

Hoe werkt 'de Toverwinkel' in psychodrama? Een ontwikkelingsgerichte, existentieel-dialectische visie

De techniek van 'de Toverwinkel' (TW) werd reeds door diverse psychodramaturgen, elk met zijn eigen accentuering, op efficiënte wijze toegepast. In vroegere uitwerkingen lag de nadruk vooral op het 'onderhandelingsaspect', meer bepaald op de discussie tussen 'koper' en 'verkoper' omtrent de specifieke uitwisseling van begeerde en in te leveren psychische eigenschappen. Dit onderhandelingsaspect blijft in de hier beschreven benadering als zelfreflecterende techniek zeker behouden, maar het vernieuwende van onze uitwerking ligt in de introductie van doorleefde, psychodramatische leermomenten via een gestructureerd aantal stadia en steunend op een existentieel-dialectisch ontwikkelingsmodel.

In het eerste deel wordt het theoretisch kader uiteengezet. Dan worden, aan de hand van een concreet voorbeeld, de opeenvolgende stadia van de TW-werkwijze voorgesteld. Ten slotte volgt een terugkoppeling van de techniek naar de theorie.

INLEIDING

De techniek van 'de Toverwinkel' werd reeds door diverse psychodramaturgen, elk met zijn eigen accentuering, op efficiënte wijze toegepast. Gaarne verwijs ik hiervoor naar een aantal inspirerende publicaties, zoals Barbour (1992), Leveton (1992, p. 103-115), Moreno (1964) en Petzold (1971). Experimentele effectstudies van de TW-techniek zijn niet bekend. Wel wijzen de hoger genoemde auteurs op grond van hun ervaringen met deze psychodramatechniek expliciet op de therapeutische bruikbaarheid, zowel in klinische (vgl. Leveton, 1992; Moreno, 1964, bij volwassenen met zware emotionele problemen) als didactische groepen (vgl. Barbour, 1992). Ook werden aangepaste vormen uitgewerkt voor diverse klinische populaties. Zo werkten Rustin en Olsson (1993) een TW-variant uit voor druggebruikers, de zogenaamde *Sobriety Shop*. De techniek kan ook bij kinderen worden toegepast. In dat geval zal de therapeut niet exclusief nadruk leggen op het kopen en inleveren van psychische eigenschappen, zoals dit bij volwassenen meestal gebeurt; kinderen mogen alles wat ze maar verlangen komen kopen en zij maken daar zeer gretig en creatief gebruik van. Zo werden bijvoorbeeld

PROF. DR. L. M. F. VERHOFSTADT-DENÈVE is gewoon hoogleraar in de theoretische en klinische ontwikkelingspsychologie aan de Universiteit Gent en trainer in klinisch psychodrama.

Correspondentieadres: Vakgroep Ontwikkelings- en persoonlijkheidspsychologie, Henri

tijdens een TW-sessie met kinderen een 'lieve mama' en 'een blauwe vogel, waaraan ik alles kan vertellen' in de TW gekocht¹. De techniek is tevens zeer geschikt voor adolescenten met ernstige identiteits- en relationele problematiek (Petzold, 1971), onder de voorwaarde dat reeds een vertrouwde sfeer en een hechte graad van groepscohesie werd bereikt. Dit impliceert dat de TW bij voorkeur niet in beginnende groepen wordt toegepast. Dan dreigt het gevaar dat het geheel wordt ervaren als een flauwe, betekenisloze grap die de groeps sfeer slechts kan verslechteren.

Zoals vermeld bestaan over de TW jammer genoeg geen harde onderzoeksgegevens. Ik verlaat mij hoofdzakelijk op eigen ervaringen in didactische en klinische groepen, de publicaties van hoger genoemde auteurs en niet gepubliceerde rapporten van collega's en oud-studenten die naar hun overtuiging deze techniek in een volledige psychodramacyclus bij kinderen, adolescenten en volwassenen succesvol konden toepassen, zowel in ambulante als intramurale groepen.

