

Je kan **heel veel gevoel** kwijt in het zand

Merel is een hartstikke leuk acht-jarig meisje. Ze doet goed mee op school, heeft vriendinnetjes en zit op sport. Maar toch lijkt haar altijd iets dwars te zitten. Ze piekert regelmatig en soms is het moeilijk contact met haar te krijgen. Uitleggen wat er aan de hand is kan ze eigenlijk niet. Het is alsof ze het zelf ook niet weet.

Dit merk je wel vaker bij kinderen,” weet Ilse van Esch “volwassenen vinden het vaak al moeilijk om hun emoties te benoemen. Dat is voor kinderen nog lastiger.” Ilse is systeemtherapeut en combineert dat met sandplay therapie. “Sandplay is een heel mooie therapievorm omdat je niet bezig bent met je verstand maar echt met je gevoel.” Het is anders dan creatieve therapie omdat je met sandplay niet bezig bent met ‘iets moois’ te maken en je hoeft geen artistiek talent te zijn. “Het is echt iets tijdelijks, na iedere sessie ruim ik de zandbak waarin gewerkt is weer op. Niet in het bijzijn van de cliënt want zo blijft de door de cliënt gecreëerde wereld intact.”

HET HELE GEZIN BETREKKEN

Sandplay is niet alleen iets voor kinderen, ook volwassen cliënten hebben er veel baat bij heeft ze gemerkt. Ilse heeft dan ook bewust gekozen voor Sandplay naast haar systeemtherapie praktijk. “Het is een heel mooie aanvulling waarmee je allerlei zaken uit de binnenwereld van iemand naar buiten kunt te brengen.” Haar basis als systeemtherapeut vindt ze belangrijk “Ik probeer mensen te helpen met complexe vragen. Systeemtherapie staat voor gezinstherapie dus ik betrek alle belangrijke mensen uit het netwerk van de client bij de behandeling. <

Meer informatie over Systeemtherapie en Sandplay therapie vind je op www.ilsevanesch.nl, of bel 06-439 45 916.