

# De kracht van het dubbelen bij jongeren met een internaliserende problematiek

Emiel Lafeber is dramatherapeut en teamcoach van de klinische jeugdafdelingen in de kinder- en jeugdpsychiatrie Kinnik te Leeuwarden.

## Inleiding

Dit artikel gaat over de techniek dubbelen, die veel wordt gebruikt binnen psychodrama.

Als student aan de opleiding psychodrama van de NVGP viel mij op dat in onze opleidingsgroep deze techniek met ogenschijnlijk gemak werd toegepast.

In mijn werk als dramatherapeut met de zogenoemde DAS-groep Jongeren (depressie, angst, somatoforme stoornis en beginnende cluster B- en C- persoonlijkheidsproblematiek), werd mij pas duidelijk welke enorme drempel deze jongeren moeten nemen om te durven dubbelen, en wat het effect was op de persoon zelf wanneer die een dubbel had gegeven. De focus ligt vaak op de protagonist om deze te helpen in zijn proces, maar met de dubbelaar gebeurt er ook bijzonder veel. Zo is er twijfel of een dubbel wel kan, of je wel 'in mag breken' en het goede gevoel als je net een klein zetje met je dubbel hebt kunnen geven. De jongeren

met wie ik werk hebben ook deze twijfels (en trotse gevoelens). De twijfels komen echter vaak al bovenop de vele twijfels die er zijn en kunnen dan verlamvend werken.

In dit artikel wil ik wat vertellen over deze doelgroep en de manier waarop wij hen dramatherapie en in het bijzonder psychodrama aanbieden. Ik bespreek in het kort wat er in de literatuur over dubbelen is geschreven. Vervolgens laat ik aan de hand van praktijkvoorbeelden zien wat de kracht is van dubbelen maar ook waaruit de moeilijkheid bestaat van het gebruik van deze techniek bij deze doelgroep. Omdat het dubbelen in eerste instantie een te groot appel deed op de angsten van de jongeren, heb ik een overgangsvorm geïntroduceerd vanuit een oude bekende techniek (terugspeeltheater), en zo geprobeerd de drempel om te gaan dubbelen te verlagen. De positieve ervaringen die zijn opgedaan met deze drempelverlagende werkvorm, hebben mij geïnspireerd om deze werkvorm hier te beschrijven.

## De doelgroep

In mijn werk als dramatherapeut in de kinder- en jeugdpsychiatrie, werk ik al jaren samen met de dagbehandelingsgroep voor internaliserende problematiek, de zogenaamde DAS-groep. Op deze dagbehandeling zitten jongeren van 15 tot 18 jaar voor een periode van gemiddeld een jaar.

Kenmerkend voor deze jongeren is dat zij dreigen vast te lopen in hun ontwikkeling door langdurige klachten. Er is onder andere sprake van angsten, depressiviteit, een negatief zelfbeeld en relatieproblemen (binnen het gezin, met leeftijdsgenoten). Vaak zien we bij deze doelgroep een verstoord dag- en nachtritme, extreem veel computertijd, weinig sociale contacten, vermijding van school, extreme teruggetrokkenheid, lichamelijke klachten of veel conflicten met de ouders.

Uit de studie *Health Behavior in School-aged Children* (Ter Bogt et al., 2003) blijkt dat de prevalentie van internaliserend probleemgedrag onder adolescenten aanzienlijk is. Een op de vijf (20%) van de Nederlandse jongeren van 12 tot en met 17 jaar rapporteert in deze studie 'internaliserend probleemgedrag'. De klachten die onder deze paraplu vallen zijn teruggetrokkenheid, lichamelijke klachten, angst en depressie.

### Werken met internaliserende jongeren

Dramatherapie wordt aangeboden in drie verschillende niveaugroepen die synchroon lopen met de fase in de behandeling: een

steunende, een structurerende en een inzichtgevende dramatherapiegroep.

