

NEE!

'Nee. NEE! Dat wil ik niet!', schreeuwt Tom en duwt zijn moeder ruw van zich af. Hij wil niet met de piepbeestjes spelen. Tom wil heel veel niet. Dan schreeuwt hij en slaat hij vaak. Tom snapt niet goed wat ze van hem verwachten. Terwijl zijn ouders hem juist graag willen helpen. Via Theraplay leren zij elkaar beter begrijpen.



Wat is Theraplay?

Theraplay is een directieve speltherapie waarbij de ouders als paraprofessionaal worden opgeleid binnen de behandeling. In de jaren zestig is Theraplay in Amerika door Ann Jernberg en Phillis Booth ontwikkeld als een vorm van therapie die inzet op een gezonde ouder-kind relatie. Pas dan kan er immers een gezonde sociaal-emotionele ontwikkeling tot stand komen.

Theraplay is interactief en gebaseerd op de relatie tussen ouder en kind. Het betreft directe 'hier en nu ervaringen', is specifiek op het kind afgestemd, gericht op het preverbaal, sociale ontwikkelingsniveau, multisensorisch van aard en speels van karakter (Booth, 2010).

Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat Theraplay effectief is bij kinderen met inter- en externaliserend probleemgedrag (Siu, 2009; Wettig, 2011) en het de sociale vaardigheden verbetert (Siu, 2014). In Amerika is Theraplay evidence-based effectief bevonden. Momenteel werkt Theraplay Nederland aan het opnemen binnen het Nederlands Jeugdinstituut als effectieve jeugdinterventie.



Tom (5 jaar) is al vroeg met autisme gediagnosticeerd. Zijn ouders hebben inmiddels veel geleerd over autisme, maar worstelen nog in de dagelijkse omgang met Tom. Een schattig jongetje om te zien, maar vaak én snel boos omdat hij de wereld niet goed begrijpt. Tom gebruikt medicatie die hem ondersteunt. Toch is het vaak uitputtend om de dag door te komen. Vader weet eerlijk gezegd niet goed hoe lang hij dit nog vol kan houden.

Intake en doelstelling

Tijdens de intake vertellen zijn ouders dat zij graag beter willen leren omgaan met Tom. Zodat niet iedere dag een strijd is en ze misschien meer samen kunnen genieten.

We starten het Theraplaytraject met een MIM (Marschak Intervention Method), een gestructureerde spelobservatie waarmee we de relatie tussen Tom en zijn ouders bekijken en vervolgens de doelen voor Theraplay bepalen. Tom en zijn ouders voeren daarbij een aantal spelopdrachten uit. De opdrachten zijn duidelijk, maar ook vrij. Zoals: maak samen een tekening. Zo kunnen we goed zien op welke dimensies - structuur, betrokkenheid, uitdaging en verzorging - de ouders en Tom sterk zijn en waar versterking nodig is. Tijdens de terugkoppeling wordt dit, met videomateriaal vanuit de MIM, verduidelijkt.

We besluiten dat de Theraplay zich zal richten op:

- Vergroten van sensitiviteit van de ouders richting Tom; Tom beter leren 'lezen'.
- Meer handvatten voor het aanbrengen van structuur, op positieve wijze.
- Verbeteren van de emotieregulatie van Tom.
- Tom leren om woorden te gebruiken in plaats van direct fysiek (afwerend) gedrag.

De ouders

We starten met een oudersessie. De ouders krijgen zelf Theraplay en zo maken we de vertaalslag van theorie naar praktijk. We spelen samen Theraplay-spelletjes, zoals 'Pindakaas & Jam'. De therapeut zegt, met verschillende stemmetjes en snelheden, 'pindakaas' en de ouders moeten dit exact nadoen

met het woord 'jam'.

In het begin gaat het heel snel en luid, langzaam wordt het rustiger en zacht tot fluisterend. 'Pindakaas & Jam' is een structurerend spelletje, waarbij je van een hoog *arousal-niveau* weer naar beneden komt. Terwijl je ook goed op elkaar moet letten, op je beurt moet wachten, maar vooral samen kunt lachen.

De behandeling

In het begin vindt Tom het allemaal best spannend. Hij verstopt zich achter zijn ouders als ze worden opgehaald uit de wachtkamer. Gelukkig gebeurt dat elke week met een knuffel in de vorm van een grote groene slang en lopen we in colonne naar de Theraplay-kamer. Daar starten we met een vast ritueel, de 'check-up'. We kijken of Tom en zijn ouders wel alles bij zich hebben om spelletjes te spelen: tien vingers, twee armen, twee benen. Tom houdt van tellen. We zitten dicht bij elkaar en er is even alle aandacht voor hem. Daarna starten we met verschillende Theraplay-interventies (spelletjes).

Na een aantal weken wordt Tom lossier. Hij is drukker, maar ook opstandiger. Zijn sterke verzet komt vaker naar voren als hij ons niet begrijpt, als wij ons niet duidelijk genoeg maken of wij hem niet begrijpen. Het is een periode van vallen en opstaan. Gedrag dat thuis zo ingewikkeld kan zijn, komt hier tot uiting.

Elke sessie sluit af met een gezamenlijke snack. Zo kan Tom tot rust komen terwijl hij iets lekkers krijgt van zijn ouders. Ze luisteren samen hoe dit lekkers kraakt in hun mond, of doen wie het hardst kan kraken.

