks vraag stelt, voor de andere jongeren hier, die zouden dan helemaal los gaan. Bij mij is het dan: nee.

Interviewer: Oh ja, dat is misschien nog wel een mooie.

Respondent 2: Daarom zou ik ook eigenlijk heel slecht zijn als Feniks jongere.

Interviewer: Je past er eigenlijk niet zo goed tussen?

Respondent 2: Waarom moet je mij laten interviewen, dan krijgt ze een heel ander beeld van jongeren denk ik. Ik ben dan denk ik uiteindelijk wel weer het gemiddelde dus dan klopt het eigenlijk wel dat ik het ben.

Interviewer: Maar uiteindelijk is denk ik iedereen sowieso anders, uniek.

Respondent 2: Anders, uniek.

Interviewer: Al dat soort woorden.

Bijlage 3. Interview respondent 3

(afgenomen op 5 november 2021)

Interviewer: Begin ik met mijn eerste vraag, kun je me wat vertellen over hoe je bij Feniks terecht bent gekomen?

Respondent 3: Ja, origineel..., de data weet ik niet helemaal uit mijn hoofd. Een paar jaar geleden ongeveer, het voornaamste doel wat ik uiteindelijk ook heb behaald bij Feniks, was het behalen van mijn diploma, voor de middelbare school en de reden dat ik bij Feniks kwam was omdat ik daar héél erg veel moeite mee ervaarde. Ook omdat mijn, ik pas gewoon niet echt in het traditionele schoolsysteem. Uiteindelijk twee middelbare scholen gehad, heel veel dingen geprobeerd en zo en het werkte gewoon niet echt voor mij, zeg maar.

Interviewer: Wat maakte dat het niet zo goed werkte? Waar liep je tegenaan in het reguliere schoolsysteem? Als ik mag vragen.

Respondent 3: O ja, nee, nou het zijn heel veel dingen maar het heeft voornamelijk te maken met hoogbegaafdheid waar het schoolsysteem gewoon gemaakt is voor de 98% mensen, 95 % mensen en als je net buiten de boot valt is het vaak best wel lastig om daarin te kunnen functioneren. Ik kwam bij Feniks op gegeven moment omdat ik een hele nare wat depressievere periode heb gehad, ook op gegeven moment met school en toen was het best wel duister maar uiteindelijk gekeken naar andere oplossingen en dingen en ben ik bij Feniks terecht gekomen en dat heeft me uiteindelijk best wel geholpen.

Interviewer: Fijn, ja kan me dat wel voorstellen als je er niet echt tussen past en het niet echt lukt dat dat ook zijn uitwerking heeft dat je je daardoor niet echt blijer gaat voelen, kan ik me goed voorstellen.

Respondent 3: Nee.

Interviewer: Ik vroeg me ook af maar je zei het net al, zijn er bepaalde doelen waar je aan zou willen werken of dingen die je misschien graag anders zou willen zien of doen, heb je nu nog doelen of wat zijn de doelen toen je binnenkwam, in ieder geval dus je diploma halen maar zijn er nog andere doelen?

Respondent 3: Ja, ook een verwant doel wat ik ook lange tijd bij Feniks, waar ik aan heb geprobeerd te werken, wat eigenlijk steeds beter gaat, is het werken aan mijn zelfvertrouwen ook omdat dat, zeker door het schoolsysteem en mijn ervaring daarin, echt helemaal kapot is gemaakt. Het meest frustrerende daarin is dat je altijd helemaal je best doet alleen dan niet een gewenst resultaat krijgt. Als je dat over en over meemaakt is dat op gegeven moment redelijk slopend voor het idee: ik kan dingen.

Interviewer: Ja, ik kan me dat heel goed voorstellen ja, dat je dan denk het lukt niet, wat is dit?

Respondent 3: Nee, precies, het meest bizarre trouwens is mensen die hoogbegaafdheid niet kennen en dan vertellen hoe het gegaan is in het middelbare schoolsysteem. Dan is het van: huh, maar je bent toch hoogbegaafd, dan kom je toch gewoon easy door het schoolsysteem heen?

Interviewer: Ja, dat het dan zo lijkt van dat moet je toch kunnen?

Respondent 3: Ja, precies en jammer genoeg is het verst van de waarheid zeg maar.

Interviewer: Ik heb me er ook over ingelezen inderdaad, het is inderdaad, het is best wel een ingewikkelde zaak om die twee samen te combineren en in het reguliere schoolsysteem lijkt er weinig aansluiting echt te zijn.

Respondent 3: Ja, op de basisschool had ik dat weer wel en bestaat ook best wel, maar op de middelbare school niveau gewoon echt niet.

Interviewer: Ja gek is dat, heel gek is dat. Ja.

Respondent 3: Ja, ze zijn er mee bezig hier en daar maar ja, weet je, vaak is het probleem dus dat naast dat je hoog intelligent bent, denk je vaak fundamenteel heel anders na. Dan is het heel lastig om als school te zeggen van nou, voor iedereen pakken we A, als gewoon general methode en dat werkt voor de meeste mensen echt helemaal perfect maar dan pietje daar, die echt een héle kleine groep is van de groep, die komt er niet uit. Ja jammer. Ja dat kan ik ergens ook wel snappen.

Interviewer: Ja, maar het zou natuurlijk wel fijn zijn als er wel iets zou zijn waarin je gewoon misschien dan andere ervaringen hebt opgedaan dan dat je nu hebt opgedaan.

Respondent 3: Ja, dat is zeker waar. Ja nee, school is een van de naaste dingen geweest in me leven.

Interviewer: Ja. Jeetje.

Respondent 3: Dus in die zin was wel fijn geweest maar ja, het zijn ook dingen die gebeuren en die je overleeft en uiteindelijk kom je weer ergens anders uit.

Interviewer: Ja ,je bent nu ook al een jaar in behandeling, zei je net?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: En hoelang bij de dramatherapeut dan precies?

Respondent 3: Ja, dat is een jaar ongeveer.

Interviewer: Oh dat is een jaar, ja.

Respondent 3: Ja, bij Feniks ben ik al twee jaar zo ongeveer, zoiets.

Interviewer: Oh ja oké, en heb je dan zeg maar ook elke week sessies?

Respondent 3: Ja, elke week.

Interviewer: En dan één keer in de week?

Respondent 3: Ja, één keer in de week inderdaad, ik ging eerst vier dagen in de week naar Feniks en nu nog maar één dag in de week en ik ga eigenlijk alleen maar omdat de dramatherapeut er is, de dramatherapeut is voor mij op dit moment 90% van de reden om naar Feniks te gaan.

Interviewer: Wauw, dan wil ik het er gelijk even over hebben, over hem, want wat maakt dan dat hij, dat dat zo belangrijk is? Of wat is daar..?

Respondent 3: De dramatherapeut geeft sowieso een paar dingen die heel erg gaaf zijn op Feniks, hij geeft ook een gedichtenblok en improvisatietheater en dat soort dingen en dat zijn ook allemaal dingen die ik heel erg gaaf vind. Ik speel ook vrij wekelijks tafeltennis tegen hem dus dat is ook altijd heel belangrijk. Maar hoe heet het, sinds het begin van Feniks is eigenlijk alles wat de dramatherapeut doet, vind ik heel erg tof. Ik heb ook, zelf schrijf ik ook gedichten en dat gedichtenblok heb ik ook heel erg gaaf gevonden.

Interviewer: Ja, tof.

Respondent 3: Als heel fijn ervaren. En dramatherapie daar ben ik inderdaad dus nu, ja dramatherapie of DvT.

Interviewer: Ja, een beetje hetzelfde, maar anders.

Respondent 3: Ja, het een is het parapluterm het andere is weer iets gespecificeerder maar als ik de term dramatherapie gebruik, want dat is hetgeen wat ik het meest gebruik om het te beschrijven, maar ik bedoel natuurlijk de specifieke vorm die de dramatherapeut dan hanteert.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: En dat vind ik belangrijk omdat het biedt me gewoon heel erg veel inzicht en het heeft me ook best wel geholpen met anders nadenken soms, naar dingen in me eigen leven, naar keuzes. Op een manier is het, het lijkt heel erg op.., nee, ja... persoonlijk haal ik er meer uit dan als ik een andere vorm van therapie zou hebben. Want ik heb ook bij psychologen en dergelijke gezeten en ik merk dat ik persoonlijk vaak meer kan als ik actiever bezig ben met iets.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Dat is een van de keypoints,, die ik ook heel erg belangrijk vind aan dramatherapie en ook heel erg interessant is, je hebt therapie maar je bent ook vaak actiever bezig.

Interviewer: Bedoel je daarmee ook dat je lijf meewerkt en het gevoel misschien wel, los van het praten?

Respondent 3: Ja, los van het praten.

Interviewer: Praten is nog soort van onderdeel maar het is niet alleen dat?

Respondent 3: Nee precies, ik kan.. er zijn heel veel therapieën en dergelijke waarbij je een uur zit te praten en dergelijke en dat kan soms vrij saai worden en minder interessant en ik heb ook echt het gevoel dat ik hier veel meer uithaal dan andere vormen van therapie die ik heb gehad.

Interviewer: Ja, want je had het net ook over inzichten, zei je, van ik heb er best wel wat inzichten ervan gekregen, wat voor inzichten heb je dan bijvoorbeeld gekregen?

Respondent 3: Ja de beste manier waarop ik dat kan beschrijven is, dat ik soms na een sessie gewoon een solide dag nog aan het nadenken ben over dingen die ik in een sessie behandeld heb en dat het soms mij heel veel meer ruimte geeft om op een andere manier na te denken, over dingen die zich in mijn leven afspelen. Ook meer, soms zie ik daardoor meer opties. Als ik me gedachten in een kamertje zou zetten is het alsof je gewoon meer ruimte hebt.

Interviewer: Ja, dat kan ik me zo goed voorstellen inderdaad, dat vind ik een mooie beeldspraak.

Respondent 3: Ja, ook omdat je heel veel dingen speelt en dat is ook het mooie van DvT, omdat je heel erg dingen speelt en je bent in drama bezig en er zijn zoveel meer mogelijkheden op zo'n moment dan puur het gene wat je normaal zou doen of wat je hebt meegemaakt of dergelijke en dat is puur al je hoofd trainen om flexibeler om te kunnen gaan met situaties, dat heb ik ook als fijn ervaren.

Interviewer: Ja, dus eigenlijk van, normaal gesproken zit je heel erg in een bepaalde soort van tunnelvisie misschien? Ik weet niet of het echt tunnelvisie is, maar dat kan ik misschien zo noemen?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: En dan met DvT krijg je eigenlijk een beetje, dat je meerdere opties ook ziet om vanuit te reageren of vanuit te handelen?

Respondent 3: Ja, de beste manier die ik een deel van DvT ook kan beschrijven. DvT ligt heel erg op het vlak waar je probeert te spelen met dingen die lastig zijn. En dingen die, vaak emotionele dingen, die lastig zijn waar mensen moeite mee hebben en als je dat in een spel en soms ook surrealistisch soms realistische situaties, als je dat in spel teweegbrengt wat je dan krijgt is, als je vaker dingen speelt dat je dan meer, hoe vaker je dat soort dingen opzoekt ook, beetje die lijn zeg maar, op gegeven moment kun je er gewoon meer mee als mens. Ik heb dat zelf heel erg gemerkt met dingen die ik dan naar vond, dat ik, met DvT zeg maar, dat je op gegeven moment gewoon, dat je dingen ook kunt aangeven en dat begint heel simpel dat je dingen kunt zeggen van: ja, ik vind dit niet fijn. En dat is iets heel kleins en hoe vaker je er.. op gegeven moment kun je gewoon zelfs spelen en interactie hebben met dingen waarbij je eerst gewoon bevriest of niks mee kan of niet echt, je weet dat je het naar vindt maar je kunt het moeilijk uitdrukken zeg maar. Ja.

Interviewer: Ja ik heb zelf ook DvT sessies gehad, ik heb de cursus gedaan, dus ik herken dingen die je zegt. Want hoe was dat dan hoe je in het begin aankwam bij DvT of bij de dramatherapeut, wat gingen jullie een eerste keer doen, hoe zag dat er een beetje uit?

Respondent 3: De bonus was dat ik de dramatherapeut al ongeveer ruim een jaar kende voordat wij ooit begonnen met DvT, dat heeft ook heel erg geholpen zodat ik de dramatherapeut heel goed ken en hij kent mij heel erg goed dus dat is heel erg fijn want dat maakt beginnen met DvT minder heftig of intens of dat soort dingen. Ja we gaan op een papiertje tekenen en dat was het eigenlijk, dat vond ik weer niet zo heel erg heftig. Ik vond dat eigenlijk wel heel fijn ook, in het begin wist ik niet echt wat ik moest verwachten zeg maar.

Interviewer: Nee.

Respondent 3: En ik merkte ook in die zin, in het begin vond ik het nog best wel moeilijk om met bepaalde dingen te spelen, wat interessant is en wat me ook heel erg intrigeerde omdat ik, persoonlijk ben ik best wel een theaterpersoon, een dramapersoon. Dus ik kan met heel veel dingen spelen maar dan gaat het om je eigen

emoties en dingen die blegh zijn. Dan is dat ineens veel moeilijker, sta je ineens ergens zo van fuck, ik kan hier gewoon niks mee, ik vind het gewoon lastig. Dat is bizar zeg maar.

Interviewer: Ja, dus ergens prikkelde je dat dus ook weer? Het was én lastig in het begin en eigenlijk hoor ik je drie dingen zeggen: de band die je met hem had was fijn, dat maakte het minder spannend maar je kwam wel voor dingen te staan dat je dacht, nou ik weet niet wat dit is, moeilijk, maar tegelijkertijd dat het ook weer soort van prikkelde of intrigeerde van het doet dus wel iets met je dat je daar een beetje door aan gezet werd.. of ik weet niet?

Respondent 3: Ja het verhelderde ook wel, er waren sommige emoties waar ik ook echt een hele lange tijd niks meer mee te maken had gehad en dingen die dan weer terugkomen en dat je denkt van hmm, dat is nog wel een dingetje.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Ja en als het gaat om mijn band met de dramatherapeut, ik denk dat dat één van de dingen is, wat het meest helpvol is geweest in mijn proces, ook met DvT en zo. Want een van de dingen.. tenminste hoe ik het ervaar waarom DvT ook zo helpvol is en waarom de dramatherapeut ook zo ontzettend goed is in wat hij doet, de dramatherapeut weet heel vaak extreem exact dingen na te spelen en dingen te personifiëren, hele gevoelens en daarover karakters te scheppen of dingen, zo ontzettend goed te personifiëren en het mooiste hieraan is dat ik me heel vaak realiseer van, dit is super accuraat ook al heb ik het nog nooit met hem hierover gehad.

Interviewer: Ja, bizar, bizar is dat.

Respondent 3: Dat is zo ontzettend bizar, en toch doeltreffend ook, zeg maar, dus ja, hij voelt dat ook heel erg goed aan met sommige dingen en dat is zo bizar want ja, weet je, ik heb het nog nooit specifiek zo over dingen gehad zeg maar, maar dan speelt hij iets na en dat is zo ontzettend spot on, en dat ja.

Interviewer: Ja, dat snap ik heel goed. Heel herkenbaar. Ga ik er nog even wat op inzoomen, zijn er ook echt dan, want hier en daar heb je het er zo over, zijn er ook specifieke momenten die je zijn bijgebleven? Kun je dat eens wat meer...

Respondent 3: Vanuit DvT?

Interviewer: Vanuit DvT ja.

Respondent 3: Twee voorbeelden die ik heel erg makkelijk kan geven is eentje is, de dramatherapeut speelt soms heel.., een ding wat hij heel goed kan naspelen is een, in die zin een personificatie van iemand die hulp wil maar toch niet echt geholpen wordt met de hulp die je hem kunt geven. Voornamelijk is een bepaalde soort negativiteit waarbij mensen anderen naar beneden trekken en eigenlijk niemand geholpen wordt en dat is iets wat hij heel goed kan spelen en dat is heel interessant, want ik ben vanuit nature, ben ik heel erg helpend voor mensen en ik weet dat dat ook nog weleens nogal negatief kan zijn omdat ik soms daar nog weleens te ver in ga en mijn eigen grenzen, daar weleens overheen schrijdt. Nog weleens situaties heb gehad waarin ik eigenlijk nog te veel geef van mezelf voor mensen die me eigenlijk gewoon naar beneden trekken. Of mensen die ik verder niet echt help of ondersteun met dingen die ik ze kan bieden maar ik vind het ook heel moeilijk dan om mensen los te laten.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Een ander voorbeeld wat ik heel goed kan geven en dit is een van de weinige sessies waarin we alleen maar hebben gepraat. Het was iets, wat ik zelf opbracht en we hebben hier over gepraat. Het was niet eens iets wat in spel eigenlijk heel erg belangrijk was. Het was de bizarre realisatie dat ik me ontzettend irriteerde aan iemand, ondanks diegene mij nooit iets verkeerd had gedaan. Voor een tijd snapte ik echt helemaal niet waarom, want ik heb zoiets van, je hebt nooit iets verkeerd tegen mij gedaan en niets uit jouw gedrag is inherent verkeerd dus ik snap het niet maar je zit ontzettend in mijn allergiehoek en dat zal ik nooit vergeten want toen had ik het met de dramatherapeut erover en die begreep dat en hij legde het uit en toen begreep ik het ineens helemaal. In die zin dat hetgeen wat me irriteert is niet de persoon zelf maar we hebben een similair proces meegemaakt. Alleen ik zit veel verder in het proces dus alles veel lager.. ja, niet per se lager ik wil niemand daarmee..

Interviewer: Ik snap wel wat je bedoelt, nog in een ander stadium wat daarvoor zit?

Respondent 3: Ja, in een wat negatiever in lager stadium zit zeg maar, de reden waarom mij dat zo irriteert, ik heb alleen maar negatieve associaties met dat gebied omdat ik er tegenwoordig veel verder van ontstegen ben en het is niet de persoon wat ik zo irritant vind maar het is de herinnering en het gevoel en de associatie die ik heb met dat proces.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Want, ja, heel simpel gezegd, ik ben heel blij dat ik nu gewoon wat verder ben in dat proces en ik gun het hem ook dat hij wat verder komt in zijn proces, maar dat, ja boeien.

Interviewer: Maar het roept dus wel een bepaalde associatie op en een bepaalde tijd die voor jou ook iets met jou doet of met jou gedaan heeft. Of ja,

Respondent 3: Ja

Interviewer: En dat gebeurde dus eigenlijk niet eens in een sessie maar buiten een sessie, hadden jullie daar dan gewoon een gesprek over of?

Respondent 3: Het was net na een sessie, we waren nog in die ruimte en we waren aan het afronden, ik weet het nog dat het in een ruimte was en ik weet de exacte timing niet helemaal maar we waren aan het praten en ik zei dat van, één ding wat ik dan ook niet snap en dat zijn van deze gevoelens en zo en toen hadden we het erover en toen ja, dus veel logischer...

Interviewer: Ja, en is dat dan, dat jullie dat vaker ook doen dat jullie van tevoren of daarna ook napraten?

Respondent 3: Vaak praten we even een kort stukje na een sessie zeg maar, dat vind ik ook een van de briljantste dingen die de dramatherapeut altijd doet, is dat hij, hij heeft altijd wel zijn eigen ideeën van dingen die in een sessie zijn afgespeeld en zo, zo na iedere sessie heeft zo iets van neem een minuutje voor jezelf, even rust, even uit zo'n flow komen zeg maar en dan komt hij altijd terug en het eerste wat hij altijd vraagt is: wat vond jij ervan, wat zijn dingen die jij interessant vind of wat zijn dingen die jou opvallen, dat soort dingen, hij gaat altijd af van wat vind de persoon zelf van..

Interviewer: Wat er gebeurd is?

Respondent 3: Van hoe het gegaan is, van wat er gebeurd is en wat je in z'n sessie dan hebt en dat vind ik ontzettend interessant en ook héél erg fijn.

Interviewer: Ja? Wat maakt het dan zo fijn dat hij dat eerst bij jou neerlegt, dat aan jou vraagt en daar met jou over wil sparren?

Respondent 3: Omdat het heel erg empathisch is op een manier en dat heel veel psychologen en behandelaars en dergelijke die hebben vaak, als je dit soort gesprekjes hebt dan, over sessies of over dingen, dan gaan ze vaak meer uit van hun eigen perspectief, beginnen ze dan van, dit vond ik en dat en zo, en dat is ook waardevol en het is niet raar ofzo, maar het is juist zo bijzonder daardoor, vind ik dan tenminste, dat de dramatherapeut dat wel doet. Dat hij altijd eerst de bal bij iemand anders neerlegt, van, nou wat vond je er zelf van en daar reageert hij dan ook echt op en dat vind ik persoonlijk echt ontzettend waardevol en dat vind ik ook heel interessant.

Interviewer: Ja, dat kan ik me heel goed voorstellen. Meestal na zo'n sessie is er best wel veel wat er is gebeurd dan is het misschien ook wel heel fijn dat je eerst daar je eigen woorden of dingen voor uit mag zoeken, dat het niet al zo voor je bepaald wordt, een stukje eigen regie ofzo misschien wel? Dat je daarin krijgt? Of is dat iets te ver daarin?

Respondent 3: Ja deels, ja maar ook het feit dat het je laat nadenken, zelf, van wat vind je nou de belangrijke punten in zo'n moment, wat vind jij interessant en daar even over hebben dat vind ik vaak heel erg waardevol. Ja daar haal ik veel uit.

Interviewer: Oké ja, fijn trouwens dat je zo open over dingen praat en vertelt.

Respondent 3: O ja, nee, dat vind ik alleen maar leuk daar heb je het meeste aan.

Interviewer: Ja vind ik ook fijn.

Respondent 3: Kan wel cryptologisch verhaal gaan vertellen zo van, ja, dat vond ik een beetje maar toch niet helemaal, en ik voel me daar toch wel de kleur paars bij, maar af en toe als de wind richting zuid staat en astrologie..

Interviewer: Daar wordt het inderdaad ingewikkeld van.

Respondent 3: Ja.

Interviewer: Maar het is ook wel knap, maar je bent natuurlijk ook al een jaar bezig, maar je hebt er best wel zicht op lijkt het wel van dingen die er gebeuren. Ja, wat gaan we eens doen, merk je dat er repetitie is, dat er bepaalde dingen of thema's zijn die steeds terugkomen bijvoorbeeld?

Respondent 3: Ja zeker, alleen ik denk dat dat ook bij de meeste mensen zo is. Ook omdat heel simpel gezegd, de meeste van dit soort processen kosten best wel wat tijd en het duurt best even vaak voordat je progressie ervaart en dat is ook helemaal niet erg, maar ik denk dat je er bijna niet aan ontkomt bij de meeste vormen van therapie of van dingen die onder dat vak vallen zeg maar, is repetitie niet iets raars zeg maar.

Interviewer: Nee.

Respondent 3: Zeker iets waarbij je probeert er steeds beter mee om te gaan, zeker met iets waarvan je het niet kunt veranderen daarbij is repetitie wel handig.

Interviewer: Ja, en, want, voor jou in het specifiek, heb je daar bepaalde voorbeelden van die bij jou dan steeds terug komen? Daar mag je even over nadenken, je hebt ook al een jaar dit gehad dus dat is een grote vraag.

Respondent 3: Het korte antwoord is ja. Maar om het iets duidelijker uit te leggen moet ik heel even nadenken.

Interviewer: Dat is helemaal goed, neem rustig de tijd.

Respondent 3: Ik denk dat een van de dingen die het meeste terug komt, zijn verwachtingspatronen, dat is ook iets waar ik heel veel moeite mee heb gehad in het leven en iets waar ik nog steeds moeite mee heb maar waar ik het ook wel waardevol vind dat dat ook terugkomt in mijn sessies en dergelijke, dat is ook een van mijn problemen geweest met de schoolsystemen uiteindelijk is dat ik heel erg moeite heb met verwachtingspatronen van anderen.

Interviewer: Naar jou toe gericht, of jij naar hun toe?

Respondent 3: Ja, nee naar mij toe gericht voornamelijk. Ook van scholen en mensen en dingen van alles eigenlijk en dat is een thema wat heel erg terug komt en het thema van zelfvertrouwen en heel veel dingen die daar omheen spelen, wat de laatste tijd, ik ben nu bijna aan het einde van mijn proces, maar wat de laatste tijd ook soms terugkerend bijkomstigheid is, is het feit dat ik volwassen word en heel veel verantwoordelijkheid die daarmee komt maar ook veranderingen en dergelijke en dat vind ik ook wel interessant en ook wel fijn eigenlijk.

Interviewer: Ja daar zit misschien ook wel weer een bepaald verwachtingspatroon in, als je het over verantwoordelijkheid hebt?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: Bij hoogbegaafdheid is het ook bekend dat daar hoog gevoeligheid bij zit, herken je dat ook?

Respondent 3: Ja ik ben heel erg hoog sensitief dus ja, dat herken ik wel.

Interviewer: Ja? Als je dat bekijkt in spel, zie je dat terug of, hoe ervaar je dat gegeven binnen spel?

Respondent 3: Is voor mij heel erg makkelijk om te pikken op gevoel ook bij anderen ook dingen die de dramatherapeut speelt en dergelijke, een grappig fenomeen is het feit dat ik persoonlijk het beste ben, ervaar ik het beste spel vaak met soms surrealistische maar vaak non humanistische dingen. Heel bizar voorbeeld, het spelen van robots en dan compleet geen menselijke taal, niks, en toch begrijp je het beide heel erg goed wat er eigenlijk gebeurt ook al heb je geen normale taal en dat soort dingen. Het is een lastige vraag want ik weet simpelweg gezien niet echt hoe het zou zijn om het spel te ervaren als ik minder sensitief was.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Ja, het is lastig om daar een zekere streep te zetten ofzo.

