

Scholieren Henk en Anneke gaan anders met leeftijdgenoten om na een weerbaarheidstraining met dramatherapie

Jeugd komt met rollenspelen van de pesterijen af

Leeuwarden - Rappen over je eigen 'probleem' en met leeftijdgenoten een pesterij op school naspelen. Mateloos confronterend vonden scholieren Henk en Anneke de weerbaarheidstraining van creatief therapeut Ton Straver af en toe. Toch zijn ze maar wat blij dat ze hem hebben afgerond. Door Anneke Visser.

Schoolfeesten probeerde hij zoveel mogelijk te mijden. De zestienjarige Henk uit Leeuwarden wist zich daar - temidden van feestende leeftijdgenoten - nooit een houding te geven. Door zijn aan autisme verwante stoornis heeft hij moeite met het leggen van contacten met anderen.

„Zoek een taak“, gaf creatief therapeut en maatschappelijk werker Ton Straver (57) hem als opdracht mee voor de schoolfeesten. Henk werd barman, en deed dat met verve. Tot hij ontdekte dat meedoen op de dansvloer eigenlijk veel leuker is.

Het gaat stukken beter met hem dan een jaar geleden, vertelt Henk, toen hij voor de eerste sessie van de weerbaarheidstraining de praktijkruimte van Straver in Leeuwarden binnenstapte. Een beetje gek was dat wel, vindt hij. „Zit je daar met een groepje leeftijdgenoten. Je kent elkaar niet, maar toch weet je dat je iets gemeen hebt.“

Jongeren melden zich om uiteenlopende redenen aan voor de weerbaarheidstraining voor dertien- tot zeventienjarigen, vertelt Straver. „De één wordt gepest op school, de ander weet gewoon niet hoe je vrienden moet maken.“ Hij is creatief therapeut, en gebruikt drama als middel om scholieren sociaal vaardiger te maken. In twaalf bijeenkomsten van anderhalf uur maken de maximaal acht deelnemers een flinke verandering door, zegt hij. Jongeren worden de laatste jaren steeds vaker via hun school naar hem doorverwezen.

Rappen

De rollenspellen in die sessies kwamen de vijftienjarige vmbo-scholier Anneke uit Leeuwarden vaak de neus uit, vertelt ze lachend. Een sollicitatiegesprek naspelen, elkaar interviewen, oefenen hoe je zelfverzekerd kunt lopen: samen met haar groepsgenoten maakte ze heel wat mee. „Op school zou je al die dingen nooit doen“, zegt ze. „Maar hier was het oké.“ Rappen over je eigen probleem - een van de opdrachten van Straver - viel haar zwaar. „Je staat ontzettend voor aap. Maar dat geldt ook voor de anderen. Iedereen in de groep zit ergens mee. Dat maakt het een stuk gemakkelijker.“

De therapeut koos heel bewust voor de rap-oefening, vertelt hij. „Je kunt wel een probleem hebben, maar dat hoeft niet altijd te betekenen dat je er

op een gewichtige manier mee om moet gaan. Door de zaak luchtig te benaderen, voelt het van binnen ook anders."

Anneke rondde de training kortgeleden af. Nu al merkt ze dat ze anders met leeftijdgenoten omgaat. Pesterijen waren voor haar de aanleiding zich voor de cursus aan te melden. Die begonnen al op de basisschool, en zetten zich op de middelbare school voort. „Het is het bekende verhaal”, verzucht ze. „De pesters wachtten me op na schooltijd, scholden me uit. En dan is er niemand die het voor je opneemt.” In de drama-oefeningen van Straver leerde ze zich een houding geven in de pestsituaties. „Je moet het niet opkroppen, maar gewoon zeggen wat je dwars zit. Ik kan nu heel gewoon met de pesters omgaan.” Een weerbaarheidstraining is eigenlijk voor iedereen wel nuttig, vindt ze. „De pesters zouden ook eens mee moeten doen. Dat zou het een stuk leuker maken op school.”

Relativeren

Met de mensen die hij aan het begin van de training nog wat onwennig had zitten bekijken, bouwde Henk een sterke band op. „In het begin helpen de verhalen van anderen je vooral te relativeren”, zegt de vwo-scholier. „Dan denk je: oh, vergeleken bij hem of haar stelt mijn probleem niets voor. Later leer je elkaar beter kennen en houd je nog vrienden aan de training over ook.”

In de eerste maanden na afloop van de training speelde de stem van Straver nog geregeld door zijn hoofd, vertelt Henk lachend. „In een bepaalde situatie dacht ik dan: o ja, hier hebben we het over gehad.” Inmiddels gaat het actief benaderen van leeftijdgenoten vrijwel automatisch.

„Ik word nog steeds voor elk schoolfeest als barman gevraagd. Zoek maar iemand anders, zeg ik dan. Ik feest liever mee.” i De namen van Henk en Anneke zijn om privacy-redenen gefi ngeerd. Meer informatie over de weerbaarheidstraining voor jongeren is te vinden op www.tonstraver.nl 'Je staat ontzettend voor aap, maar dat geldt ook voor de anderen. Dat maakt het een stuk gemakkelijker'