In de steunende dramatherapiegroep gaat het vooral om in beweging komen, het doorbreken van isolatie, enige afleiding van klachten en het kunnen beleven van momenten van plezier. In de structurerende dramatherapiegroep staat het samenwerken centraal en het (h)erkennen van gevoelens bij jezelf en bij anderen.

In deze twee groepen staat het wennen aan de structuur van de dagbehandeling centraal. Vaak gaan jongeren al tijden niet meer naar school en hebben ze buitenshuis ook weinig sociale contacten. Onderdeel zijn van een groep is nieuw en dus beangstigend. Persoonlijke leerdoelen komen in deze fase nog niet aan de orde omdat hiervoor jezelf veilig voelen in de groep van groot belang is. Een techniek als psychodrama zou daarom in deze fase nog niet gegeven kunnen worden.

Bij de inzichtgevende dramatherapiegroep leren de jongeren op een nieuwe manier contacten aan te gaan, eigen gevoelens uit te drukken en vorm te geven, te reflecteren; ook wordt een impuls gegeven aan de ontwikkeling van eigenheid, identiteit en zelfbeeld.

Sinds het starten van de opleiding psychodrama heb ik bij deze laatste groep voorzichtig wat geëxperimenteerd met psychodramatechnieken. Kenmerkend voor deze groep is dat de jongeren al een geruime tijd bij elkaar in de dagbehandeling zitten en dus ook al gewend zijn om persoonlijke inbreng met elkaar te delen.

De structuur van de sessie is steeds dezelfde; de jongeren beginnen met een warming-up, daarna volgt een rondje waarin een ieder aangeeft hoe ze erbij zitten en wat ze deze week willen inbrengen. De groep kiest het onderwerp waarmee die dag gewerkt wordt. Meestentijds wordt dit onderwerp uitgewerkt aan de hand van de methodiek ‘terugspeeltheater’ waarin de hoofdpersoon de verteller en toeschouwer is van zijn eigen verhaal.

Terugspeeltheater is een combinatie tussen aan de ene kant het gevoelsmatig beleven van een situatie en aan de andere kant het afstand nemen via bewuste waarneming en reflectie (Fox & Dauber, 1999). Het is een vorm van theater die zich richt op de persoonlijke verhalen van mensen.

Gebeurtenissen uit het eigen leven worden door iemand verteld en op het speelveld teruggespeeld door anderen.

Terugspeeltheater kent een groot arsenaal aan uitspeelvormen – een lied, een sprookje, een vrije improvisatie enzovoort – maar ik maak in therapie alleen gebruik van het uitspelen van de scène, zo natuurgetrouw mogelijk. Dit heeft een tweeledige reden; de verteller ziet bijna letterlijk zijn eigen verhaal terug, herkent het daarbij behorende gevoel en kan vanuit zijn toeschouwerspositie mogelijk nieuwe ideeën en oplossingen aandragen voor zijn eigen situatie (vergroten van zijn oplossende vaardigheden). Daarnaast is het voor de spelers drempelverlagend omdat helemaal duidelijk is wat er gespeeld moet worden. Er hoeft bijna geen gebruikgemaakt te worden van improvisatie in deze vorm –

improvisatie kan de angst om het niet goed te doen aanwakkeren. De structuur van deze werkvorm is telkens hetzelfde, wat ook veiligheid brengt. Ik gebruik hiervoor een ‘spoorboekje’ dat zichtbaar in de ruimte hangt zodat de jongeren de volgorde mee kunnen lezen.

