



ONZICHTBAAR LEVEND VERLIES

LUC CLAES

SYMPOSIUM
SYMPOSIUM SEN-SEO
06/12/2019 GENT

RUIMTE MAKEN VOOR VERLIES EN ROUW IN THERAPIE

LUC CLAES

- Opleid als bachelor orthopedagogie
- Kinder- en jongeren therapeut
- Contextueel gezinstherapeut
- Richt zich op complexe gezinsdynamieken, gedrags- en emotionele problemen
- Bijzondere affiniteit met kinderen en jongeren met een verstandelijke beperking
- Eigen praktijk AndersKan, coaching en therapie in beweging
- Werkzaam als gezinstherapeut en als directeur in De Kanteling vzw
- Werkzaam in praktijk Kidz bij Dr. Oona Esmat
- Bestuur Leren over Leven, leerschool voor Contextuele Hulpverlening

OP WELKE MANIER BEN JIJ IN CONTACT GEKOMEN MET ROUW ?

- Wat was hierin helpend ?
- Wat heb jij hierin nodig?

ONZICHTBAAR LEVEND VERLIES
ZICHTBAAR
EN BESPREEKBAAR MAKEN

ALS INLEIDING OP DEZE WORKSHOP

“LEVEND ONZICHTBAAR VERLIES”

- Waar denken jullie aan bij de term ‘levend verlies?’
- Welke associaties maken jullie hierbij?
- Waar denken jullie aan bij de term ‘onzichtbaar’ levend verlies?
- Welke associaties maken jullie hierbij?

LEVEND VERLIES ALS ER SPRAKE IS VAN

- Een beperking
- Een ziekte
- Fysiek aanwezig maar psychologisch afwezig
(dementie, NAH, ASS, verslaving, psychische ziekte's zoals psychose,..)
- Fysiek afwezig maar psychologisch heel sterk aanwezig
(gevangenen , migranten/vluchtelingen met familie in land van oorsprong, vermiste personen, adoptie, pleeggezinnen, gebroken gezinnen,..)

Dikwijls onzichtbaar maar zeer indringend aanwezig!

HET GAAT OM CHRONISCHE ROUW

- Rouw kan een leven lang duren
- Chronische rouw is normale rouw : Niet verwarren met pathologische rouw of depressie
- Geen oplossing of beëindiging
- Verlies dat niet afneemt en wonden die niet genezen maar geregeld terug openbarsten
- Het overkomt je/overvalt je soms/ soms aangekondigd (diagnose..)
- Het kan verergeren, soms verdwijnen
- prognose? Levenskwaliteit? Vooruitzicht?

HET IS ALS DE MAAN...

EEN ROUWPROCES

OF EEN 'RAUW' PROCES?

- Het gaat om een proces
- Het gaat om een nooit eindigend rouwproces
- Dit vraagt een blijvende energie van iedereen!
- Het recht om je leven lang kwaad en verdrietig te zijn om wat je is overkomen

vb cliënt met een fysieke beperking:

“aanvaarden nooit, wel een blijvende zoektocht naar een manier om met de handicap om te gaan”

ROUWEN OM

'HET IS WAT HET IS'.

HOE DOE JE DIT?

- Oude rouwmodellen passen niet meer
- Lineaire processen
- Fasemodel Kübler-Ross
 - Ontkenning Woede Marchanderen Depressie aanvaarding
- 4 Takenmodel van Worden
 - Erkennen van de realiteit van het verlies
 - Het ervaren van de emoties
 - Aanpassen aan een veranderde omgeving
 - Het verlies een plaats geven en opnieuw investeren in het leven

GEVAREN BIJ DEZE ROUWMODELLEN

(TRECHTERMODELLEN)