Interviewer: Ja, dat snap ik. Maar eigenlijk sluit het metaforisch werken daar wel heel fijn bij aan en dat er niet altijd taal nodig is zeg je eigenlijk om te voelen en te begrijpen wat er dan gebeurt?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: En het is ook bekend bij hoogbegaafdheid dat je vaak in je hoofd kan zitten, ik weet niet of je dat ook herkend?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: Ja, dus en is dat dan ook iets dat dat metaforisch werken.. Zit daar ook nog een link in dat dat helpend is, of hoe merk je dat dan een beetje in spel? Of, hoe kom je bij je gevoel?

Respondent 3: Heel makkelijk. Nee, in spel merk ik niet heel veel van vastzitten, nou soms zit ik nog weleens vast in mijn hoofd maar de manier waarop ik dat het meeste ervaar is buiten spel aangezien ik in spel wat meer gefocust ben juist. Buiten spel ben ik juist wat minder gefocust vaak, gewoon in het dagelijks leven en dan merk ik daar meer van dat ik heel erg in mijn hoofd zit. Ik ben ook een ontzettende chaoot trouwens.

Interviewer: Ja, ook herkenbaar.

Respondent 3: Het grappigste voorbeeld wat ik mensen altijd vertel aan hoogbegaafdheid en dergelijke is dat ik, een van mijn fijnste baantjes ooit, is dat ik in een druk restaurant achter in een keuken werkte als afwasser want als het dan ontzettend druk was en ik dan op hoog tempo fysiek werk moest doen, waar ik niet over na hoefde te denken, dan was het hierboven stil, rust. Dat was voor mij echt de hemel want ik kan mijn hoofd niet uitzetten dus dat is een van de fijnste ervaringen die ik ooit heb gehad. Mijn hoofd is druk, dingen afwassen en dan zijn mensen zo van: wat?!

Interviewer: Ik kan het me wel voorstellen dat het zo aanstaat en dat het zo druk is dat het eigenlijk niet meer kan en dat je even.. dat dat hoofd dan niet meer aan kan staan. Maar gebeurt dat dan eigenlijk ook in spel? Omdat je zegt van in spel merk ik dat ik dat hoofd ook niet zo heel erg aan heb staan of is dat anders?

Respondent 3: Dat is anders, dan merk ik dat ik meer vaak in mijn emotie zit, want ik ben ook een heel emotioneel mens dus dat is ook niet raar. Mijn emotie gaat ook meer voor mijn ratio, vaak als mijn hoofd vol zit dan is dat ook vaak met ratio of gevoelens en niet heel vaak beide.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Maar in spel merk ik dat als mijn hoofd heel erg vol zit en ik bezig ben, dat het voornamelijk in de emotie zit zeg maar. Door het feit dat je bezig bent met spel, heb je wel wat meer een rode draad van wat je aan het doen bent. Zeker ook omdat het over het algemeen, drama en dingen spelen en uitbeelden, alhoewel het heel anders is bij dramatherapie dan als ik iets anders zou doen zoals improvisatietheater, merk ik wel dat ik, puur het spelen van dingen en dergelijke, vind ik erg leuk en vind ik ook fijn en daardoor merk ik dat ik beter me focus kan houden dan op heel veel andere dingen. Daarom merk ik zelfs dat in dramatherapie zelfs als het om pittige dingen gaat, dat mijn focus er wel redelijk bij zit.

Interviewer: Dat je het gewoon ook leuk vindt? Dat helpt inderdaad?

Respondent 3: Ja dat helpt wel.

Interviewer: Doet de dramatherapeut daar ook iets in om dat speelbaar te maken, die lastige dingen?

Respondent 3: Zeker, dat is een van de fijnste dingen aan DvT, het speelbaar maken van hele lastige dingen in situaties. Zoals ik al zei soms heel surreëel soms ontzettend realistisch maar vaak ook wat meer in het bizarre en dan gaat het soms in hele... bijvoorbeeld een apart idee of concept of hoe je het wil noemen, als je het speelt, is het feit als je je eigen soort van comfort zone en dan verschillende gradaties daarin en dan ook letterlijk door als een soort kantoor door een comfortzone proberen te gaan en de deur open doen en dat soort dingen of bepaalde gevoelens en dingen die redelijk speelbaar zijn als monsters of iets dergelijks, het klinkt misschien heel suf by the way.

Interviewer: Ik studeer zelf ook dramatherapie he, dus ik hou van dit soort dingen ook.

Respondent 3: Oké, ik denk dat het allerfijnste en een van de belangrijkste dingen die de dramatherapeut doet, en dat weet ik ook deels, ik ken ook andere mensen die dramatherapie doen en daarmee heb ik het er ook over gehad en dergelijke, hetgeen wat het fijnste is, is dat de dramatherapeut heel erg persoonlijk zijn therapie geeft, als het ware, waar de dramatherapeut vaak heel erg kijkt naar wat bij ieder verschillend persoon werkt en handig is en in die zin leidt tot dingen.

Interviewer: Ik volg je wel hoor, hij sluit heel erg goed aan wat maakt dat het helpt, simpel gezegd.

Respondent 3: Ja precies en het mooiste daaraan ook, is dat ik weet dat als ik drastisch anders geweest zou zijn en ik zou dezelfde therapie bij de dramatherapeut hebben dat de hele therapie niet hetzelfde zou zijn omdat hij dan de therapie heel anders zou geven, en dat vind ik, dat wetende als gegeven vind ik al heel erg fijn en mooi.

Interviewer: En dan voel je je misschien ook wel echt gezien ofzo?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: En zou je daar dan ook bepaalde kerneigenschappen aan verbinden, aan de dramatherapeut?

Respondent 3: Op zich, de dramatherapeut is heel erg empathisch wat heel erg meehelpt. Ik denk in zekere zin dat de meeste mensen die niet heel empathisch zijn dat ze ook niet echt die richting op gaan, qua studie of carrière keuze maar je weet het nooit.

Interviewer: Je weet het nooit inderdaad.

Respondent 3: Komt iemand gewoon beetje met DvT: ja ik heb alles uit het boekje geleerd en alle termen ken ik dus ik ga het wel even doen vandaag.

Interviewer: Ja dat kan inderdaad.

Respondent 3: Oh dit stond niet in het boekje, dat weet ik niet?

Interviewer: Ja, sorry zoek het maar uit.

Respondent 3: Sorry, kan ik niks mee doe

Interviewer: Even volgens de regels jongens.

Respondent 3: Ja nee, de dramatherapeut is heel empathisch, hij is ook heel goed met vertrouwen, ja hoe beschrijf ik het. Ik moet er heel even over nadenken.

Interviewer: Dat is helemaal goed hoor, in principe zeg je empathisch, vertrouwen en een stukje aansluiten op de persoon die er voor je staat, dat zijn al best wel mooie eigenschappen denk ik en ik kan me goed voorstellen dat dat helpend is, om de mix van die drie te ervaren in een sessie die zo persoonlijk is.

Respondent 3: Ja precies, een van de redenen dat de dramatherapeut ook zo goed is, in het werk wat hij doet, is dat hij ontzettend passievol is en dat is te merken in alles wat hij doet eigenlijk. Hij is heel erg passievol, hij is heel erg empathisch, ik heb hem ook omdat ik hem al zolang ken buiten DvT zeg maar, is hij ook eigenlijk veel meer een vriend dan mijn therapeut per se zeg maar. 90% van de tijd dat ik de dramatherapeut zie is hij gewoon mijn vriend en 10% is hij een therapeut en ik heb het gevoel dat dat voor heel veel mensen hetzelfde is weet je, ik zie de dramatherapeut ook gewoon door het gebouw lopen en ik speel tafeltennis met hem weet je. Dat soort dingen scheppen zo'n band en dat vind ik zo mooi en dat heeft de dramatherapeut ook met heel veel andere mensen. Dat zijn van die dingetjes die heel klein lijken maar toch heel groot zijn op een groot vlak.

Interviewer: Ja, misschien creëert het een bepaalde gelijkwaardigheid of zo dan.

Respondent 3: Ja.

Interviewer: Dat je niet zoiets hebt van, dat kan soms zo'n gevoel van ik ben een cliënt en de ander de therapeut en dan gaat de therapeut mij de les lezen over wat ik moet doen. Misschien zo, dat dat bij de dramatherapeut juist niet zo is en vanuit die gelijkwaardigheid werkt.

Respondent 3: Ja de gelijkwaardigheid zit er heel goed in inderdaad, dat is ook een van de kerneigenschappen die bij de dramatherapeut te vinden is, alles is gelijkwaardig, alles is eerlijk en gewoon, naja.

Interviewer: Dat zijn best wel mooie dingen.

Respondent 3: Ja.

Interviewer: Ik zat zo te denken, het is ook nog wel mooi misschien, wat ik me afvroeg, maar we waren er net eigenlijk al een beetje zo in, maar ik ga het toch weer even vragen. Hoe je dus, de inzichten die je krijgt van DvT hoe pas je die toe in je dagelijks leven of hoe merk je die daar terug of?

Respondent 3: Dat is lastig.

Interviewer: Dat is een ingewikkelde vraag, daar mag je even over nadenken hoor, neem rustig de tijd.

Respondent 3: Ik denk dat de beste manier om dat te beschrijven, heel erg onbewust is. Over een groot spectra realiseer ik me tegenwoordig steeds meer dingen, vaak heel erg positieve dingen waar ik blij van ben dat ik die uit DvT heb gehaald. Heel simpel gezegd, de eerste paar maanden merk je er helemaal niks van. Het zijn allemaal achtergrond veranderingen vaak en dingen, omdat het ook vaak te maken heeft met gedrag en je gedachten en dergelijke zijn het allemaal dingen die heel onbewust gebeuren maar toch weet ik dat ik echt een feilloos ander persoon ben dan toen ik begon met DvT, ook deels door dingen die ik daarvan heb geleerd en die ook bijdragen aan wie en hoe ik ben vandaag. Ik denk dat hetgeen waar ik het beste dat in kan merken is hoe assertief ik tegenwoordig ben met mijn grenzen en met bijvoorbeeld nee zeggen op dingen, dergelijke dingen. Ook meer op andere manieren durven te kijken naar dingen, wat flexibeler voel ik me ook vaak tegenwoordig in mijn hoofd. Om een grappig voorbeeld te geven, ik heb een paar weken geleden, heb ik ontslag genomen bij een van mijn banen, redelijk abrupt omdat ik merkte van, ik begon het gewoon steeds minder leuk te vinden.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: Dat is dan zo'n knoop waarvan ik een jaar geleden had gedacht, zo'n soort knoop zou ik nooit kunnen doorhakken zo 123, maar ik was nu van ja, weet je, we doen het gewoon. Het is bizar hoeveel je kunt leren ook qua inzichten over jezelf en hoe je daar ook jezelf mee kunt helpen, puur van DvT sessies waarbij je de eerste paar keren echt afvraagt van what the fuck is dit. Ik denk dat dat ook met de meeste mensen zo gaat, de eerste paar keer zo van, wat doe ik eigenlijk. Waar ben ik mee bezig.

Interviewer: Ook heel herkenbaar, dat heb ik ook meegemaakt in de cursus, die eerste paar keren dat ik dacht van, nou ik weet hier even niet van, wel cool, maar ik weet nog niet wat hier gebeurt allemaal.

Respondent 3: Nee precies, ja. Ik vind het grappig, persoonlijk stel ik me dan altijd voor dat mijn broertje bijvoorbeeld binnenloopt met dat soort dingen. Mijn broertje is echt zwart wit, compleet het tegenovergestelde van mij, hij is heel erg stoïcijns, puur ratio, heel weinig emotie.

Interviewer: O ja.

Respondent 3: Heel weinig emotioneel spectrum ook, dat vind ik wel altijd grappig want dan heb ik een stemmetje in mijn hoofd wat mijn broertje imiteert van ja, wat een kwakzalverij is dit jonge.

Interviewer: Die zou denken het gaat helemaal nergens over dit.

Respondent 3: Ja, wat is dit voor zweverig gedoe joh.

Interviewer: Ja, dat vertel je ook wel een beetje zo, daar was ik ook wel benieuwd naar. Hoe ervaar je je eigen ontwikkeling door eigenlijk, een beetje vanaf het begin, het midden misschien, het eind, hoe is dat een beetje gelopen voor jou?

Respondent 3: Poeh.

Interviewer: Ja dat is ook weer zo'n vraag hè.

Respondent 3: Ja, nee, dit zijn de leuke vragen, dit zijn de interessante vragen in plaats van wat voor kleur voel je daarbij en wat is je sterrenbeeld.

Interviewer: Kunnen we nog doen, achteraf.

Respondent 3: Ja, ik denk hoe ik het, het beste kan beschrijven is dat het, hoe ik mijn progressie heb ervaren is dat ik in het begin wat meer statisch en dan langzaam wat meer progressie heb ervaren. Toen op gegeven

moment is best wel hard gegaan en nu richting het einde gaan we weer terug naar statisch maar dan op een heel ander niveau en ik leer nu ook dingen dus het gaat nu ietsje omhoog. Als ik het zou kunnen tekenen..., over het algemeen een soort statische lijn die op gegeven moment schuin omhoog gaat in een bolling en dan uiteindelijk nog weer iets omhoog gaat.

Interviewer: Ja dus eerst is het.. maar in het begin zei je ook van ik merk er eigenlijk niks van, het levert nog niet heel veel op meteen.

Respondent 3: Nee, maar dat is ook niet gek, dat vind ik ook helemaal niet raar. Het is heel anders dan de meeste therapie die de meeste mensen ontvangen in hun leven. Het is ook, ja, gewoon heel anders dan de meeste dingen die je gaat ervaren in het leven. Het is net als met heel veel therapeutische dingen en dingen als het gaat om gedrag, om psychologische dingen, het meeste kost gewoon tijd, omdat het, ja, je kunt een huis ook niet bouwen zonder fundament. De eerste tijd ben je eigenlijk het fundament aan het leggen en ook voor het drama gedeelte en voor het kunnen spelen met dingen en het is trouwens ook een van de dingen die ik het beste kan beschrijven aan DvT, is dat wat de dramatherapeut ook zo goed kan, is dat hij je eigenlijk steeds meer uitnodigt om te spelen, om wat meer te doen met dingen die ook naar zijn. En dan maakt het niet uit hoe je het doet, het kan ook zo bizar mogelijk, het maakt niet uit, zolang je maar meer op gegeven moment het gevoel krijgt dat je meer kunt en dat je jezelf beter kunt wapenen in situaties waarvan je weet van; oké ik vind dit heel erg naar maar ik kan er ook niks aan doen en dat gaat vast nog wel een keer gebeuren in me leven of er gaan dingen gebeuren die me eraan doen denken, of iets met dat emotionele spectrum gaat nog gebeuren maar hoe vaker je eigenlijk meer vrijheid hebt op zo'n moment in plaats van een eigenlijk geforceerde keuze, wat je in heel veel ervaringen ziet, hoe beter je zo'n moment door kunt gaan en hoe beter je erop voorbereid bent.

Interviewer: Ja, dus eigenlijk in het begin is het heel erg dat fundament bouwen en dan daagt hij je daar ook in uit en een beetje dus ook in dat spel gewoon een beetje groeien en een beetje leren spelen en dan misschien wel in die midden fase, dan heel erg, dat je die lastigere dingen tegen gaat komen en gaat leren hoe kan ik hiermee omgaan en dan op het laatst is het eigenlijk ja.. wat gebeurt er dan op het laatst een beetje? Dan is dat, dan gaat dat weer.. of ga je, Ik wil geen woorden in je mond leggen, ik wil het niet invullen.

Respondent 3: Ja, op het laatst merk je eigenlijk heel veel van de verandering, die merk je al. Je bent nog steeds bezig met onderliggende subjecten en dingen en zo maar je merkt dat je het veel meer kunt spelen en zo en ik denk dat ik, ja het.. dat uitdagen dat hou je eigenlijk je hele DvT traject en dat komt voornamelijk omdat het, het moeilijkste wat wij als mensen vinden om te spelen zijn de dingen waar we moeite mee hebben. Dus er zijn heel veel momenten vaak, in het begin, bij mij in het begin ook, waarop je d'r gewoon niks mee kunt op dat moment en dat is oké, maar daar leer je van evalueren en zo, in ieder geval de meeste mensen kunnen er dan op gegeven moment langzamerhand steeds meer mee en ik denk dat je richting het eind van zo'n traject, ben je meer met de onderliggende subjecten bezig, dan de wat kleinere dingen. Je bent eigenlijk, om een metafoor te geven je bent eerst met dat fundament met het spelen bezig, dan merk je dat je steeds meer kunt spelen met dingen en uiteindelijk ga je steeds meer naar de emotie toe van waarom voel ik dit, oké ik voel dit en nu hoe verder en dan op gegeven moment kom je steeds dichterbij een moment dat je accepteert dat iets naar is of dat je het moeilijk vindt om met iets te dealen maar dat je wel weet, ik kan hier mee dealen en dat is eigenlijk het laatste deel meer. Is van ja.

Interviewer: Ja dat je echt die acceptatie daar in vindt, dus eerst is dat: arghug, dit, en dan daarna is het zo van oké, dit weet ik, dit gebeurt, het is zo en je kan er gewoon wel of niet wat mee maar dat is dan gewoon oké, dat je wat meer die acceptatie er echt in hebt.

Respondent 3: Ja, ja, het is inderdaad, de eerste tijd ben je voornamelijk bezig met een fundament bouwen ook voor het spelen, ik denk dat bij sommige mensen die nog niet heel veel ervaring hebben met drama of met dingen spelen dat het soms wat langer kan duren, het lijkt me ook bizar interessant om zo'n proces te zien trouwens, iemand die altijd andere manieren van therapieën ontvangen en ook niet heel veel met drama heeft en dan dramatherapie gaat doen. Want het zou nog een manier zijn waarop dingen wel kunnen ontwikkelen en zo.

Interviewer: ja dan begin je met een heel klein speelveld inderdaad, en dan moet je dat zien uit te breiden, dat is wel ja..

Respondent 3: Ja ook een van de dingen die de dramatherapeut ook deed, wat ik heel fijn vond, is sommige momenten waarop ik juist ook niet kon spelen met iets naars, oké, dan gaan we terug naar iets waarmee je wel kunt spelen, waar je een wat groter speelveld hebt zeg maar en dan gaan we steeds een beetje richting die rand

toe zeg maar en op gegeven moment merk je dat je over die grens heen bent en dat je gewoon je speelveld wat hebt verruimd naar dingen die lastiger zijn en dat ja.

Interviewer: Ja, soms dat je dan denk oh, dit gaat eigenlijk over de grens heen, dit kan ik nog niet en dan ga je gewoon ook weer terug en dan is het ook oké en dan ga je er langzaam naar toe werken ofzo?

Respondent 3: Ja precies, en je groeit gewoon in dat soort dingen en dat zijn.. ik merk wel dat voor mij wekelijks best wel fijn is geweest. Dat ik iedere week gewoon een sessie had en soms heb je vakanties en dingen en zo en dan zie je elkaar niet en dan vaak de eerste keer dat we weer een sessie hadden na een tijd, is vaak wel even een praatje ofzo en ja wat ik ook leuk en als fijn heb ervaren omdat ik de dramatherapeut ook zo goed ken zeg maar ook buiten sessies hebben we heel vaak gepraat, niet per se over DvT dingen maar ook dit is er in mijn leven gebeurt en zo dus dat is wel leuk.

Interviewer: Dus ook fijn dat dat er is? Dat het niet alleen DvT is maar ook fijn dat hij toenaderbaar is daarnaast?

Respondent 3: Ja.

Interviewer: Als ik kijk naar de tijd is een uur bijna voorbij, ik vond het heel interessant en heel tof om te horen.

Respondent 3: Insgelijks.

Interviewer: Ja, heel tof. Maar ik ga gewoon nog wel een laatste vraag stellen.

Respondent 3: Yes.

Interviewer: En dat is, misschien is er iets wat je er zelf nog over kwijt wil of over wil vertellen waarvan je denkt dat is leuk of belangrijk of niet belangrijk, of iets, misschien is er gewoon nog iets wat je erover kwijt wil?

Respondent 3: Een van de grappigste dingen die ik aan DvT vind is het, naar mate je vaker speelt, hoe meer de plek waar je bezig bent wegvalt. De plek waar ik DvT heb gehad is een kleine en niet zo'n heel inspirerend kamertje met een paar schilderijtjes, een raampje aan de bovenkant en een kant was vol met doeken en er waren wat kussens ofzo, gewoon een kamertje zeg maar. Dat, en als je nog niet heel vaak gespeeld hebt of nog niet heel vaak dramatherapie gehad hebt zeg maar, dan de eerste paar keren ben je, is je hoofd nog compleet niet getraind om, of heb je compleet nog niet de ervaring gehad om, zeg maar om in dat, in die fantasie te duiken zeg maar, sommige dagen gaat dat ook wat lastiger als andere dagen en dan sta je eigenlijk gewoon in een kamer.

Interviewer: Ja.

Respondent 3: En hoe vaker je gewend raakt aan die fantasie en in die zin ook het spelen en het veranderlijke en het absurdistische soms en zo, hoe groter die kamer eigenlijk wordt ook al is het een heel klein kamertje. Je kunt je eigenlijk alles voorstellen en alles spelen en dan sta je ook niet meer in een kamer dat is.. ja.

Interviewer: Ja, dan zit je helemaal in die belevingswereld waar alles mogelijk is wat in DvT natuurlijk zo'n principe is, waar alles kan en alles mag, dan zit je daar helemaal in.

Respondent 3: Ja, ik heb de dramatherapeut als personificatie van bepaalde dingen ook best weleens dood gemaakt zeg maar, ja dat kan ook, zo bizar. Ja wat heb jij tijdens je sessie met je therapeut gedaan? Ja ik heb hem gewoon dood gemaakt, gewoon morsdood.

Interviewer: Ja who would've thought, dat is ook eigenlijk wel heel bizar als je daar over nadenkt met andere therapieën dat je dat dan in je therapiesessie doet.

Respondent 3: Ja het is bizar en helpvol. Ik heb mezelf heel erg leren kennen op bepaalde vlakken op DvT en dat is mij ook naast alle dingen wat ik heb kunnen verbeteren, die ik ook geleerd heb en zo, ook het feit dat ik mezelf heel erg goed heb leren kennen op bepaalde manieren heeft mij ook heel erg geholpen.

Interviewer: Je krijgt wel echt een soort spiegel voor inderdaad he, waar je niet omheen kan, hoe graag je dat misschien wel of niet probeert. Dat is wel, ja.

Respondent 3: Ik ga heel erg goed op die metaforen trouwens, ik ben zelf ook een heel metaforisch persoon.

Interviewer: Ja dat heb ik toch ook wel, ik vind dat ook heel fijn, dan krijg je toch een veel beter beeld gelijk van oh, zo bedoel je dat, in plaats van met taal, woorden schieten dan soms net te kort.

Respondent 3: Beeld is altijd meer waard dan woorden in die zin en ik denk dat dat naast dat DvT ook bij mij als persoon aansluit en het feit dat ik er heel veel van heb kunnen leren en heel veel zelfinzicht, denk ik dat, dat zijn twee keypoints en dan denk ik dat de derde is dat ik de dramatherapeut heb gehad, ik vind de dramatherapeut echt een held en hij doet zoveel goede dingen en zoveel interessante dingen en het feit dat hij ook passie heeft voor eigenlijk alles waar hij mee bezig is, dat zie je zo terug en dat is zo mooi ook om te hebben maar ook gebleven, dat is naast dat het ontzettend helpend is geweest ook gewoon heel erg fijn. Het is zó verschillend om het gevoel te hebben van nou.. ik moet weer naar me therapeut of naar me psycholoog ofzo of: ik heb dramatherapie met de dramatherapeut.

Interviewer: Wauw, en ergens die passie zeg je ook elke keer wel, die passie dat dat ergens ook iets met je doet dat ook heel helpend is.

Respondent 3: Ja ik denk dat, als mensen dramatherapeut of DvT of whatever iets in de psychologie, maar vaak ook als je direct mensen helpt denk ik dat het nummer één ding wat nog belangrijker is dan alles, is passie. Want of jij een boekje helemaal uit je hoofd kent met allemaal psychologische termen en diagnoses en medicijnen die er zijn in de wereld, ja, boeien. Dat boeit mij echt geen zak, als je een uurtje tegenover me zit zo.

Interviewer: Verschrikkelijk.

Respondent 3: Nou ... ehm... ja.. en ehm.. hoe voel je je daarbij?

Interviewer: Ja daar kan je niks mee.

Respondent 3: Ja daar kan je niks mee. Ja je kan elk examen of diplomering halen in de weg van psychologie en nog steeds gewoon een hele slechte therapeut zijn en dat is niet erg maar dan heb je waarschijnlijk gewoon andere kwaliteiten en passies waarmee je gewoon beter je tijd mee kunt spenderen, ik heb zeker, ik heb heel veel zorg in mijn tijd gehad, voor een tijd lang was dat ook een van mijn grootste frustraties dat ik alle kansen en zorg heb gehad en dat het nog steeds niet werkte.

Interviewer: Ja ook niet goed voor dat stukje zelfvertrouwen waar je dan eigenlijk zo graag aan wil werken en dan krijg je dat ook nog is.

Respondent 3: Ja precies en dan hoor je verhalen van kinderen die heel weinig kansen hebben gehad en nare dingen in het leven en dan zit je zelf van ik heb eigenlijk alle kansen gehad en alle hulp mogelijk en het werkt nog steeds niet.

Interviewer: Ja dat is heel naar.

Respondent 3: Ja word je geboren met 40 IQ puntjes te veel en dan heb je er nog geen fuck aan, kan ik beter nu al straten gaan leggen.

Interviewer: Fucked in every way man.

