

Door: Hilde van Heemskerk

## Handboek Adventure Therapie met kinderen, jongeren en hun gezinnen. Per Wijnands en Monique Scheres Stevensweert

"The wisest and noblest teacher is nature itself" (Leonardo da Vinci). De natuur inzetten als werktuig is net iets anders dan het inzetten van verf, muziek of spel materiaal. Deze vorm van non-verbale, ervaringsgerichte therapie heet 'Adventure Therapie'. *Handboek Adventure Therapie met kinderen, jongeren en hun gezinnen* is het eerste Nederlandstalige boek dat hierop ingaat. Adventure Therapie is een vorm van behandeling waarin de therapeut en de cliënt (of cliëntsysteem) samen een proces aangaan op basis van door de therapeut doelbewust geselecteerde activiteiten met een uitdagend/avontuurlijk karakter (lieft in de buitenlucht). Hierdoor wordt de cliënt in staat gesteld ervaringen op te doen en daarop te reflecteren met hulp van de therapeut. Dit kan bijdragen aan het verminderen van de problematiek en/of klachten zoals ervaren door de cliënt zelf en/of zijn omgeving. Kortom: samen ervaringen opdoen en verwerken met natuur, avontuur en alles wat je daarbij tegenkomt.

*Handboek Adventure Therapie* is een toegankelijk, makkelijk leesbaar boek dat in drie delen is opgebouwd waarin de auteurs je meenemen door de wereld van Adventure Therapie (voor beelddenkers: er loopt in het boek een poppetje met je mee).

Deel 1 gaat in op de ontstaansgeschiedenis van Adventure Therapie. Aangezien leren door ervaringen zoals ook leren van de natuur eeuwenoud is, wordt hiervan eerst een overzicht gegeven. Daarna volgt een koppeling naar theoretische grondslagen. Theorie over ervaringsleren, over het werken vanuit een zone van naaste ontwikkeling (Vygotsky) en over correctieve ervaringen. Tevens wordt onderbouwd waarom bewegen en therapie in de natuur zinvol is voor het therapeutisch proces.

In deel twee komt de praktijk aan de orde. Hoe bouw je een Adventure Therapieproces op, hoe geef je een sessie vorm? Hoe houd je het veilig, fysiek en emotioneel? Daarnaast wordt veel aandacht besteed aan het vormgeven van de grondhouding van de therapeut als ook de rol van de natuur. De natuur is co-therapeut in Adventure Therapie, maar wat betekent dat?

In het derde deel komt een aantal problematieken voorbij. Aan de hand van casuïstiek worden theoretisch kader en behandelrichting uitgeschreven. Er staan *do's and don'ts* in voor de Adventure Therapeut die wil werken met deze problematiek. In het hele boek staan maar liefst 101 praktijkvoorbeelden, waardoor je een helder beeld krijgt van de kracht van Adventure Therapie.

Het boek is geschreven door Per Wijnands en Monique Scheres. Per Wijnands is social worker en sinds 2003 in de ban van ervaringsleren. Tegenwoordig werkt hij als Adventure Therapeut in de jeugd-ggz. Per is ook opleider ervaringsleren bij Team-Focus. Daarnaast is hij eigenaar van Wijnands Training & Coaching en is hij actief binnen het netwerk Adventure Therapy Europe. Monique Scheres is orthopedagoge-generalist/GZ-psychologe. Zij is vanaf 2003 enthousiast over ervaringsleren. Momenteel werkt ze in de jeugd-ggz als diagnosticus, behandelaar en supervisor. Ze probeert het gedachtegoed van ervaringsleren en Adventure Therapie te integreren met andere therapie- en begeleidingsvormen. Ook schreef ze een voorlichtingsboek over gehechtheid.

Het *Handboek Adventure Therapie* is het eerste Nederlandstalige boek over dit onderwerp. Er zijn verschillende Nederlandstalige boeken geschreven over ervaringsleren en ervaringsleerprojecten. Internationaal, met name in de Engelsta-



lige literatuur, zijn wel boeken verschenen over Adventure Therapy. De auteurs schreven dit boek met de intentie om tot meer uniformiteit te komen in de Adventure Therapievormen zoals deze inmiddels ontwikkeld zijn in Nederland en daarbuiten. Daar waar in Nederland Adventure Therapie relatief onbekend is, heeft deze behandelvorm elders in Europa en de rest van de wereld (bijvoorbeeld Amerika of Australië) al meer plek gekregen als onderdeel van een totale behandeling.

Het handboek is een interessant boek, waaruit de passie en het enthousiasme van de schrijvers duidelijk naar voren komt. Daarnaast zijn er in het boek verbindingen gemaakt met aansluitende theorieën, bijvoorbeeld over de werking van het brein en verschillende hechtingsstijlen. Vooral voor vaktherapeuten die werken met kinderen, jongeren en/of gezinnen is het een aanvullend boek.

