

‘Misbruik in vertrouwensrelaties’

Verslag van de studiedag verzorgd door Suzie Taylor op
18 september te Woerden.

Alexandra Rakemann is dramatherapeute bij GGZ-Assen en psychodramatherapeute in opleiding.

Introductie

Susie Taylor is door de sectie Psychodrama van de NVGP uitgenodigd om in Nederland de studiedag ‘Misbruik in vertrouwensrelaties’ te verzorgen. Taylor is geregistreerd psychodramaturg en psychotherapeut bij de British Psychodrama Association. Sinds 1983 werkt zij als psychodramatherapeut. Tevens is zij medeoprichter van de Oxford Psychodrama Group en het Birmingham Institute for Psychodrama. In 2003 ontving ze de Lifetime Achievement Award van de British Psychodrama Association. Zij werkt zowel met daders (in een gevangenis) als met slachtoffers, met rooms-katholieke priesters en nonnen en met mensen met persoonlijkheidsproblematiek.

De dag werd georganiseerd door Edith Wegman en Carine Burger en geïntroduceerd door Pim van Dun. De introductie betreft echter een speciaal doel, namelijk: het lanceren van het zojuist verschenen boekje: *En dan ben je nu weer Ellis... Klein Lexicon van Psychodrama*, geschreven door Edith Wegman. Na deze feestelijke bekendmaking neemt Susie Taylor het stokje over.

Warming-up

Zo het een goede psychodramaopbouw betaamt beginnen we met een warming-up. De vierendertig deelnemers staan in de kring en stappen een voor een naar voren met de tekst: ‘Ik ben... (Alexandra), en ik breng... (humor)’.

Deze warming-up wordt gevolgd door een tweede ronde waarin eenieder naar voren kan stappen met de tekst: ‘Ik hou van...’. Degenen die zich daarin herkennen doen vervolgens ook een stap naar voren.

Tot slot wordt gevraagd of je de personen die je kent vast wilt pakken. Twee deelnemers staan los van de groep, de rest kent anderen. Het ijs is gebroken, we hebben wat af kunnen tasten en zijn opgewarmd.

Warming-up op het thema

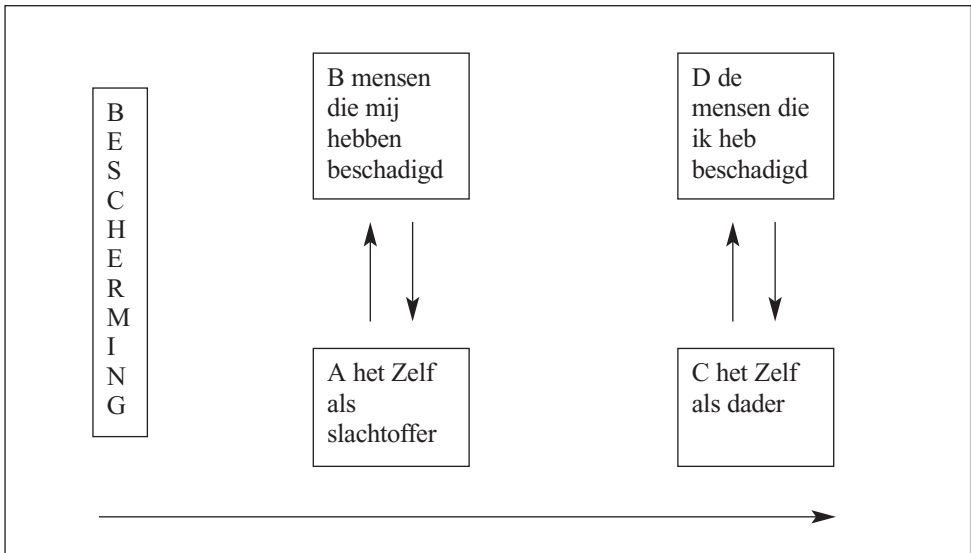
Taylor legt kort iets uit over trauma bij daders en slachtoffers en dan met name over schuld en schaamte.