Respondent 3: Ja, nee, ik heb dat zoveel gemerkt met zorg en mensen in general, dat als mensen echt passie hebben voor wat ze aan het doen zijn dat de kwaliteit van wat ze aan het doen zijn 300% omhoog gaat en bij de dramatherapeut heeft me dat heel erg geholpen en, nou.

Interviewer: Dat zijn hele mooie woorden, ik denk dat ook echt wel, ook heel mooi is voor de dramatherapeut, ik krijg zelf ook helemaal zin om het te gaan doen en ik word ook heel enthousiast hier van maar ik zit nog in mijn scriptie dus ik ga eerst toch nog de theorie in moeten, maar ik vind het heel tof en heel interessant. Ik wil je heel erg bedanken voor je openheid, ik zei het al een keer tussendoor maar heel fijn, heel fijn.

Respondent 3: Ja ik vind het leuk en ik vind het ook leuk dat mensen hier interesse in hebben en zo, en ik vind het altijd, ik ben wel heel benieuwd en ik wil jou ook wat vragen stellen, wat was jouw verwachting toen je hierin ging, waarom ben je überhaupt begonnen, nou laat ik eens bij een stel hoogbegaafde mongooltjes op zo'n school gaan vragen waarom doe jij dramatherapie?

Interviewer: Ik ga even mijn dingetje uitzetten en dan kom ik erop terug.

Bijlage 4. Interview respondent 4 (dramatherapeut)

(afgenomen op 22 november 2021)

Interviewer: Dan begin ik gewoon met de eerste vraag. Hoelang werk je al bij Feniks?

Respondent 4: Zo, jeetje, drie jaar nu.

Interviewer: Drie jaar, oké.

Respondent 4: Ja, soms twijfel ik of het nou 2017 of 18 was maar volgens mij 2018 dat ik hier ben gaan werken ja. Dus ja, 3 jaar nu ongeveer.

Interviewer: Oké en hoelang geef je dan al DvT bij Feniks?

Respondent 4: Daar ben ik eigenlijk best wel snel mee begonnen, dus ook al ik denk, nou ja, twee en half jaar ongeveer. Toen ik hier kwam werken was hier nog geen dramatherapie dus het kostte even wat energie om hier dramatherapie op te zetten,

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En collega's mee te krijgen in het feit dat ik het hier kon implementeren. Ik denk toen ik eenmaal ben begonnen, dat is denk ik begin 2019 dan, toen ben ik ook direct begonnen met onder andere DvT sessies, ja.

Interviewer: Oh ja, ja, tof. Hoe komen dan jongeren bij DvT, of hoe komen ze daarvoor in aanmerking, of hoe komen ze...

Respondent 4: Dat kan op verschillende manieren, één manier is dat de zorg coördinatoren hier aangeven van hey, er is een jongere met een bepaalde hulpvraag, niet specifiek DvT gerelateerd maar wel gerelateerd aan sociaal emotionele ondersteuning en die vraag kan dan onder andere ook bij mij komen. Aan de hand van mijn gedachte erover kunnen we kijken of we dus een dramatherapeutisch traject gaan starten. Wat dus kan betekenen dat DvT ingezet kan worden het hoeft niet per se DvT te zijn. Het kan ook op andere manieren dramatherapie aanbieden. Maar over het algemeen kijk ik naar wat voor jongere het is, wat de hulpvraag is en of daar dus eventueel ook DvT bij kan passen, met het spelen daarvan.

Interviewer: Ja, want wat is daarin van belang voor jou om te zeggen: hey DvT past bij deze jongere.

Respondent 4: Dat hangt ook wel een beetje per jongere af, ik probeer zelf die vraag zo breed mogelijk te houden. Ik wil juist niet gaan afschalen, dat ik denk: oké er is maar 1 specifiek iets nodig voor DvT maar in mijn ogen, optiek, zou in theorie alles mogelijk kunnen zijn, elke hulpvraag zou mogelijk kunnen zijn voor DvT.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Ik kijk vooral dan in de eerste instantie naar, omdat ik de jongeren ook buiten de behandelingen zie, bijvoorbeeld bij ontwikkelblokken zoals improvisatietheater of dat ik denk van nou zijn het jongeren die bijvoorbeeld affiniteit hebben met spel, dat kan voor mij een mooie indicatie zijn van hey, daar zou DvT onder andere bij kunnen helpen omdat je gaat spelen, veel gaat spelen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Ik denk dat ik eerder nog kijk van oké, bij welke jongere niet. Dat zijn.. waarbij, bijvoorbeeld nu dat ik twee jongeren heb waarvan ik denk nou, daarbij is DvT nog een te grote stap. Waarbij het eerst nog heel erg moet gaan om lichaamsbesef en contact maken. Dat zijn jongeren meer met ASS problematiek.

Interviewer: O ja.

Respondent 4: Dat wil niet zeggen dat DvT daar niet geschikt voor is maar dat zijn twee jongeren waarbij ik denk, die moeten eerst nog echt een stap maken in überhaupt durven contact maken voordat DvT denk ik daarin een appel kan gaan doen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Over het algemeen zijn het jongeren waarbij ik denk van, ja, DvT is hier goed geschikt voor, mede als het gaat om de vraag, de hulpvraag die ze hebben, als het gaat om grenzen of ruimte voor zichzelf nemen of juist contact aan willen gaan met de andere en daaronder hevig zit dus, kan daar, ja, problematiek zitten.

Interviewer: Ja, en je zei dus inderdaad met sociaal-emotioneel, dan wordt het vaak richting jou doorgestuurd, en andere vragen kan dat ook of is dat?

Respondent 4: Ja in principe is die vraag best wel breed.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus ik heb ook aangegeven van de vraag mag altijd gelegd worden bij mij of dramatherapie in het algemeen een mogelijkheid is, mede dus omdat dramatherapie ook de enige behandelmethodede is die hier aangeboden wordt.

Interviewer: O, ja.

Respondent 4: We bieden hier ook rots en water aan bijvoorbeeld, dat is ook een mogelijkheid. Als het gaat om behandeling is dramatherapie de enige mogelijkheid. Dus dan wordt die vraag gewoon bij mij neergelegd. Dan is het aan mij om te kijken welke methodiek ik daarbij passend vind, waarbij DvT gewoon de methodiek is die ik het meest gebruik en daar heb ik zelf de keuze op om dat te zeggen. Dus er is niet iemand die tegen mij zegt dat moet wel of geen DvT worden, nee. Dus dat is mijn eigen call, zeg maar.

Interviewer: Ja en je zei dus ook al van dat je eigenlijk de jongeren ook hier in het gebouw rondziet lopen..

Respondent 4: Ja.

Interviewer: Want bij DvT is het natuurlijk best wel bekend van je start gewoon bijna gelijk met spel, er wordt van tevoren niet echt heel veel gepraat of daarna ook niet, maar dat is bij jou dus wel anders? Kun je daar wat over vertellen?

Respondent 4: Als ik kijk naar een standaard sessie, DvT weliswaar natuurlijk, is dat ik wel elke sessie even kort met de jongeren incheck, dus we gaan even buiten de ruimte zitten of in de ruimte zelf, als de jongere dat fijn vindt, waarbij ik eigenlijk vooral vraag naar het hier en nu. Ik richt me niet zozeer op hey, vanuit het stuk van vroeger of dergelijke, maar meer van, hoe voel je je, hoe zit je er nu bij en dat dan gerelateerd en de problematiek aan de jongere die ik natuurlijk wel weet. Aan de hand van de incheck bepaal ik eigenlijk ook tijdens de incheck, van hey, op wat voor manier gaan we de playspace in, op wat voor manier gaan we het spel betreden.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Waarbij ik juist, een wat, me eigen manier heb gevonden, waarin ik zoekende ben naar oké, waar zit eigenlijk al een bepaald stuk weerstand die ik direct in spel terug kan zoeken. Dus als een jongere bijvoorbeeld aangeeft dat hij wat weerstand heeft om te spelen bijvoorbeeld, dan ben ik eerder ook geneigd om de jongere wat kouder het in spel te laten, dus meer vanuit een standbeeld. Vanuit stilstand. Mede om juist die weerstand vanuit spelen direct terug te zien, te zoeken. Wanneer jongere heel vloeiend binnenkomt dan gaan we ook lekker vanuit sound en movement bewegen en gaan we aan de slag. Dus ja, dat incheck moment is voor mij ook echt een incheck moment voor mezelf van oké hoe kan ik het spel in gaan en waar kan het juist direct al een appel gaan doen op hoe de jongere zich op dat moment voelt.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En dan is de sessie ongeveer 40 minuten spel, soms 45 minuten, daarna, na het einde van het spel, als het spel is afgerond, geef ik de jongere ruimte om eventueel te benoemen wat er resoneert aan de hand van het spel. Dus ik ben eigenlijk gewoon stil en de jongere weten van mij, dat ik stil ben totdat zij zeggen dank je wel of dat ze nog iets willen aangeven over wat ze hebben meegemaakt. Soms is het 5 minuten stil en geeft de jongere toch nog iets van gepliep terug op wat er is gespeeld. Soms zeggen ze direct wat en soms zeggen ze dank je wel of top tot volgende week of wat het ook mag zijn en dan gaan we weer en dan, ja..

Interviewer: Ja dus dat ligt er dan heel erg aan hoe ze daar zelf mee omgaan op het einde?

Respondent 4: Ja.

Interviewer: En mochten ze er wel wat over zeggen, zeg maar, geef jij dan ook iets terug over het spel, of stel je voor ze willen er iets over weten, hoe ziet dat er uit?

Respondent 4: Ja ik geef vaak wat terug van spel, als de jongere dat zelf benoemt en heel af en toe als ik zelf die behoefte voel, of als ik merk bij de jongere dat ze nog zoekende zijn van wat er is gebeurd, wil ik nog weleens wat structuur geven, misschien is dat ook iets omdat ik dat zelf gewoon graag wil. Ik merk dat de jongeren ook hè, ze hebben hier ook altijd een bepaalde leershonger. Zo noem ik het maar, de hoogbegaafde doelgroep en dat zit hem ook op dat persoonlijke stuk dus niet alleen maar theorie van nou, ik noem maar wat, de wereld, maar ook echt van hun eigen stuk en ze zijn ook altijd wel nieuwsgierig ook van wat ik zie, als het gaat om wat we spelen. Dat kan soms zijn dat ze dat pas een week later vragen maar dat kan soms ook net na het spelen zijn.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dat hangt er een beetje vanaf maar ik geef zeker wat terug als ik vind dat het nodig is of als ik daar zelf de behoefte bij voel en ik geef dan ook aan: hey ik heb de behoefte om even wat terug te geven want.. Ook gewoon als een soort toets moment bij de jongeren. Ik merk ook dat deze jongeren af en toe vanuit het filosofische stuk en het denken over het denken, ja, soms zo overladen zijn met gedachten na het spelen. Waarin ze in het spel zijn, op zich, in het moment maar daarna weer heel erg terugvallen in het cognitieve stuk. Dat ik ze daarin ook af en toe, ja, het gevoel heb dat ik ze moet begeleiden om ook weer de stap te maken naar de sessie uit. En daar dus even over te vertellen, mede omdat ik natuurlijk deelgenoot ben geweest met het spel van hun.

Interviewer: Ja en dan kan het echt over het spel gaan wat je benoemt of hoe je dat hebt ervaren, wat je daarin hebt gezien?

Respondent 4: Zeker, ik benoem vaak de momenten waarop ik denk te zien dat er een moment is geweest, een element is geweest, waar iets doorbroken is, dus dat een repetitief element juist opnieuw is neergezet in plaats van dat het in een repetitie bleef.

Interviewer: Oké.

Respondent 4: Mede ook om hun zo mee te nemen in het feit wat ze spelen betekenis heeft omdat soms in dat denken over het denken, in dat filosofisch, kunnen ze het zo weg rationaliseren, alles wat ze spelen, dat ze juist af en toe ook in het praten weer daarna, zichzelf kwijtraken daarom is het belangrijk denk ik om na het spel nogmaals, als de jongere daar open voor staat, ja, even terug te halen; hey ik zie dat je dit doet, compliment, of hey, ik zag dat je dit lastig vond maar wat knap dat je hier dit aan durft te gaan. Dat soort dingen ja.

Interviewer: Ja. Helder. En is heeft het denk je ook, want dan zie je dus niet alleen tijdens de sessies maar ook tussendoor.

Respondent 4: Ja.

Interviewer: Doe je ook andere dingen, heeft dat denk je ook invloed of?

Respondent 4: Ja, ik denk het wel. Ik vind het heel bijzonder om hier een jongere een DvT sessie aan te kunnen bieden en in theorie daarna een potje pingpong te spelen of op de groep waar ze zitten nog even op de bank met een persoon te zitten, nog even te kletsen niet per se over de sessies maar meer over het dagelijkse leven waarbij ik ook veel van mezelf deel. Wat dat betreft is de manier van werken hier heel gelijkwaardig. Het is hier geen witte jassen cultuur en dat maakt ook soms dat juist het lijntje dat ik heb met de jongere binnen de sessies er al aanwezig is voordat ze beginnen of dat het lijntje sterker wordt, dat door de sessies ook, dat buiten de sessies om er ook kwaliteit van contact is. Ik ben wel heel duidelijk dat wanneer we binnen de sessies, ik een andere rol heb, de rol van therapeut en buiten de sessies, ik meer de rol van begeleider heb. Dus alles wat gedeeld wordt binnen de sessies dat blijft ook daar en buiten de sessies, ja, dat kan eventueel gedeeld worden dus maar dat weten de jongeren ook.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar nee, ze zien ze niet alleen maar als therapeut hier, ze zien me hier sowieso gewoon als J. maar ze zien me meer dan alleen in de sessies.

Interviewer: Ja dus inderdaad al voordat ze eventueel kunnen beginnen met DvT of zijn begonnen met DvT dan kennen ze je misschien al.

Respondent 4: Zeker.

Interviewer: Of inderdaad andersom en het heeft eigenlijk ook misschien wel invloed, die gelijkwaardigheid, op hun ontwikkeling, kan ik dat zo zeggen?

Respondent 4: Ja, ik denk wel. Ik zit te denken over.. ja dat stuk ontwikkeling. Kijk wat ik zelf merk bij deze doelgroep, wat ik heel intens vind en ook heel karakteristiek, is dat, ze hebben een groot rechtvaardigheidsgevoel en zijn zeer empathisch en hebben ook heel veel behoefte aan iemand die zichzelf net zo kwetsbaar openstelt op een bepaalde manier als zij. Er is een hele grote gelijkwaardigheid nodig, een sterk gevoel van gelijkwaardigheid, en ik denk dat die gelijkwaardigheid gecreëerd wordt, wanneer ik, toevallig omdat ik hier werk dus, makkelijk, of ja gemakkelijk, dat is natuurlijk zo subjectief maar in mijn ogen is die gelijkwaardigheid goed te creëren omdat ik ze buiten de sessies hun zo goed kan begeleiden met hun dagelijks leven en een gesprekje even met ze kan aan gaan en dan in die sessie daar ook wat mee gaan doen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En dat ik zelf, mezelf ook kwetsbaar neerzet in de sessie zelf. Dus ik vertel ook net zo goed over mijn leven, wie ik ben, welke patronen ik zelf heb, wat ik lastig vind in het leven en dat dat heel erg gewaardeerd wordt door de jongeren waarbij ik zelf natuurlijk heel bewust moet zijn wat ik deel precies en dat ik niet de cliënt word van mijn cliënt maar ik denk dat dat wel een voorwaarde is om de kwaliteit van de DvT sessies ook te vergroten omdat er veel meer opening ontstaat om überhaupt te durven, nog even los van kwaliteit van spel of wat voor spel wordt gespeeld of überhaupt de randjes van de playspace gevonden kunnen worden, is daar een heel groot stuk aan voorafgaand betreft gelijkwaardigheid.

Interviewer: Ja dus dat is eigenlijk wel heel waardevol dan. Ja.

Respondent 4: Mhmmh, ja.

Interviewer: Dan nog eventjes gewoon over het traject, hoelang duurt een DvT traject meestal?

Respondent 4: Minimaal twaalf weken, hangt ook af van de doelstelling en de hulpvraag van de jongere.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus met elke jongere heb ik minimaal twaalf sessies waarvan drie sessies observatie sessies zijn. Dat hoeft ook niet per se DvT te zijn. In de observatiesessie richt ik me vooral op de, welke veiligheid is er nodig, wat is er nodig, wat zijn de randvoorwaarden om de diepte in te kunnen gaan.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus wat heeft de jongere nodig ook van mij maar ook vanuit het medium. Nogmaals het hoeft niet per se DvT te worden maar als het DvT wordt heb ik dat ook in de observatie periode gezien, als het gaat om wat voor spelniveau de jongere heeft, vanuit welke insteek ik het spel moet aangaan.

Interviewer: Dus is eigenlijk zo'n observatietraject bijna nooit in DvT of kan het wel ook in DvT zijn?

Respondent 4: Ik vind zelf dat het zeker daarin kan.

Interviewer: Ja, oké.

Respondent 4: Maar het kan ook zijn dat de observatie al uit DvT bestaat, hoewel ik niet in eerste instantie persoonlijk de eerste sessie direct 45 minuten in spel ga. Vaak ook gewoon een goed gesprek heb maar ook elementen haal vanuit bijvoorbeeld sound en movement, spiegelen, samen lopen, dat soort opdrachten om te doen, om te kijken van oké wat voor jongere is het. Is het überhaupt iemand die geneigd is om contact te maken of contact vermijdt, is het iemand die behoefte heeft aan spel, dus hoe wordt het lichaam al gebruikt. Die tijd gun ik mezelf ook en de cliënt ook, of jongere ik noem het eigenlijk jongere, om te kijken van oké waar zijn we en vaak in sessie drie als het gaat om een DvT traject, ja sessie drie dan gaan we het spel aan waarbij ik me probeer te richten op zo comfortabel mogelijk in de playspace te zijn, de playspace uit te leggen, plek van mogelijkheden, plek van spel, plek van ontmoeting en dat stap voor stap uit te breiden en dan daarna dus nog

ongeveer negen sessies of tien sessies kan je ook zeggen waarin we aan de slag gaan met spel waarbij soms ook een sessie ertussen in kan zitten waarbij we gewoon zitten en praten.

Interviewer: Oké.

Respondent 4: Dat vind ik een onderdeel van de behandeling als ik ook kijk naar, ik vraag elke dag de behoefte van de jongere, het is een intense doelgroep, maar ook de jongere ervaren vanuit het hoogbegaafde stuk, vanuit de hoog gevoeligheid, elke dag heel intens en af en toe kan spel zo'n appel op ze doen dat het gewoon te intens is of dat er gewoon te veel weerstand is om te spelen. En als ik dat denk aan te voelen gaan we zitten,

Interviewer: Oké.

Respondent 4: In de kussens, ik vraag de jongere dan gewoon een eigen plek te creëren in de ruimte, dat mag met alle kussens of met 1 kussen en ga maar door en dan gaan we in gesprek en in dat gesprek ben ik op zoek dan wel naar het spel van oké waar kan ik iemand uitdagen op z'n woorden dan, waar kan ik iemand uitdagen. We praten ook vaak weer over volgende keer gaan we weer het spel in. Waarbij ik opzoek ben naar waar zit jouw weerstand, waar vind je het lastig, welke thematiek vind je lastig dan om te spelen die je ook intens vindt in het leven. En vaak merk ik ook wel dat er soms een intermezzo is en dan die week erna gaan we weer het spel in. Ik merk ook vaak dat de jongere tijdens een gesprek ook vaak aangeeft ik wil niet meer spelen. Tot nu toe heb ik bijna elke jongere wel gehad die dat zegt.

Interviewer: En na hoeveel keer gebeurt dat ongeveer of is dat heel verschillend?

Respondent 4: Ja de meeste hebben dat wel na drie, vier sessies ongeveer van dat ze eigenlijk niet meer willen spelen omdat het te intens is of omdat ze zeggen van ja het werkt niet, dat. En dan is het vaak eenzelfde soort gesprek waarin we bijna filosofisch teruggrijpen op wat de intentie is van spelen, het doen alsof, de representatie van spel, het gevoel wat echt is en dat het eng mag zijn en dat ik heel goed kan begrijpen dat ze het niet meer willen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Waarin ik mezelf ook neerzet als, ik heb ook vaak m'n moment dat ik denk van poeh, ik moet vandaag vier sessies draaien met spel maar eerlijk gezegd ik heb niet goed geslapen misschien, nou ja, het liefst zou ik vandaag ook lekker op de bank willen zitten en lekker chillen, soms is dat al zelfs al iets waarbij ze iets meer ontspannen van o ja, het is niet erg om het soms niet te willen. Zelf vind ik het heel erg persoonlijk leuk, om die gesprekken aan te gaan om te kijken oké ja waar zit wel weer die mogelijkheid want het feit dat ze wel gewoon bij mij zitten in de ruimte betekent wel ze zijn er.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Ze lopen niet weg, ze rennen niet weg, ze geven alleen verbaal aan ik wil niet meer spelen.

Interviewer: Nee.

Respondent 4: Maar lichamelijk zeggen ze dat vaak wel, ze zitten relaxed in de kussens, ze zijn gewoon in de ruimte, ze hebben daar hun cognitieve gedachten over van de patronen die ze hebben omdat het ook zo vaak iets nieuws voor ze is dus meestal zie ik ze ook weer terug komen in spel na, die week daarna of soms nog een weekje erna. En dat is dus een periode waarin ik bijna iedereen dus wel een keer eruit zie vallen van nou ik vind het toch niet leuk ook al hebben we nog relatief weinig gedaan in spel wat betreft de thematiek maar hebben we gewoon vooral met veel fantasie gespeeld. En toch tot nu toe, ja, krijg ik ze allemaal wel weer terug in spel en ik vind ook dat dit een onderdeel mag zijn dat je zegt nu ik heb gewoon geen zin meer, dat is helemaal geen probleem.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar ik durf wel te zeggen dat er een maar mag, máár we gaan het toch wel weer proberen he, ik laat je niet los. En dan heel erg zoeken naar waar zit de gelijkwaardigheid betreft, waar zit de veiligheid weer om daar naar toe te zoeken en meestal na ongeveer twaalf weken evalueren we het doel, dat wordt dan gedaan met de jongere en met de trajectbegeleider, dus de begeleider vanuit Feniks die de jongere begeleidt buiten de sessies om.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Met mij erbij eventueel met ouders en ja, bij de ene jongere wordt het traject verlengd en bij de andere jongere is het doel behaald. Vandaar dat ik ook werk met relatief kleine doelen die in mijn ogen ook haalbaar zijn in twaalf weken, die onderhevig zijn aan een grotere hulpvraag maar ik heb jongere gehad die hier een jaar een DvT traject hebben gedraaid.

Interviewer: Oké dus dat kan ook wel?

Respondent 4: Dat kan zeker maar dan is het meer dat het steeds stapje voor stapje, kom je verder, waarbij de eerste doelen zijn gehaald in twaalf weken maar de jongere daarna merkt, hey, ik wil hier eigenlijk wel mee door want het doorbreekt iets wat ik niet met mijn, in mijn denken kom ik vast te zitten met iets maar dit spelen doorbreekt uiteindelijk iets.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dan, dus we luisteren ook heel erg naar de jongere op dit punt van oké, we gaan hier dan mee door, dat is ook het voordeel van deze plek, dat daar dan ruimte voor is natuurlijk en soms is het van dat de jongere ook aangeeft van nee dit stukje waar we aan hebben gewerkt is fijn, het werkt, het heeft gewerkt maar van mijn part ronden we het af.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En ik heb ook trajecten gehad van jongere die toch na vier, vijf sessies zeiden dit spel, ik vind het spannend, ik voel me er te ongemakkelijk bij. Waarbij ik ook merkte van ja, het is gewoon niet, het zit niet in het instrumentaria op dit moment echt in het spel met je thematiek aan te gaan dan ronden we ook het traject af want het moet niet zo zijn dat de dramatherapie of de DvT zo wanstaltelijk moet worden voor de jongere dat die echt met tegenzin naar feniks komt en dan ronden we het af en dan draag ik het over, terug naar zijn trajectbegeleider of naar haar trajectbegeleider en kijk welk ander traject er binnen feniks mogelijk is ja.

Interviewer: Ja dus eigenlijk is de cliënt, de jongere inderdaad, de jongere is heel erg leidend in hoe het proces verloopt of het doorgezet wordt of niet?

Respondent 4: Leidend zou ik het niet noemen maar wel heeft een belangrijke stem dus, het is ook daarin zit het eigenlijk in de samenwerking met mij.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Waarbij ik nog steeds een stem kan hebben of aan kan geven van hey, ik merk dat de weerstand die je hebt bijvoorbeeld, of ik merk dat bijvoorbeeld, nou zeker met dat stuk tijdens een traject he, dan durf ik daar mijn mening ook wel op te geven wanneer ik denk dat de jongere puur vanuit een stuk weerstand zeggen van ja, ik wil dit niet meer doen terwijl ik denk, terwijl misschien de ogen vonkelen of het lichaam onbewust wel zegt ik wil spelen.

Interviewer: Dus daar let je eigenlijk heel erg op wel?

Respondent 4: Ja, of als ik merk binnen spel dat er, dat de speelbaarheid heel groot is maar dat de gedachte nadien ervoor zorgde, eigenlijk de overtuigingen er weer voor zorgen: nou je moet niet gaan spelen want dan kom je tot iets wat je niet wil op dit moment.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Of wat je überhaupt niet wilt terwijl, ja, daar ben je voor binnen dramatherapie dus dat is heel erg aanvoelen, daarin kan ik een leidende rol aannemen van nee, ik denk dat we wel moeten doorgaan en dan natuurlijk heel erg zoeken van hoe kunnen we het veilig genoeg houden, het is meer aan het einde van een traject dat ik gewoon echt samen met de jongere ga zitten van, hoe kijk jij ernaar, na die twaalf weken van door of niet en als je door wil gaan dan bespreken we het hier met de coördinatie hier, de zorg coördinatie hier.

