

Developmental Transformations; wat van ver komt is lekker.

Door: Marjo Baars
November 2005

Tijdens het Symposium naar aanleiding van het 40-jarige bestaan van de NVCT leerde ik David Read Johnson kennen en zijn dramatherapie methode. Inmiddels heeft hij Nederland meermalen bezocht (de HAN en de Hogeschool Zuyd organiseerden dit samen met mij in mijn rol als coördinator DvT Nederland) en ook zijn er andere DvT opleiders naar Nederland gekomen, Alice Forrester en Kate Hurd. Een aantal studenten heeft in de VS stage gelopen en er is een oefengroep van dramatherapeuten in Nederland die zich de methode eigen maken. Kortom, alle voorwaarden zijn aanwezig om DvT in Nederland te lanceren.

De Developmental Transformations methode is een improvisatie benadering van dramatherapie, die de nadruk legt op het gebruik van een zich ontwikkelende reeks spelvormen om een spontane stroom van fantasiebeelden in de cliënt los te maken.

Sessies ontwikkelen zich in fases van gezamenlijke bewegingen en geluiden, definiëren van beelden, personificatie in rollen, gestructureerd rollenspel en ongestructureerd rollenspel. Eigenlijk is dit de manier waarop kleine kinderen spelen, ze rennen, ze buitelen, ze fantaseren dat ze achterna gezeten worden door een monster en ze verzinnen ter plekke dat ze de ridders worden, die het monster gaan doden. Eventueel speelt één kind het monster. Als het zwaard het monster in het hart treft, ontstaat er een wild geschreeuw en geworstel (ongedefinieerd en ongestructureerd sterven), waarna een impasse in het spel ontstaat... Wat zullen we nu gaan spelen? En de hele cyclus begint weer opnieuw. De clou van deze methode is deze manier van spelen uit je jeugd terug te halen en te benutten om vastgeroeste patronen, die in het heden geen functie meer hebben, los te weken. En op deze wijze in staat te raken om creatievere oplossingen te ontdekken, je repertoire uit te breiden en nieuwe ervaringen op te doen.

Om de zaken van het leven aan te kunnen, ordent de mens zijn ervaringen en houdt daarmee moeilijk te ervaren angsten in bedwang. Bij mensen met stoornissen zien we vaak een over-ordening, waardoor de flexibiliteit om met emoties om te gaan is verkleind of verdwenen. "De ervaringsgerichte wereld is niet statisch, maar een voortdurend veranderende en vervormende (transformerende) serie van gevoelens, gewaarwordingen, gedachtes, beelden en houdingen. De grenzen tussen deze diverse elementen zijn doordringbaar en veranderen constant terwijl onze representatieve wereld wordt herzien en verandert gedurende ons leven. De mens als bewust wezen is altijd transformerend terwijl de stroom in het innerlijk leven verandert en heen en weer beweegt als eb en vloed. Dramaturgisch gezien is het model voor het Zelf dus niet een vast karakter, maar een improvisatie. Het Zelf is tegelijkertijd de schrijver, de speler en het publiek. Een actieve opbouw van ervaringen die constant doorgaat. Een wording, niet een

wezen. De mens is geen collectie van rollen. Hij is een voortdurend veranderende en bewegende persoonlijkheid". (vert. Uit: Papers 1982-2002, The theory and technique of transformations in drama therapy, D.R. Johnson, 1991)

Praktisch gezien kan de methode uitgeoefend worden binnen zowel groepstherapie als individuele therapie. Het is geschikt als trainingsmethode om groei of inzicht in het eigen functioneren te vergroten. Binnen de methode is er een aantal interventies die door de therapeut gedaan kunnen worden (deze zijn niet van te voren gepland).

De therapeut is onderdeel van het spel en speelt daarin alles wat nodig is om de energie van de cliënt stromend te houden en de cliënt de ruimte te geven om alles wat in hem opkomt (vgl. vrije associatie in Psychoanalyse) direct in het spel naar voren te brengen.

Wat is er nou zo geweldig aan deze methode? Daar kan ik alleen een persoonlijk antwoord op geven. Mij bevrijdt het meespelen en het mijzelf letterlijk aanbieden als persoon die de overdracht wordt en speelt van de psychotherapeutpositie. Ik ben niet iemand die buiten het spel staat, maar iemand die tegelijkertijd in het spel van de cliënt(en) verdwijnt en toch nog de helikopterpositie inneemt. Het geeft een gevoel dat ik dramatherapeut in hard en nieren kan zijn, dat ik de speler, de acteur in mij optimaal kan benutten en dat ik veel simpeler iets teweeg kan brengen bij de cliënt, omdat ik deze persoon dichter op de huid zit. Ik ben ik er vlakbij. Er is een hoge mate van nabijheid en van fysiek spel. Dat maakt het contact krijgen met de (verstoorde) emoties van de ander zoveel makkelijker. Wel is het een methode waar je zelf ook weer voor uit balans moet. Je moet als therapeut weer stilstaan bij je eigen gevoel, wat is van mij, wat is van de ander, van wie is deze spelimpuls afkomstig. Maar ook de vrijheid om het uit te proberen en bij te stellen als iets niet aanslaat. Het is de ander, bij wie je snel genoeg zult merken dat jouw spel deze ander tot ontbranding brengt, zoals het kind schaterlacht als je gekke bekken trekt. Je weet wanneer een kind lol heeft.