Vervolgens verdeelt ze de groep in zes sub-groepjes. Drie groepjes proberen zich te verplaatsen in wat daders mogelijk denken en voelen en drie groepjes doen dit vanuit

het slachtoffer. We wisselen bevindingen uit. Taylor zet twee stoelen tegenover elkaar: de ‘daderstoel’ en de ‘slachtofferstoel’. Door in de stoel te gaan zitten kun je laten horen wat deze dader of dit slachtoffer

voelt. De gedachten komen tot leven. Er blijken verschillen te zijn maar ook overeenkomsten, aangezien bijna elke dader, in de ervaring van Taylor, ook slachtoffer is (geweest).

Framework voor het werken met daders



Bovenstaand framework wordt met stoelen uitgezet in de ruimte. Taylor legt uit dat het belangrijk is om te beginnen met ‘de muur van bescherming’ die er altijd is. Je neemt de bescherming niet af, maar geeft het een plek in de ruimte / de scène. Met daders werkt ze doorgaans eerst met het Zelf als slachtoffer (de A-stoel) en de dialoog tussen A en B. Later in het proces kun je werken met het Zelf als dader (C) en de dialoog tussen C en D. De verschillende posities kunnen onderzocht worden in scènes waarin ruimte is voor creativiteit en verbeelding. Dit proces neemt

doorgaans een jaar in beslag en is niet statisch in volgorde. Soms is het nodig weer terug te keren naar voorgaande perspectieven en posities. Soms moeten er bijvoorbeeld weer delen van ‘de muur van bescherming’ op het toneel verschijnen en soms kan er weer een stap gemaakt worden naar nieuwe of andere posities. In de loop van de tijd worden alle vier de posities onderzocht en kunnen ze onderling met elkaar in gesprek gaan.

Taylor maakt gebruik van verschillende technieken, onder andere: rolinterview, lege stoel,

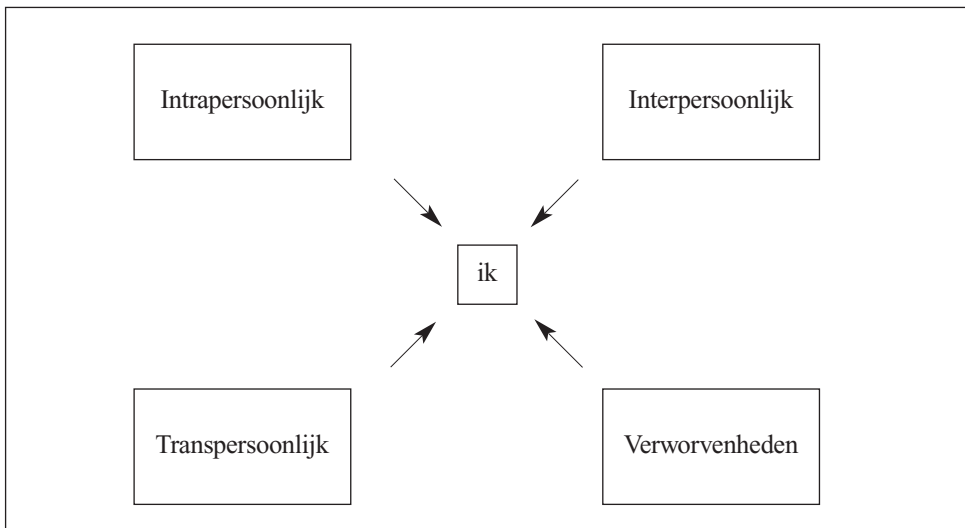
halve rolwissel, hele rolwissel, spiegelen. Ze maakt daarentegen weer minder gebruik van het ‘dubbelen’ omdat ze (in de geest van Zerka Moreno) de informatie van haar protagonist wil krijgen. Bovendien kan een dubbel dieper gaan dan de protagonist op dat moment wil. Taylor geeft over bovenstaand framework uitleg aan de hand van tal van voorbeelden waarin onder andere de dynamieken die bij deze doelgroep kunnen spelen, aan de orde komen. Zo kan het voorkomen dat in de D-positie het ‘slachtoffer’ aangepaste antwoorden geeft en geen woorden geeft aan wat er werkelijk op gevoelsniveau speelt. Taylor plaatst dan een stoel achter deze stoel en noemt dit de ‘chair of truth’. Vanuit die stoel mag alleen maar de waarheid worden gesproken.

