

Dit artikel is gepubliceerd in het Tijdschrift voor Opvoeding, Vorming en Onderwijs, jaargang 8, nummer 6, december 1992

DE COMPUTER ALS HULPMIDDEL IN DE SPELKAMER.

door
M.F.Delfos

1. Inleiding

Sedert enkele jaren gebruik ik de computer als hulpmiddel bij de psychotherapeutische behandeling van met name meervoudig getraumatiseerde kinderen. De computer biedt vele, individueel aan te passen mogelijkheden in de spelkamer. De bedoeling van dit artikel is het bespreken van een aantal toepassingen van de computer als onderdeel van de speltherapeutische praktijk. Het is mij niet bekend in hoeverre de computer als therapeutisch spelmateriaal in de dagelijkse therapeutische praktijk gebruikt wordt. Een 'search' door 'psychological abstracts' en pedagogische tijdschriften leverde slechts één vermelding op van het gebruik van de computer als tekenfaciliteit in de spelkamer (Johnson, 1984). Verder werd in een boek over het gebruik van de computer in de klinische praktijk door Allen (1984) aandacht besteed aan de computerspelletjes in de spelkamer. Een gering aantal. Het therapeutisch gebruik van de computer en het wetenschappelijk onderzoek hierover staat nog in de kinderschoenen.

2. De computer in de psychologische en pedagogische praktijk

De computer heeft reeds op verschillende terreinen zijn intrede gedaan in de psychologische en pedagogische praktijk. In educatieve zin als leermiddel (Davidson, 1985), op het gebied van automatisering van testgebruik, als instrument om te diagnostiseren (Pardeck & Schulte, 1990) en als bezigheidstherapie (Zemke, 1986). Het therapeutisch gebruik is met name gericht op cognitief leren, maar ook als psychotherapeutisch instrument bij volwassenen (Nadelson, 1987). Over het gebruik van computers in de spelkamer is nauwelijks iets bekend.

Ik werk met meervoudig getraumatiseerde kinderen. Een laag zelfbeeld, diffuse angst, agressie en faalangst zijn eigenschappen die bijna altijd bij deze kinderen voorkomen. Mijn ervaring is dat de computer vele mogelijkheden biedt om met name bij deze problematiek behulpzaam te zijn. De computer is voor kinderen makkelijk te hanteren en zij hebben over het algemeen snel het gebruik onder de knie. De computer is eerder een barrière voor de volwassen therapeut, die niet opgroeide in een wereld waar de computer, thuis, op school en op het werk, een vrij normaal verschijnsel is.

Te lang is de computer als een de-humaniserend element in onze maatschappij gezien. Naar mijn mening kan de computer door zijn flexibiliteit en bijna onuitputtelijke mogelijkheden echter ook een humaniserende werking hebben. In de spelkamer gebruik ik de computer als een stuk materiaal dat aanwezig is, naast poppenhuis en zaagtafel.

Als belangrijkste gebieden waarbij de computer een hulpmiddel kan zijn, noem ik:

- bestrijding van (diffuse) angst;
- bestrijding van faalangst en prestatieproblemen;

- kanalisatie van agressie;
 - sublimatie;
 - uiting middels tekenen en schrijven;
- Hierop ga ik in de navolgende paragrafen in.

3. Gewapend met de computer angst overwinnen

Een voorbeeld ter verduidelijking. 'Castle' is een grafisch zeer eenvoudig uitgevoerd spel dat veel ruimte open laat voor inleving en fantasie. Het spel speelt zich af in een kasteel dat verlaten is. Er zijn talloze verdiepingen, kamers, gangen en torenkamers. In verschillende kamers liggen schatten. Soms zijn er monsters en enge beesten. Sommige schatten zijn niet zichtbaar, maar verborgen. Ook zijn er magische voorwerpen, zoals een toverstokje. Het idee dat er schatten zijn is aantrekkelijk, het idee dat er monsters zijn is angstaanjagend. De grafische uitvoering is eenvoudig, alles is met eenvoudige computertekens aangegeven. De 'monsters' zijn spinnen, demonen enzovoorts. De ik-persoon is eveneens een eenvoudig grafisch teken: È. Kinderen, ook zwakker begaafde kinderen, leren binnen maximaal 10 minuten met dit spelletje omgaan.

'Castle' is met name geschikt voor de bestrijding van angst. Monsters zijn oningevuld, ze vertegenwoordigen 'het angstige'. Zoals een bekende uitspraak aangeeft: 'Als je iemand écht bang wilt maken, moet je hem zijn hand in een zwart gat laten steken, hij vult dat zwarte gat dan vanzelf met zijn grootste angst. Een monster kan zeer goed symbool staan voor het ongedefinieerd angstige. Met behulp van een grafisch teken op het scherm wordt het angstige geconcretiseerd en daarmee ligt een nieuwe mogelijkheid open om de angst te bestrijden. Omdat in het computerspel 'castle' het monster een simpel teken is, kan elk kind dit 'monster' identificeren met de eigen angst.