Ik heb bewust voor deze methodiek gekozen omdat de insteek bij terugspeeltheater respect, onvoorwaardelijke acceptatie en aandacht voor de individuele beleving van de verteller biedt. Deze omgangsvorm in combinatie met de afstand waarmee de verteller naar zijn eigen verhaal kijkt, zorgt voor grote veiligheid en dus ook exploratiemogelijkheden voor de jongeren. Daarnaast heeft iedereen zowel de rol van verteller als speler en publiek. Teruggespeelde verhalen geven de jongeren inzicht, (h)erkenning, begrip, ontroering en onderlinge openheid. Doordat de verhalen vanuit een ander perspectief worden belicht, is het verhelderend en draagt het bij aan de bespreekbaarheid, verwerking en verdieping van de verschillende thema's. Terugspeeltheater doet een appel op universaliteit en herkenbaarheid. Deelnemers ervaren dat ze niet de enige zijn met een bepaald gevoel, een bepaalde gedachte of een probleem (Salas, 1993).

Een belangrijke rol in dit geheel is de rol van het publiek. Actief meekijken en de beleving van het spel delen met de spelers en verteller, leidde achteraf vaak tot verdiepend inzicht in de processen van beide partijen. Jones (2007) gebruikt hiervoor de aanduiding *active witnessing*. Dit actief meekijken zie ik als een voorstadium voor

de techniek ‘dubbelen’. Dubbelen biedt echter veel directer de mogelijkheid om actief te zijn.

## Dubbelen

Over dubbelen is al veel geschreven in de psychodramaliteratuur. Moreno (1985) heeft deze centrale psychodramatechniek afgeleid uit de vroegste levensfase van het kind waarin het zijn moeder nog als een deel van zichzelf ervaart. De moeder raadt en begrijpt alle behoeften van het kind en handelt in plaats van het kind zodat alle behoeften van het kind toch bevredigd worden.

In de psychodrama heeft de term ‘dubbel’ meerdere betekenissen. De term wordt in psychodrama zowel gebruikt voor de dubbelganger zelf, als voor wat er door de dubbelganger inhoudelijk wordt uitgesproken. Ook voor de actie wordt het woord ‘dubbelen’ genoemd (De Laat, 2005, pag.141). Hier wil ik me beperken tot de actie; de techniek waarin de co-director of één of meerdere groepsleden door intuïtie en identificatie de gevoelens en ideeën die zijn ontstaan door het aanhoren van en meeleven met de protagonist, actief in het spel inbrengen door middel van een dubbel. Het dubbelen zelf heeft een ondersteunende functie. Doordat de dubbel niet helemaal de plaats inneemt van de protagonist kan deze meestal verwoorden wat de protagonist voelt en denkt, maar zelf niet onder woorden kan brengen. De dubbel gedraagt zich als een ondersteunende en soms confronterende vriend(in).

De inhoud van de dubbel kan zeer verschillen, maar de techniek is steeds hetzelfde. ‘De dubbel gaat achter de protagonist staan, legt een hand op zijn schouders ten teken dat er gedubbeld wordt en zegt wat hij denkt dat de protagonist (of antagonist) gedacht, gevoeld of gezegd zou kunnen hebben.’ (De Laat, 2005, pag. 141). Een dubbel probeert het voor de protagonist gemakkelijker te maken om zijn emoties te ervaren en te uiten.

Om dit te verduidelijken volgt nu een deel uit een psychodrama van de auteur zelf:

*‘...In mijn psychodrama waarin ik op onderzoek uit ging wat mij toch steeds zo boos maakte in de relatie met mijn broer, bleef ik eerst wat hangen in de veroordeling van zijn onaangepaste en egocentrische gedrag. Een ‘welles-nietes’-discussie waarin ik probeerde zijn gedrag te veranderen, bracht mij niet verder bij het onderliggende gevoel.*

*In de aanloop tot het komen van de hulpvraag had ik al wat over mijn gezinssituatie verteld. Een belangrijk onderdeel van mijn geschiedenis is het verongelukken van mijn vader en later het overlijden van mijn moeder. Het feit dat mijn gezin alleen nog maar uit mijn broer en mijn zus bestaat, is voor mij soms heel beangstigend.*