Interviewer: Is de jongere daar wel dan meer leidend in of is dat nog steeds wel meer in samenspraak?

Respondent 4: Ja, dat hangt ook wel per jongere af er zijn jongere die een zeer groot vocabulaire hebben op hun eigen emotionele belevingswereld, daar heel goed over kunnen praten, op een hele voor mij, in mijn ogen een hele fijne echte manier.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dat neem ik zeer serieus en daar luister ik ook echt naar, ik merk ook, omdat ik naar ze luister, dat ze daarin bekrachtigd worden en hun stem daarin durven te laten zien er zijn ook jongere die nog heel moeilijk vinden om überhaupt te benoemen wat ze allemaal hebben meegemaakt, daar neem ik wat meer de ruimte en de leiding in. Samen altijd in contact met de begeleider, de trajectbegeleider van de jongere want die ziet de jongere op andere momenten in de week.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus het is altijd een klein multidisciplinair overleg betreft die ene specifieke jongere waarbij het een beetje kan laveren van bij de ene jongere kan daar gewoon de ruimte innemen en zijn eigen proces beschrijven en de ander heeft er wat meer moeite mee waarbij wij weer wat meer de leiding nemen van hey hoe denken wij erover met het altijd in samenwerking, altijd en ook heel gelijkwaardig met z'n allen gewoon aan tafel.

Interviewer: Ja dat is wel mooi ook. En 1 sessie duurt 45 minuten, zei je dat? Of verschilt dat?

Respondent 4: Ja ik heb een uur, dus ik speel drie kwartier ongeveer maar het kan ook zijn soms dat we een halfuur spelen, dat hangt een beetje per sessie af, soms spelen we 50 minuten, ik houd de tijd natuurlijk bij. Maar ja soms zit je in een sessie na 45 minuten en je zit er vol in, ja, dan denk ik, dan heb je toch nog tijd nodig om naar het einde toe te werken, of denk als ik nu stop dan kan het niet.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dat is puur subjectief hoe ik dat denk in spel, maar ja maximaal 50 minuten, minimaal een halfuur. Ongeveer zo ja, om en nabij dus voor mij is dat niet een heel rigide tijdspad van het moet zo, het moet 45 minuten duren. We hebben een uur in totaal dus dat is het wel ongeveer.

Interviewer: Ja, en dan zijn die laatste 10 minuten ook nog echt voor die nabesprekingen en dat moment voor de jongere zelf om even erover na te denken.

Respondent 4: Bijvoorbeeld ja, en ook weer gewoon schoenen aan en samen weglopen uit de ruimte terug naar de leefgroep want ik vind toch dat er ook tijd en ruimte mag zijn om weer even terug te keren van ja, ik ga zo weer de leefgroep op waar alle jongeren zitten waar we gaan lunchen of waar er muziek is of waar we lachen of wordt geschreeuwd of wat dan ook en je komt toch uit een heel intens moment van spelen. Waar alle focus en aandacht op jou was. Dus die overgang die mag ook, daar mag ook tijd in zitten dus ja ik probeer daar altijd wel tien minuten voor te hebben en de ene jongere hè, we sluiten het spel af ,en die zegt dankjewel en doet zijn schoenen aan die gaat en ik loop mee en de andere heeft echt vijf a tien minuten nodig soms zelf langer om even weer ja op aarde te landen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus het zit hem ook heel erg uiteindelijk als we echt de ruimte uitlopen dat alles wat ik dan zeg is gericht op de rest van de dag dus dan is, eet meer, wat ga je zo nog doen, wat heb je op de planning of wat ga je lunchen en dat soort dingen, gewoon even weer teruggaan, o ja, ik ben nu weer hier buiten de dramatherapie ruimte.

Interviewer: Ja, en dan want daarin zit ook nog wel dan ergens het stukje dat je nog even de tijd geeft om nog even over het spel te hebben en daarna ook echt even de tijd om dus weer terug te komen.

Respondent 4: Ja, dus ik sluit een sessie af dus eigenlijk in het spel geef ik de jongere, neem een minuut dus dat is eigenlijk, dat weten ze ook dat als ik dat zeg dat maakt dat het spel gestopt is. Ik geef vaak in spel vaak aan van we hebben nog vijf minuten of we hebben nog één minuut geef ik aan, dat ze weten van oké het rond zo af. Als ik zeg neem een minuut dan ga ik de ruimte uit. Ik sta aan de andere kant van de deur, daar zit ik eventjes en de ene jongere die zit gewoon en als ik terug kom zit die op dezelfde plek nog en de andere jongere is al bezig met opruimen. Dat hangt er een beetje vanaf, met opruimen bedoel ik, de kussens weer terug in de hoek te

leggen en dan gaan we samen altijd even zitten en dan ben ik stil en dan, ik kijk de jongere op dat moment niet aan ik geef de jongere gewoon even de ruimte om eventueel wat te delen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Kijk als het een eerste sessie of tweede sessie is dan geef ik ook aan, hè er is nu eventueel ruimte om te delen, het hoeft niet maar als je wat wil delen dan luister ik en dan kunnen we eventueel wat bespreken en dat geef ik twee keer, twee sessies aan ongeveer aan de jongere en dan de derde vierde sessie weten ze vaak ik kan wat delen ja of nee, dat bespreken we dan, daarna hou ik ook de tijd bij en dan dus ronden we helemaal af en dan is het stuk van hey, wat gaan je nu doen op Feniks. Dat stuk varieert van een kwartier tot 10 minuutjes ongeveer in totaal.

Interviewer: Oké ja, zijn er in de sessies bepaalde thematieken die heel erg terug komen?

Respondent 4: Ja en nee. Ja kijk het zit hem heel erg in het feit natuurlijk van de jongere zelf hè, wat is gewoon de hulpvraag. Over het algemeen de jongere die hier veelal bij mij komen hebben bepaalde problematiek als het gaat om depressieve klachten, laag zelfbeeld, voelen zich vaak onbegrepen ten aanzien van de samenleving, hebben vaak in de wat jongere jeugd moeite gehad met contact maken met leeftijdsgenoten, over het algemeen veel van de jongeren kunnen makkelijk contact maken met volwassenen omdat het op cognitieve niveau zitten ze vaak al hoger dan leeftijdsgenoten, dat zijn wel dingen dus het gaat echt om het stuk contact maken, maar het besef van eigenlijk identiteit wie ben ik, faalangst komt veel naar voren, het niet durven, het rationaliseren van wat je dan wel wil doen, nooit echt 100% willen geven want als je dan faalt ja, dan, ja, wat dan. Dus vaak maar half, half erin schieten en dan heb ik het bijvoorbeeld over school of vriendschappen of noem maar op en als het dan niet lukt dan kun je ook zeggen van ja, maar ik heb ook niet alles gegeven dus dan gaat het ook niet goed.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus het rationaliseren van dat stuk, dat komt ook veel terug in spel. Ik denk de thematiek wat ik daaraan kan zetten in spel is dat het vooral in begin voor veel jongeren lastig is om zichzelf te geven in spel dus zichzelf nog heel erg terughouden en dat de thematiek van 100% geven, alles geven, durven los te laten, iets aangaan, wat in dit geval in contact met mij, of in contact zijn met jezelf heel erg lastig is of dat dat heel eng is terwijl de jongere zelf vaak hoog sensitief zijn hoog gevoelig, heel erg, heel veel voelen maar daar eigenlijk zo hard mee bezig in de hele dag om dat allemaal niet te voelen of om dat te rationaliseren, weg te denken en binnen spel is dat natuurlijk iets waarbij ik me op richt om daar langs die verdedigingsmechanismen te komen. Veel afstand nabijheid. Ik werk veel met metaforen in spel.

Interviewer: Ja?

Respondent 4: Het is überhaupt bekend dat metaforen, dat is iets waar hoogbegaafde mensen, in dit geval jongeren goed op gaan omdat het een bepaalde manier van denken is waar heel veel creativiteit ook in zit. Metaforen met metaforen heb je heel veel vrijheid in het denken wat in relatie staat tot jezelf of in relatie staat tot iets in de wereld waar je bepaalde grip op wilt hebben en dat is wat ik in spel heel snel terug merk, is dat wanneer ik ga spelen met metaforen dat het veilig genoeg wordt voor de jongeren om de eerste stap te maken wat betreft de thematiek van zichzelf. Als ik kijk naar een bepaalde lijn in het spel merk ik dat ik, met welke jongere dan ook, beetje generaliserend gezegd weliswaar maar heel veel voorbeelden geef, wat je kan doen in de playspace. Waarbij ik veel de rol aanneem van de jongere zelf, spelend in een metafoor waarbij ik het metafoor benoem, met veel commenting in the here and now, ben veel aan het zeggen wat ik doe in het begin en als ik ook terug kijk of terug denk aan sessies zijn de jongere, over het algemeen draaien ze veel om mij heen en zijn ze veel naar mij aan het kijken, ik sta centraal en langzaam maar zeker verschuift dat naar de jongere zelf naar mate de sessies vorderen maar hebben een voorbeeld nodig dat zit hem ook in dat leergierige stuk van ze absorberen bijna alles, betreft wat ze zien bij mij als spel.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Wat ze later gaan implementeren zelf. Ja dat is wel iets wat ik, een soort thematiek wat ik terugzie wat niet per se een directe link is aan de hulpvraag maar wellicht wel aan dat stuk, misschien aan het HB stuk aan de intensiteit van, het is natuurlijk heel intens DvT het kan heel intens zijn

Interviewer: Ja, ja.

Respondent 4: Terwijl deze jongere leven ook heel intens dus daarom is het daarom is het denk ik ook een hele goeie match maar is het direct ook iets heel engs tegelijk en dat bespreek ik ook vaak in een voorbeeld met jongeren, is dat DvT iets is wat direct een angstgeluid op kan wekken maar ook direct een geluid van joy, van plezier kan opwekken, en dat het heel erg dus niet zozeer dualistisch is maar verweeft met elkaar tegelijk en dat maakt het zo intens en dat is precies hoe zij intensiteit van de wereld ook ervaren, ze ervaren tegelijkertijd ook de mooiheid van het leven en van de wereld en direct ook, tegelijkertijd ook de vreselijkheid en de lelijkheid en dat altijd maar voelen, tegelijk, dat is iets wat in DvT langzaam maar zeker mag zijn ook juist om daar mee te experimenteren en te kijken, wat is nou mijn plaats, wat is nou mijn rol in die hevigheid der dingen om het zo maar te zeggen.

Interviewer: Ja en dus daarin doe jij eigenlijk in het begin allerlei dingen, voorbeelden, werken met metaforen ook vanuit de jongere zelf dat je daarin speelt.

Respondent 4: ja.

Interviewer: Om dat stuk dus eigenlijk ook speelbaar te maken?

Respondent 4: Zeker. Om het speelbaar te maken om te laten zien dat het mogelijk is. Ze zijn vaak gelimiteerd in het leven geweest, veel dingen, laat ik het zo zeggen, ze zijn veel momenten niet begrepen of er is langs hun gepraat mede om, ja, als ik het even op IQ dan bijvoorbeeld, zo'n hoog IQ, je leeft toch langs een andere wereld waarin mensen een gemiddeld IQ hebben, laat staan ook met de hoog gevoeligheid, de intensiteit van de dingen, en binnen spel, binnen dramatherapie geef ik hun de ruimte om daar eerst naar te mogen kijken. Ze zijn weliswaar in spel natuurlijk met mij, ze zijn niet het publiek, ik ben niet in me eentje aan het spelen, ik ben met hun in spel. Maar ze zijn snel geneigd te volgen, in het begin.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Waarbij ik natuurlijk al snel probeer de leiding terug te geven of te kijken, maar daarmee, ze zijn gewoon heel erg, ja, aan het zoeken van hey, wat is er mogelijk en die mogelijkheid ook spannend vinden want, omdat ze vaak dus gelimiteerd zijn of iets niet mochten of iets niet konden of niet begrepen voelen is er nu eigenlijk voor het eerst wellicht een manier een ruimte om te mogen creëren en vanuit je eigenlijk vrijheid van denken, vanuit je eigen vrijheid van creativiteit iets in te zetten, maar daar zijn ze heel klein, daar is het spel vaak nog heel klein op omdat het zoiets onbekends is, terwijl het wel is. Vandaar dat ik denk dat de voorbeelden die ik geef in spel, de metaforen die ik voor ze spel, met ze speel ook vaak, maar ook voor ze speel, ja, een aanleiding zijn voor hun om uiteindelijk, ja, op een manier open te gaan om te gaan spelen. En daar ben ik steeds weer van onder de indruk dat wanneer het op gegeven moment lukt dat ze op een bepaalde manier zich open stellen en ook meer in het moment, echt in het moment aanwezig zijn, wat tuurlijk op en af gaat, de mate van fantasie en snelheid die ze hebben is dan, ja, daar ben ik altijd van onder de indruk.

Interviewer: Ja?

Respondent 4: Ja absoluut, ze gaan dan zo, het creërend vermogen is zo groot, dus de metaforen die ze dan zelf gaan gebruiken zijn heel intens, of zijn heel erg humoristisch. En ja de verdedigingsmechanismes, blijven ontegenlijk knap ook toch nog in werking betreft wat ze spannend vinden, ja dat blijft ook nog, die blijven lang in spel. Ja.

Interviewer: Ja, want hoe ziet dat er dan een beetje uit als je zeg maar die ontwikkeling bekijkt van begin tot eind, zeg maar dit is een beetje het begin stuk maar als het dan op gegeven moment wat los komt dan merk je oké, d'r is eigenlijk best wel een heel groot creërend vermogen, hoe gaat het er dan een beetje verder aan toe?

Respondent 4: Nou ja waar ik opzoek ben en wat mooi is om af en toe te zien is dat ze een bepaalde tegenrol gaan spelen, de rol van de maatschappij, dat is vaak wel een rol die lang wegblijft, die ik vaak speel, het appel doet op hun, op het stuk van dat ze zich dus niet begrepen voelen of geen contact kunnen maken met gelijkgestemden, of met leeftijdsgenoten sorry,

Interviewer: Ja, ja.

Respondent 4: Zich alleen voelen, en dat is vaak wel een doorbraak waarvan ik denk dat is een mooie doorbraak als ze langzaam maar zeker die rol kunnen pakken.

Interviewer: Zelf kunnen pakken?

Respondent 4: Zelf kunnen spelen, ik ben alleen of ik voel me alleen, los van het feit dat je dat niet per se hoeft te zijn. Ik voel me alleen of de maatschappij spelen waarin ze heel kritisch zijn naar zichzelf eigenlijk en ik speel hun dan of het kan een kussen zijn of iets hè maar dat die tegenrol wordt gepakt waar ze eigenlijk zelf tegen aan schoppen ook want ja die maatschappij begrijpt mij niet, alle scholen waar ik op heb gezeten begrepen mij niet, het zijn vaak die instituten, de mechanismes van de samenleving waar ze heel veel moeite mee hebben.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En dat is vaak wel een doorbraak die ik merk na een aantal sessies dat ze dat durven te spelen of überhaupt daar elementen van durven te pakken. Waar het tevens ook heel erg spannend is, want ik merk wel als ik dat benoem dan in spel, dat ze er weer heel snel uitschieten dus ik merk dat ik dan wat minder moet praten, dus wat meer gewoon echt in het spel moet zijn en de discrepantie moet vergroten met meer fantasie in spel af en toe, waarbij in het begin mijn verbale interventies wat groter zijn, meer benoemen wat ik doe of wat we doen en wanneer ze wat meer in die tegenrol gaan dat we echt meer uit die woorden gaan want die woorden laten hun direct weer in de cognitie of in de megacognitie schieten. Dus het is aan de ene kant een doorbraak op wat voor rol ze spelen, het is ook een doorbraak wanneer de woorden steeds meer weg mogen zijn ook, en er meer in het moment gespeeld mag worden en daar eigenlijk meer op de beleving te zitten van hey, wat doet het met me in relatie ook tot mij, zonder dat het meteen geverbaliseerd hoeft te worden.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Want dat is wel wat deze doelgroep ook typeert, alles wordt geverbaliseerd, alles wordt op bepaalde manier verwoord en eigenlijk ook met woorden ook vermeden.

Interviewer: Ja, ja en dan moet ik me dan voorstellen dat het gewoon, want dan kan er nog wel gepraat worden over hetgeen wat gevoeld wordt of zo? Of is het dan echt in spel echt in het non-verbale stuk zitten?

Respondent 4: We mogen zeker praten over het gevoel en dergelijke waarbij ik altijd duidelijk ben van hey ,praten over gevoel is niet erg. Of je voelt dat of je voelt iets niet, je kan ook iets voelen als je erover praat. Dus daar zijn ze nog weleens van: ja moet ik dan niet praten om iets te voelen? En ik zeg nou ja, je mag zeker praten over het gevoel maar het is van: praat je over wát je voelt. Of praat je óver gevoel wat je zou kunnen voelen. Dat is een heel groot verschil hè, praat je vanuit die megacognitie bijna als een soort psycholoog over jezelf over je gevoel of praat je vanuit wat je voelt. Waarbij in spel, en dat is een heel dun lijntje en dat vind ik zelf ook nog heel erg om uit te zoeken en daarin te experimenteren want ze zijn zo gewend om met woorden iets te rationaliseren, iets te verduidelijken of iets te vermijden dat het spel vaak wel heel dun wordt of heel.. Hoe zeg je dat? Ja heel spannend kan worden en ook wat onduidelijk voor ze kan worden wanneer ik merk van oké, ze voelen wat en dat dan benoem of wanneer ze daar zelf over praten.

Interviewer: Dan ga je eigenlijk een beetje uit het spel en dan wordt het heel echt misschien, moet ik dat zo...?

Respondent 4: Ja, dan wordt het wellicht te echt, ook omdat dan vanuit die megacognitie, zijn we nou aan het spelen of praten we over het spelen? Terwijl je kan in DvT natuurlijk praten over het spelen terwijl je in spel bent he, dan is je discrepantie natuurlijk heel klein. En waar ik dat misschien met andere doelgroepen wat makkelijk ervaar dat we er gewoon over praten en dat er in mijn optiek niet direct heel erg over werd nagedacht, is dat hier met deze jongere wel, dat woorden zo snel weer een appel doen op wat ze kennen, hun cognitie maar ook hun vermijdingspatronen. Dat ik daarom ergens voorzichtig ben in niet te veel benoemen maar de woorden zijn ook wel weer nodig om ze betekenis te kunnen geven omdat in die hevigheid der gevoelens die ze hebben, daar hebben ze nog weinig, woorden in. Daar hebben ze nog weinig echt over durven leren of hebben ze nog weinig ruimte gehad om überhaupt te begrijpen wat ze allemaal voelen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Want als je hoogbegaafd bent kan je misschien heel veel dingen begrijpen maar wil niet zeggen dat je ook alles over jezelf begrijpt. Ik denk dat er heel vaak vragen nog zijn over, wat betekent het nou om hoogbegaafd te zijn of hoe zit mijn brein in elkaar, het is toch echt een ander brein wat je hebt dan iemand met een gemiddeld IQ of die in ieder geval niet begaafd is of hoogbegaafd is. Dus dat is een, ik denk dat daar iets heel interessants in zit, in het praten over spel, in het spel.

Interviewer: En dat gebeurt dan een beetje rondom het midden zeg maar?

Respondent 4: Ja kijk die woorden worden spannender wanneer ik merk dat de jongeren zich wat meer durven te uiten in spel, dat is ook vaak wel nadat er 1 of 2 sessies zijn geweest waarin we gewoon even zitten en praten en nogmaals het is niet 100% zo hoor, dat elke jongere gaat praten maar die tendens merk ik wel, dat de meeste jongere af en toe toch zeggen, ja, ik wil nu gewoon niet spelen ik denk toch dat het niks voor me is.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En dat ik denk ja, maar volgens mij is het er wel maar oké en vaak na z'n gesprek waarin we ook best filosofisch aan de slag gaan waar ik de jongere ook heel erg duidelijk maak van, hey, gun jezelf eens weerstand of gun jezelf eens iets lastigs waar wel de focus helemaal op jou ligt. Het is natuurlijk een plek waar jezelf centraal staat dus het is wat dat betreft kan je bijna zeggen, het is een voorrecht om dit te mogen doen. Dat ik vaak wel na die sessies, of na z'n gesprek of überhaupt na een aantal sessies waarin ik vooral veel speel en het voorbeeld geef voor ze, waarin ik eigenlijk door middel van mijn voorbeelden hun speelveld wat probeer te vergroten, van hey, je kan dus hier mee spelen, je kan spelen met het feit dat je het spannend vindt, je kan spelen met het feit dat iets niet leuk is. Dan langzaam maar zeker, wanneer ik dus merk wanneer hun rollenpatroon wat vergroot, wanneer ze niet meer alleen maar in, nou ook hier in rollen spelen die ook onoverwinnelijk zijn of waarbij ze alleen maar wegllopen of waarbij ze alleen maar verbaal de spanning vermijden maar wanneer ik merk oké ze gaan wel zelf wat minder praten dan merk ik dat de behoefte bij hun groter wordt om te begrijpen wat ze doen want ja, het komt dicht bij hun zelf en deze doelgroep heeft daar woorden voor nodig maar als je dan weer praat ...

Interviewer: Dat is spannend ...

Respondent 4: Dat is zo dun inderdaad.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: maar dat merk ik wel vaak dat dat na een aantal sessies is.

Interviewer: Oké.

Respondent 4: En ja dat is een hele grote uitdaging bij deze doelgroep want ze vragen ook vaak hoor, ze willen gewoon weten wat ze nou precies doen en ook als ze heel veel voelen en heel veel ervaren, zijn ze heel snel geraakt, heel snel ook soms ook wel, nou ja boos wil ik niet zeggen, maar wel, nou ja, misschien wel zelfs. Of geïrriteerd, alsof ik heb ingebroken in iets wat van hun zelf terwijl ze zelf met de vraag zijn gekomen maar nu is het hè.. En daar dan niet bij willen zijn en dat dan, omdat het zoiets kwetsbaars is natuurlijk,, omdat ze zolang ook daarin niet gehoord zijn, dat is zó klein wat daar zit. Maar daar moet je dan over in gesprek maar wanneer je in gesprek bent met ze, ja zijn ze zo sterk en kunnen ze zichzelf zo goed..

Interviewer: Weer daar uit halen.

Respondent 4: Weer daar uit halen. Terwijl dat gesprek wel weer nodig is om ze wel weer binnen te houden en dat is wat ik zeg, dat is iets heel spannends.

Interviewer: Daar is het een zoekproces,

Respondent 4: Dat is veel zoeken ja en daar moet ik heel veel van mezelf ook geven want ik moet daar gelijkwaardig zijn want als ik daarin de rol neem of als ik daarin merk dat de hiërarchie wat hè. Tuurlijk ik ben de therapeut en zij zijn de cliënt maar de relatie die ik heb met hen moet daar zo gelijkwaardig zijn om daar over te kunnen, en daar die.. ja dat dunne randje te zoeken, van kan je bij het gevoel blijven, terwijl we praten over hetgeen wat er is voor dat je ja.. en daar moet ik veel van mezelf ook geven op een bepaalde manier dat ik ook mezelf, dat ik ook deel waarin ik zelf zit over dat ik het soms ook lastig vind om te praten over gevoel in plaats van te voelen en dat soort dingen en ik merk dat dat vaak juist wat meer rust geeft en wat meer veiligheid omdat ja, het is een.. we spelen met de tegenoverdracht. Ik ben ook maar een mens, in gesprek met hun die weliswaar therapeut op papier is en daar voor gestudeerd heeft maar in spel ben ik net zo mens als zij.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En kan ik niet pretenderen het allemaal te weten of als een stille regisseur enkel hun alles op tafel te laten leggen en dat ik er een beetje naar observeer. Ja, dat is niet mijn manier van werken en ik voel ook dat

dat met deze doelgroep niet zal gaan werken als je dat probeert te pretenderen van ik zit op de rots om het even zo te zeggen en jij moet klimmen, nee, wij moeten het samen doen.

Interviewer: Ja. En als dat moment dan een beetje, als jullie dat moment soort van hebben gehad hè, niet dat dat bij iedereen zo is maar in het algemeen, wat merk je dan dat er daarna gebeurt met het de spel.. of de spelontwikkeling?

Respondent 4: Vaak zijn de eerste sessies heel intens altijd, heel intens omdat, dat is ook de intensiteit die ze hebben, het niet zozeer alles of niks maar als ze gaan, gaan ze volle bak dat merk ik ook wel in spel dan merk ik ook bij binnenkomst oké we moeten ook meteen gaan want als we erover gaan praten dan schieten we er juist uit, we gaan er vol in, veel sessies zijn heel hevig, heel intens, en dan bedoel ik mee dat de snelheid omhoog gaat maar ik bedoel ook dat het lichamelijker wordt, en dat is eigenlijk weer een nieuw soort startpunt waarbij het, waar het gevaar ligt dat je te snel gaat, dat het juist zo intens wordt dat het dan echt te spannend gaat worden maar het is een soort hè, alsof je van een skischans springt, dat gevoel heb ik weleens, van omdat ze dan, je bent aan het glijden naar beneden, nu praat ik dan in een metafoor.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar je bent aan het glijden naar beneden. Ze willen eigenlijk niet glijden want ja, de skischans eindigt, weet je dat is het letterlijk. Ik ga echt niet eh hè: wat dan? Maar dan heb je het daarover en dan speel je daarover, je glijdt, je glijdt, en op gegeven moment kom dat moment of dat nou in gesprek is of in een bepaald moment in spel dat er iets doorbroken wordt en dan springen we, we springen samen, en dan is het eigenlijk de vraag, spring je dan.. op wat voor manier spring je, spring je toch op een bepaalde manier gecontroleerd om wel met je ski's onder je voeten te blijven richting een landing of ga je in een salto en ga je met, en kom je op je rug terecht, en ergens hebben ze het wel nodig om gewoon op hun ski's te landen maar in de lucht mag het, ja, valt de controle weg, en valt het allemaal weg maar dat mag ook, dus het is heel belangrijk om ze altijd ook heel erg te kaderen weer. Dat dat, die intensiteit mag er zijn en die moet er ook zijn maar binnen de veiligheid dat het voelbaar blijft en dat ze zichzelf niet kwijtraken daarin.