- Idee dat iedereen volgens één van deze modellen zal rouwen.
- Focus ligt op verwerking, zo vlug mogelijk
- Idee over : wat is 'gezonde' rouw en waar begint de 'pathologische' rouw? (scheiding 1-2j, verlies van een kind 7j)
- Focus op leren loslaten, leven terug oppakken
- Rouwen heeft een eindpunt
- Eindpunt = de oude worden, aanvaarden, een plaats geven

NIEUWERE ROUWMODELLEN



Het duale procesmodel

Rouwen is roeien met twee riemen

- Twee realiteiten: verlies én het leven gaat verder
- Gezond rouwen = heen en weer bewegen = veerkracht!!
- Rouwen gaat niet over loslaten maar over verbinden / verweven zijn
- We nemen rouw op in onze identiteit
- Rouw en hechting - rouw en relaties –
- Het DNA van rouw : DNA als metafoor voor een nieuw rouwmodel
- Het Rouw Integratief Model (RIT) Maes J. 2017

TECHNIEK 1

Werken met een proces bevorderend
experiment als ondersteuning
bij het rouwproces van ouders
met een kind met een beperking



DE ONZICHTBARE LAST ZICHTBAAR EN BESPREEKBAAR MAKEN

CASUS AN

- Gehuwd en moeder van Tom, een zoon van 18j, een dochter Hanne van 15j
- Tom heeft turbulente jeugd achter zich. Hij is zeer intelligent maar doorliep zijn school met 'watervaleffect'. Pubertijd zeer moeilijk, Verschillende therapeuten, onderzoeken enz. hielpen niet
- Op 16j crisis opname in psychiatrie. Diagnose: ASS (Aspergersyndroom)
- Eindelijk duidelijkheid voor An die al lang wist dat er 'iets' was met haar zoon
- Besef bij An en haar man dat hij dezelfde kenmerken heeft als zijn zoon. Niet bespreekbaar voor de man
- Tom gaat op 17j met ruzie het huis (BZW) Nog weinig contact met zijn ouders

DE AANMELDINGSVRAAG

Een jaar nadat Tom de deur uit is komt An in therapie

- Ik red het niet meer
- Huil heel de dag
- Voel me schuldig tov van mijn 15 jarige dochter: ik kan geen vrolijke mama meer zijn
- Vage lichamelijke klachten
- Therapeut zoomt in op de lichamelijke klachten: “mijn hart voelt zwaar, is bezwaard, alles weegt zwaar”.

Het is alsof ik een ontzettend zware last draag die ik niet kan afzetten

DE ONZICHTBARE LAST BENOEMEN

De zware last die An lijfelijk voelt wordt verder verkend

- De last is onzichtbaar. Niemand weet van de diagnose van haar zoon (en haar man) buiten de ouders.
- Veel onbegrip van omstaanders, familie.. voor het 'anderszijnde' gezin
- Schuld, schaamte over wat zich in hun gezin afspeelt achter 'gesloten' deuren
- Schuldgevoelens tov de dochter die minder aandacht kreeg in de moeilijke periodes
- Zelfverwijten/ zelfbeeld : ik ben geen goede moeder, geen goede partner,...
- Rouw? Mijn kind is niet dood he?
- Psycho-educatie: rouw bij levend verlies

BENOEMEN VAN HET ROUWPROCES BIJ LEVEND VERLIES

- Verschil tussen rouw bij overlijden en rouw bij blijvende handicap??
- Verschil bij zichtbare en onzichtbare rouw?

Belangrijke verschillen:

- Leven versus dood
- Begin en eindpunt is anders
- Blijvende nood aan verzorging en aandacht
- Meer verwarring en onzekerheid
- Bij overlijden kunnen we terugvallen op rituelen die de overgang symbolisch vertalen

Belangrijke gelijkenissen:

- Schuld en onmachtgevoelens

**Verlies van de verwachtingen
die je had !!**

STEL JE VOOR: JE GAAT OP REIS

- Je droomt van Italië
- Je plant je reis
- Verwachtingen
- Verlangens



Je stapt op het vliegtuig!

WELKOM IN DRUILLAND!