*In de spelsituatie hadden we vormgegeven dat mijn broer vooral aan het rennen is, deels trainen voor zijn supermarathon, deels wegrennen van de moeilijke situaties. In de ontmoeting kon ik wel uiting geven aan mijn boosheid en mijn zorg, maar mijn*

*dieper liggende angst om hem te verliezen, kwam nog niet tot uiting.*

*Toen ik de dubbel kreeg: "Straks loopt hij zich nog dood en heb ik alleen nog maar een zus", voelde ik dat er een brug geslagen werd met het gevoel en toen ik de dubbel in eigen woorden herhaalde, werd het nog meer voelbaar. Hierdoor veranderde uiteindelijk mijn houding t.o.v. mijn broer en kon ik in het gesprek meer bij mezelf blijven.*

*Het mooie van dit psychodrama is dat deze spelontmoeting zich later bijna letterlijk heeft afgespeeld en dat ik met een goed gevoel het gesprek heb afgerond.'*

### **De kracht van goede en 'foute' dubbels**

Ondanks dat deze (open) groep jongeren al een tijd met elkaar bij dramatherapie kwam en ze dus ook gewend waren om naar hun eigen aandeel te kijken en door middel van actief meekijken belevingen met elkaar te delen, bleek de overgang naar het doen van psychodrama erg groot te zijn.

Allereerst vond er een grote verandering plaats in de indeling van de ruimte. Voorheen was deze opgesplitst in twee gedeeltes, het zit- en praatgedeelte (de werkelijkheid) en het speelvlak. Door middel van de theaterlampen werd het speelvlak geaccentueerd. De toeschouwersplek werd hierdoor ietwat in het donker gehuld. Voor deze doelgroep werkte dit veiligheidvergroterend. Om jezelf zichtbaar en hoorbaar tegelijk te maken was erg spannend voor hen. Het spelgedeelte speelde zich voorheen af voor de toeschouwers. Ook dit is een verandering ten opzichte van psychodrama.

Nu ineens vond het spelgedeelte tussen de groepsleden plaats, in het midden van de open kring. Duidelijk werd dat de kring de betrokkenheid op elkaar erg vergrootte, wat de jongeren (h)erkenning, inzicht, begrip, ontroering en onderlinge openheid opleverde. Toch bracht het ook spanningen met zich mee. Non-verbale reacties worden veel eerder door de anderen gezien en de kans om even te verslappen of weg te dromen, zou sneller gesignaleerd worden en mogelijk tot negatieve gedachten kunnen leiden bij de protagonist ('zie je wel, mijn verhaal is niet interessant'). Door te vertellen dat het gewoon is dat het horen van verhalen van een ander, ook verhalen bij jezelf oproept waardoor je soms even in eigen gedachten verzonken kan zijn, heb ik ruimte proberen te creëren om respectvol met jezelf en de ander om te blijven gaan.

Gelukkig waren de jongeren al wel gewend om met een eigen inbreng te komen, hierin naar elkaar te luisteren en te kiezen welk onderwerp of welke inbreng vandaag gebruikt ging worden. Nieuw werd om in plaats van actief te luisteren en later je inbreng en beleving te vertellen, dit actief luisteren uit te breiden met actief meevoelen en dit ook nog eens actief in het spel in te brengen door middel van dubbels.

De overgang van terugspeeltheater naar psychodrama volgde het natuurlijke proces van de groep. De jongeren waren er ook aan toe om niet meer alleen als toeschouwer naar hun eigen verhaal te kijken, maar zelf actief in hun eigen verhaal mee te gaan spelen.

Ook was onze samenwerking van dien aard

dat ze graag mee wilden werken om te kijken of psychodrama een welkome toevoeging in hun behandeling was en waren ze ook bereid om kritisch naar het geheel te kijken.

Het spelen van een rol in het psychodrama van de ander, leverde weinig problemen op. Ze waren immers al gewend om rollen te spelen in de persoonlijke verhalen van de ander.