Therapieverloop

Na vijf sessies met beide ouders evalueren we het verloop van de Theraplay, met behulp van video-opnames. Tom vindt het leuk, zeggen zijn ouders. En het is prettig om samen te spelen. Thuis zien zij verbetering in de manier waarop Tom contact maakt en een afname in zijn overprikkeling. Hierbij is het lastig exact te bepalen wat er aan de medicatie en wat er aan de Theraplay is toe te schrijven. Het idee is wel dat - doordat Tom het goed doet op zijn huidige medicatie - hij meer profiteert van

- > de Theraplay. Ook lukt het de ouders thuis vaker om Tom op een positieve manier te structureren, om overprikkeling te voorkomen of Tom hier weer uit te krijgen.

We vergelijken beelden van de eerste sessies van het 'snackmoment' met beelden van de laatste sessies. Er is een duidelijke vooruitgang in de manier waarop Tom kan afstemmen op zijn ouders. Er zijn verbeteringen in oogcontact, de beurt nemen en geven, in taalgebruik - van korte commando's naar het stellen van vragen of zeggen wat hij wel en niet wil - en een afname in weerstand - 'Nee!' roepen.

Ballonnen

Het Theraplaytraject gaat verder. De structuur van de sessies blijft hetzelfde. Zo zijn ze voorspelbaar voor Tom en ervaart hij minder spanning. Het aantal activiteiten wordt uitgebreid. Zoals met het vaste onderdeel 'ballonnen blazen & ballonnen tennis'. Iedereen blaast zijn eigen ballon op, laat die door de kamer wegschieten om te kijken welke het verst komt. Ze maken een grappig geluid, waar Tom en zijn ouders hard om moeten lachen.

Later blazen ze samen een ballon op. Een ouder blaast en Tom plaatst voorzichtig zijn handen om de steeds groeiende ballon. Dat voelt grappig. En het is een moment van intimiteit, waarbij Tom en zijn ouders betrokken zijn bij elkaar, op een verzorgende en ontdekkende manier. Waar Tom in het begin opging in de ballon zelf, speelt hij nu samen met zijn ouders met de ballon.

We gaan tennissen met ballonnen. Een gezamenlijk spel, waarbij Tom steeds beter de beurt kan geven en nemen, hard of zacht overslaan, wachten en actie ondernemen. Hij is er trots op dat de ballon al twintig keer overgeslagen kan worden. Wij ook, en geven hem extra applaus. Tom's gerichtheid op zijn ouders lijkt te groeien en zijn ouders lijken hem steeds beter te kunnen begrijpen.

Uiteraard gaat niet altijd alles goed. Wanneer moeder tijdens het dierenspel - doen alsof je een kip bent en door de kamer wippen - te dicht bij Tom's gezicht 'tokt', slaat Tom haar midden in het gezicht. Dat is even slikken. Zijn moeder herpakt zich snel en zegt rustig: "Je vond dat ik te dichtbij kwam, daar schrok je van. Ik zal het niet meer doen. Dat kun je volgende keer zeggen."

De afronding

Na zo'n twintig sessies concluderen we met de ouders dat er verbeteringen zijn op alle vier fronten van de therapie. De ouders kunnen nu beter 'achter' het gedrag van Tom kijken en daardoor rustiger, passender of positiever reageren. Ook begrijpen ze zijn gedrag

Werkzame elementen Theraplay

- Veel plezier hebben samen
- Directieve speltherapie
- Ouders en kind zijn evenredig intensief betrokken
- Video feedback
- Eenvoudige spelvormen die verdiepend kunnen worden uitgebreid op de punten die voor ouder en kind belangrijk zijn
- Nog meer plezier hebben samen.

sneller en beter verbaal. Dit maakt het ook voor Tom zelf duidelijker waarom hij reageert zoals hij doet. Tom is meer gaan praten wanneer hij iets niet leuk vindt of spannend. Hij kan zelfs differentiëren tussen 'een beetje spannend' en 'heel spannend'. Tom verdraagt daarnaast zijn gevoel van overprikkeling beter en langer, waardoor hij minder snel boos wordt. Thuis zijn de boze buien, het slaan en schoppen, afgenomen. Tom lijkt ook iets meer betrokken op zijn omgeving, hij kan beter de beurt nemen en geven en langer in contact zijn met een ander. Hij neemt hierin spontaan meer initiatief. Er is meer rust in de relatie tussen Tom en zijn ouders. Als hij zich overprikkeld voelt, weet Tom dat dit gevoel weer kan zakken en zijn ouders hem hierbij kunnen helpen. Tom en zijn ouders begrijpen elkaar beter.

tekst: Léanne Dijkstra-de Neijts, gz-psycholoog & Marc Reusens, kinder- en jeugdpsychiater
tekening: Tim Peters (8 jaar)

literatuur

- Booth, P., Jernberg, A. (2010). *Theraplay. Gehechtheid tussen ouders en kinderen verstevigen door spel*. Amsterdam: Hogrefe uitgevers
- Siu, A.F.Y. (2009). Theraplay in the Chinese world: An intervention program for Hong Kong children with internalizing problems. *International Journal of Play Therapy*, 18(1), 1-12
- Siu, A.F.Y. (2014). Effectiveness of Group Theraplay® on enhancing social skills among children with developmental disabilities. *International Journal of Play Therapy*, 23(4), 187-203.
- Wettig, H. G.; Coleman, A. R.; Geider, F. J. (2011). Evaluating the effectiveness of Theraplay in treating shy, socially withdrawn children. *International Journal of Play Therapy*, 20(1), 26-37.