Interviewer: En hoe doe je dat dan?

Respondent 4: Terug geven, veel mee spelen, die intensiteit ook benoemen, maar vooral fysiek, dus die intensiteit ook nou, wat ik zeg nu ook, veel met metaforen ook terug laten komen in het spel maar ze begrijpen die metaforen direct, dus het is, je hoeft die metaforen niet uit te leggen want ik zie aan ze, door de glimlach die ze of het contact dat ze maken van, hey, dit gaat over mij.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar het geeft net die afstand om daar mee te kunnen spelen dan dat het direct per se over hun gaat echt en die metaforen maken dus dat het wat, dat het speelbaar blijft. Laat ik het zo zeggen.

Interviewer: Hebben ze er misschien meer zicht op ofzo? Zonder dat het gelijk inderdaad bij jezelf.

Respondent 4: Dat ja, meer controle ook toch op een bepaalde manier meer controle. Ja precies.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Kijk en het doel is uiteindelijk dus om natuurlijk los van een metafoor vanuit jezelf te kunnen spelen en meer dat rauwe, meer het grauwe, het hele kale spel van gewoon ja, dit ben ik en er is verder niks eigenlijk, ja, dus dat is wat ik zeg zo'n metafoor zorgt ervoor dat die intensiteit gekaderd wordt, want dat was natuurlijk je vraag, wat zie je daarna, die intensiteit, dat is, dat moet gemanaged blijven, binnen die window of tolerance het moet niet teveel worden ook, het moet ook niet te laag worden.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Te weinig. Ja, dus als ik het zo bedenk blijf ik met, veel met metaforen werken, die ik misschien ook niet expres inzet maar vanzelf ook. Ja en die metaforen kunnen steeds echter worden of kunnen steeds meer directer gelinkt worden aan de jongeren zelf.

Interviewer: Ja, dus dat is wat er op gegeven moment, daarna, eerst heel erg in die metaforen los van hunzelf nog, wat ergens natuurlijk wel betrekking heeft óp, en dan daarna komt dat steeds dichterbij?

Respondent 4: Ja, een voorbeeld is ook, als ik een gedachte heb, een metafoor kan bijvoorbeeld in het begin zijn, een klok wat meer spreekt voor de tijd.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: De tijd van het leven, dus dat is wat meer wat overstijgend nog waar ze zich aan kunnen relateren en dat kan bijvoorbeeld toewerken naar bijvoorbeeld zo'n metafoor hè, wat ik nu zeg, zo'n skischans of dergelijke waarbij het echt gaat, met name waarbij ik wijs, waarbij ik veel meer het individu zelf, de jongere zelf centraal zet in dat metafoor en in het begin ik wat meer de metafoor zelf speel.

Interviewer: Dus dan ben jij een klok zeg maar?

Respondent 4: Dan ben ik een klok hè.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Of dan maak ik een geluid van een klok of een zinkend schip of nou noem maar op, of een zandkasteel in de branding of een sloopkogel en honderdduizend andere dingen natuurlijk. En naar mate de sessies vorderen zien we dat de metaforen blijven terugkomen. De jongeren zelf zijn meer in dat spel van dat metafoor, zelf bezig, met hun eigen dingen en binnen dat metafoor kan ik ze uitdagen, kan ik ze prikken kan ik ze uit het lood halen eigenlijk, om het zo maar te zeggen. Ja, dus ik denk als ik het zo zeg, dat die metaforen intenser worden of meer persoonlijk worden.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Waarbij de jongere zelf meer speelt in het eigen stuk van zijn of haar eigen metafoor, wat kan leiden tot zelfs zonder metaforen te spelen gewoon één op één bijna, ja, gewoon spelen met die thematiek van ik wil niet meer of ik durf dit niet of hè, dus echt vanuit het eigen stuk te zeggen: Ik wil dit niet, ik kan dit niet, of nou, welke woorden het dan ook kunnen zijn waarbij het heel kaal wordt, dus de metaforen vallen zelfs ook weg, de discrepantie worden nog kleiner, je speelt echt met hetgeen wat er gewoon is, maar het is speelbaar ja.

Interviewer: Ja en gebeurt dat dan ook allemaal binnen die twaalf weken, of is het een proces wat dan langer..?

Respondent 4: Ja dat is een proces wat langer is, absoluut, ik hoop dat, nou ja, ik weet niet of dat überhaupt, misschien zou dat wel binnen twaalf weken kunnen. Over het algemeen duurt het langer, het is ook een plek hier bij Feniks, waar het soms kan zijn, zeker ook met corona dat, ja, jongeren er gewoon niet zijn.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus überhaupt dat duurt al langer maar als je gewoon kijkt op, als je alle sessies namelijk achter elkaar plakt, na twaalf weken over het algemeen, is de jongere echt wel in staat om te spelen met metaforen. Om te spelen met zichzelf in een metafoor en dat te doen. Ik denk ook, het is zo, het is zo persoonlijk natuurlijk hoor per jongere verschillend.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar dat in een periode van twee keer, twaalf weken ongeveer die diepte echt wel gevonden wordt om daar in dat stuk te spelen van aargh, echter te zijn, zeg maar. Maar ook dat zijn nog steeds momenten, dat kan even en daarna moet er weer, wordt er wel weer gespeeld met metaforen want je raakt soms dat echte aan dat hele enge en dan is er ook ruimte nodig om even adem te halen in dat spel.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus het is dan ook niet dat het dan constant is, absoluut niet maar dat de mogelijkheid er is om zo te kunnen spelen, die is er dan maar ja dat kost tijd.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Absoluut ja. Het is ook heel intens natuurlijk om vanuit misschien ooit een keer improvisatietheater te hebben gedaan, naar spelen met je eigenlijk thematiek zonder enige vorm van fantasie. Nou ja dat is natuurlijk super lastig en eng en dat geldt ook voor mij als therapeut, dat ik dat ook hartstikke

spannend vind als het gaat om mijn eigenlijk thematiek als mens, dus dat mag ook heel eng zijn en daar mag ook tijd overheen gaan.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Als ik weet dat een jongere maar twaalf weken heeft dan is het ook heel erg aanvoelen van oké hoe kan je de intensiteit zo hoog mogelijk zetten zonder dat iemand eruit springt. Ja, dat is ook zoeken dus je kan binnen twaalf weken genoeg behalen en soms is het spelen met, vanuit een metafoor, met je eigen thema al een prachtig doel wat behaald is wat sowieso al nieuwe inzichten geeft. En sommige jongeren hebben echt de behoefte om dieper te gaan, om daarin toch nog in dat leergierige in dat leershonger, wat ze sowieso hebben, om daar toch in te verdiepen maar dan kom je uiteindelijk toch uit op de basisveiligheid die ze van mij verwachten. En wat ze daarin nodig hebben.

Interviewer: en wat is dat dan?

Respondent 4: Ja dat is die gelijkwaardigheid.

Interviewer: Dat is die gelijkwaardigheid.

Respondent 4: De wederkerigheid.

Interviewer: ik kijk even naar de tijd, o, ja.

Respondent 4: Wederkerigheid, laagdrempeligheid in contact, zit hem ook in mijn bewoording het hangt natuurlijk per jongere af, maar ja ik weet niet hoe ik dat kan zeggen maar ik praat als mezelf met hun. Ik praat niet als therapeut.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar ik praat gewoon echt als mezelf. Ja dat, daar zit het hem vooral in en ze zijn heel snel en heel gevoelig in ook hoe ik me voel. Ze geven vaak terug, hey, ik merk dat je moe bent terwijl ik daar niks over zeg of terwijl ik zelf kijk in de spiegel volgens mij ben ik niet moe maar ze hebben helemaal gelijk of hey, ik merk dat je niet goed in je vel zit, nou dat kan. Die krijg ik ook snel terug dan nou daar kan ik twee dingen op doen, of ik kan het afbreken en zeggen nee maar het gaat over jou of ik kan daar dan even tijd voor nemen om dat te benoemen omdat zij mij die vraag stellen dus ik geef ze ruimte omdat ook te beantwoorden omdat ja, zij hebben, zij doen het appel op mij maar doen ook een appel ja, hey, ik stel een vraag dus het zou fijn zijn als daar ruimte voor is en daaruit voortvloeiend kan natuurlijk mijn tegenvraag dan komen van hey, hoe gaat het met jou, of dergelijke.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Ja, daar zit het hem in. Dat kan al in de eerste sessie zijn of in de derde of in de laatste zijn dat ik altijd weer, of soms off guard ben, en ik gewoon een vraag krijg van hey, ik merk dat je niet goed in je vel zit of hey, ik merk dat je vandaag lekker gaat. Ja, je krijgt ze echt binnen want ze voelen het en ze zeggen het ja en daar ben ik dan zelf persoonlijk gewoon makkelijk en open in, dat ik ook precies vertel wat er aan de hand is, binnen de boundaries die er zijn natuurlijk maar nee, je krijgt ook een eerlijk antwoord als je een eerlijke vraag stelt maar dat het eigenlijk, dat is een manier voor, ook voor hun om zichzelf echt open te stellen, ja.

Interviewer: Ja, dus dat is echt wel nodig?

Respondent 4: Ja, dat is écht nodig want ja. Ik weet niet gaat het dan verder.. het is een professionele relatie die je aangaat met elementen uit je eigen leven gewoon, dat is het echt. Ja, die ervoor nodig zijn om de jongere zelf, elementen vanuit hun leven te delen. Plus DvT is de manier waarop je natuurlijk samen een broken toy bent, samen in spel bent. Het zou anders zijn wanneer je wellicht methodieken gebruikt waarbij je wat meer als de regisseur zit of wat meer vanuit projectie werkt en het materiaal zelf de spanning oplevert is hier gewoon de interactie tussen therapeut en cliënt het...

Interviewer: gene waarmee je speelt.

Respondent 4: Waarmee je werkt en ook super intiem soms, vaak altijd al, samen in een ruimte, in je eentje met z'n tweeën er zijn alleen maar kussens, je kan je nergens verstoppen, er is heel veel voor nodig wil je daar,

terwijl het eigenlijk in mijn optiek relatief goed te behalen is door daar gewoon open voor te staan: welkom. Weet je dat is het gewoon, maar je moet er ook denk ik een gevoel van intuïtie in hebben, dat als je daar niet bewust van bent of daar niet voor openstaat, dan ja, kan je zo hard DvT-en als je wil denk ik maar,

Interviewer: Dan heeft het eigenlijk geen zin, gewoon.

Respondent 4: Nee, dan heeft het eigenlijk geen zin nee, want dan komen ze ook niet meer denk ik.

Interviewer: Nee.

Respondent 4: Ze zijn op zoek naar de mens, want ze zijn zelf ook mens natuurlijk.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Ja, nee, maar dat zit hem heel erg daarin, het zit hem echt in van mens tot mens, dat zeer sterke empathische gevoel wat ze hebben, naar de wereld, kijk naar hoe intens ze het klimaat ervaren, de politiek ervaren als het gaat om de toekomst, hetzelfde zit hem in de interactie met een ander mens, het kan niet anders dan dat je, zo bijna intens goed leeft of intens er moet zijn, voordat zij met hun intensiteit zichzelf open stellen.

Interviewer: Durven te laten zien misschien?

Respondent 4: Durven te laten zien, ja, absoluut.

Interviewer: De tijd is bijna voorbij zag ik net, ik zit even te kijken of er nog iets belangrijks is wat ik had opgeschreven om te vragen, op zich is er al best wel veel terug gekomen, ja, misschien nog, er is eigenlijk al best wel veel over verteld maar misschien als ik het nog even zo vraag, zijn er bepaalde interventies zeg maar, in het klein die je nog doet, die heel vaak terug komen? Of is dat misschien al wel een grote vraag?

Respondent 4: Nee, ja, nee, ik denk sowieso die interventies, ja.. ik moet heel eerlijk zeggen dat ik niet per se nu even alle DvT termen zo maar uit me hoofd weet betreft interventies.

Interviewer: Dat hoeft ook zeker niet.

Respondent 4: Ik zou ze moeten weten, ik had ze eigenlijk uit me hoofd moeten leren. Ik ben niet hoogbegaafd, sorry.

Interviewer: Ja 100%.

Respondent 4: Wat ik in ieder geval zeg is spelen met die metaforen, ik ben veel aan het modellen wel hè, dus ook heel veel voorbeelden aan het geven wat je met spel kan doen en met spel veiligheid kan inbouwen, in wat spannend is. Zo kan je bijvoorbeeld spelen met aanraking zonder elkaar aan te raken, met geluid, met doen alsof je al iemand aanraakt, is, kan al heel speelbaar worden en heel spannend zijn waarbij je heel dichtbij iemand kan zijn maar je kan ook 5 meter afstand hebben en spelen met aanraking. Dat ben ik vooral in het begin aan het doen, joinen, in het begin ook heel veel joinen, veel samen spelen en ja op gegeven moment dus steeds meer die, het vergroten van het uitbouwen van die spanning door de jongere zelf steeds centraler te zetten in het eigen spel, uit te nodigen, uit te lokken ook, uit te dagen, soms wat directiever te worden in spel, ook durven niet leuk te zijn in spel. Dat is denk ik iets waar ik, en in leer en iets waarvan ik steeds meer merk van, hey, die stap is echt nodig en dat maakt ook dat ze vaker zeggen van okay we gaan niet meer spelen want ja het is gewoon niet leuk, en dat ik zeg oké wat is de intentie van therapie of dramatherapie dat het leuk is of dat het spannend.. hè.. dan hebben we het daar dus over.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus minder leuk zijn maar wel speelbaar blijven en ook leren dat niet leuk zijn ook heel leuk kan zijn in het spel, spelen met niet leuk en dan heb je weer dat stuk wat ik zei van zowel die grimas als de glimlach tegelijk kunnen hebben, die intensiteit van beide gevoelens kunnen voelen. En ja ik merk ook wel dat ik, mijn spel zelf complexer wordt, volgens mij heet dat de Picasso of onder andere, maar dat je dus bijvoorbeeld in, op, in lichaamstaal, puur non-verbaal als een monster op iemand af komt of als iets gruwelijks of als iets vies of wat dan ook, maar in je woorden heel lief bent of andersom, en dat je daarin de cliënt eigenlijk de ruimte geeft of de jongere de ruimte geeft van ja, welke van de twee kies ik, kies ik de leuke of de niet leuke en dat is natuurlijk de eerste uitnodiging al om te kijken oké waar wil de jongere heen? Wil die naar de makkelijk kant van ja, ik kies het leuke of durft die langzaam naar de..

Interviewer: Dat enge stuk te gaan.

Respondent 4: Dat enge stuk te gaan, wat het ook moge zijn natuurlijk en soms kan het enge stuk eerst gewoon eng zijn, door te spelen met een monster wat vanuit een theorie, ja een monster is eng, dat hoeft natuurlijk helemaal niet, maar even spelen met een soort stereotype, ja ik denk dat ik daar wel vooral op richt ook en dat valt vaak binnen die metaforen ook.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dat valt binnen die metaforen. Dus ik denk dat dat wel een stuk is wat ik vaak inzet en wat ik veel gebruik maar dat het ook begrepen wordt, niet zozeer van dat zij begrijpen dat als ik dat doe, dat zij moeten kiezen maar dat zij wel in die metaforen begrijpen van, hey, dat gaat over mij. Hé je maakt het spannend of hey, ik word centraler gezet, dat merk ik wel dat ze dat begrijpen want ze nemen hun cognitie natuurlijk ook gewoon mee in spel.

Interviewer: Oké, dan mijn aller, allerlaatste vraag.

Respondent 4: Tuurlijk, geen probleem.

Interviewer: Ja, want dat hoor ik eigenlijk best wel veel terug, in het begin komt iemand aan met doelen vanuit zichzelf of vanuit de trajectbegeleiding maar in dat spel komen er verschillende doelen weer terug die je eigenlijk hierin al best wel wat benoemt, dus wanneer, kan je zeggen dat er een doel behaald is, of hoe werk je aan de hand van de doelen. Hoe ziet dat eruit?

Respondent 4: Nou ja kijk, de hulpvraag die binnenkomt is vaak een soort containerbegrip hè van, ik wil geen faalangst of omgaan met faalangst of leren om te gaan met depressieve gevoelens, of een sterker zelfbeeld krijgen, dat soort grote vragen eigenlijk.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Die ik serieus neem en mijn doelen richt ik vooral op het spel omdat de jongeren al veel doelen hebben die vanuit de trajectbegeleiding en vanuit de begeleiding die ze gewoon krijgen binnen feniks, die kan ik eigenlijk allemaal linken aan dramatherapie ook, dus sociaal emotioneel sterker worden, durven contact aan te gaan, nou noem maar op. Dus wat ik zelf doe in spel is de doelen die ik zelf zet, in het observatieformulier en behandel fase, behandel formulier, zijn gericht op spel. Dus het durven in spel dit of dat te doen, durven in spel kwetsbaar open te stellen, of durven de leiding te nemen binnen spel, noem maar op. En die zijn heel erg goed te checken met de jongeren binnen spel van hey, we merken nu in spel dat je in twee, drie sessies nu met dit doel bezig bent dus, of kijk is naar dit doel, hoe ervaar je dat.

Interviewer: Dus dat geef je ook terug?

Respondent 4: Ja dat geef ik terug ook. Als we met multidisciplinair of met de jongeren gewoon zitten van terugkijkend naar de observatieperiode, behandel fase en evaluatie, die doelen repeteren we dan weer terug aan de overkoepelende doelen die de jongere gewoon heeft waarom die op feniks is. Dit doe ik omdat het aan de ene kant dus duidelijk is voor de jongere waarom die, wat nou maakt dat je, wat je nou binnen DvT doet en nadien te koppelen aan hetgeen waarom ze op feniks zitten, is voor hun een hele fijne manier dus waar misschien een dramatherapeut die op zichzelf werkt of binnen ggz, ik weet het niet hoor, maar andere doelen stelt, of, stel ik ze hier meer gewoon veel gericht op de spelkwaliteit en koppel ik ze daarna terug met de ervaring die de jongere heeft gehad in het spel naar, nou hoe gaat het nu in contact maken op de leefgroep of buiten of hoe gaat het met het feit dat je, je schoolwerk nu durft aan te gaan omdat je wat meer hebt leren omgaan met de thematiek faalangst omdat we in spel zoveel hebben gespeeld met angst en met het falen en met durven spelen dat je hebt gefaald en hoe voelt dat en hey, misschien kan je het wel omarmen om een keer te falen maar, was het doel dus durven meer ruimte in te nemen, spelen met durven in contact te zijn met de therapeut die een appel op je doet dat soort dingen.

Interviewer: Ja, dus dan komt dat, merk je daar ook verbetering in, in het dagelijks leven zeg maar?

Respondent 4: Ja absoluut, maar ik hou de doelen heel erg op het spel gericht, zodat ze ook begrijpen wat het spel voor ze doet omdat ze daar wel kritisch op zijn en ja.

Interviewer: Ja oké, uhm nou ik wil nog wel honderd meer vragen stellen.

Respondent 4: Ja je mag als je wil, even kijken, ik heb nog zes, zeven minuten. Dus als je nog een vraag hebt, geen probleem.

Interviewer: Oké ja dan brand ik weer los.

Respondent 4: Ja tuurlijk geen probleem.

Interviewer: want die doelen dat komt dan eigenlijk ook in het spel terug maar ook in de evaluatie periode zeg maar?

Respondent 4: Kijk de doelen zelf gaan we niet benoemen in het spel maar die doelen stel ik op na de observatie fase.

Interviewer: En dan komt er een bespreek moment?

Respondent 4: Ja dus na die observatiefase bespreek ik met de jongere van, dit zijn de doelen, en vaak doe ik dat in samenwerking met de jongere hè dus ik probeer te vertalen van wat ze in het dagelijks leven, wat ze belemmeren, probeer ik met hun te vertalen. Van nou, hoe zou je dat in spel kunnen doen, omdat ze daar zelf vaak ook al gedachtes over hebben, vinden ze ook wel leuk om dat te gaan puzzelen

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Dus dat doe ik met ze samen waarbij ik natuurlijk wel leidend ben in van, hey, ik weet wel welke richting we enigszins op moeten gaan, dan laten we dat, dat wordt op papier gezet, ik bespreek dat met hun, als ze dat goedkeuren gaat het naar de trajectbegeleider en wordt het gewoon in het zorgdossier gezet en eigenlijk tijdens de sessie zelf bespreken we niet zozeer de doelen. Tenzij de jongere daar zelf op terug komt, maar bespreken we gewoon de sessies, de thematiek, en ik heb in mijn achterhoofd altijd natuurlijk: de hulpvraag, de overstijgende hulpvraag van de jongere met de bijbehorende doelen ja, die we samen hebben opgesteld.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: En zo blijven vasthouden en aan het eind van de behandelfase dus tegen het einde gewoon van, dus dat is eigenlijk één of twee sessies voor het einde bespreken we het nogmaals. Dan halen we ze weer allemaal terug en als we dan ook besluiten van, dit traject ronden we nu af, dan heb ik altijd één of twee sessies waarin we gewoon doorgaan maar waarbij het thema afscheid ook aanbod komt, omdat je, ja, je bent een relatie aan gegaan samen dus daar mag ook aandacht aan verbonden worden want afscheid is een ja.. hoort erbij, ja en vaak is afscheid ook heel mooi te relateren aan de thematiek van de hulpvraag van de jongere.

Interviewer: Dus dat komt ook eigenlijk wel weer terug.

Respondent 4: Ja, precies, dus ik neem altijd ook wel tijd om ook afscheid te nemen en daar gewoon mee te spelen. En dat hoeft niet per se: we spelen alleen maar afscheid, nee, maar op een soort, in een laatste in je hoofd wetende van oké het is nog maar één of twee keer, dat doet altijd wat met het spel, dat doet altijd wat ja.

Interviewer: Ja en wanneer zeg je dan vanuit jezelf, het is misschien wel goed om door te gaan, heeft dat echt te maken met als het doel in de eerste instantie waarvoor, de hulpvraag waarmee de jongere is gekomen niet behaald is? Of kan dat ook liggen aan dat bijvoorbeeld in spel iets is gekomen of wat is daar, waar kijk je naar?

Respondent 4: Zit hem denk ik vooral in welke doelen behaald zijn en welke toch even op kunnen voortborduren, het zit hem in een stuk van de jongere zelf, wat geeft hij of zij aan van wat ze willen, om een voorbeeld te geven dat sommige jongeren juist de kwaliteit van contact met mij zo fijn vinden dat zij merken van hey, ik durf hier voor het eerst iets te doen denk ik. Dan is gewoon die eerste twaalf weken gewoon de basis geweest om nu echt wat te gaan doen, maar het zit hem toch ook in de mening van de jongere samen met die van mij in het moment zelf, van hey, dit was het doel, ik ga ook niet pretenderen dat de hulpvraag, dat alleen ik de hulpvraag kan oplossen van de jongere dat kan überhaupt niet maar je bent een onderdeel van en soms is het goed om dat stukje onderdeel ook af te sluiten van hey, het is een succeservaring dat je het hebt mogen afronden, er zijn nog andere wegen om daar ook op voort te borduren.

Interviewer: Dus daar kies je soms ook heel bewust voor.

Respondent 4: Ja, ja, daar kiezen we voor met de jongere samen natuurlijk.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Want je moet natuurlijk ook weer niet gewoon door blijven gaan om het door blijven gaan dat heeft ook geen zin maar sommige jongeren hebben een bepaalde kwetsbaarheid en hebben een bepaalde basis nodig om überhaupt stappen te nemen. Dan is bijvoorbeeld een doel eerst, in contact durven zijn met de therapeut of überhaupt belichaamd kunnen spelen.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Als dat doel behaald is kan je zeggen van, nou we hebben gehaald maar dan heb ik eerder bij die casus het gevoel hé maar nu kunnen we wat gaan doen, nu kan er wat verdieping ontstaan en bij sommige is na twaalf weken, is die verdieping er geweest, kan je doorgaan ja, maar kan ook succeservaring gezet worden van hey, we hebben iets behaald en dan zijn vaak jongere ook wel content mee van hey ja, mooi, dankjewel, maar als een jongere zegt ik wil zo graag door want... Ja, dan ga ik in gesprek van hey, wat is de behoefte en dan komt ook de trajectbegeleider er weer bij en eventueel ouders om te kijken, maar die ruimte is er, maar het is geen zwart wit van dan wel dan niet, die is er niet.

Interviewer: Nee, dat kan eigenlijk, daar kan je eigenlijk geen eh..

Respondent 4: Nee, het enige wat ik zeg is dat het traject gewoon start en dat het twaalf weken duurt.

Interviewer: Ja. Dus dat is wel iets wat je eigenlijk..

Respondent 4: En dat is sowieso na twaalf weken evalueren we weer en we kunnen dan stoppen of doorgaan maar dat weten ze, die structuur zit er gewoon in.

Interviewer: Ja.