De uitleg en aanpak van deze bevolgen vakvrouw is zo inspirerend dat de tijd voorbij vliegt en het ineens pauze is. Na een goed

verzorgde lunch keren we een uur later, enigszins koud doordat de verwarming het heeft laten afweten, terug in de ruimte. Taylor introduceert als reactie op de temperatuur de *hot potatoe*. Enigszins bevreemd zie ik hoe ze haar mond tussen de schouderbladen van een deelnemer drukt en stevig uitademt. Het effect hiervan is echter dusdanig dat al gauw iedereen deze sensatie wil ervaren en er lustig op los wordt ‘geblazen’. De *hot potatoe* wordt gevolgd door een andere fysieke warming-up, waarin we kriskras door de ruimte lopen als hert of roodkapje, of alsof we op een vulkaan lopen, of op eieren.

Framework Intrapsychic Role Atom

Vervolgens krijgen we een framework aangereikt voor het samenstellen van een Intrapsychic Role Atom. In het werken met slachtoffers kan Taylor hier gebruik van maken.



- *Intrapersoonlijk*: Een kwaliteit van jezelf (bijvoorbeeld humor, zorgend, doorzettingsvermogen). Welke boodschap geeft deze kwaliteit jou? (bijvoorbeeld: ik ben er altijd, je kunt 't).
- *Interpersoonlijk*: Belangrijke steunfiguur in je leven (levend, overleden, een dier, vroeger, nu) en wat is zijn / haar boodschap aan jou?
- *Transpersoonlijk*: God, de natuur, de kosmos, muziek, de fantasie, de zon, etc.
- *Verworvenheden*: Een diploma, een examen, medailles, het baren van een kind, etc.

We maken ieder ons eigen Intrapersonische Rol Atoom en wisselen dit uit in de sub-groepjes. Vervolgens vraagt Taylor ons een plek in te nemen in de ruimte op de schaal van 'ik wil graag werken' tot 'ik wil niet werken'. In enkele minuten is zichtbaar wie er wil werken en zijn er twee protagonisten gekozen met wie Taylor ieder dertig minuten aan de slag kan. Als structuur voor het psychodrama neemt ze het Rol Atoom dat we zojuist hebben gemaakt.

Psychodrama 1

Basisgegevens: de protagonist wil in het psychodrama de confrontatie aangaan met een dader in zijn leven. Hij heeft de dader (een oom) in het verleden een brief geschreven waar deze inadequaat op heeft gereageerd en daar wil hij hem mee confronteren.

Zorgvuldig bouwt Taylor de scène op, door de locatie eerst neer te zetten. De protago-

nist zou het gesprek het liefst voeren in een kasteel met dikke muren, één deur en twee bewakers. Vervolgens brengt ze de vier steunelementen van het bovengenoemde Atoom op het toneel. Deze worden door de protagonist uit de groep deelnemers (in dit psychodrama: 'het universum') gekozen. Ze zet eerst de protagonist in de rol van de steunfiguur en vraagt kort wat de boodschap is aan de protagonist en waar hij / zij / het zich bevindt ten opzichte van de protagonist en of hij beweegt door de ruimte of niet. Dan wordt de rol door de ander overgenomen en kan de boodschap worden herhaald. Uiteindelijk ontstaat de situatie dat de protagonist in zijn stoel zit en de volgende boodschappen krijgt te horen:

- *Intrapersoonlijk*: Gevoeligheid: 'Het is oké om te voelen. En vandaag met name: moed, vastberadenheid en onverzettelijkheid.'
- *Interpersoonlijk*: Overleden oma (moeder van de dader): 'Je hebt mijn zegen om te doen wat je nu moet doen.'
- *Transpersoonlijk*: De zon die warmte en liefde geeft: 'Alles komt goed.'
- *Verworvenheden*: Eigen praktijk: 'Je kunt alles bereiken wat je wil creëren.'