Als tegenindicaties gelden in principe dezelfde als voor het groepspsychodrama (TW is bij voorkeur een groepstechniek), met name: wanneer de cliënt expliciet weigert om in een groep te werken, bijvoorbeeld omdat hij dit te bedreigend vindt; bij ernstige vormen van depressie (de meerwaarde van humor en speelsheid kan niet worden aangevoeld, waardoor het geheel zinloos wordt) en bij psychotici. Bij deze laatsten dreigt rolverwarring (bijvoorbeeld: Jan die de vaderrol van de cliënt speelt, blijft ook na het psychodrama voor de cliënt de vader) en persoonsdiffusie (rolwisseling is bijvoorbeeld dikwijls onmogelijk door grensvervaging tussen zelf en ander: de cliënt is totaal niet in staat zich in de vaderrol in te leven). Zie in dit verband ook Van de Pol (1980) en Verhofstadt-Denève (2001).

Het basisschema van de TW houdt in dat door de *director* (in deze tekst 'groepsleider' genoemd) een TW wordt geopend waarin psychische eigenschappen die men mist, door de groepsleden kunnen 'gekocht' worden. Ook een groeps lid kan onder het vriendelijk wakend oog van de groepsleider als winkelier optreden. Meestal wordt dan veel belang gehecht aan de betaling (door een positieve eigenschap van zichzelf af te staan in ruil voor de begeerde aankoop) en onderhandelingen hieromtrent. Hoezeer de concrete uitwerking van de TW bij diverse auteurs verder ook verschilt, alle hebben een gemeenschappelijke basis, met name een merkwaardige combinatie van speelsheid en ernst, humor en pijn, droom en realiteit; juist daarin ligt de specifieke kracht van deze creatieve psychodramatische techniek. Ook in onze werkwijze zijn al deze accenten, inclusief het zelfreflecterend onderhandelingsaspect, aan de orde, maar de hierna beschreven uitwerking is bovendien zowel op praktisch als op theoretisch vlak vernieuwend.

1. Persoonlijke communicatie (1994) met klinisch psychologe Mette Fatum (Lyngby, Denemarken) over haar therapeutisch werk in een inrichting voor ernstig psychosociaal verwaarloosde kinderen.

In de eerste plaats introduceren wij intens doorleefde, psychodramatisch vertolkte leermomenten. De 'klant' zoekt naar een concrete situatie waarin het gemis van een bepaalde eigenschap duidelijk werd gevoeld. Die situatie wordt met behulp van de groepsleden ('vriendenclub') zo levendig mogelijk uitgebeeld, doordacht en doorvoeld. Vervolgens wordt dezelfde situatie een tweede keer uitgewerkt, maar ditmaal heeft de klant de mogelijkheid om de eventuele meerwaarde van de eigenschap uit te testen. Hierop volgt dan het beslissings- en onderhandelingsproces. Gedurende het gehele gebeuren fungeert de groepsleider als actief-speelse 'winkelier' die de 'protagonist-klant' en de gehele groep tot zelfreflectieve actie stimuleert.

Een tweede vernieuwende accentuering ligt in de theoretische ondersteuning van de TW-techniek door een existentieel-dialectisch ontwikkelingsmodel. In dit model wordt de interne dialoog tussen diverse persoonsdimensies beschouwd als centrale voorwaarde ter stimulering en zo nodig bijsturing van de persoonsontwikkeling naar zelfactualisatie in harmonische relatie tot de medespelers (zie Verhofstadt-Denève, 2001). Zoals verder zal blijken, kadert de TW-techniek volledig binnen deze uitgangstellingen, onder meer door een expliciete accentuering van tegenstellingservaringen en intens doorleefde dialogen, bijvoorbeeld tussen het Zelf-Beeld ('Wie ben ik en hoe gedraag ik mij op dit moment zonder deze eigenschap?') en zijn dialectische tegenpool, het Ideaal-Zelf ('Wie zou ik kunnen worden en hoe zou ik mij kunnen gedragen wanneer ik over de bewuste eigenschap zou beschikken?').

Met behulp van een uitgewerkt praktisch voorbeeld van een psychodrama met mijn studenten (te vergelijken met een groepgroep) zal ik pogen de opeenvolgende fasen in deze werkwijze concreet te illustreren. Maar vooraf geef ik beknopt de basisprincipes van het gehanteerde denkkader.