- En nu?
- je bent in 'Druiland' beland
- Bijstellen verwachtingen
- Onderkennen verlies
- (h)erkennen bijzonderheid



DE IMPACT

VAN EEN BEPERKING / ZIEKTE

IN /OP EEN GEZIN

- Een kind, broer/zus, mama/papa, partner...als (g)een ander
- Een leven als (g)een ander

- Ziekte/beperking is niet iets waar je voor kiest!
- De ziekte/beperking gaat niet (altijd) over
- Is (dikwijls) altijd aanwezig!
- Een last die je (bijna) nooit kan afzetten
- Hoe zwaar is jouw last? Wie ziet jouw last? Met wie kan je dit delen?

CASUS AN

- Hoe zwaar weegt jouw last?
- Een voorwerp zoeken om de zware last te symboliseren / lijfelijk te ervaren (stenen, stokken, kussens...)
- In deze casus kiest Ann voor een stok. Ze kan kiezen uit verschillende stokken, verschillende dikte, lengte en zwaarte

- *T: “Als dit symbool zou staan voor jouw zware last, welke stok zou je kiezen? Welke stok past bij jou”?*
- *An kiest de zwaarste stok uit en neemt hem vast. Ze voelt, en ervaart, het gewicht, de lengte, het materiaal... Ze is erg ontroerd. Ja, dit is de last die er altijd is en die nooit weggaat, en die in haar beleving niemand kan overnemen.*
- *T: “als je deze stok ergens op je lichaam zou dragen, waar zou je hem dan dragen?” An aarzelt niet: “ op mijn hart! “. Ze neemt een koord, wikkelt die rond de stok en hangt hem aan haar nek, zodat hij in de buurt van haar hart hangt. Ze voelt...*

WIE ZIET JOUW LAST?

WIE **MAG** JOUW LAST ZIEN?

MET WIE **KAN** / **WIL** JIJ JOUW LAST DELEN?

- Casus An
- An neemt de stok mee naar huis en wil dit delen met haar man
- Ze krijgt oorspronkelijk geen gehoor.
'een last moet je niet meesleuren maar weggooien'
- De stok wordt niet meer zichtbaar gedragen maar is er!

Onmacht

Verdriet

heel veel nood aan steun van de stok

Om terug rechtop te komen

En dan zelf steun te worden

▪ .

DE EIGEN BETEKENISGEVING DE INTEGRATIE

- De last wordt nu ervaren als steun
- Ontdekken van de eigen veerkracht
- Creatief zoeken hoe de last 'behapbaar' wordt én kan gedeeld worden
- De stok wordt in stukken gezaagd door haar man!
- De last krijgt een andere betekenis: An maakt er juweeltjes van die ze draagt als ze naar de naailes gaat met vriendinnen.
- Ze draagt de last met inzet van humor en creativiteit.

CONCLUDERENDE

OVERWEGINGEN

- Bij rouw en 'levend) verlies is het stilstaan bij het 'lijfelijk weten' een mogelijke ingang om te kijken naar waar de cliënt verstrikt raakte in zijn ontwikkelingsproces en/of rouwproces.
- Door wat innerlijk gevoeld wordt te veruitwendigen via een symbolisch voorwerp krijgt het verlies bestaansrecht én betekenis
- Door niet alleen te 'praten maar aan de slag te gaan met het symbolisch voorwerp komt er een nieuw ervaren én een nieuwe betekenis.
- Het aanbieden van een gepast experiment maakt het mogelijk om in een veilige context te verkennen wat nog niet benoemd kan of mag worden

BELANGRIJK!

- Het gebruik van een 'experiment' vraagt een goede timing
- Dit aanbieden dient als een uitnodiging om vanuit verhoogde awareness naar een nieuwe betekenisvolle ervaring te gaan.
- Het gaat om een unieke, persoonlijke vormgeving die zich stap voor stap ontvouwt in de therapeutische relatie
- Het kan nooit gebruikt worden als doel op zich maar het dient aan te sluiten bij het proces van de cliënt én de mogelijkheden van de therapeut.

