

Stefanie Janssens

# Roodkapje en Klein Duimpje in therapie

De therapeutische kracht van het sprookje



acco

- Fantasievolle overdrijvingen** Vervolgens haalt Bettelheim het element van de fantasievolle overdrijvingen aan (bijvoorbeeld: de geest in de fles die *voor eeuwig* hierin opgesloten werd). Ook dat heeft een belangrijke bijdrage: de overdrijvingen maken immers reacties op gebeurtenissen mogelijk en verstaanbaar die in de werkelijkheid helemaal niet zo verstaanbaar zijn voor het kind. Een kind dat door moeder een halfuurtje wordt achtergelaten omdat ze naar de winkel moet, kan dat bijvoorbeeld aanvoelen alsof het voor duizend jaar en langer alleen wordt gelaten. Het verdriet en misschien wel de woede die het kind dan voelt, worden in het sprookje aanvaard en bevestigd, terwijl dat in de realiteit natuurlijk niet altijd het geval is. Het sprookje geeft hierdoor aan het kind meer grip op dat onbehaaglijke gevoel. Moeder daarentegen zal het kind ervan proberen te overtuigen dat ze slechts een halfuurtje naar de winkel is geweest. Op affectief niveau zal dit echter niets veranderen bij het kind. Het voelde zich immers voor eeuwig verlaten en dat voelde heel echt.
- Het driemaal-principe** Een ander bekend element dat heel onschuldig lijkt, maar meer betekenis heeft dan op het eerste gezicht lijkt, is het ‘driemaal-principe’: in vele sprookjes moet de held iets driemaal proberen vooraleer zijn opdracht lukt. Dat leert het kind iets heel belangrijks: wanneer je iets probeert, is het heel logisch dat het niet van de eerste keer lukt. Je mag de moed niet opgeven maar je moet nog eens proberen en leren uit je fouten. Dat is, naast de zekerheid van een gelukkige afloop, een heel belangrijk element om met tegenslagen en ontgoochelingen te leren omgaan. In het sprookje wordt dat op een niet-moraliserende, subtiele wijze aangebracht.
- Het proces van verandering** Een laatste belangrijke eigenschap volgens Bettelheim is dat het sprookje de nadruk eerder legt op het proces van verandering dan op het eigenlijke einde. Een eindpunt is nog heel ver weg voor het kind en is nog niet iets waar het zich op dat moment mee bezighoudt. Het groei- en ontwikkelingsproces daarentegen beleeft het kind wel ten volle. De nadruk in een sprookje ligt dan ook op de moeilijke tocht waarin het hoofdpersonage een gehele verandering ondergaat. Vervolgens leven ze nog lang en gelukkig.
- Verschillende persoonskanten** Aan dit alles voegt Kast (1987) nog een aantal extra elementen toe die volgens haar van belang zijn bij de therapeutische werking van het sprookje. Allereerst stelt zij dat de verschillende personages in het sprookje als uitbeeldingen kunnen worden geduid van de verschillende persoonskanten van het kind. Dat geeft het kind de mogelijkheid om in contact te treden

## 8. Het sprookje in groepstherapie

In groep kan het sprookje gebruikt worden als *transitioneel object*. Het praten in groep, vertrekkend vanuit een sprookje, biedt een grotere veiligheid voor de cliënt. Hij hoeft dan niet rechtstreeks over zichzelf te praten maar kan via het sprookje wel iets over zichzelf weergeven.

Omschrijving

Maak gebruik van de *basismethodiek*. Daarnaast kun je bij het therapeutisch werken in groep rond een sprookje nog een extra techniek toepassen, met name het *rollenspel*. De groepsleden beelden hierbij bepaalde scènes uit. De beginscène is vastgelegd door het sprookje maar het vervolg ervan is vrij. Er kunnen nieuwe ontmoetingen plaatsvinden, andere wendingen tevoorschijn komen, ... Van belang is dat iedereen elke rol één keer inneemt. Hierdoor ziet en beleeft iedereen het geheel vanuit al de verschillende standpunten en kan men stilstaan bij de verschillende gevoelens dat dit oproept. Dat alles kan leiden tot een beter inzicht in de gehele situatie. Daarenboven wordt men dankzij het spelen van het verhaal vaak geconfronteerd met de verschillen tussen denken en doen. Ook dat kan een nieuw inzicht bieden.

Praktisch

De kracht van het rollenspel bestaat erin dat men steeds in de geborgenheid van de *intermediaire ruimte* blijft. De connectie met de realiteit wordt pas op het einde van een sessie opnieuw gemaakt. Duidingen van de symbolen naar die realiteit toe zijn niet altijd aangewezen.

Opmerking

Franzke, E. (1989). *Fairy tales in psychotherapy: The creative use of old and new tales*. New York: Hogrefe & Huber.

Referenties

Kast, V. (1987). *Sprookjes als therapie*. Rotterdam: Lemniscaat.

Landy, R. J. (1992). The case of Hansel and Gretel. *Arts in Psychotherapy*, Vol 19(4), 231-241.

## 4. Doornroosje als prins?

### 4.1 Context

De volgende casus werd uitgewerkt door Petra Schipper, een psychotherapeute. Ook zij beschrijft een casus waarbij ze aan de slag gaat met het sprookje 'Doornroosje'. Maar eerst legt ze kort uit wat psychotherapie inhoudt voor haar.

In psychotherapie werken wij in een kleine groep volwassenen met symbolisch rollenspel rond de beleving van de kindertijd en zoeken wij naar correctieve ervaringen. Hierin werken wij veel met associaties, creatieve middelen, beelden, archetypen en verhalen (mythen, sprookjes, Bijbelverhalen en andere), om mensen een stuk (h)erkenning en een notie van hoop te geven alsook een mogelijkheid om zelf weer vat te krijgen op hun verhaal. Sprookjes zijn hiervoor een dankbaar middel omdat ze aansluiten bij een dieper collectief geheugen. Ze zijn een symbolisering van ervaringen en bieden op die manier een erkenning van de strijd tegen het kwaad en de angst. Daarnaast reiken ze de mogelijkheid aan om in die strijd inventief te zijn.

Dergelijke beelden kunnen een opstap betekenen naar een nieuwe beleving van de realiteit en van zichzelf. Als zodanig geven ze ook een houvast. Mensen kunnen zichzelf afbeelden vanuit zo'n sprookje voorhouden om deze nieuwe beleving een plaats te geven in hun dagelijks leven.

Wij zien sprookjes wel als een (weliswaar belangrijke) tussenvorm. Het is niet de bedoeling dat mensen in een magische wereld blijven hangen. Maar als 'transitional' (cf. Winnicott en Jongsma-Tieleman) symbolisering kunnen zij krachtig werken.