Respondent 4: Maar om van tevoren te zeggen ja, na twaalf weken stoppen we, dat heb ik weleens gedaan maar dat werkt tegen want dan voelen ze die druk en dan komt dat faalangstige stuk ook want binnen twaalf weken moet ik het behalen dat werkt echt contra productief. Maar gewoon wetende twaalf weken eventueel weer twaalf weken is een heel ander gevoel dan over twaalf weken zeggen we doe, we hebben nog niet eens hallo gezegd.

Interviewer: Ja precies.

Respondent 4: Zo is het een beetje ja. .

Interviewer: Ja, oké, nee ik denk dat het wel goed is inmiddels, ik denk dat ik wel veel informatie heb gekregen, dankjewel daarvoor.

Respondent 4: Succes met het transcriberen.

Interviewer: Dankjewel.

Bijlage 5. Vragenlijst

1. Aan welke doelen wordt er gewerkt binnen de dramatherapie?

Respondent 5: Het bewust maken van gevoelens en/of die toelaten.

Respondent 6: Omgaan met perfectionisme, keuzestress, omgaan met ongemak, meer in contact komen met oprechte gevoelens (wat wil ik nou eigenlijk bijvoorbeeld), eerlijkheid en speelsheid.

Respondent 7: Zelfvertrouwen, zelfinzicht. De mogelijkheid om niet alleen nare dingen te kunnen benoemen maar ook om er mee om te gaan.

2. Hoeveel sessies heb je gehad?

Respondent 5: 9

Respondent 6: Rond de 15 gok ik

Respondent 7: 50

3. Welke houding/attitude heeft de dramatherapeut die voor jou helpend is?

Respondent 5: Best wel vel en direct, maar wel respecterend en begrijpend.

Respondent 6: Hij deelt met mij de ervaring, ik ben niet alleen daar bezig we doen iets samen. Dat geeft een gevoel van veiligheid. Er is ook gewoon een zeer prettige wederzijdse respect. Het is niet alsof je een of andere psycholoog voor je hebt zitten die een beetje in je hoofd gaat zitten purren en waar je je dan maar bij neer moet leggen ofzo.

Respondent 7: Vriendelijk, compassievol, gelijk, open minded.

4. Welke dingen heeft de dramatherapeut gedaan die voor jou helpend zijn geweest in jouw proces?

Respondent 5: Direct zijn in wat hij ziet en denkt over dingen die ik doe.

Respondent 6: Ik merk vooral dat ik de dingen die ik binnen het spel doe daarna makkelijker in het dagelijks leven gebruik. Bijvoorbeeld ergens juist een beetje confrontatie aangaan met mensen. Helpend voor dat is dus binnen de sessie een beetje confrontaties met elkaar aan gaan, zowel beeldend als vocaal als fysiek soms ook letterlijk wat erg grappig is.

Respondent 7: Mijzelf laten nadenken over wat ik uit een sessie haal, wat ik van dingen vind. De persoonlijke behandeling, waarbij ik me ontzettend goed begrepen voel. Mij uitdagen om meer te spelen, ook dingen die ik niet gewend ben.

5. Hoe ervaar je je eigen ontwikkeling met betrekking tot de dramatherapie?

Respondent 5: Ik ben zekerder in mijn doen en laten.

Respondent 6: Ik denk zoals net benoemd dat ik er onbewust best veel uit haal wat een beetje door sijpelt in het dagelijks leven. Zeker op sociaal gebied, om eerlijker te zijn soms bijvoorbeeld.

Respondent 7: Dramatherapie heeft mij ontzettend geholpen, niet alleen de ontwikkeling in het aangeven van grenzen maar ook de acceptatie en kennis hoe om te gaan met het feit dat ik simpelweg anders ben dan andere mensen. Het heeft me ook geïnspireerd.

6. Zijn er bepaalde thema's binnen de dramatherapie die vaker terug komen? Zo ja, welke?

Respondent 5: Faal angst is bij mij een groot onderdeel.

Respondent 6: Onzekerheid, te veel denken en te veel in m'n hoofd zitten, kwetsbaarheid durven tonen, leiding durven nemen, grenzen opzoeken.

Respondent 7: School, stress, motivatie, energie, grenzen, hulp beide positief en negatief.

7. Wat voor inzichten heeft de dramatherapie je gegeven?

Respondent 5: Dat mijn gevoel ook wel eens gelijk kan hebben.

Respondent 6: Dat gewoon wat zeggen over iets en een beetje confrontatie af en toe aan gaan best wat waard kan zijn.

Respondent 7: Meer dan ik me kan herinneren. Op emotioneel gebied, maar ook praktische inzichten dingen over het verleden en hoe dat mij nu nog raakt. Ik moet zeggen dat het een fundamentele rol heeft gespeeld in het inzicht tot wie ik ben en waar mijn kernwaarden liggen.

8. Hoe pas je verkregen inzichten toe in je dagelijks leven?

Respondent 5: Soms wat meer naar mijn gevoel luisteren.

Respondent 6: Wat vaker tegen mensen in gaan, wat vaker durven te zeggen wat ik voel of denk tegen mensen.

Respondent 7: Ik stel grenzen, ik zeg nee. Ik sta steviger in mijn schoenen, ook emotioneel. Sommige praktische tips hebben mij ontzettend geholpen. Ik merk dat de speelbaarheid van nare en enge dingen in spel mij heeft geholpen met het verdragen van diezelfde gevoelens in het echte leven.

9. Als je dramatherapie zou vergelijken met andere therapievormen, wat voor verschil(en) merk je? En wat vind je daarvan?

Respondent 5: Het is meer vanuit het niets, en laat alles nogal vrij.

Respondent 6: Het is veel meer een interessante samenwerking die op tijden ook gewoon erg leuk of relaxend kan zijn ondanks dat het ook confronterend kan zijn soms. Gewone therapie is zo veel droger en depressiever, hier ben je als het nodig is ook gewoon staande, lopende, rennende. Wat dan ook, een stukje activiteit die voorkomt dat je volledig in gedachten verzinkt. Het is een stuk minder intrusief op zijn eigen manier.

Respondent 7: In plaats van statische vormen van therapie is een groot verschil de beweging, de verbondenheid en in veel gevallen het kunnen uitbeelden van confrontatie die zich vaak bij mij intern afspeelt. Het drama aspect maakt het voor mij zoveel meer betekenisvol dan andere vormen van therapie die ik heb ervaren. Zo heb ik naar mijn gevoel meer gehad aan 1 goede sessie drama therapie dan een half jaar 'normale therapie.' Ik vind het superfijn, het is de meest constructieve therapie die ik ooit heb gehad.

10. Is er nog iets wat je zelf zou willen vertellen over de dramatherapie of de dramatherapeut?

Respondent 5: De dramatherapeut is een geweldig eerlijke en open gast!

Respondent 6: Ik vind de dramatherapeut gewoon echt een toffe gast, als het mij wat te veel is voor een sessie gaan we bijvoorbeeld poolen. Als ik dan nog wat wil vertellen kan dat ook.

Respondent 7: Het klinkt voor sommige mensen misschien wat zweverig, maar ik denk dat dramatherapie voor veel mensen ontzettend betekenisvol kan zijn. En ik ben zelf ook eeuwig dankbaar voor de dramatherapie die ik heb gehad en hoe ik dat ervaren heb.

Bijlage 6. Codering

	Respondent 1	Respondent 2	Respondent 3	Respondent 4
Attitude Samen (in spel)	-Wat voor mij heel erg die veiligheid creëert is dat hij meedoet. -Ja, het is vrij simpel. Hij laat me daar niet alleen staan. Hij gaat actief, je bent sámen in spel. Hij gaat samen meedoen. Het is niet alsof je iemand hebt die voor je zit en dan moet jij allemaal van die gekke dingen gaan doen of improviseren en dan zit iemand maar te kijken en te judgen of wat dan ook. Maar, hij stelt zich heel gelijk op.		-Ja ik heb de dramatherapeut als personificatie van bepaalde dingen ook best weleens dood gemaakt zeg maar, ja dat kan ook, zo bizar. Ja wat heb jij tijdens je sessie met je therapeut gedaan? Ja ik heb hem gewoon dood gemaakt, gewoon mordsdood. Ja het is bizar en helpvol.	-Van nou hoe zou je dat in spel kunnen doen, omdat ze daar zelf vaak ook al gedachtes over hebben, vinden ze ook wel leuk om dat te gaan puzzelen. Dus dat doe ik met ze samen van nou hoe zou je dat in spel kunnen doen, omdat ze daar zelf vaak ook al gedachtes over hebben, vinden ze ook wel leuk om dat te gaan puzzelen. Dus dat doe ik met ze samen -En dan springen we, we springen samen
Attitude Klik	-Hij loopt ook gewoon rond in het gebouw en het is ik, ik vind het echt een hele toffe gast gewoon. Hij is echt gewoon echt, echt een hele leuke, leuke kerel. Met hem had ik sowieso al meer een klik en het leek me gewoon interessant om met hem dat dan alsnog te doorlopen. -En een stukje klik ook, al van ik mag hem gewoon heel erg. Ik denk dat dat ook heel erg helpt.	-Nou met de dramatherapeut vind ik het sowieso eigenlijk heel fijn.... Bij de dramatherapeut heb ik gewoon een ander soort klik, waardoor het bij mij gewoon beter werkte. Ik weet niet echt.. het voelde gewoon beter en ik heb het gevoel dat er wel iets gebeurt.	-Ik ging eerst vier dagen in de week naar Feniks en nu nog maar één dag in de week en ik ga eigenlijk alleen maar omdat de dramatherapeut er is, de dramatherapeut is voor mij op dit moment 90% van de reden om naar Feniks te gaan. -Dat zijn twee keypoints en dan denk ik dat de derde is dat ik de dramatherapeut heb gehad, ik vind de dramatherapeut echt een held en hij doet zoveel goede dingen en zoveel interessante dingen en het feit dat hij ook passie heeft voor eigenlijk alles waar hij mee bezig is, dat zie je zo terug en dat is zo mooi ook om te hebben maar ook gebleven, dat is naast dat het ontzettend helpend is geweest ook gewoon heel erg fijn. Het is zó verschillend om het gevoel te hebben van nou.. ik moet weer naar me therapeut of naar me psycholoog ofzo of: ik	

			heb dramatherapie met de dramatherapeut.	
Niet helpend	-En wat psychologen gehad en ben niet veel verder ben gekomen. - Waar ik persoonlijk heel erg mee zit nog op dit moment is dat ik bezig wil met die angstklachten. Dat is ook waarvoor ik eerst naar die andere psycholoog geweest en zo. Dat lukte een beetje niet. -Ik had heel erg het gevoel dat de stagiaire was, die was zo van we hebben maar 8 weken en we gaan toch dingen proberen. Interviewer: een beetje moeten ofzo? Respondent 1: Een beetje, ja.. Een beetje te veel... Interviewer: Druk? Respondent 1: Ja, te veel ongemak, te ver buiten mijn comfortzone en te veel.. -Het is niet alsof je iemand hebt die voor je zit en dan moet jij allemaal van die gekke dingen gaan doen of improviseren en dan zit iemand maar te kijken en te judgen of wat dan ook. -Dat stukje werken vanuit veiligheid. Met andere therapie heb ik heel erg het gevoel om even terug te komen op de soep en het roeren daarvan. Dat beeld heb ik eigenlijk van andere, dat de gemiddelde therapeut die gaat ontzettend in je hoofd zitten. Heel erg vragen stellen en daar ga je zelf	-Daar heb ik echt nooit baat bij gehad, dat heeft nooit gewerkt. Dat is exact wat ik zei; dan gaat het heel snel bij mij in spraak en dan is het van: ja maar dat doe ik niet, en zodra dat heb dan werkt het bij mij niet. Dan kan ik wel ja zeggen tegen de psycholoog maar uiteindelijk denk ik: mwah, nee. Schrijf je gedachtes op; ja wat boeit mij dat, dat doe ik niet en dat werkt toch niet en dat is dan ook zo. -Ja. Bij mij is het, zodra.., praten vind ik leuk, maar praten los ik niet.. qua.. ik kan daar heel goed mijn hoofd mee leeg gooien als daar een punt van iets is waardoor ik stress kan krijgen maar zodra ik last van stress krijg of wat dan ook, dán is beweging het belangrijkste bij mij. Hardlopen is verschrikkelijk want dan is het alleen maar een beetje me hart laten kloppen en daar heb ik geen zin in op dat moment, Bij mij is het, dan moet het echt gewoon fysiek iets bijna slopen zijn of wat dan ook, gewoon echt alles laten werken om het eruit te krijgen denk ik. Door middel met praten dán, dan heeft het geen zin. als ik niet het punt van stress eruit kan gooien, kan ik misschien 80.000 km blijven lopen maar als de hele tijd maar de gedachte er ook blijft zitten, dan blijft dat	-Op een manier is het, het lijkt heel erg op.., nee, ja... persoonlijk haal ik er meer uit dan als ik een andere vorm van therapie zou hebben. Want ik heb ook bij psychologen en dergelijke gezeten en ik merk dat ik persoonlijk vaak meer kan als ik actiever bezig ben met iets. Interviewer: Bedoel je daarmee ook dat je lijf meewerkt en het gevoel misschien wel, los van het praten? Respondent 3: Ja, los van het praten ---Nee precies, ik kan.. er zijn heel veel therapieën en dergelijke waarbij je een uur zit te praten en dergelijke en dat kan soms vrij saai worden en minder interessant en ik heb ook echt het gevoel dat ik hier veel meer uithaal dan andere vormen van therapie die ik heb gehad -En dat heel veel psychologen en behandelaren en dergelijke die hebben vaak als je dit soort gesprekjes hebt dan, over sessies of over dingen, dan gaan ze vaak meer uit van hun eigen perspectief beginnen ze dan, van dit vond ik en dat en zo, en dat is ook waardevol en het is niet raar ofzo - Ja je kan elk examen of diplomering halen in de weg van psychologie en nog steeds gewoon een hele slechte therapeut	Waarmee je werkt en ook super intiem soms, vaak altijd al, samen in een ruimte, in je eentje met z'n tweeën er zijn alleen maar kussens, je kan je nergens verstoppen, er is heel veel voor nodig wil je daar, terwijl het eigenlijk in mijn optiek relatief goed te behalen is door daar gewoon open voor te staan: welkom. Weetje dat is het gewoon, maar je moet er ook denk ik een gevoel van intuïtie in hebben, dat als je daar niet bewust van bent of daar niet voor openstaat, dan ja, kan je zo hard DvT-en als je wil denk ik maar, Interviewer: Dan heeft het eigenlijk geen zin, gewoon. Respondent 4: Nee dan heeft het eigenlijk geen zin nee, want dan komen ze ook niet meer denk ik. - Maar om van tevoren te zeggen ja na twaalf weken stoppen we dat heb ik weleens gedaan maar dat werkt tegen want dan voelen ze die druk en dan komt dat faalangstige stuk ook want binnen twaalf weken moet ik het behalen dat werkt echt contra productief. Maar gewoon wetende twaalf weken eventueel weer twaalf weken is een heel ander gevoel dan over twaalf weken zeggen we doe, we hebben nog niet eens hallo gezegd.

	weer, daar loop ik dan telkens op vast ofzo, want dan wil je iets niet zeggen of dan kom je ergens op gegeven moment niet op, dan kom je op een dead end gewoon in je denken, van je niet meer weet wat je moet zeggen. Het is meestal een onaangename, het is echt gewoon een beetje agressief zitten roeren, een beetje purren. Dat is een beetje de ervaring die ik tot nu toe gevoelsmatig meer met die psychologen heb, is dat die het een beetje gaan zitten omscheppen, en een beetje die ja... en dat kan soms vervelend zijn. Zeker als je het bijvoorbeeld over angstklachten Stel je hebt een jus, en helemaal warm en actief is de jus vloeibaar. De jus is dan een stuk angststoornis, maar laat het hem een tijdje staan, geef het geen aandacht en er vormt een laag overheen. Een stol laag van depressie zou ik maar zeggen. Wat een beetje gebeurt voor mijn gevoel, tenminste mijn ervaring dan laat ik het zo zeggen. Dat je het bijvoorbeeld een tijd niet hebt, bij mij is het dan zo, je hebt thuis gezeten ofzo. Of je bent er niet mee bezig. Dan heeft die laag, tijd om te stollen. Maar je angststoornis die zit er nog steeds onder. Nu nog steeds hoor, maar dat is zo meteen belangrijk, niet nu. Maar wat dan voor mijn gevoel die psychologen doen, die prikken gewoon dwars door die depressie laag heen en die gaan zitten roeren en weet ik het wat, waardoor heel erg die	ook de hele tijd maar gevoed worden. En dat wil ik niet. - Al vind je me een klootzak, zeg dat recht in me gezicht in plaats van dat je heel voorzichtig gaat proberen. Nee zeg gewoon wat je ziet en niet zo moeilijk om me heen gaan draaien want dat wordt voor mij alleen maar cryptisch. Nee zeg gewoon hoe het is.-- Nee zeg gewoon tegen mij wat je ziet of wat je denkt of wat je vindt, in plaats van dat je zonnestom argument eromheen gaat proberen te vinden. - Interviewer: terwijl als iemand er zo omheen gaat, dat je dan eigenlijk alweer in je hoofd gaat en niet meer in dat gevoelsstukje zit? Respondent 2: Ja, -Maar als iemand met een kracht tegen een muur aan gaat duwen, ga je het niet omver krijgen en dat vind ik heerlijk en dan ga ik te rade waarom kan ik hem niet omver krijgen; oh omdat ik gewoon dit niet heb en dan simpelweg; dan heb je het gevonden. Interviewer: Ja en als je dat dus wel kan dan ga je niet te rade bij jezelf? Respondent 2: Ja als iemand zo staat van duwen is, maar je ziet dat diegene niet alle kracht gaat geven dan heeft het ook geen zin om het te doen want het gaat me toch wel lukken en dat is vervelend. -Blijkbaar ja, maar ik zei ook gewoon tegen mijn psycholoog toen die mij toen, weet ik veel, 40 sessies lang heeft geprobeerd te prikkelen	zijn ne dat is niet erg maar dan heb je waarschijnlijk gewoon andere kwaliteiten en passies waarmee je gewoon beter je tijd mee kunt spenderen, ik heb zeker, ik heb heel veel zorg in mijn tijd gehad, voor een tijd lang was dat ook een van mijn grootste frustraties dat ik alle kansen en zorg heb gehad en dat het nog steeds niet werkte.	
--	---	--	---	--

	angststoornis weer naar boven komt en dat is voor mij heel eng, heel gevaarlijk en daardoor blokkeer je, daardoor wil je niet, daardoor voelt het vervelend. Die gaan die hele jus zitten omroeren en die prikken door, of dat proberen ze dan, naar die plek waar je in ieder geval niet bij wil, die angststoornis onder die depressie. -Want elke keer als je, tenminste ik, weer naar een gewone psycholoog ga dan is het weer van: oh waar gaat het over, oh ja de angststoornis, dat grote ding, weet je wel. Dat ding waar je paniekaanvallen van krijgt, dat ding waar je heel veel last van hebt	maar dat lukte nooit want ik was altijd een stap voor.		
Attitude Empathisch Aanvoelen	-Het is heel erg case by case, ook gewoon op basis van hoe me verhoudt tot hem. Het is gewoon heel erg aanvoelen denk ik.		-Interviewer: Ja? Wat maakt het dan zo fijn dat hij dat eerst bij jou neerlegt, dat aan jou vraagt en daar met jou over wil sparren? Respondent 3: Omdat het heel erg emphatisch is op een manier - hij is heel erg empathisch, -Dat is zo ontzettend bizar, en toch doeltreffend ook zeg maar, dus ja hij voelt dat ook heel erg goed aan met sommige dingen en dat is zo bizar want ja weet je, ik heb het nog nooit specifiek zo over dingen gehad zeg maar, maar dan speelt hij iets na en dat is zo ontzettend spot on, en dat ja.	Als ik weet dat een jongere maar twaalf weken heeft dan is het ook heel erg aanvoelen van oké hoe kan je de intensiteit zo hoog mogelijk zetten zonder dat iemand eruit springt. Ja dat is ook zoeken dus -Ja nee maar dat zit hem heel erg daarin, het zit hem echt in van mens tot mens, dat zeer sterke empathische gevoel wat ze hebben, naar de wereld, kijk naar hoe intens ze het klimaat ervaren, de politiek ervaren als het gaat om de toekomst, hetzelfde zit hem in de interactie met een ander mens het kan niet anders dan dat je, zo bijna intens goed leeft of intens er moet zijn, voordat zij met hun intensiteit zichzelf open stellen.
Attitude Contact buiten de sessies om (band)	-Maar de dramatherapeut, die ik ken ik al langer die geeft ook een blok instant		-Ik speel ook vrij wekelijks tafeltennis tegen hem dus dat is ook altijd heel belangrijk.	-Ik kijk vooral dan in de eerste instantie naar, omdat ik de jongeren ook buiten de

	poetry dat je een beetje een gedichten gaat schrijven of überhaupt schrijven en improvisatietheater erbij. Dan ben je ook met improvisatie bezig maar dan is het met een grote groep en dan meestal voor de lol gewoon. Hij loopt ook gewoon rond in het gebouw en het is ik, ik vind het echt een hele toffe gast gewoon. Hij is echt gewoon echt, echt een hele leuke, leuke kerel. Met hem had ik sowieso al meer een klik en het leek me gewoon interessant om met hem dat dan alsnog te doorlopen.		-ik heb hem ook omdat ik hem al zolang ken buiten DvT zeg maar, is hij ook eigenlijk veel meer een vriend dan mijn therapeut per se zeg maar. 90% van de tijd dat ik de dramatherapeut zie is hij gewoon mijn vriend en 10% is hij een therapeut en ik heb het gevoel dat dat voor heel veel mensen hetzelfde is weet je, ik zie de dramatherapeut ook gewoon door het gebouw lopen en ik speel tafeltennis met hem weet je. Dat soort dingen scheppen zo'n band en dat vind ik zo mooi en dat heeft de dramatherapeut ook met heel veel andere mensen. Dat zijn van die dingetjes die heel klein lijken maar toch heel groot zijn op een groot vlak -ja wat ik ook leuk en als fijn heb ervaren omdat ik de dramatherapeut ook zo goed ken zeg maar ook buiten sessies hebben we heel vaak gepraat, niet per se over DvT dingen maar ook dit is er in mijn leven gebeurt en zo dus dat is wel leuk.	behandelingen zie, bijvoorbeeld bij ontwikkelblokken zoals improvisatietheater of dat ik denk van nou zijn het jongeren die bijvoorbeeld affiniteit hebben met spel, dat kan voor mij een mooie indicatie zijn van hey daar zou DvT onder andere bij kunnen helpen omdat je gaat spelen, veel gaat spelen. -Ja, ik denk het wel. Ik vind het heel bijzonder om hier een jongere een DvT sessie aan te kunnen bieden en in theorie daarna een potje pingpong te spelen of op de groep waar ze zitten nog even op de bank met een persoon te zitten nog even te kletsen niet per se over de sessies maar meer over het dagelijkse leven waarbij ik ook veel van mezelf deel, wat dat betreft is de manier van werken hier heel gelijkwaardig. Het is hier geen witte jassen cultuur en dat maakt ook soms dat juist het lijntje dat ik heb met de jongere binnen de sessies er al aanwezig is voordat ze beginnen of dat het lijntje sterker wordt, dat door de sessies ook dat buiten de sessies om er ook kwaliteit van contact is. Ik ben wel heel duidelijk dat wanneer we binnen de sessies, ik een andere rol heb, de rol van therapeut en buiten de sessies, ik meer de rol van begeleider heb. Dus alles wat gedeeld wordt binnen de sessies dat blijft ook daar en buiten de sessies, ja dat kan eventueel gedeeld worden dus maar dat weten de jongeren ook.
--	--	--	--	--

				-In mijn ogen is die gelijkwaardigheid goed te creëren omdat ik ze buiten de sessies hun zo goed kan begeleiden met hun dagelijks leven en een gesprekje even met ze kan aan gaan.
Contact voor een DvT traject gestart is	-Maar de dramatherapeut, die ik ken ik al langer die geeft ook een blok instant poetry dat je een beetje een gedichten gaat schrijven of überhaupt schrijven en improvisatietheater erbij. Dan ben je ook met improvisatie bezig maar dan is het met een grote groep en dan meestal voor de lol gewoon -Met hem had ik sowieso al meer een klik en het leek me gewoon interessant om met hem dat dan alsnog te doorlopen.	-Nou met de dramatherapeut vind ik het sowieso eigenlijk heel fijn. Eerst volgde ik sessies bij de stagiaire en daar merkte ik dat werkte niet heel erg. Bij de dramatherapeut heb ik gewoon een ander soort klik, waardoor het bij mij gewoon beter werkte. Ik weet niet echt.. het voelde gewoon beter	-De dramatherapeut geeft sowieso een paar dingen die heel erg gaaf zijn op Feniks, hij geeft ook een gedichtenblok en improvisatietheater en dat soort dingen en dat zijn ook allemaal dingen die ik heel erg gaaf vind... --Maar hoe heet het, sinds het begin van Feniks is eigenlijk alles wat de dramatherapeut doet, vind ik heel erg tof. Ik heb ook, zelf schrijf ik ook gedichten en dat gedichtenblok heb ik ook heel erg gaaf gevonden. -De bonus was dat ik de dramatherapeut al ongeveer ruim een jaar kende voordat wij ooit begonnen met DvT, dat heeft ook heel erg geholpen zodat ik de dramatherapeut heel goed ken en hij kent mij heel erg goed dus dat is heel erg fijn want dat maakt beginnen met DvT minder heftig of intens of dat soort dingen. Ja we gaan een op papiertje tekenen en dat was het eigenlijk, dat vond ik weer niet zo heel erg heftig. Ik vond dat eigenlijk wel heel fijn ook	
Attitude Gelijkwaardigheid	-Dat hij vanuit veiligheid en respect ook, wederzijds respect, dat je vanuit die positie aan de slag gaat. -Maar, hij stelt zich heel gelijk op -Interviewer: Gelijkwaardigheid?		-Interviewer: Ja, misschien creëert het een bepaalde gelijkwaardigheid of zo dan, Respondent 3: Ja. Ja de gelijkwaardigheid zit er heel goed in inderdaad, dat is ook een van de	-En in theorie daarna een potje pingpong te spelen of op de groep waar ze zitten nog even op de bank met een persoon te zitten nog even te kletsen niet per se over de sessies maar meer over het dagelijkse leven waarbij ik ook veel van

Respondent 1: Ja, dat is wat ik bedoelde eerder met dat respect en veiligheid, dat zorgt heel erg daarvoor. Je staat daar samen en dat brengt gewoon een heel stuk, veiligheid gewoon, dat maakt het prettig

kerneigenschappen die bij de dramatherapeut te vinden is, alles is gelijkwaardig, alles is eerlijk en gewoon naja -omdat ik hem al zolang ken buiten DvT zeg maar, is hij ook eigenlijk veel meer een vriend dan mijn therapeut per se zeg maar. 90% van de tijd dat ik de dramatherapeut zie is hij gewoon mijn vriend en 10% is hij een therapeut en ik heb het gevoel dat dat voor heel veel mensen hetzelfde is weet je, ik zie de dramatherapeut ook gewoon door het gebouw lopen en ik speel tafeltennis met hem weet je. Dat soort dingen scheppen zo'n band en dat vind ik zo mooi en dat heeft de dramatherapeut ook met heel veel andere mensen. Dat zijn van die dingetjes die heel klein lijken maar toch heel groot zijn op een groot vlak

mezelf deel, wat dat betreft is de manier van werken hier heel gelijkwaardig. Het is hier geen witte jassen cultuur en dat maakt ook soms dat juist het lijntje dat ik heb met de jongere binnen de sessies er al aanwezig is voordat ze beginnen of dat het lijntje sterker wordt, dat door de sessies ook dat buiten de sessies om er ook kwaliteit van contact is.