ERVARINGSOEFENING:

- Ziekte/beperking is niet iets waar je voor kiest!
 - De ziekte/beperking gaat niet (altijd) over
 - Is (dikwijls) altijd aanwezig!
 - Een last die je nooit kan afzetten
-
- Eén dag lang 'een last' dragen die je niet kan afzetten
 - Je draagt deze last op je lichaam. Vraag evt hulp
 - Wat is jouw creatieve aanpassing om met deze last om te gaan of de last draaglijk te maken?

TECHNIEK 2:

Het wapenschild

Zoeken naar houvast, herkenning
en verbinding bij onzichtbaar verlies

DE IMPACT VAN VERLIES... EEN FORS VERHAAL

- Onderschat niet de impact van verlieservaringen
- Is persoonsgebonden, niet iets universeels
- Het voelt vaak alsof je alle grip verliest
- Alsof je de strijd verliest om te kunnen blijven staan

HET WAPENSCHILD

ALS VERDEDIGING – BESCHERMING - HOUVAST

Waar doet een wapenschild ons aan denken?

Waarvoor wordt het gebruikt?

HET WAPENSCHILD

ALS VERDEDIGING – BESCHERMING - HOUVAST

- Afkomstig uit de middeleeuwen
- Zichtbare herkenbaarheid
- Symboliseert de belangrijkste waarden en normen
- Creërde verbondenheid binnen een familie, clan of gemeenschap

HET WAPENSCHILD

ALS VERDEDIGING – BESCHERMING - HOUVAST

ALS...

- we uit balans geraken, geen houvast meer hebben
- het lijkt dat iedereen een andere taal spreekt, we elkaar niet meer begrijpen
- het voor elk een ander proces is, een andere weg

Dan...

- Kan het wapenschild helpend zijn op zoek naar houvast
- Zorgt het voor herkenning en verbinding
- voor jezelf, het gezin, de familie
- elk op zijn manier, meer gepast
- beter zicht op elkaars rouwreacties

HET WAPENSCHILD

ALS VERDEDIGING – BESCHERMING - HOUVAST

- **Met kinderen en jongeren:**

- creatief aan de slag met fantasie en spel
- openheid en inbreng van het kind zelf
- verhaal, rollenspel
- aanpassen aan leeftijd

- Brengt de belangrijke thema's aan de oppervlakte
- Het zelf ontwerpen kan exploratief en steunend zijn

HET WAPENSCHILD

ALS VERDEDIGING – BESCHERMING - HOUVAST

- **Met volwassenen:**

- via geleide fantasieoefeningen en symbolen
- maken van een collage
- wapenschild maken van het gezin van herkomst

- **In de gezinstherapie:**

- elk zijn eigen wapenschild
- gemeenschappelijke items
- het 'gezinswapenschild'
- samenwerking en verbinding

HET WAPENSCHILD EN VERBINDING MET HET CONTEXTUELE

- Intergenerationeel kijken
- Meerzijdige partijdigheid van de HV
- Geeft inzicht in het 'grootboek van de familie'
 - waarden/normen
 - onuitgesproken regels
- Brengt dialoog op gang
- Zorgt voor verbinding
- Brengt de balans van geven en ontvangen in beweging

HET WAPENSCHILD VAN... CASUS

TOT SLOT ENKELE AANVULLINGEN

- Werken met het wapenschild nodigt uit om op een creatieve manier aan de slag te gaan
- Zorgt voor verruiming
- Van praten 'over' naar praten 'met' elkaar
- Proces van samenwerken in gezinstherapie
- Maakt onzichtbare dynamieken zichtbaar

Contactgegevens:

Luc Claes claesl@telenet.be – 0474/88.73.03



www.dekanteling.be - info@dekanteling.be



www.lerenoverleven.org - secretariaat@lerenoverleven.org