

# Maak het verlies

## aanschouwelijk

*Jonge kinderen kunnen hun ervaringen bij een scheiding, ernstige ziekte of het overlijden van een ouder vaak moeilijk verwoorden.*

*Verlies in Beeld, ook wel poppetjestaal genoemd, kan dan helpen.*

*De methodiek maakt het verlies aanschouwelijk en concreet zonder dat er veel woorden voor nodig zijn. Beelden doen het werk.*

*Machteld Lavell en Riet Fiddelaers-Jaspers*



De vijfjarige Job heeft slaapproblemen en is vaak lusteloos op school. Zijn ouders zijn aan het scheiden en vragen Marieke, de intern begeleider, om eens met hem te praten. Ze vraagt hem om uit een bak met poppetjes een papa, een mama en een poppetje voor zichzelf te zoeken en ze op tafel te zetten. Hij zet papa neer, legt mama op haar buik liggend op tafel en hij kiest een klein poppetje voor zichzelf met de armpjes omhoog die op afstand toekijkt.

Marieke heeft de training Verlies in Beeld gevolgd en zet dit met toestemming van beide ouders in<sup>1</sup>. Bij jonge kinderen zoals Job wordt de methodiek in een eenvoudige vorm ingezet. Hun aandachtsspanne is kort dus gaat het methodisch werken al snel over in spel. Maar in die korte tijd wordt vaak veel zichtbaar, zoals bij Job. Hoewel zijn ouders uiteindelijk in goed overleg hun relatie beëindigd hebben, zit Job nog behoorlijk in zijn maag met een conflict tussen zijn ouders waarvan hij onbedoeld getuige was. Zijn vader had zijn moeder vastgepakt waarbij ze was gestruikeld. Nu blijkt dat Job dat ervaren heeft als een bedreigende vechtpartij.

Als Job naar het beeld kijkt wat hij zelf heeft neergezet, moet hij huilen.

Nadat hij bedaard is, vraagt Marieke of er iets of iemand is die hem kan troosten. Job zet Max, de hond, in de opstelling. Hij mag van Marieke foto's maken van het beeld en ze vraagt of ze deze aan papa en mama mag laten zien. Daarna mag Job de poppetjes zo neerzetten zoals hij het zou willen. En hij zet papa en mama weer dicht bij elkaar en zichzelf tussen hen in. 'Zo,' zegt hij: 'Geen ruzie meer!'

Voordat Marieke de foto's aan Jobs ouders laat zien, vraagt ze hen geen oordeel te vellen of over de waarheid te twisten. Dit is de perceptie van hun kind en het is belangrijk die serieus te nemen. De ouders van Job hadden er geen idee van dat Job hier zo van geschrokken was. Ze gaan met hun zoon in gesprek om uit te leggen wat er gebeurd is en om sorry tegen hem te zeggen. Ze verzekeren hem dat ze allebei altijd van hem blijven houden en dat het heel goed is dat hij dit verteld heeft. Samen gaan ze met hem het werkboekje *Ik hoor bij jullie allebei* doornemen om te zorgen dat ook de gevoelens van Job serieus worden genomen<sup>2</sup>.

### Praten via beelden

Werken met *Verlies in Beeld* is een methodiek die het voor kinderen mogelijk maakt opnieuw naar een ingrijpende gebeurtenis te kijken zonder overweldigd te raken<sup>3</sup>. Ze hebben nauwelijks woorden nodig, beelden doen het werk. Het zich voor hun ogen ontvouwende beeld, toont hun eigen verhaal, terwijl het toch draaglijk blijft en helend werkt. Om te zorgen dat het kind niet opnieuw in de ingrijpende gebeurtenis wordt gezogen, wordt in de derde persoon gewerkt. Je zegt bijvoorbeeld, terwijl je het poppetje aanwijst dat het kind voor zichzelf heeft uitgekozen: 'Wat gebeurde er met dit jongetje?' 'En wat deed hij toen?' Zo kunnen kinderen vanaf een afstandje kijken naar wat zich voor hun ogen ontvouwt.

Het is opmerkelijk hoeveel kinderen oppikken van gebeurtenissen waar-



koffertjes (bij echtscheiding, verhuizing of vluchtgeschiedenis) zijn nuttig. Kinderen weten altijd precies wat nodig is, jij hoeft het niet allemaal te bedenken.

### Mamavogel is ziek

*Toen er bij mij (Machteld) borstkanker geconstateerd werd, kwam dit slechte nieuws als een donderslag bij heldere hemel<sup>4</sup>. Ik wist niet hoe hiermee om te gaan naar de kinderen (14, 9 en 2 jaar oud). Ik vond het nog het lastigste bij mijn zoontje van bijna twee. Hij werd erg onrustig van de sfeer in huis en voelde het verdriet en de angst, maar kon er nog geen woorden aan geven. Van spanning begon hij zijn ontlasting op te houden en liet hij ons niet meer los. Toen wist ik dat ik een manier moest vinden. Met behulp van een houten boom en vogelfiguurtjes vertelde ik over een moedervogel die ziek werd en niet meer kon vliegen; ze ging steeds een takje lager zitten. Ze moest vaak naar de dokter in het ziekenhuis en werd geopereerd. Zo maakte mijn zoon zich de werkelijkheid spelenderwijs eigen. Zijn ontlasting kwam weer op gang en hij huilde aanzienlijk minder.*

over (nog) niet gesproken wordt. Ouders schrikken hiervan, ze denken vaak de moeilijke zaken in het leven zoals relatieproblemen, ernstige ziekte of een verwacht overlijden weg te kunnen houden van hun kinderen. Kinderen vertellen met de poppetjes hun eigen verhaal, op hun manier.

alleen maar groter. Bovendien voelen ze zich alleen gelaten omdat ze erbuiten worden gehouden.