-Maar nee ze zien ze niet alleen maar als therapeut hier, ze zien me hier sowieso gewoon als J. maar ze zien me meer dan alleen in de sessies.

-Ja, ik denk wel. Ik zit te denken over.. ja dat stuk ontwikkeling. Kijk wat ik zelf merk bij deze doelgroep, wat ik heel intens vind en ook heel karakteristiek, is dat, ze hebben een groot rechtvaardigheidsgevoel en zijn zeer empathisch en hebben ook heel veel behoefte aan iemand die zichzelf net zo kwetsbaar openstelt op een bepaalde manier als zij. Er is een hele grote gelijkwaardigheid nodig, een sterk gevoel van gelijkwaardigheid, en ik denk dat die gelijkwaardigheid gecreëerd wordt, wanneer ik, toevallig omdat ik hier werk dus, makkelijk, of ja gemakkelijk, dat is natuurlijk zo subjectief maar in mijn ogen is die gelijkwaardigheid goed te creëren omdat ik ze buiten de sessies hun zo goed kan begeleiden met hun dagelijks leven en een gesprekje even met ze kan aan gaan en dan

				in die sessie daar ook wat mee gaan doen -Nog even los van kwaliteit van spel of wat voor spel wordt gespeeld of überhaupt de randjes van de playspace gevonden kunnen worden, is daar een heel groot stuk aan voorafgaand betreft gelijkwaardigheid. - Dat is veel zoeken ja en daar moet ik heel veel van mezelf ook geven want ik moet daar gelijkwaardig zijn want als ik daarin de rol neem of als ik daarin merk dat de hiërarchie wat hè. Tuurlijk ik ben de therapeut en zij zijn de cliënt maar de relatie die ik heb met hen moet daar zo gelijkwaardig zijn om daar over te kunnen, en daar die.. ja dat dunne randje te zoeken, van kan je bij het gevoel blijven, terwijl we praten over hetgeen wat er is voor dat je ja.. en daar moet ik veel van mezelf ook geven op een bepaalde manier dat ik ook mezelf, dat ik ook deel waarin ik zelf zit over dat ik het soms ook lastig vind om te praten over gevoel in plaats van te voelen en dat soort dingen en ik merk dat dat vaak juist wat meer rust geeft en wat meer veiligheid omdat ja het is een.. we spelen met de tegenoverdracht. Ik ben ook maar een mens, in gesprek met hun die weliswaar therapeut op papier is en daar voor gestudeerd heeft maar in spel ben ik net zo mens als zij. En kan ik niet pretenderen het allemaal te weten of als een stille regisseur enkel hun alles
--	--	--	--	--

				op tafel te laten leggen en dat ik er een beetje naar observeer. Ja dat is niet mijn manier van werken en ik voel ook dat dat met deze doelgroep niet zal gaan werken als je dat probeert te pretenderen van ik zit op de rots om het even zo te zeggen en jij moet klimmen, nee wij moeten het samen doen.
Attitude Veiligheid	-Ik denk wat mij heel erg opviel hoe de dramatherapeut het deed in het begin. Wat voor mij heel fijn was, was een heel stuk veiligheid. -Wat de dramatherapeut super goed doet, is heel erg vanuit veiligheid opbouwen. Dat is waar we nog steeds mee bezig zijn. Dat is ook waar die heel erg het verschil maakt voor mijn gevoel, tussen andere therapeuten die ik tot nu toe gehad heb. Ik weet niet of het überhaupt vergelijkbaar is want het is een hele andere vorm van therapie. Zeg maar als je een beetje, je kent het vast wel, de comfortzone beschrijven als een rode, groene en oranje zone. Is dat je dan, heel erg vanuit die groene zone begint en dan die oranje zone telkens een beetje daarin, ga je dan af en toe spelen. Het is telkens, het is een beetje rekken maar niet te ver gaan. Dat is het grootste wat me tot nu toe opvalt en dat vind ik ontzettend prettig. Dat is wat vaak naar boven komt. Dat hij vanuit veiligheid en respect ook, -Vanuit daar een klein beetje je grenzen gaat			-Dus met elke jongere heb ik minimaal twaalf sessies waarvan drie sessies observatie sessies zijn. Dat hoeft ook niet per se DvT te zijn. In de observatiesessie richt ik me vooral op de, welke veiligheid is er nodig, wat is er nodig, wat zijn de randvoorwaarden om de diepte in te kunnen gaan. -Wat ik in spel heel snel terug merk, is dat wanneer ik ga spelen met metaforen dat het veilig genoeg wordt voor de jongeren om de eerste stap te maken wat betreft de thematiek van zichzelf. -Waar zit de veiligheid weer om daar naar toe te zoeken -Dat ik ook deel waarin ik zelf zit over dat ik het soms ook lastig vind om te praten over gevoel in plaats van te voelen en dat soort dingen en ik merk dat dat vaak juist wat meer rust geeft en wat meer veiligheid omdat ja het is een.. we spelen met de tegenoverdracht. Ik ben ook maar een mens, in gesprek met hun die weliswaar therapeut op papier is en daar voor gestudeerd heeft maar in

	opschuiven en dat je daar ook weer een beetje op kan terug vallen, op die veiligheid en respect zal ik maar zeggen. -Ja, wat het speelbaar maakt is, de veiligheid -Wat voor mij heel erg die veiligheid creëert is dat hij meedoet.			spel ben ik net zo mens als zij. -Dan kom je uiteindelijk toch uit op de basisveiligheid die ze van mij verwachten. En wat ze daarin nodig hebben. -ik ben veel aan het modellen wel hè, dus ook heel veel voorbeelden aan het geven wat je met spel kan doen en met spel veiligheid kan inbouwen, in wat spannend is. Zo kan je bijvoorbeeld spelen met aanraking zonder elkaar aan te raken
Attitude Oordelloosheid	-Het is niet alsof je iemand hebt die voor je zit en dan moet jij allemaal van die gekke dingen gaan doen of improviseren en dan zit iemand maar te kijken en te judgen of wat dan ook. -Interviewer: Ja, dat kan ik me wel voorstellen inderdaad. En ook voel je je misschien, als je zegt judgement, dan is het misschien oordeel loos? Dat maakt het misschien dat je je ook wat minder beoordeelt voelt als iemand meedoet, in plaats van naar je kijkt of dat jij het zeg maar moet doen? Respondent 1: Ja klopt.			
Attitude Directief Confronteren (tegenpool)		- Nou wat ik al zei, ik denk dat het heel fijn is om hier een soort van tegenpool te hebben vergeleken met wat ik normaal altijd ben. -Ja, en ik denk wat ik ook gewoon heel fijn vindt bij hem is gewoon heel direct. Als hij iets vindt, ik vind dat af en toe ... bij mij is het, het beste wanneer je zegt wat je denkt, gewoon		-Soms wat directiever te worden in spel.

lekker fel. Al vind je me een klootzak, zeg dat recht in me gezicht in plaats van dat je heel voorzichtig gaat proberen. Nee zeg gewoon wat je ziet en niet zo moeilijk om me heen gaan draaien want dat wordt voor mij alleen maar cryptisch. Nee zeg gewoon hoe het is en ik denk dat de dramatherapeut daar af en toe heel makkelijk in is. We hadden het pas over bijvoorbeeld een taal leren en dan zeg ik, ik wil die taal leren. Dan zegt hij: waarom ben je daar nu dan nog niet mee bezig? En dan zeg ik; ja weet ik niet en bij anderen moet je dat niet doen want dan gaan ze helemaal.. ja ik ga dan inderdaad wel argumenten proberen te vinden maar als je dat tegen mij zegt dan sta ik in een keer zonder wapens en denk ik shit je hebt gelijk. En dat vind ik veel chiller dan dat helemaal, dat ik mezelf kan voorbereiden om er tegen in te gaan. Nee zeg gewoon tegen mij wat je ziet of wat je denkt of wat je vindt, in plaats van dat je zom argument eromheen gaat proberen te vinden

- Ja, ik denk dat het een beetje hetzelfde metafoor is als die muur, als iemand heel direct is en je kan er niet tegen in, hij vindt iets, het is zijn mening en ik kan niet aan iemands mening iets aanpassen, al vind jij mij een klootzak, dan is dat zo, dan kan ik er niet iets aan gaan aanpassen, tenzij ik probeer het om te buigen maar dat is allemaal veel te lang daar heb ik geen zin in

		om dat te doen. Maar als iemand met een kracht tegen een muur aan gaat duwen, ga je het niet omver krijgen en dat vind ik heerlijk en dan ga ik te rade waarom kan ik hem niet omver krijgen; oh omdat ik gewoon dit niet heb en dan simpelweg; dan heb je het gevonden. -Ik moet altijd overal een antwoord op hebben maar daarop kan je dus nooit het beste worden want de dramatherapeut is altijd het beste want die weet welke vraag hij gaat stellen Interviewer: Een beetje confronteren dan misschien wel, dat doet hij? Respondent 2: Ja heerlijk ram maar tegen die muur aan, kijk daar staat gewoon een muur zie je dat? Kijk eens, kijk eens, en dan nog een keer gewoon duwen. Ik vind het heel fijn als iemand mij irriteert eigenlijk want dan ga ik.. ja maar waarom vind ik het vervelend en dan kan ik denken ah daarom vind ik het vervelend.		
Attitude Passie			Ja precies, een van de redenen dat de dramatherapeut ook zo goed is in het werk wat hij doet is dat hij ontzettend passievol is en dat is te merken in alles wat hij doet eigenlijk. Hij is heel erg passievol, -En het feit dat hij ook passie heeft voor eigenlijk alles waar hij mee bezig is, dat zie je zo terug en dat is zo mooi ook om te hebben maar ook gebleven, dat is naast dat het ontzettend helpend is geweest ook gewoon	

			heel erg fijn. Het is zó verschillend om het gevoel te hebben van nou.. ik moet weer naar me therapeut of naar me psycholoog ofzo of: ik heb dramatherapie met de dramatherapeut	
Attitude Afstemmen Aansluiten	- Het is heel erg case by case, ook gewoon op basis van hoe me verhoudt tot hem. Het is gewoon heel erg aanvoelen denk ik. - Interviewer: maar je hebt daar in eigenlijk wel zoiets van hij sluit wel bij jou aan? Respondent 1: Ja, absoluut. Het is niet alsof hij continu leiding heeft en hij continu het tempo bepaalt. Het tempo is, wordt samen bepaald.	-De dramatherapeut is wat sportiever zou ik denk ik willen zeggen, maar dat is misschien omdat hij gewoon die manier van dramatherapie bij mij heeft gekozen omdat ik ook wat fysieker ben als persoon. Ik denk dat dat vooral bij de dramatherapeut, voor mij het verschil is. Dat als we het over dingen hebben dan hebben we het ook over sport. Maar wat gewoon iets is dat bij mij blijkbaar gewoon veel weet te prikkelen en hij blijkbaar ook interessant vindt. Maar als ik hem zou moeten omschrijven is het vooral denk ik sportief ook wel.	-Oké, ik denk dat het allerfijnste en een van de belangrijkste dingen die de dramatherapeut doet, en dat weet ik ook deels, ik ken ook andere mensen die dramatherapie doen en daarmee heb ik het er ook over gehad en dergelijke, hetgeen wat het fijnste is, is dat de dramatherapeut heel erg persoonlijk zijn therapie geeft als het ware, waar de dramatherapeut vaak heel erg kijkt naar wat bij ieder verschillend persoon werkt en handig is en in die zin leidt tot dingen. -: Ja precies en het mooiste daaraan ook, is dat ik weet dat als ik drastisch anders geweest zou zijn en ik zou dezelfde therapie bij de dramatherapeut hebben dat de hele therapie niet hetzelfde zou zijn omdat hij dan de therapie heel anders zou geven, en dat vind ik, dat wetende als gegeven vind ik al heel erg fijn en mooi	--
Attitude Openheid Kwetsbaarheid Eerlijkheid			-Ja de gelijkwaardigheid zit er heel goed in inderdaad, dat is ook een van de kerneigenschappen die bij de dramatherapeut te vinden is, alles is gelijkwaardig, alles is eerlijk en gewoon naja.	-En dat ik zelf, mezelf ook kwetsbaar neerzet in de sessie zelf. Dus ik vertel ook net zo goed over mijn leven, wie ik ben, welke patronen ik zelf heb, wat ik lastig vind in het leven en dat dat heel erg gewaardeerd wordt door de jongeren waarbij ik zelf natuurlijk heel bewust moet zijn wat ik deel precies en dat ik niet de cliënt wordt van mijn cliënt maar ik denk dat dat wel een voorwaarde is om de

				kwaliteit van de DvT sessies ook te vergroten omdat er veel meer opening ontstaat om überhaupt te durven, nog even los van kwaliteit van spel of wat voor spel wordt gespeeld of überhaupt de randjes van de playspace gevonden kunnen worden, is daar een heel groot stuk aan voorafgaand betreft gelijkwaardigheid. -Wederkerigheid, laagdrempeligheid in contact, zit hem ook in mijn bewoording het hangt natuurlijk per jongere af, maar ja ik weet niet hoe ik dat kan zeggen maar ik praat als mezelf met hun. Ik praat niet als therapeut. Maar ik praat gewoon echt als mezelf. Ja dat, daar zit het hem vooral in en ze zijn heel snel en heel gevoelig in ook hoe ik me voel. Ze geven vaak terug, hey ik merk dat je moe bent terwijl ik daar niks over zeg of terwijl ik zelf kijk in de spiegel volgens mij ben ik niet moe maar ze hebben helemaal gelijk of hey ik merk dat je niet goed in je vel zit, nou dat kan. Die krijg ik ook snel terug dan nou daar kan ik twee dingen op doen, of ik kan het afbreken en zeggen nee maar het gaat over jou of ik kan daar dan even tijd voor nemen om dat te benoemen omdat zij mij die vraag stellen -Ja, daar zit het hem in. Dat kan al in de eerste sessie zijn of in de derde of in de laatste zijn dat ik altijd weer, of soms off guard ben, en ik gewoon een vraag krijg van hey ik merk dat je niet goed in je vel zit of hey ik
--	--	--	--	---

				merk dat je vandaag lekker gaat. Ja, je krijgt ze echt binnen want ze voelen het en ze zeggen het ja en daar ben ik dan zelf persoonlijk gewoon makkelijk en open in, dat ik ook precies vertel wat er aan de hand is, binnen de boundaries die er zijn natuurlijk maar nee, je krijgt ook een eerlijk antwoord als je een eerlijke vraag stelt maar dat het eigenlijk, dat is een manier voor, ook voor hun om zichzelf echt open te stellen ja. Ja dat is écht nodig want ja. Ik weet niet gaat het dan verder.. het is een professionele relatie die je aangaat met elementen uit je eigen leven gewoon, dat is het echt. Ja, die ervoor nodig zijn om de jongere zelf, elementen vanuit hun leven te delen. Plus DvT is de manier waarop je natuurlijk samen een broken toy bent, samen in spel bent. Waarmee je werkt en ook super intiem soms, vaak altijd al, samen in een ruimte, in je eentje met z'n tweeën er zijn alleen maar kussens, je kan je nergens verstoppen, er is heel veel voor nodig wil je daar, terwijl het eigenlijk in mijn optiek relatief goed te behalen is door daar gewoon open voor te staan: welkom. Weetje dat is het gewoon, maar je moet er ook denk ik een gevoel van intuïtie in hebben, dat als je daar niet bewust van bent of daar niet voor openstaat, dan ja, kan je zo hard DvT-en als je wil denk ik maar...
--	--	--	--	---

Bijlage 7. Drie Fasen Model

Om meer grip te krijgen op hoogbegaafdheid is er het drie-niveau-model die gebaseerd is op het cognitieve, motivationele en emotionele niveau. Dit is geschreven vanuit het perspectief van een succesvolle hoogbegaafde jongere/kind die zich adequaat heeft kunnen ontwikkelen met de daarbij behorende steun vanuit school en thuis. Dit is vaak echter niet de realiteit, in de realiteit kampen deze jongeren vaak met persoonlijkheidsproblematieken, onderpresteren, een gebrek aan zelfvertrouwen, negatieve houding tegenover school, concentratieproblemen een zwakke zelfsturing en een gebrekkig uithoudingsvermogen (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Cognitieve denkvermogen

Uitgebreid kennisbestand

Er is sprake van een uitgebreide woordenschat en een hoog taal niveau. Daarbij weet de jongere zeer veel waaronder kennis die niet op school is aangeleerd. Deze kennis is logisch verbonden. Verder is er sprake van alertheid met een uitstekend waarnemingsvermogen, er kunnen snel gelijkenissen en verschillen gevonden worden tussen elementen met zowel dichte of verre verwantschap. Het geheugen is goed georganiseerd, hetgeen wat geleerd is kan snel opgehaald worden. Ook is de kennis dynamisch, dit betreft verschillende cognitieve capaciteiten zoals transformeren van kennis, hercoderen of transfers leggen. Verder wordt nieuwe kennis dieper verweven waardoor deze kennis sneller en spontaner toegepast kan worden, zelfs als dit minder voor de hand liggend is (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Leerprocessen

Kijkend naar de leerprocessen leggen hoogbegaafde jongeren meer verbanden van kenniselementen tussen verschillende vakgebieden waardoor er actievere geheugensporen ontstaan die zich later eenvoudiger voordoen en omvatten een breder associatiegebied. Verder is er sprake van een grotere mentale flexibiliteit. 'Zij vertonen een grote tolerantie t.a.v. lacunes, ambiguïteiten, onvolmaaktheden in de kennis.. Zij hebben behoorlijk zicht op wat ze niet weten' (D'hondt & Van Rossen, 2019, p. 49). Daarnaast kunnen jongeren met hoogbegaafdheid erg creatief zijn waarbij ze eenvoudig nieuwe hypothesen ontdekken of ongewone denksporen hebben. Er is ook aanleg voor een panoramisch of divergent denkvermogen. Dit wordt ook wel het 'out of the box' denken genoemd zoals bedenken van nieuwe ideeën, oplossingsgericht vermogen of alternatieven vinden. Jongeren met hoogbegaafdheid hebben dan ook een uitgesproken metacognitie. Hierdoor is er beter zicht op de leerprocessen en oplossingsgerichte vaardigheden. Verder dragen zij grotere verantwoordelijkheid voor eigen leerprocessen, dit maakt dat ze minder afhankelijk zijn van het oordeel van de ander, zoals een docent. Ook wordt kennis minder gestapeld en worden er meer onderlinge relaties gelegd. Verder komt top-down denken vaak voor waarbij er de focus eerst ligt op het algemene en wordt er vervolgens doorgedaan naar het specifieke. Als laatste maken jongeren met hoogbegaafdheid vaak grote sprongen waarbij er stappen overgeslagen worden in de beargumentering. Dit wordt ook wel lateraal denken genoemd (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Motivationeel denkvermogen

- Energiek, vastberaden, gedreven, persistent en streven naar perfectie
- Ambitieuus
- Nieuwsgierig en een brede interessewaaier
- Self monitoring en zelfspraak
- Gebruiken strategische werkwijzen
- Goed ontwikkelde executieve functies
- Goed gevoel voor timing tijdens het uitvoeren van een project (D'hondt & Van Rossen, 2019).

Emotioneel niveau

- Diepere sensitiviteit voor eigen favoriete onderwerpen
- Ervaren meer plezier in leren met daarbij een onafhankelijk oordeel, moed, doorzettingsvermogen, nieuwsgierigheid, intellectuele integriteit en bereidheid om risico's te nemen.
- Kunnen diep gefascineerd en enthousiast zijn
- Positief zelfbeeld en sterke ik-functies
- Kritisch en zelfkritisch
- Na hard werken ervaren zij een groot gevoel van vreugde
- Diep rechtvaardigheidsgevoel
- Makkelijk van invalshoek veranderen (bijvoorbeeld goed gevoel voor humor) (D'hondt & Van Rossen, 2019)

Bijlage 8. Balanstheorie

De balanstheorie die beschreven is in het succesvol begeleiden hoogbegaafde kinderen en jongeren (2019) laat verschillende tegenstrijdigheden zien waar zij mee kampen. Voor al deze onderstaande aspecten geldt dat het van belang is een gezond evenwicht te vinden. Tevens geldt dat ieder individu anders is waarbij de aspecten op eigen manier bij eenieder van toepassing zijn. Deze theorie is geschreven vanuit het perspectief van zowel een kind als een jongere met hoogbegaafdheid.

Dissynchroniciteit – Dit heeft betrekking op de cognitieve functies, deze kunnen zich snel ontwikkelen maar de sociale, motorische of emotionele ontwikkeling kan zich op een ‘gewoon’ tempo ontwikkelen. Er kan ook sprake zijn van dissynchroniciteit zijn binnen de cognities zoals een goed ontwikkelde woordenschat maar een minder goed ontwikkeld planningsvermogen. Dit contrast wordt vaak duidelijk op het secundair onderwijs.

Competitie versus coöperatie – Hoogbegaafden kunnen de volgende kenmerken hebben: ambitieus, weten wat ze willen, doorzettingsvermogen en gedreven. Dit maakt dat de conclusie getrokken kan worden, gebaseerd op eigen ervaringen, dat het efficiënter is om zelfstandig te werken. Samenwerken kan leiden tot langzamer werken met een kwalitatief zwakker eindresultaat. Echter zijn er in samenwerking belangrijke en essentiële leerprocessen zoals luisteren naar de ander, uitdrukken in goed verstaanbare taal, zorgen dat eenieder aan bod komt of inlevingsvermogen ontwikkelen. Het integreren van deze leerprocessen is van belang in het toekomstige beroepenveld.

Openheid versus geslotenheid – Openheid kan gezien worden als de behoefte aan verbredingsleerstof en geslotenheid als de behoefte aan verdiepingsleerstof. Vaak lijken hoogbegaafde jongeren een brede belangstelling te hebben waarbij de verdieping zou kunnen ontbreken.

Moed versus voorzichtigheid – Voor hoogbegaafden geldt dat de één zeer creatief kan zijn en graag de uitdaging aangaat waarbij risico's genomen worden en waar moed voor nodig is. De ander kan zeer hoge eisen stellen, perfectionistisch zijn en niet willen falen waardoor er sprake kan zijn van voorzichtigheid.

Voor zichzelf zorgen versus voor anderen zorgen – Een hoogbegaafde kleuter heeft vaak een diepe intentionaliteit gepaard met een groot verantwoordelijkheidsgevoel en volharding. Dit maakt dat ze graag eigen doelen, werkmethode en timing bepalen. Ondanks dit een goede eigenschap kan zijn, is het verstandig dat de kleuter niet enkel eigen doelen nastreeft maar zich ook leert beschikbaar op te stellen voor anderen. Het risicogebied lijkt hoger te liggen in de richting van eigen intentionaliteit.

Speelsheid en ernst – Over hoogbegaafdheid is de opvatting dat zij één van beiden zijn. Deze twee componenten gaan echter hand in hand samen..

Kennen versus kunnen – Doorgaans zijn hoogbegaafden gedreven om nieuwe kennis tot zich te nemen. Oefeningen maken over deze nieuwe kennis of het toepassen hiervan kan als overbodig of tijdverlies ervaren worden. Tevens wordt er geen onderscheid gemaakt door de hoogbegaafde tussen kennen en kunnen. Er wordt aangenomen dat wanneer iets begrepen wordt, de toepassing vanzelfsprekend is. Echter zijn voor de toepassing van kennis andere kwaliteiten nodig. ‘‘Het toepassen van kennis vraagt doelgericht denken, planning in deelstappen, timing, controleren, bijsturen van de oplossingsstrategie, evalueren van de gebruikte werkwijze’’ (D'hondt & Van Rossen, 2019, p. 92).