Bewakers bij de deur: 'Je bent veilig.'
Het kasteel: 'De waarheid bevrijdt.'

Wanneer de protagonist vanuit zijn stoel luistert naar al deze stemmen en boodschappen raakt hij, naar eigen zeggen, meer geaard. Het helpt hem om uiteindelijk het gesprek met zijn oom te kunnen voeren met

wie hij een rolwissel aangaat. In eerste instantie zit de oom in de ontkenning en op dat punt introduceert de director de ‘chair of truth’. Het geeft de protagonist zichtbaar veel spanning om zich te verplaatsen in de rol van de dader en dan haalt de director hem uit spel. Vanuit een terzijde vraagt ze hem wat hij tegen zijn oom wil zeggen in de tien minuten die nog resten en ze vraagt hoe oud hij was toen het misbruik plaats vond en of dit kind van twaalf ook getuige moet zijn van het gesprek. Het kind krijgt een plek in de scène in de armen van de zon die hem verwarmt. De protagonist stapt weer in spel en gaat het gesprek met de dader aan, vanuit zijn volwassenheid. Hierbij worden de steunfiguren ingezet waardoor de protagonist meer in zijn kracht komt. De dialoog en de rolwissel hierin is beladen en uiteindelijk spreekt de dader hardop uit dat hij verantwoordelijkheid neemt voor wat hij heeft gedaan. Dit was het uiteindelijke doel van de protagonist. Dan vindt er nog een rolwissel plaats met de overleden oma: ‘Het is een opluchting dat het geheim de wereld uit is. Je zult nu meer van jezelf ontvangen’. Vervolgens wordt de oom de deur uitgezet en aan het 12-jarige jongetje gevraagd wat hij nodig heeft. Dit resulteert in een beeld waarin de volwassen protagonist het kind in zijn armen neemt, beiden fysiek in de rug gesteund door een warme zon, en binnen dit beeld vindt ook nog een rolwissel plaats. De laatste interventie is dat beiden door de deur van het kasteel naar buiten gaan en de ‘universe’ tegemoet treden. Het kind krijgt van de director de tekst mee: ‘1, 2, 3

joehoe!’ Wat door de protagonist in de rolwissel nogmaals wordt herhaald.

Taylor besluit de *shareback* pas later te doen en gaat door met het tweede psychodrama.

Psychodrama 2

Basisgegevens: de protagonist, die net ‘genezen’ is van borstkanker, realiseert zich dat dingen veranderen in haar leven en dat er een nieuwe levensfase aan zit komen waar ze tegenop ziet. Ze was altijd erg actief, maar dat verandert.

Ook aan haar wordt gevraagd de steunfiguren op het toneel te brengen.

- *Intrapersoonlijk*: Beweging: ‘Kom dans, beweeg!’
- *Interpersoonlijk*: Een priester en vriend van de familie: ‘Wees jezelf en neem je ruimte.’
- *Transpersoonlijk*: De natuur: ‘Doe je ogen open, kijk maar, de hele wereld is om je heen.’
- *Verworvenheden*: Een voettocht op haar zestigste naar Assisi met tien kilo op de rug: ‘Gewoon doorlopen.’

De ‘oude’ fase bestaat uit drukte, veel dingen, werk, kinderen, zingen, opera. Voorstel om dit neer te zetten in een eivormige cirkel waarin deze elementen (gepersonaliseerd door deelnemers) door elkaar heen golven. De andere steunfiguren zijn overal om haar heen aanwezig.

In de ‘nieuwe’ fase (een ander deel van de speelruimte) staat enkel een stoel. Bij deze

stoel horen de woorden: ‘Ik ben meer alleen. Ik ben verveeld. Het is hier rustiger. Ik wil wel wat doen maar ik ben te moe en wil het niet alleen doen. Mensen blijven te lang. Het is te veel werk om een maaltijd te maken.’