Het elkaar dubbelen bleek toch enorm veel spanning met zich mee te brengen. De kans dat je een dubbel gaf die niet overgenomen werd, kon het script bevestigen dat je toch niets goeds doet in het leven (de overtuiging van bijna alle jongeren met internaliserende problematiek); dit bleek een van de grootste remmers te zijn.

Uitleg dat een dubbel, ook al wordt deze niet overgenomen, eigenlijk altijd helpend voor de protagonist is, zorgde ervoor dat de drempel om te dubbelen iets omlaag ging.

‘Een andere mogelijkheid is dat de protagonist de dubbel niet wil overnemen, omdat deze dubbel niet klopt of past. Dat is op zichzelf een belangrijk gegeven, want nu hij weet wat niet klopt, zal hij ook weten wat wel juist is en dat kunnen verwoorden waardoor het proces een nieuwe impuls krijgt.’ (Arendszen Hein, 2004, pag. 30).

Om de drempel nog meer omlaag te krijgen, heb ik zelf regelmatig het voortouw genomen om te dubbelen. Dit werkte redelijk goed, zoals zichtbaar wordt in het volgende vignet:

*‘...Paula (17 jaar) wilde onderzoeken wat er nou steeds met haar gebeurde wanneer ze een ontmoeting had met haar ex-vriend. Nog steeds had haar ex-vriend erg veel invloed op haar humeur. Ze troffen elkaar nog wekelijks op de scouting als begeleiders. Elke week vertrok ze daar weer met een boos gevoel en ze had zelfs al in overweging genomen dat het misschien beter was om met scouting te stoppen. Dat de relatie verbroken was, was een weloverwogen keuze van beiden geweest en voelde ook goed voor Paula.*

*In de scène die gespeeld ging worden, had Paula het scoutinghok nagebouwd en zaten de verschillende begeleiders aan tafel, onder wie haar ex-vriend. Zij zou komen aanlopen en ‘hoi’ roepen ter begroeting, iedereen zou ‘hoi’ terugroepen en even oogcontact met haar maken, behalve haar ex-vriend. Die negeerde haar aankomst helemaal. Dit had zoveel impact op Paula gehad dat ze er wel bij is gaan zitten, maar helemaal stil viel.*

*Bij de inslag van zijn reactie veranderde de lichaamshouding van Paula, waarop de eerste dubbels kwamen die haar gevoel ondersteunden en er woorden aan gaven:*

*Dubbel groepsgeenoot: ‘Hey, waarom kan je niet even normaal mij begroeten?’*

*Diverse dubbels volgden die haar boosheid ondersteunden. Allen werden door Paula overgenomen. De sfeer in de groep was meelevend en vol energie.*

*Anne (16 jaar) kon en durfde daarom*

vanuit haar eigen ervaring en vergelijkbare gezinssituatie als die van Paula een dieper gevoel aan te boren door de volgende dubbel:

*Dubbel Anne: 'Zie je wel, ik mag er niet meer zijn, ik ben niet de moeite waard!'*

*Paula wikte en woog even (deze dubbel bracht haar even uit evenwicht) en toen ze de dubbel overnam, kon ze ook haar verdriet voelen en ontstond er van daaruit een nieuwe scène waarin ze haar familierelaties onder de loep nam.*

Vanuit de succesvolle dubbels kwam de groep in een flow en was de drempel om te dubbelen niet langer aanwezig. Het gevoel van altruïsme zorgde voor een positief gevoel bij de jongeren. Ze konden iets voor een ander betekenen wat als zeer waardevol werd ervaren. Toch kan een dubbel die niet overgenomen wordt tot een heel andere sfeer leiden:

*'...Nienke wilde onderzoeken hoe ze haar pestverleden minder van invloed kon laten zijn in nieuwe situaties. In deze groep had ze hier in het begin ook behoorlijk last van gehad, maar door de sfeer en openheid t.o.v. elkaar was dit niet meer aanwezig. Nienke zou over twee maanden naar een nieuwe school gaan en kreeg het daar nu al benauwd van. 'Wat als ik de kantine binnen kom lopen en ik word herkend of ik word niet toegelaten?'*

*De kantine werd nagebouwd met een aantal nieuwe onbekende klasgenoten aan de*

*tafel. De scène zou beginnen wanneer Nienke de kantine binnen kwam lopen. Toen ze dit deed, de kantine even rondkijkend tot ze de tafel met klasgenoten zag, deed ze letterlijk een stap terug, kreeg vlekken in haar nek en kroop wat ineen. Jelte (17 jaar) zag dit en kwam met de volgende dubbel:*

*Dubbel Jelte: 'Oh wat doet me dit aan mijn oude school denken waar ik zo gepest ben.'*

*Toen deze dubbel niet werd overgenomen door Nienke, had dit grote invloed op Jelte. Hij voelde zich afgewezen, hij was er honderd procent van overtuigd dat deze dubbel passend was en ervoer het niet overnemen als een persoonlijke aanval. Deze boosheid stak hij niet onder stoelen of banken en hij ging bokkend half weggedraaid naar het speelveld zitten.*

Angst speelt een grote rol bij deze doelgroep en het effect van zijn gedrag was dan ook dat het niemand meer lukte om bij de inbreng van Nienke te blijven. Een ieder werd overspoeld door eigen emoties. Nienke zelf voelde zich enorm schuldig dat ze de ander zo boos had gemaakt en kon zelf ook moeilijk bij haar situatie blijven. Omdat er ineens allerlei andere factoren een rol gingen spelen (weerstand en overdrachten) die niet even aan de zijlijn geparkeerd konden worden, heb ik aan Nienke gevraagd of zij haar scène even kon parkeren. *First things first* is een uitspraak die veel in de psychodramaopleiding te horen was. Dit hebben we gedaan door een tweetal foto's te nemen van het tableau (stil-

staand beeld) van de scène. Eén over de schouder van Nienke kijkend naar het groepje leerlingen en één kijkend vanuit het groepje naar Nienke. Zij kon zich met deze twee foto's de scène zo weer voor de geest halen.

In het groepsgesprek wat daarna volgde, ben ik samen met de groep op onderzoek gegaan naar wat er nu precies allemaal gebeurde. Van groot belang hierin is dat er sprake is van onvoorwaardelijke acceptatie. Gevoelens van afgewezen worden en schuld worden als gegeven aangenomen en niet door mij bekritiseerd. Dubbels kunnen hierin zeer helpend zijn om inzicht te verschaffen wat er bij de deelnemers gebeurt. Zowel Jelte als Nienke herkenden hun patroon van reageren en kwamen daardoor meer los van de situatie. Gaandeweg kwam het thema 'herkenning' naar boven. Herkenning van dichtslaan, van schuldgevoelens krijgen, van je afgewezen voelen en het daaraan verbonden 'wat zegt dat over jezelf'. Het delen van deze gevoelens met elkaar vergrootte de universaliteit en de herkenbaarheid. Meerdere groepsgenoten bleken dezelfde gedachten en gevoelens te hebben. Het verhaal en het verloop van dit psychodrama, leverde weer allerlei andere verhalen op.

De angst om het 'fout' te doen is altijd levensgroot aanwezig bij deze doelgroep. Een negatief zelfbeeld staat het nemen van nieuwe stappen in de weg. De wil om met deze nieuwe techniek aan de slag te gaan was zeker aanwezig, alleen de angst om in de persoonlijke verhalen van een ander een

foute dubbel te geven, maakte het zeer spannend.