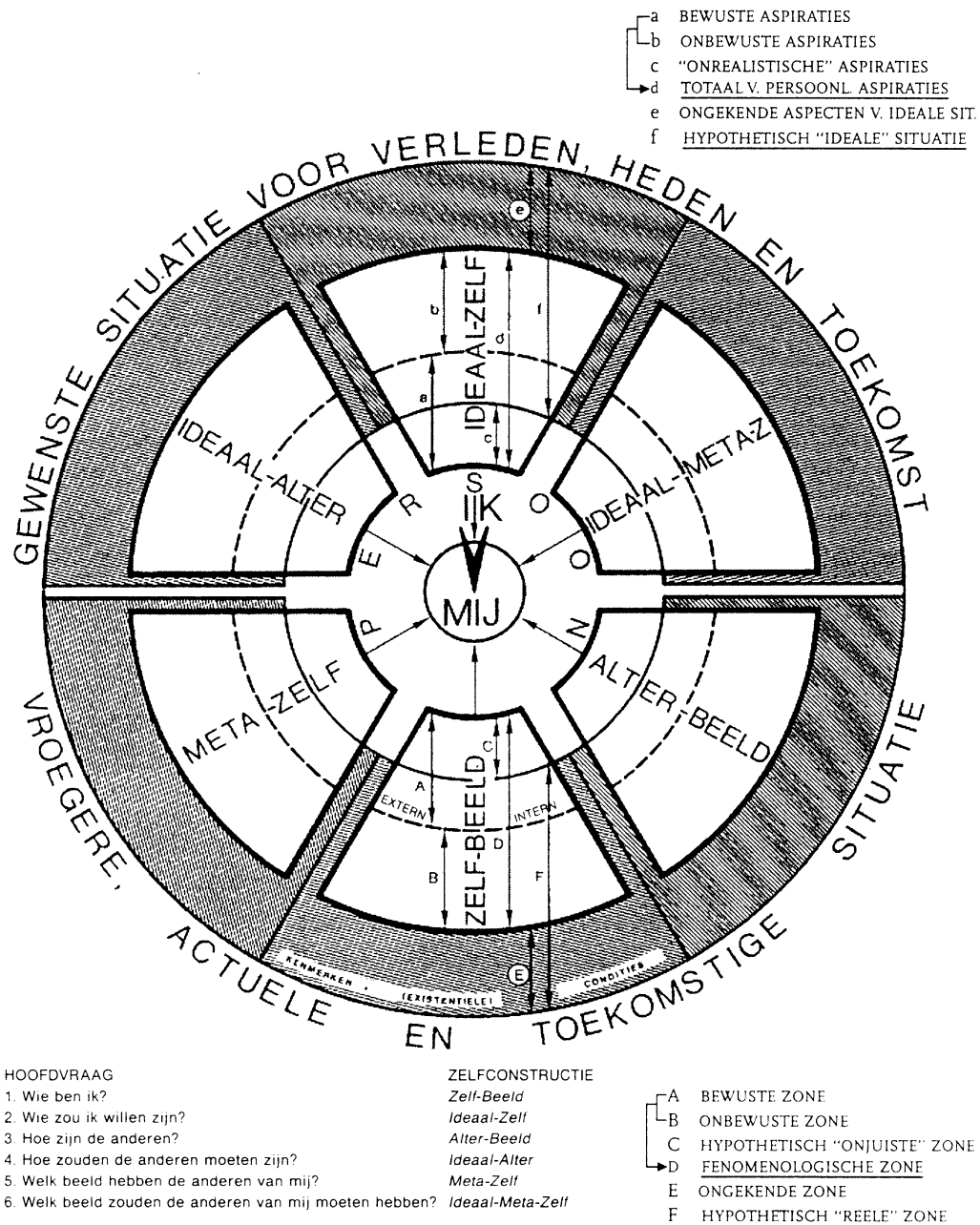
EEN ONTWIKKELINGSGERICHTE EXISTENTIEEL-DIALECTISCHE VISIE

In eerdere publicaties heb ik de basisprincipes van het ontwikkelingsgerichte psychotherapeutische kader, en meer in het bijzonder het centrale Fenomenologisch-Dialectisch Persoonsmodel (Phe-Di P-model), uitvoerig uiteengezet (Verhofstadt-Denève, 1988, 1996, 2001). Ik beperk me hier tot de hoofdgedachten (zie figuur 1).

