



Studiedag Trauma en veerkracht bij gevluchte kinderen en gezinnen

7 november 2017 - Schaarbeek

Verslag workshops

Naam workshop: Tree of Life door Claire Wiewauters

Verslaggevers: Elisabeth Adriaens – Mieke Groeninck

UITDAGINGEN

Uitdagingen waaraan de methodiek Tree of Life wil tegemoetkomen:

- Hoe kan je bij mensen – die uiteraard veel negatieve en traumatische ervaringen en gedachten hebben – de krachten die ze hebben, via het gesprek terug bij bewustzijn brengen? Of anders: hoe kan je samen met hen een verhaal vertellen dat naast het trauma-verhaal kan staan?
- *Creating storylines of their lives that they can respect and live with*
- Doel van de *Tree of Life*: aan de hand van de metafoor van een boom, tot een gesprek komen over veerkracht (niet over trauma), zodat dit kan leiden tot traumaherstel.
- Via taal een tussenruimte creëren: ruimte geven en ruimte maken.
- Het individuele proberen overstijgen. Na de *Tree of Life* (het individuele), ook overgaan naar het collectieve (*Forest of Life*), en nagaan hoe men zich (als deel van een (nieuwe) gemeenschap) kan weren tegen storm of onweer.

Belangrijke randvoorwaarden voor de methodiek:

- Het gesprek goed vooraf kaderen: het is een echt gesprek, niet iemand die vragen stelt. (Een goed evenwicht tussen gesprek-tijd, en vragen. Te abstracte vragen vermijden.)
- Spreken en luisteren in vertrouwen. Dit kan door ofwel zelf een afdoende vertrouwensrelatie te hebben, of een vertrouwenspersoon mee uit te nodigen. Ook als er een vertrouwenspersoon mee aan tafel zit, is het zinvol dat er reeds een aantal contacten zijn geweest (bv gezamenlijke activiteit).
- Taal (tolk, google-translate, ...) en beeld als medium (bij de hand hebben van tablet of computer om foto's van bv. land van herkomst, klederdracht,... op te zoeken).
- Tijd en geduld vooraf, en tijdens het gesprek.
- Nieuwsgierige aandacht als belangrijke grondhouding.
- Flexibiliteit wanneer zaken worden verteld die metafoor-gewijs beter verder aan bod komen. Een strikt onderscheid doorheen de onderdelen / fasen van de metafoor is ondergeschikt aan het vertellen en positieve ervaren. Maar het is wel belangrijk om het achteraf samen te brengen

(en eventueel als medium te gebruiken waar een bepaald iemand of situatie nu het beste bij hoort.)

- Elk verhaal is meerlagig, en bevat bovendien zichtbare en onzichtbare elementen.
- Het proces is vaak belangrijker dan het product. Of en hoe men bv. een boom tekent is ondergeschikt, aan het hanteren van de boom als metafoor om zo tot het levensverhaal met positieve ervaringen te komen.
- Respectvol afronden, door ook te bedanken voor wat men heeft gekregen (al dan niet veruitwendigd in een materiele herinnering, bv. tekening van de boom).

Bijkomende vragen bij de methodiek:

- Hoe omgaan met onrealistische verwachtingen: eerst beluisteren en teruggeven dat je hoort hoe belangrijk dit is. Slechts in een tweede fase meer realisme inbrengen, maar steeds vanuit een vertrouwens-context.
- Hoe omgaan met geheimen in de geschiedenis: Positief honoreren, wetende dat volgens het narratieve gedachtegoed mensen goede redenen hebben als ze over iets niet willen spreken.

PISTES VOOR DE TOEKOMST

- De methodiek hoeft niet in een psychotherapeutische context te gebeuren, het kan ook daarbuiten. Zo wordt bv. in scholen geëxperimenteerd. Ook de studenten Gezinswetenschappen werken met deze methodiek.
- Naast de boom-metafoor, wordt er ook gewerkt met de metafoor van een voetbalteam (en de spelregels en figuren – scheidsrechter, aanvaller, keeper,...). Dit heet *Team of Life*. Het zou zinvol zijn om ook een *Cricket Team of Life* te ontwikkelen aangezien cricket bij Afghaanse jongeren veel gekender is dan voetbal.
- Het collectieve spreken kan erg waardevol zijn. Een *Tree of Life*-gesprek kan dan met vier à vijf mensen samen gebeuren. Dit kan leiden tot (een nieuwe) her-verbinding in het heden (re-membering, zie lezing voormiddag).

IDEEEN EN WEETJES

- Rond de methodiek van *Tree of Life* kan ook zinvol lichaamswerk gebeuren. Waarbij het trauma vanuit de wortels (voeten), doorheen de stam en richting de takken en blaadjes (vingertopjes) uit hun lichaam kan verdwijnen.
- Misschien geeft het een extra kracht als een gesprek in het kader van *Tree of Life* in een bos / onder een boom gebeurt.
- Bij het einde van het gesprek als honorering een geschenkje / aandenken geven (cf. de metafoor van de vrucht van de boom).
- Het boek van Peter Wohlleben over het leven van bomen geeft extra metaforen om over het collectieve (*life of forest*) te spreken.
- Meer lezen:
 - o Denborough, D. (2014) *Retelling the stories of our lives*. New York, W.W. Norton & Company
 - o Olthof, J. (2012) *Handboek Narratieve Psychotherapie. Voor kinderen, volwassenen en families: theorie en praktijk*. Utrecht, uitgeverij De Tijdstroom.

- Vermeire, S., Sermijn, J. (red) (2017) Wegen naar her-verbinding. Narratieve, collaboratieve en dialogische praktijken. Interactie-academie vzw.
 - White, M., (2016 –2^{de} druk) Narratieve therapie in de praktijk. Verhalen die werken. Amsterdam, Hogrefe uitgevers
 - Wohlleben, P. (2016) Het verborgen leven van bomen, Lev.
- Meer oefenen: Claire Wiewauters biedt op di. **27 maart 2018** een bijscholing aan over deze methodiek, zie: <http://www.hig.be/nl/nieuws/de-tree-life-een-krachtige-methodiek-de-dialogoog-met-mensen-en-jongeren-op-de-vlucht>