Dit heeft mij doen besluiten om de techniek van dubbelen in een paar sessies speciale aandacht te geven. Met een techniek uit het terugspeeltheater hebben we geoefend met het werken met dubbelen. We zijn begonnen met het luisteren naar een verhaal. Na een korte stilte kreeg de groep de mogelijkheid om in gedachten het verhaal nog eens door te lopen. Daarna deed de verhalenverteller zijn verhaal opnieuw met hulp van mij, maar in korte stukjes met steeds een bespreking van mogelijke dubbels.

De volgende stap was dat de verhaalverteller weer zijn verhaal deed, maar dat we af en toe de ruimte namen om de groep te vragen wat mogelijke dubbels zouden kunnen zijn. Dan was er ook de gelegenheid om een dubbel daadwerkelijk uit te voeren volgens de richtlijnen. Wanneer het maken van lichamelijk contact te lastig was, konden we in overleg alternatieven bedenken (naast de verhaalverteller gaan staan, aankondigen dat er een dubbel aanging komen, een handgebaar maken wat het teken was dat er een dubbel aan kwam). In de loop van de sessies werd het op de schouders aanraken steeds minder als onprettig ervaren. Zelf nam ik in deze fase vaak het initiatief om een dubbel te geven waarvan ik wist dat die niet werd overgenomen. Door zelf het voorbeeld te geven, kon ik de groep laten ervaren dat een 'foute' dubbel ook tot nieuwe inzichten kan leiden.



## Conclusie

Eigen angsten en negatieve gedachten spelen bij jongeren met internaliserende problematiek een zeer grote rol. Zij vinden het moeilijk te geloven dat je een ander in het zoeken naar eigen emoties en drijfveren kunt helpen door het geven van een dubbel. Mijn ervaring is dat psychodrama juist een goede werkwijze biedt om deze jongeren aan het werk te zetten. Het is daarom belangrijk dat aandacht wordt besteed aan het leren werken met dubbelen en het leren verdragen van de risico's die daarmee in sociaal opzicht worden aangegaan. Juist in het dubbelen immers komen zij hun angst tegen het niet goed genoeg te doen in de ogen van de ander. De kunst is hier ruimschoots aandacht aan te besteden en stapsgewijs de drempel voor het dubbelen te verlagen. Heel belangrijk in de rol van de therapeut en director is dat naast de zorg voor de protagonist, ook de nodige zorg wordt besteed aan degene die de dubbel geeft. Je moet contact blijven houden met iedereen die aanwezig is. Omdat dubbelen in psychodrama zo spannend is, is ook wanneer wordt voldaan aan de bovengenoemde voorwaarden, deze techniek mijns inziens alleen mogelijk met jongeren die in aanmerking komen voor een inzichtgevende dramatherapie. Veiligheid en vertrouwen in elkaar zijn belangrijke basisvoorwaarden om met dergelijke intensieve technieken te werken, en het heeft zeker een grote meerwaarde als de groep al wat langer met elkaar in behandeling is.

## Literatuur

- Arendsen Hein, M. (2004). *Psychodrama en transactionele analyse*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Bogt, T. ter, Dorsselaer, S. van & Vollebergh, W. (2003). *HBCS-Nederland 2002, Health behavior in school-aged children: Psychische gezondheid, risicogedrag en welbevinden van Nederlands scholieren*. Utrecht: Trimbos-instituut.
- Fox, J. en Dauber, H. (eds.) (1999). *Gathering voices: essays on Playback Theatre*. New Paltz, NY, USA: Tusilata Publishing.
- Jones, P. (2007). *Drama as Therapy: Theory, Practice and Research*. New York: Brunner-Routledge.
- Laat, P. de (2005). *Psychodrama*. Assen: Van Gorcum.
- Moreno, J.L. (1985). *Psychodrama, Volume I, fourth edition*. Amber, PA, USA: Beacon House.
- Salas, J. (1993). *Improvising Real Life; Personal Story in Playback Theatre*. Dubuque, Iowa, USA: Kendall/Hunt.