Fundamentele concepten in de behandelde theorie zijn: reflectie (op zichzelf en de wereld), dialectiek, existentiële vraagstellingen, zelfwaardering en ontwikkelingsgericht. Ik ga kort in op elk van deze punten.

Vertrekkend van de mens als **PERSOON** die tegelijkertijd subject (IK) en

FENOMENOLOGISCH - DIALECTISCH PERSOONSMODEL



Figuur 1.

Løvlie (1982) en in de narratieve benadering van Hubert Hermans (Hermans & Kempen, 1993).

Via het reflectieproces van het IK op het MIJ komt de mens noodzakelijk tot een aantal fundamentele vraagstellingen: Wie ben ik? (Zelf-Beeld). Wie zou ik willen zijn en worden? (Ideaal-Zelf). Hoe zijn de anderen? (Alter-Beeld). Hoe zouden de anderen moeten zijn? (Ideaal-Alter). Welk beeld hebben de anderen van mij? (Meta-Zelf). Welk beeld zouden ze van mij moeten hebben? (Ideaal-Meta-Zelf). Deze vragen vormen de basis van een therapeutisch werkbaar, 'levend' persoonsmodel in zes persoonsdimensies. Hierbij wordt uitgegaan van een voor elke mens unieke, subjectieve (feno-

menologische) interpretatie van zichzelf en de omringende werkelijkheid op verschillende bewustzijns-, handelings- en tijdsniveaus (Verhofstadt-Denève, 1988, 1996, 2001).

Voor de zes dimensies kan men bovendien onderscheid maken tussen een extern aspect (wat wij zeggen en hoe wij handelen) en een intern aspect (wat we denken en voelen). Interne en externe inhouden kunnen sterk van elkaar verschillen. Zo kan bijvoorbeeld een woedende adolescent tegen zijn vader zeggen: 'Je bent een fascist, je vernietigt mij', maar gelijktijdig denken 'Hoe kan ik zoiets tegen hem zeggen ik weet dat hij het goed met mij meent' (het extern Alter-Beeld versus het intern Alter-Beeld/Zelf-Beeld). In therapeutische sessies moet er ruimte bestaan om dergelijke verholen gedachten en gevoelens te kunnen uiten.

In onze *subjectieve fenomenologische constructies* van onszelf en de anderen kunnen wij 'fouten' maken (voorgesteld in figuur 1 met de aanduidingen 'hypothetisch onjuiste en ongekende zone; onrealistische aspiraties en ongekende aspecten van de ideale situatie', zie Verhofstadt-Denève, 2001). Zo kan bijvoorbeeld een fris adolescent tienermeisje zichzelf afschuwelijk vinden omdat zij een wipneusje heeft, terwijl de meeste mensen haar neusje juist zo schattig vinden. Hoe dikwijls komt het in verliefdheidssituaties niet voor dat men verslingerd is aan de eigen subjectieve constructie van een bepaald persoon (het Alter-Beeld) en niet aan een reëel bestaand individu. De ontzuivering kan achteraf soms hard aankomen!

In klinische sessies is het essentieel dat de therapeut de subjectieve fenomenologische visies van de cliënt tot uitgangspunt neemt, hoe bizar en onrealistisch ze ook mogen lijken. Van daaruit kan de cliënt, ondersteund door een veilig therapeutisch klimaat, zelf adequatere (of op zijn minst alternatieve) interpretaties over zichzelf en de wereld ontdekken.

Binnen dit kader krijgt de *dialectiek* als drijvende kracht van het ontwikkelingsproces een beslissende betekenis. Belangrijk in deze visie is de positieve duiding van tegenstellings- en crisiservaring als motiverende kracht of op zijn minst als teken van dynamiek, psychische activiteit en persoonsontwikkeling. Deze visie wordt ondersteund door eigen *follow up*-onderzoek en theoretische interpretatie met behulp van de principes van de dialectische ontwikkelingspsychologie (Verhofstadt-Denève, 1985, 1998, 1999b, 2001, in druk; Verhofstadt-Denève, Schittekatte & Braet, 1993; Verhofstadt-Denève & Schittekatte, 1996, 1999; Basseches, 1984; Bidell, 1988; Brown, Werner, & Altman, 1998; Buss, 1979; Conville, 1998; Riegel, 1979).