Inspanning versus ontspanning – Waar jonge kinderen behoefte hebben aan veel afwisseling, geldt voor volwassen vaak dat zij gefocust zijn op één discipline. Ontspanning in verschillende interessevelden is hierom wenselijk. Voor hoogbegaafden geldt ontspanning vaak als intensief bezig zijn met zaken waar elders tijd te kort voor is. Intensiteit blijft typerend bij hoogbegaafden. Voor hoogbegaafden is het van belang dat er op jonge leeftijd geleerd wordt de balans hiertussen aan te voelen.

Trots versus bescheidenheid – Enerzijds is het gezond en een normaal verschijnsel om trotsheid te ervaren. Bij hoogbegaafden kan dit gevoel verminderd zijn vanwege hoge eisen en perfectionisme. Bij uitmuntende prestaties kan er een acceptabel trotsheid gevoel ervaren worden.

Het gevaar in trotsheid voor hoogbegaafden is dat dit ten koste kan gaan van anderen. Een voorbeeld hiervan is het corrigeren van de docent. Gezond is in dit voorbeeld de kick van het verbeteren van een opmerking. Ongezonder is wanneer het gaat over het verbeteren van de docent. Hierdoor kan het kind of de jongere zich als superieur of meerdere voelen.

Introversie versus extraversie – Introversie bij hoogbegaafde jongeren staat voor lang geconcentreerd bezig zijn. Extraversie staat voor het bezig zijn met veel verschillende taken. Dit is ook typerend voor een jongere met hoogbegaafdheid (door het hebben van veel energie). Afwisseling van taken lijkt daarbij energie te geven. Wanneer projecten worden afgemaakt is er niet veel aan de hand, echter wanneer dit niet gebeurt doordat er steeds wordt afgewisseld met andere projecten kan het problematisch worden.

Ambitie versus empathie – Doorgaan kunnen hoogbegaafden een sterk rechtvaardigheidsgevoel hebben en een

groot empathisch vermogen. Echter kan het zijn dat hun hoge drive en intensiteit ervoor kan zorgen dat zij anderen bekritisieren zonder dit door te hebben. Er wordt dan ingegaan op de objectieve inhoud van de werkelijkheid in plaats van de subjectieve psychologische context. Binnen een groepsverband is zowel een blinde ambitie of slaafse onderwerping aan de wil van de ander niet wenselijk maar een balans hiertussen.

Zichzelf zijn versus conformeren – Al vanaf dat de hoogbegaafde een kleuter is kan het moeite hebben met aansluiting vinden met anderen omdat ontwikkelingsvoorsprongen tot te grote onderlinge verschillen leidt. Naarmate het kind ouder wordt neemt deze kloof verder toe. Dit geldt op cognitief, moreel en sociaal vlak. Er is goede begeleiding nodig zodat voorkomen wordt dat deze kloof tot verdere vervreemding leidt. Een verbondenheid met anderen zal het best werken voor het beperken van vervreemding. Veelal vanaf de leeftijd 10 tot 15 jaar zal het kind het gevoel van buitengesloten zijn ervaren. Deze leeftijdsfase staat symbool voor conformeren aan leeftijdsgenoten. Sommigen maken de keuze om zich te conformeren en laten daarbij eigen psychologische aard los of zetten eigen talenten op de achtergrond. Dit leidt uiteindelijk tot onbehagen gezien het kind niet zichzelf mag of kan zijn.

Samen zijn versus alleen zijn – Jongeren kunnen hedendaags moeite hebben met alleen zijn en zoeken extern afleidingen. Om een studie te halen zal er echter een bereidheid moeten zijn om in afzondering tijd door te brengen. Diepe intentionaliteit kan hierbij helpend zijn.

Bijlage 9. Spelvoorbeelden en metaforen

Respondent 1

Wat me meestal wel bij blijft, is als de dramatherapeut me soort van in het spel aanspreekt op iets. Dat hij dan iets observeert bij mij, van dat ik bijvoorbeeld, opvries of stilsta, of dat hij denkt dat ik nadenk, als hij dat gevoel heeft, dan gaat hij daar op in. Dan zegt hij: hey, ben je aan het denken? Dan brengt hij dat in het spel, een soort van. Ja, dat vind ik meestal wel interessant, dat blijft me meestal na een sessie wel bij om over na te denken. Maar als ik dan in dat nadenken ergens tegen aanloop, dan vertel ik hem dat ook en dan praten we er meestal even over.

Meestal vind ik het, bijvoorbeeld om er een recente sessie bij te halen, moeilijk als ik opeens in de positie ben dat ik een soort van het spel leid. Het is wie de eerste beweging maakt, daar reageert die ander dan weer op en daar reageer jij dan weer op. Dus je komt af en toe in het spel gewoon een beetje in de positie van leiden en volgen. Ik ben ik heel erg geneigd om de dramatherapeut te volgen in wat doet hij? Heel erg spiegelen, dat ik dat na ga doen of dat daar iets vanuit komt dat ik heel erg afhankelijk ben van hem. Als er dan opeens een situatie is, waar we vanuit spel op een punt zijn gekomen, waar ik opeens iets moet doen, dan vind ik dat soms heel erg lastig. Dan kan ik daar op vastlopen ofzo, of ik kan ongemakkelijk worden. Dat bijvoorbeeld, dus om leiding te moeten nemen.

Dus waar de dramatherapeut het best wel makkelijk vindt om, weetje bijvoorbeeld in het spel ben je in een of andere Western Stand off gekomen. De dramatherapeut beeld dan zeg maar uit, dat hij 1x op je schiet. Dan vind ik dat heel erg moeilijk om dat zelf te doen. Ik vind het prima bijvoorbeeld om te doen alsof je omvalt, of weet ik veel wat, om een stukje te volgen. Maar om de dramatherapeut op te leggen, om iemand anders op te leggen, om iets te doen wat een consequentie van mijn ding is, en dan iets te impliceren, hem op te leggen van: ik wil dat je dit doet. Dat vind ik heel lastig. Dan zijn daar bijvoorbeeld heel veel, achteraf grappige momenten, voor mij best moeilijke situatie, of ja moeilijk, gewoon een beetje lastig, situatie van gekomen. Dat ik dan bijvoorbeeld een soort van aan het uitbeelden ben, dat ik met een soort van pistooltje dan, tegenover hem sta en dat de dramatherapeut dan mijn onzekerheid ziet. Dan gaat hij dat helemaal uit beelden en dan gaat hij opeens naar me toe lopen van: Hey, ga je schieten dan? doe je toch niet, doe je toch niet? Dan ben ik helemaal zo van: ja, nee, ja, dat klopt, ik vind het ook.. ook al is het in spel of wat dan ook, ik vind het heel moeilijk om dan iets op te leggen bij jou, om jou iets te laten doen ofzo.

Dat is ook een stukje, ook met dat de denken: als ik dan te lang niet iets doe, of als hij ziet dat ik, weet ik veel, mijn gedachten in schiet. Dan gaat hij volledig in een rol van, dan komt hij ook weer op me afgelopen van: Hey je bent weer aan het denken jij! Soms dan, dat zei hij ook nog: soms dan, weetje, dan doe je een ingeving, soms is het niets en valt het weg en soms dan haakt de ander erop aan. In dat geval haakte ik erop aan en zijn we daarop verder gegaan. En was ik zelf iets gaan doen en dan zeg ik: ik ben helemaal niet aan het denken, weet ik het wat. Een beetje heen en weer.

Meestal, schiet ik dan in een stukje weerstand? Het verschilt per situatie, soms dan, dan word ik er een beetje, ja, door over overspoeld. Dat is niet het goede woord want dat klinkt heel emotioneel. In ieder geval een beetje dat het me overweldigd, dat ik het gevoel heb van huh.. ik weet niet zo goed wat ik moet doen nu, weet je wel. Van dat de dramatherapeut een beetje iets onderbreekt. Hetzelfde met dat gedoe van die pistolen zeg maar. Dat hij naar me toekomt van: arhhh. Hij zit me ook heel vaak een beetje uit te dagen ofzo. Dan komen we op een punt dat ik iets met een katapult bijvoorbeeld moet doen ofzo en dan beeld ik dat vrij klein uit. Dan wil de dramatherapeut me uitdagen en dan doet hij op een manier van, in karakter dan gaat hij een beetje lachen van: pfah wat is dat nou weer voor miezerig katapultje, weet je wel, en dan doet hij zelf iets heel overdreven voor. Daarmee daagt hij mij een soort van uit, om ook wat groter, wat overdrevener, om wat te durven, om geluid te maken, om grote bewegingen te maken, om dat soort dingen te doen. Ik ben een beetje van de vraag af gegaan volgens mij.

Meestal ga ik dan een beetje spiegelen ofzo en zeg ik: nee dat is helemaal niet zo. Een beetje, lastig te beschrijven ofzo.

Ja dat klopt. Hij forceert niets op me. Wat ik me bijvoorbeeld ook herinner is dat hij dan een soort van ergens ging staan als iemand die dan geschoten zou worden. Als ik bijvoorbeeld gewoon mijn hand in een pistool zou vormen en pieuw zou zeggen ofzo. Zegt hij whahah, dat kietelt, ofzo weet je wel? Ik kan stoppen, ik kan volledig iets anders doen. Als ik dan een bijvoorbeeld naar hem toe loop en dan soort van.. weet ik veel, doe

alsof ik hem losmaak ofzo, of wat dan ook dan krijg ik waarschijnlijk terug: Hey, wat ben je nou aan het doen? Maar in dat geval is het gegaan, dat ik steeds een stapje verder ben gegaan met mijn expressie, net zoals met die katapult. Dat zijn toevallig twee voorbeelden die een beetje op elkaar lijken. Dat... Hij ging steeds meer ergens op reageren naar mate ik er meer instopte, een soort van en dat nodigt gewoon uit tot zelf een beetje proberen en het gaat, zover het lukt voor jezelf op dat moment.

Stel je zit in een.. weet ik veel, je bent iets aan het spelen, wat je gewoon helemaal niet leuk vindt of vervelend vindt. Dan nodigt de dramatherapeut je ook heel erg uit om dat gevoel of dat.. speelbaar te maken. Als ik ergens geen zin in heb dan kan ik bijvoorbeeld gewoon weglopen, of zeggen: Ah nee, nee toch niet. Ik ga het niet doen. De kans is dan aanwezig dat de dramatherapeut is van: ahhh ga ik je toch wel weer uitdagen of zo. Dat stuk, als ik te veel in de twijfel blijf en dan kan hij af en toe... We waren ergens op gegeven moment in een scene dat we dingetjes aan het weggooien waren. Stukjes van onszelf. Dan wou ik een stukje twijfel weggooien maar ik twijfelde. Toen werd dat opeens speelbaar. De dramatherapeut was toen aan het roepen: kom op, gooi het weg. Ben je weer aan het twijfelen? Dan liep ik weer weg of dan deed ik het een stukje of dan zei ik: het is weg. Dan vroeg hij meteen iets en dan zei hij nee, je twijfelde weer. Blijkbaar heeft hij denk ik dan het gevoel dat ik het aankan om daar wat verder in uitgedaagd te worden. Het is heel erg case by case.

Ja. ik ben de soep zelf en ik niet zie niet precies wat hij zoekt.

Van ja, zo in het begin waren we heel gek dingen aan het bewegen en toen voelde ik me eigenlijk een beetje ongemakkelijk. Een beetje alsof iedereen me kon zien. Alsof andere mensen in het gebouw aan het kijken waren. Wat de dramatherapeut dan terug zegt, in dat geval terug zei, is: dat is dus interessant, dat kun je dus speelbaar maken door bijvoorbeeld te zeggen van: ik heb het gevoel dat we bekeken worden. Je blijft soort van de hele sessie in het spel en ik weet niet, en dan ga je daarmee op die manier aan de slag.

Stel je hebt een jus, en helemaal warm en actief is de jus vloeibaar. De jus is dan een stuk angststoornis, maar laat het hem een tijdje staan, geef het geen aandacht en er vormt een laag overheen. Een stol laag van depressie zou ik maar zeggen. Wat een beetje gebeurt voor mijn gevoel, tenminste mijn ervaring dan, laat ik het zo zeggen. Dat je het bijvoorbeeld een tijd niet hebt, bij mij is het dan zo, je hebt thuis gezeten ofzo. Of je bent er niet mee bezig. Dan heeft die laag, tijd om te stollen. Maar je angststoornis, die zit er nog steeds onder. Nu nog steeds hoor, maar dat is zo meteen belangrijk, niet nu. Maar wat dan voor mijn gevoel die psychologen doen, die prikken gewoon dwars door die depressie laag heen en die gaan zitten roeren en weet ik het wat, waardoor heel erg die angststoornis weer naar boven komt en dat is voor mij heel eng, heel gevaarlijk en daardoor blokkeer je, daardoor wil je niet, daardoor voelt het vervelend. Die gaan die hele jus zitten omroeren en die prikken door, of dat proberen ze dan, naar die plek waar je in ieder geval niet bij wil, die angststoornis onder die depressie. In ieder geval, tot nu toe met de dramatherapie, het zou kunnen omdat ik nu zelf ook in een wat betere staat ben, maar ik merk nog steeds een stuk depressie met angststoornis en daar ben ik buiten Feniks mee bezig, om echt wat meer die kern op existentieel gebied te zoeken.

Respondent 2

Toen zei de dramatherapeut: duw is tegen het kussen aan; eerst was ik gewoon zwak en op gegeven moment kwam er uit mijn lichaam een kracht waarvan ik niet wist dat ik het had maar ik had bijna niks gegeten dus dan vraag ik me af hoe haal je.. maar dat komt gewoon omdat mijn spieren continu aan hebben gespannen gestaan voor twee á drie maanden lang, en om dan in één keer al die kracht die er in zit opgebouwd om weet ik veel, te vluchten voor iets wat er helemaal niet is, om dat er in één keer uit te kunnen laten, op dat moment, gewoon jankend dat te kunnen doen, dat was zo raar om dat te bedenken qua je valt net nog flauw en daarna heb je de immense kracht waarvan ik zelf niet wist dat ik het had.

Ja, ik denk dat het een beetje hetzelfde metafoor is als die muur, als iemand heel direct is en je kan er niet tegen in, hij vind iets, het is zijn mening en ik kan niet aan iemands mening iets aanpassen, al vind jij mij een klootzak, dan is dat zo, dan kan ik er niet iets aan gaan aanpassen, tenzij ik probeer het om te buigen maar dat is allemaal veel te lang, daar heb ik geen zin in om dat te doen. Maar als iemand met een kracht tegen een muur aan gaat duwen, ga je het niet omver krijgen en dat vind ik heerlijk en dan ga ik te rade, waarom kan ik hem niet omver krijgen: oh, omdat ik gewoon dit niet heb en dan simpelweg: dan heb je het gevonden

Respondent 3

Ja de beste manier die ik een deel van DvT ook kan beschrijven, DvT ligt heel erg op het vlak waar je probeert te spelen met dingen die lastig zijn. En dingen die, vaak emotionele dingen die lastig zijn waar mensen moeite mee hebben en als je dat in een spel en soms ook surrealistisch, soms realistische situaties, als je dat in spel teweegbrengt wat je dan krijgt is, als je vaker dingen speelt, dat je dan meer, hoe vaker je dat soort dingen opzoekt ook, beetje die lijn zeg maar, op gegeven moment kun je er gewoon meer mee als mens. Ik heb dat zelf heel erg gemerkt met dingen die ik dan naar vond, dat ik, met DvT zeg maar, dat je op gegeven moment gewoon, dat je dingen ook kunt aangeven en dat begint heel simpel dat je dingen kunt zeggen van: jo ik vind dit niet fijn. En dat is iets heel kleins en hoe vaker je er.. op gegeven moment kun je gewoon zelfs spelen en interactie hebben met dingen waarbij je eerst gewoon bevriest of niks mee kan of niet echt, je weet dat je het naar vind maar je kunt het moeilijk uitdrukken zeg maar. Ja.

Ik merkte ook in die zin, in het begin vond ik het nog best wel moeilijk om met bepaalde dingen te spelen, wat interessant is en wat me ook heel erg intrigeerde omdat ik, persoonlijk ben ik best wel een theaterpersoon, een dramapersoon. Dus ik kan met heel veel dingen spelen maar dan gaat het om je eigen emoties en dingen die blegh zijn. Dan is dat ineens veel moeilijker, sta je ineens ergens zo van fuck, ik kan hier gewoon niks mee, ik vind het gewoon lastig. Dat is bizar zeg maar.

De dramatherapeut weet heel vaak extreem exact dingen na te spelen en dingen te personificeren, hele gevoelens en daarover karakters te scheppen of dingen, zo ontzettend goed te personificeren en het mooiste hieraan is dat ik me heel vaak realiseer van, dit is super accuraat ook al heb ik het nog nooit met hem hierover gehad.

Een grappig fenomeen is het feit dat ik persoonlijk het beste ben, ervaar ik het beste spel vaak met soms surrealistische maar vaak non humanistische dingen. Heel bizar voorbeeld, het spelen van robots en dan compleet geen menselijke taal, niks, en toch begrijp je het beide heel erg goed wat er eigenlijk gebeurt ook al heb je geen normale taal en dat soort dingen.

Zeker, dat is een van de fijnste dingen aan DvT, het speelbaar maken van hele lastige dingen in situaties. Zoals ik al zei soms heel surreëel soms ontzettend realistisch maar vaak ook wat meer in het bizarre en dan gaat het soms in hele... bijvoorbeeld een apart idee of concept of hoe je het wil noemen, als je het speelt, is het feit als je je eigen soort van comfort zone en dan verschillende gradaties daarin en dan ook letterlijk door als een soort kantoor door een comfortzone proberen te gaan en de deur open doen en dat soort dingen of bepaalde gevoelens en dingen die redelijk speelbaar zijn als monsters of iets dergelijks.

Je kunt een huis ook niet bouwen zonder fundament. De eerste tijd ben je eigenlijk het fundament aan het leggen en ook voor het drama gedeelte en voor het kunnen spelen met dingen en het is trouwens ook een van de dingen, die ik het beste kan beschrijven aan DvT, is dat wat de dramatherapeut ook zo goed kan, is dat hij je eigenlijk steeds meer uitnodigt om te spelen, om wat meer te doen met dingen die ook naar zijn. En dan maakt het niet uit hoe je het doet, het kan ook zo bizar mogelijk, het maakt niet uit, zolang je maar meer op gegeven moment het gevoel krijgt dat je meer kunt en dat je jezelf beter kunt wapenen in situaties waarvan je weet van; oké ik vind dit heel erg naar maar ik kan er ook niks aan doen en dat gaat vast nog wel een keer gebeuren in me leven of er gaan dingen gebeuren die me eraan doen denken, of iets met dat emotionele spectrum gaat nog gebeuren maar hoe vaker je eigenlijk meer vrijheid hebt op zo'n moment in plaats van een eigenlijk geforceerde keuze, wat je in heel veel ervaringen ziet, hoe beter je zo'n moment door kunt gaan en hoe beter je erop voorbereid bent.

Je bent eigenlijk, om een metafoer te geven je bent eerst met dat fundament met het spelen bezig, dan merk je dat je steeds meer kunt spelen met dingen en uiteindelijk ga je steeds meer naar de emotie toe van, waarom voel ik dit, oké ik voel dit en nu, hoe verder en dan op gegeven moment kom je steeds dichterbij een moment dat je accepteert dat iets naar is of dat je het moeilijk vindt om met iets te dealen maar dat je wel weet ik kan hier mee dealen en dat is eigenlijk het laatste deel meer. Is van ja.

Wat ik heel fijn vond, is sommige momenten waarop ik juist ook niet kon spelen met iets naars, oké dan gaan we terug naar iets waarmee je wel kunt spelen, waar je een wat groter speelvlak hebt zeg maar en dan gaan we steeds een beetje richting die rand toe zeg maar en op gegeven moment merk je dat je over die grens heen bent en dat je gewoon je speelvlak wat hebt verruimd naar dingen die lastiger zijn en dat ja.

Ja ik heb de dramatherapeut als personificatie van bepaalde dingen ook best weleens dood gemaakt zeg maar, ja dat kan ook, zo bizar. Ja, wat heb jij tijdens je sessie met je therapeut gedaan? Ja ik heb hem gewoon dood gemaakt, gewoon morsdood.

Respondent 4 (dramatherapeut)

Maar het is een soort hè, alsof je van een skischans springt, dat gevoel heb ik weleens, van omdat ze dan, je bent aan het glijden naar beneden, nu praat ik dan in een metafoor,

Maar je bent aan het glijden naar beneden. Ze willen eigenlijk niet glijden want ja, de skischans eindigt, weet je dat is het letterlijk. Ik ga echt niet eh hé: wat dan? Maar dan heb je het daarover en dan speel je daarover, je glijdt, je glijdt, en op gegeven moment komt dat moment of dat nou in gesprek is, of in een bepaald moment in spel, dat er iets doorbroken wordt en dan springen we, we springen samen, en dan is het eigenlijk de vraag, spring je dan.. op wat voor manier spring je, spring je toch op een bepaalde manier gecontroleerd om wel met je ski's onder je voeten te blijven richting een landing of ga je in een salto en ga je met, en kom je op je rug terecht, en ergens hebben ze het wel nodig om gewoon op hun ski's te landen maar in de lucht mag het, ja, valt de controle weg, en valt het allemaal weg maar dat mag ook, dus het is heel belangrijk om ze altijd ook heel erg te kaderen weer. Dat dat, die intensiteit mag er zijn en die moet er ook zijn maar binnen de veiligheid dat het voelbaar blijft en dat ze zichzelf niet kwijtraken daarin

Ja een voorbeeld is ook, als ik een gedachte heb, een metafoor, kan bijvoorbeeld in het begin zijn een klok wat meer spreekt voor de tijd. De tijd van het leven, dus dat is wat meer wat overstijgend nog waar ze zich aan kunnen relateren en dat kan bijvoorbeeld toewerken naar bijvoorbeeld zo'n metafoor hè, wat ik nu zeg, zo'n skischans of dergelijke waarbij het echt gaat, met name waarbij ik wijs, waarbij ik veel meer het individu zelf, de jongere zelf centraal zet in dat metafoor en in het begin ik wat meer de metafoor zelf speel. Dan ben ik een klok hè. Of dan maak ik een geluid van een klok of een zinkend schip of nou noem maar op, of een zandkasteel in de branding of een sloopkogel en honderdduizend andere dingen natuurlijk. En naarmate de sessies vorderen zien we dat de metaforen blijven terugkomen. De jongeren zelf zijn meer in dat spel van dat metafoor, zelf bezig, met hun eigen dingen en binnen dat metafoor kan ik ze uitdagen, kan ik ze prikken kan ik ze uit het lood halen eigenlijk, om het zo maar te zeggen. Ja, dus ik denk, als ik het zo zeg, dat die metaforen intenser worden of meer persoonlijk worden, waarbij de jongere zelf meer speelt in het eigen stuk van zijn of haar eigen metafoor, wat kan leiden tot zelfs zonder metaforen te spelen, gewoon één op één bijna, ja, gewoon spelen met die thematiek van, ik wil niet meer, of ik durf dit niet of hè, dus echt vanuit het eigen stuk te zeggen: ik wil dit niet, ik kan dit niet, of nou, welke woorden het dan ook kunnen zijn, waarbij het heel kaal wordt, dus de metaforen vallen zelfs ook weg, de discrepantie worden nog kleiner, je speelt echt met hetgeen wat er gewoon is maar het is speelbaar ja. Ja, dat is een proces wat langer is absoluut.

Zo kan je bijvoorbeeld spelen met aanraking zonder elkaar aan te raken, met geluid, met doen alsof je al iemand aanraakt, is, kan al heel speelbaar worden en heel spannend zijn waarbij je heel dichtbij iemand kan zijn maar je kan ook 5 meter afstand hebben en spelen met aanraking. Dat ben ik vooral in het begin aan het doen, joinen, in het begin ook heel veel joinen, veel samen spelen en ja op gegeven moment dus steeds meer die, het vergroten van het uitbouwen van die spanning, door de jongere zelf steeds centraler te zetten in het eigen spel, uit te nodigen, uit te lokken ook, uit te dagen, soms wat directiever te worden in spel, ook durven niet leuk te zijn in spel. Dat is denk ik iets waar ik, en in leer en iets waarvan ik steeds meer merk van, hey, die stap is echt nodig en dat maakt ook dat ze vaker zeggen van oké, we gaan niet meer spelen want ja, het is gewoon niet leuk, en dat ik zeg oké, wat is de intentie van therapie of dramatherapie, dat het leuk is of dat het spannend.. he.. dan hebben we het daar dus over.

Dus minder leuk zijn maar wel speelbaar blijven en ook leren dat niet leuk zijn ook heel leuk kan zijn in het spel, spelen met niet leuk en dan heb je weer dat stuk wat ik zei van zowel die grimas als de glimlach tegelijk kunnen hebben, die intensiteit van beide gevoelens kunnen voelen. En ja ik merk ook wel dat ik, mijn spel zelf complexer wordt, volgens mij heet dat de Picasso of onder andere, maar dat je dus bijvoorbeeld in, op, in lichaamstaal, puur non-verbaal als een monster op iemand af komt of als iets gruwelijks of als iets vies of wat dan ook, maar in je woorden heel lief bent of andersom, en dat je daarin de cliënt eigenlijk de ruimte geeft of de jongere de ruimte geeft van, ja, welke van de twee kies ik, kies ik de leuke of de niet leuke en dat is natuurlijk de eerste uitnodiging al om te kijken oké, waar wil de jongere heen? Wil die naar de makkelijk kant van ja, ik kies het leuke of durft die langzaam naar de, dat enge stuk te gaan wat het ook moge zijn natuurlijk en soms kan het enge stuk eerst gewoon eng, zijn door te spelen met een monster, wat vanuit een theorie, ja een monster is eng, dat hoeft natuurlijk helemaal niet, maar even spelen met een soort stereotype.