De director vraagt of er een tussengebied is tussen het hele actieve en het inactieve. En merkt tevens op dat de nieuwe fase niet zo aantrekkelijk klinkt. Hoe kunnen we het meer aantrekkelijk maken?

In het tussengebied is de tuin, de natuur (het transpersoonlijke), tai chi en yoga. Op de vraag van de protagonist hoe ze zich van de oude fase naar de nieuwe gaat begeven krijgt ze het voorstel dit op de speelvloer uit te proberen. Als de protagonist in het ‘bewegende ei’ staat voelt ze de energie. Het doet pijn om het oude los te laten. Het wordt niet meer zoals vroeger. De director vraagt welke kleur er bij deze levendige energie hoort. Paars. Ze vraagt haar de kleur vast te houden en mee te nemen naar het tussengebied en de rest los te laten. Ondertussen maakt ze de protagonist bewust van haar prachtige lach die ze zeer zeker niet mag verliezen en begeven ze zich naar het rustige tussengebied.

Dan vraagt de director haar naar haar verjaardag en vraagt ze de protagonist of ze daar cadeaus voor zou willen ontvangen. Eenieder uit ‘het koor’ mag de protagonist een cadeau geven. De protagonist ontvangt onder andere een cd met muziek, een steen met wijsheid, de tango leren dansen, moed. Het is een ontroerend eindbeeld waarin alle steunfiguren achter de protagonist staan opgesteld.

Shareback

Dan is er tijd voor een *shareback* waarin ruimte is om te delen als iets je heeft geraakt of wanneer je herkenning hebt met een bepaald thema. Er is hard gewerkt en veel geïnvesteerd in het afgelopen uur. Velen zijn geraakt door de ingebrachte thema’s en er is veel herkenning.

Na een korte pauze staat er nog de technische nabespreking op het programma. Hierin wordt onder andere stil gestaan bij de vraag of het voor een slachtoffer behulpzaam is om zich te verplaatsen in de rol van de dader en welke technieken hier dan het beste voor ingezet kunnen worden. Afhankelijk van het spanningsniveau bij de protagonist kan gekozen worden voor: alleen beschrijven, de legestoeltechniek, in een rolwissel met de dader iemand kiezen van het andere geslacht, spiegelen. Het zich verplaatsen in de positie van de dader kan helpen in het loskomen van een identificatie met de dader. Taylor benadrukt nogmaals hoe belangrijk het is om kennis te hebben van de hechtingstheorie in het werken met deze doelgroep en verwijst hiervoor naar het boek van Clark Baim e.a..

We sluiten deze dag af met dezelfde oefening als waar we de dag mee begonnen. Dit keer stappen we om de beurt in de kring om datgene weer terug te nemen wat we aan het begin van de dag juist kwamen brengen.

Edith Wegman en Carine Burger spreken een slot- en dankwoord uit. Voor Susie Taylor in het bijzonder, maar ook voor Pim van Dun vanwege zijn introductie en voor

Pierre Delaat vanwege zijn coördinator-
schap van de sectie Psychodrama in de
afgelopen jaren, dat hij inmiddels heeft
afgelegd. Na al deze mooie woorden kan er
worden genoten van een borrel met hapjes.
Ik heb deze dag ervaren als indrukwekkend
en bijzonder inspirerend. In een korte tijd is
er door de deelnemers intensief en diep-
gaand gewerkt, mede door de uitnodigende
en professionele houding van Taylor. Haar
humor, creativiteit en kennis maakten deze
dag tot een uiterst waardevolle en leerzame
dag die ik niet graag had willen missen.

Literatuur

Clark Baim, Jorge Burmeister, Manuela Maciel
(2007). *Psychodrama advances in Theory and
Practice*. Londen / New York: Routledge.

Francis J. Broucek (1991). *Shame and the Self*.
New York: Guilford.

Peter Kellermann and M.K. Hudgins (2001).
*Psychodrama with Trauma Survivors, Acting
out your pain*. London: Jessica Kingsley
publishers.

June Price Tangney, Ronda L. Dearing (2002).
Shame and Guilt. New York: Guilford.