Binnen de kinder- en jeugdpsychiatrie, waar ik werkzaam ben, zijn we zo enthousiast over het boek en de therapievorm, dat we de kracht van Adventure Therapie en vaktherapie beeldend zijn gaan combineren in een behandelgroep 'Als een boom' voor weerbaarheid en zelfvertrouwen, welke inmiddels vijf jaar wordt aangeboden. De ene week gaan we naar het bos, de andere week gaan we in een creatieve omgeving aan het werk. Schilderen

in het bos, samen balanceren op een slackline, sterk staan als een boom, op zoek naar natuurlijk materiaal voor een beeldend werkstuk, vertrouwen tijdens een blinddoek-oefening, het sluit prachtig op elkaar aan. Een kort praktijkvoorbeeld van een proces tijdens behandelgroep 'Als een boom' ter illustratie:

*Lieke (8) heeft huiselijk geweld meegeemaakt waardoor ze zich vaak angstig voelt en terugtrekt. Op school zien ze dat ze moeite heeft om voor zichzelf op te komen, ze gaat het contact met anderen uit de weg. Om hier in een klein groepje mee te oefenen is ze aangemeld voor de groepsbehandeling 'Als een boom'. In de zesde sessie hebben de kinderen zichzelf geschilderd als een boom. Een breekbaar, klein boompje met enkele groene blaadjes ontstaat op papier. Wanneer de groep de opdracht krijgt om van alle bomen een groepsbos te maken, legt Lieke haar boom aan de zijkant van het bos. Ze geeft aan dat ze zo alles in de gaten kan houden, wel voelt ze zich daardoor soms alleen. We bespreken*

*met Lieke en de groep hoe zij dit vinden, waarbij het idee voor een paadje tussen de bomen ontstaat zodat ze, als ze durft, dichterbij de rest kan komen. Een groepsgeenoot schildert een zandpaadje tussen Lieke's boom en de anderen. Lieke straalt en voelt zich gezien.*

*Wanneer we de sessie daarna in het bos zijn, staat Lieke tijdens een eerste oefening aan de zijkant. Een groepsgeenoot nodigt haar uit om mee te doen, ze heeft even tijd nodig maar voegt zich dan bij de groep. Daarna staat de oefening 'electric fence' op de planning, waarbij ze uitgedaagd worden om als groep over een tussen bomen gespannen touw te komen. Lieke probeert het een aantal keer zelf maar beseft dat ze hulp van de groep nodig heeft. Ze ziet dat andere kinderen elkaar helpen en observeert. Uiteindelijk durft ze hulp te vragen, een groepsgeenoot gaat op de knieën zitten zodat Lieke via de rug van de groepsgeenoot over het touw komt. Het verbindend zandpaadje van de beeldende oefening is hier in het bos opnieuw gelegd. Lieke straalt dat het haar en de groep gelukt is!*

Wij vragen onze cliënten om op ontdekking te gaan naar nieuwe ervaringen, belevingen en daarbij uit hun comfortzone te gaan. Waarom zouden we dat niet zelf, als therapeuten, ook doen? Dit boek nodigt uit om als vaktherapeut meer *out of the box* invulling te geven aan een behandeling.

Van elk verkocht boek wordt een euro gedoneerd aan 'Trees for all' (zie website: [adventuretherapie.nl](http://adventuretherapie.nl)).

Hilde van Heemskerk is werkzaam als vaktherapeut beeldend in de kinder- en jeugdpsychiatrie. Binnen ggz-instelling de Mutsaersstichting combineert ze, net als bij de groepsbehandeling 'Als een boom', vaktherapie beeldend met andere therapievormen. Bijvoorbeeld combinatie-behandelingen met EMDR, schematherapie of ACT.

**In eigen beheer uitgegeven, 2019**  
(324 pagina's)  
**ISBN:** 978 90 826 5151 5  
**Prijs:** € 42,95  
**Het boek is te bestellen via:**  
[adventuretherapie.nl](http://adventuretherapie.nl)

## Wilt u ook een bijdrage leveren?

De redactie nodigt u uit om een bijdrage te leveren aan het Tijdschrift voor vaktherapie. Naast artikelen die direct over vaktherapie gaan, zijn ook bijdragen welkom die bijvoorbeeld de ontwikkelingen in de ggz behandelen of die een psychologische theorie verhelderen van waaruit vaktherapeuten kunnen werken. Bijdragen kunnen een wetenschappelijk karakter hebben, casuïstiek betreffen of bijvoorbeeld een boek bespreken.

De redactie beoordeelt elke ingestuurde bijdrage. Gewoonlijk ontvangt u binnen een week een ontvangstbevestiging. Binnen enkele weken krijgt u van de redactie te horen of uw tekst voor publicatie in het Tijdschrift voor vaktherapie geschikt is. In dat geval zal vervolgens een van

de redacteuren contact met u opnemen. Bijdragen zijn meestal niet in één keer af: gewoonlijk wordt de auteur gevraagd om zijn bijdrage stilistisch en inhoudelijk nog wat aan te scherpen.

In het kader van registratie bij het Register Vaktherapie kunt u punten behalen door publicatie in de vorm van een artikel, interview, boekbespreking of door het reviewen van artikelen. De puntentelling is als volgt: artikel: 40 punten, Uit de praktijk: 20 punten, interview: 20 punten, boekbespreking: 8 punten, artikel reviewen: 4 punten, column: 4 punten. Artikelen voor het Tijdschrift voor vaktherapie hoeft u niet voor te leggen aan de accreditatiecommissie.

De redactie gaat ervan uit dat u uw inzending of een sterk gelijkende tekst niet tegelijkertijd elders aanbiedt, laat staan dat deze stilzwijgend elders gepubliceerd is. In bijzondere gevallen kan een reeds gepubliceerd artikel toch in het Tijdschrift voor vaktherapie worden gepubliceerd. Bijvoorbeeld omdat de publicatie voor vaktherapeuten bijzonder de moeite waard is.

U kunt uw bijdrage sturen naar [tijdschrift@vaktherapie.nl](mailto:tijdschrift@vaktherapie.nl) voorzien van naam, adres, e-mailadres en telefoonnummer. Richtlijnen voor het schrijven van een bijdrage kunt u vinden op [fvb.vaktherapie.nl/richtlijnen-voor-bijdragen](http://fvb.vaktherapie.nl/).