We veronderstellen dat idealiter de zes persoonsdimensies Zelf-Beeld, Ideaal-Zelf, Alter-Beeld, Ideaal-Alter, Meta-Zelf en Ideaal-Meta-Zelf in een dialectisch constructief tegenstellingsverband tot elkaar staan. Belangrijk hierbij is dat al te strakke, vastgeroeste constructies over zichzelf en de anderen door de IK-MIJ-reflectie kunnen worden versoepeld en gedeeltelijk geïntegreerd. Met andere woorden: de persoon kan via zelfreflectie en empathische inleving komen tot de bewustwording van al te extreme tegenstellingen en versterkte interpretaties. Na deze bewustwording (soms gepaard

met crisiservaring) kan men de stap zetten naar relativering en opbouw van alternatieve, versoepelde constructies over zichzelf en belangrijke anderen.

Kan de dialectiek worden beschouwd als onderliggend proces van de ontwikkeling, *existentiële vraagstellingen* verwijzen naar belangrijke (weliswaar niet de enige) inhouden verbonden met de IK-MIJ-reflectie gedurende de verschillende levensfasen. Uit onderzoek blijkt dat kinderen en later ook adolescenten, veel intenser dan men zou verwachten, begaan zijn met fundamentele existentiële vragen over de menselijke conditie, zoals levensoorsprong en zingeving, eindigheid, vrijheid, keuze en verantwoordelijkheid – samengaand met angst-, schuld- en eenzaamheidsgevoelens (zie Anthony, 1971; Mijuskovic, 1979). Het is belangrijk dat men deze vraagstellingen bij zichzelf herkent en de angst- en schuldgevoelens als ontologisch normaal kan interpreteren en aanvaarden. Slechts dan zal men in staat zijn om zo veel mogelijk levensmomenten ten volle bewust te beleven (May, 1969; Mullan, 1992; Verhofstadt-Denève, 2001; Yalom, 1980).

De *positieve zelfwaardering* wordt in dit kader beschouwd als de kroonvoorwaarde tot persoonsontwikkeling. Positieve evaluatie door zelf en anderen fungeert tevens als buffer tegen de existentiële angst, zoals overtuigend tot uitdrukking komt in de experimenten van Greenberg, Solomons, Pyszczynski, Rosenblatt, Burling, Lyon, Simon en Pinel (1992). Bij gebrek aan het zich gewaardeerd voelen door zichzelf (positief Zelf-Beeld) en door anderen (positief Meta-Zelf) dreigt stagnatie of zelfs verslechtering van het ontwikkelingsproces. De dialectische beweging dreigt dan een 'negatieve dialectiek' te worden.

Vanuit een *ontwikkelingsgericht theoretisch kader* wordt rekening gehouden met de specifieke kenmerken van de verschillende leeftijden, zoals bijvoorbeeld de ontwikkeling van de cognitie, de zelfreflectieve mogelijkheid en de kennis over de anderen, samen met de onderkenning van verbanden van specifieke ervaringen met latere ontwikkelingen (zie Verhofstadt-Denève, 2001). Een belangrijke vraag hierbij is waardoor een positieve ontwikkeling wordt gekenmerkt. Wanneer zullen dialectische processen gunstig zijn voor de persoonsontwikkeling? In de ontwikkelingsgerichte visie wordt hierbij gesteld dat er moet gestreefd worden naar een zo volledig mogelijke *actualisatie van eigen potentiële mogelijkheden in een zo harmonisch mogelijke relatie tot belangrijke anderen*.

De psychodramatische methode sluit goed aan bij dit ontwikkelingsgerichte psychotherapeutische kader (Verhofstadt-Denève, 1996, 1999a, 2001). Ik zal in dit artikel aantonen dat 'de Toverwinkel' als psychodramatische techniek effectief de zelfactualisatie kan stimuleren, meer in het bijzonder door de volgende mentale basisacties:

1. activering van de IK-MIJ-reflectie;
2. bewustwording en versoepeling van de dialectische inter- en intrapsychische tegenstellingen en ontdekking van alternatieve interpretaties over zichzelf en omgeving;
3. erkenning en aanvaarding van existentiële condities;