*De zevenjarige Daphne zoekt een poppetje voor papa en vraagt mij of er ook een poppetje is met een boos gezicht. Dan vraagt ze me om die twee aan elkaar vast te maken. Papa kijkt met een lief gezicht naar haar, maar als mama in beeld komt, wordt consequent de boze kant naar voren gedraaid.*

Ouders houden de waarheid vaak weg voor kinderen met de bedoeling hen te beschermen. Maar kinderen zijn zeer sensitief voor stress en spanningen in huis. Ze kunnen dan niet duiden wat er aan de hand is en dat maakt de angst

## ‘Jonge kinderen pikken heel veel op van gebeurtenissen waarover niet gesproken wordt’

### Materialen en symbolen

Bij *Verlies in beeld* worden Duplo- en Playmobilpoppetjes in diverse soorten en maten gebruikt om de situatie te neer te zetten. Ook dierfiguren komen vaak van pas. Een onmisbaar symbool is een zogenaamd schatkistje (of ‘edelsteentjes’ of hartjes) om de loyaliteit aan de ouders te visualiseren. Verder is allerlei materiaal inzetbaar zoals een zwaard, ridder, ziekenhuisbed, een dokter. Ook stokjes, blokken, touwtjes, schildersplakband en

*Toen de chemokuur begon, verloor de moedervogel haar veertjes. Met het bedje en het infuus van Playmobil werd duidelijk dat de dokter er alles aan deed om haar weer beter te maken. Ik visualiseerde de chemokuur met kleine stukjes klei in een oude pillenstrip, net zo veel pillen als de duur van de chemokuur. Gedurende het hele ziekte- en herstelproces speelde de vogelboom een belangrijke rol om mijn zoon te informeren en erbij te betrekken<sup>5</sup>.*



Duplo- en Playmobilpoppetjes spelen een centrale rol bij Verlies in beeld

### Dood en verdriet

De methodiek is tevens inzetbaar wanneer jonge kinderen met overlijden geconfronteerd worden. Om uitleg te geven over wat er te gebeuren staat, maar ook voor de tijd erna als het kind verdrietig is.

*De zevenjarige Lotte is de jongste van vier kinderen<sup>6</sup>. Haar vader is twee jaar geleden overleden. Ze komt bij de rouwtherapeut omdat moeder zich zor-*

*verdrietig was. Er wordt een grote traan bij de school gelegd. En Lotte legt ook een traan bij haar poppetje en moet vervolgens erg huilen. Volgens Lotte is mama altijd zo verdrietig als ze haar naar school brengt. Mama geeft toe dat dat inderdaad een tijd zo geweest is, maar dat het nu niet meer zo is. Ze is alleen thuis nog wel eens verdrietig. De traan van mama wordt naar huis verplaatst. De therapeut stelt Lotte voor om haar grote traan te ver-*

## ‘Een kind heeft nauwelijks woorden nodig, beelden doen het werk’

*gen maakt. Afscheid nemen bij school is een drama en er komt geen verandering in. De therapeut vraagt haar om haar huis neer te zetten en de mensen die er wonen. Lotte zet ook papa erbij. Dan kijkt ze weer en zegt: ‘Hij moet liggen.’ Dat wil ze overigens niet zelf doen, die stap is te groot. Dan wordt de school neergezet en vertelt ze dat mama op school kwam om te vertellen dat papa dood was en dat mama zo*

*delen in kleine traantjes en deze in een schatkistje te doen. Enthousiast begint Lotte traantjes te zoeken. Bij 25 stopt ze, dat zijn er genoeg. Het kistje mag mee naar school en Lotte zal iedere dag mama een traantje mee teruggeven naar huis. Het kistje hoeft ook niet helemaal leeg te raken, maar op deze manier kan Lotte de overgang naar school beter maken en heeft ze zelf ook meer controle over haar tranen.*

### Parentificatie

We gebruiken de methodiek ook om parentificatie duidelijk te maken. Hierbij staan kinderen hun kindplek af, hoe klein ze ook zijn, om emotioneel de plek van een partner of ouder in te nemen. Dit is bijna de ‘normale’ gang van zaken bij verliessituaties als scheiding, ziekte en overlijden. We gebruiken vaak houten blokjes om inzichtelijk te maken dat het kind zich ‘te groot’ heeft gemaakt en zoeken samen naar manieren om weer ‘af te kunnen dalen’ en gewoon kind te kunnen zijn. Waarbij ze op een bij de leeftijd passende manier gerechtigd zijn om hun vader of moeder te troosten zonder het verdriet emotioneel op hun nek te nemen.

### Tot slot

Poppetjestaal geeft kinderen woorden waar ze nog geen woorden hebben. Het is een taal die helpt bij het uitleggen van ingrijpende gebeurtenissen. Een taal die behulpzaam is voor kinderen om naar buiten te brengen wat zich vanbinnen roert. ●

*Bij dit artikel horen zes referenties; deze zijn op te vragen via [vroeg@dgcommunicatie.nl](mailto:vroeg@dgcommunicatie.nl).*

### auteursinformatie

Machteld Lavell is rouwtherapeut met een eigen praktijk Helder in Bilthoven. Ze is trainer en geeft onder andere de trainingen Verlies in Beeld en Een pleister tegen tranen. Riet Fiddelaers-Jaspers is rouwen traumatherapeut met een eigen supervisiepraktijk. Ze is trainer en opleider en is verbonden aan het Expertise-centrum Omgaan met Verlies.