Het overwinnen van monsters is een verademing. Om te kunnen 'overwinnen' is echter niets anders nodig dan dat het kind na een 'zwaard' te hebben opgehaald met de cursortoets naar het monster gaat en de toets ingedrukt houdt tot een bericht aangeeft dat het monster 'gedood' is. Onder in het kasteel, in de kelder, zijn doolhoven waar zich twee spinnen bevinden. Ook deze kunnen met behulp van een zwaard overwonnen worden. Bij de kinderen waar ik mee werk komt een fobische of licht-fobische angst voor spinnen veel voor. Het via een computer overwinnen van een spin heeft dan ook een direct positief effect op het kind.

Dat er sprake is van inleving en identificatie is op verschillende wijzen zichtbaar. Het verslaan van een monster of een spin is voor het kind een angstige bezigheid, je ziet kinderen dan ook hun vinger van de toets af willen halen: 'Bijt die spin?' of 'Denk je dat ik het kan?'. Het kind kan zich gesteund voelen door aansporingen als 'Hou vol, het lukt je echt wel' en opgelucht en trots zijn als het gelukt is. Een tienjarig buitensporig angstig kind vertelde spontaan, een week na de sessie waarin de spin was verslagen: 'Ik ben van de week helemaal niet bang geweest, want ik heb toch ook die spin kunnen verslaan'. Wat het kind door dit spel leert is dat angsten te overwinnen zijn door ze aan te vallen. Hierdoor kan het kind zich sterker voelen staan in het 'echte' leven.

Om een computerspel verantwoord te gebruiken is het noodzakelijk dat de therapeut het spel goed kent, zoals dat ook bij testgebruik nodig is. Dit is vooral van belang om de klippen te kunnen omzeilen die het kind (nog) niet aankan. Allen (1984) geeft in zijn artikel aan dat een kind de motivatie voor het spel kan verliezen als het zelf 'gedood'

wordt. Ik zou verder willen gaan: door de speler te 'doden' bevestigt de computer de basale angst van het kind hetgeen bijdraagt tot verslechtering in plaats van tot verbetering.

4 De computer en faalangst

Hierboven is één spelletje uitgewerkt, dat geschikt is voor kinderen met diffuse angst. Dat is echter slechts één gebruiksmogelijkheid. De computer is tevens een krachtige hulp bij de bestrijding van faalangst. Aan de hand van behendigheidsspelletjes, reactiesnelheid en sportsimulaties is dit relatief eenvoudig. Veel computerspelletjes zijn echter ongeschikt omdat zij direct meten en sterk afstraffen bij fouten. Om geschikt te zijn bij faalangst is positieve 'reinforcement' noodzakelijk.

Behendigheidsspelletjes die in ruime mate positieve boodschappen geven en voor kleine verrichtingen een flink aantal punten uitdelen, kunnen een kind helpen. Getraumatiseerde kinderen hebben tijdens het spelen met leeftijdsgenootjes erg vaak het gevoel te kort te schieten, te traag en onhandig te zijn. Het kind zal daarom het spelcontact met leeftijdsgenootjes ontwijken. Met behulp van de computer kunnen sportspelletjes gesimuleerd worden waarbij de verrichtingen gestuurd worden met beloningen. Daardoor wordt een ander zelfbeeld opgeroepen van waaruit ander gedrag in de realiteit kan worden gegenereerd. De op het scherm atletische, zich soepel voortbewegende, figuur kan daarbij een positief identificatieobject bieden.

In de speltherapeutische behandeling is het vaak nodig om de zwakke plekken in het functioneren op te sporen en te behandelen en de sterke plekken te ondersteunen en te ontwikkelen (Delfos, 1991). De computer leent zich hier, onder andere door de eindeloze herhaalbaarheid, uitstekend voor. De therapeut kan spelletjes aanbieden waarin verwacht wordt dat het kind deze goed zal doen. Het kind kan alléén spelen, met de therapeut, tegen de computer, en met of tegen zichzelf onder verschillende namen. In het laatste geval wint het kind altijd, maar kan het ook de eigen verbetering zien, zonder dat dit direct afgezet wordt tegen een ander. Bovendien krijgt het kind hiermee ruimte om kritiek te geven op zichzelf omdat de andere 'naam' als alter-ego kan dienen. De zelfkritiek van het kind kan op deze wijze bloot komen te liggen, en zo beter bewerkbaar voor de therapeut.

De computer blijkt uit te nodigen tot hardop praten. Het kind kan zo dingen vertellen zonder dit rechtstreeks aan de therapeut te hoeven zeggen. Het is een speelse vorm van informatieuitwisseling voor het kind. Hierdoor wordt de therapeut in de gelegenheid gesteld therapeutische ingegrepen te doen die tot verdere verandering van het zelfbeeld kunnen leiden.

5. Kanalisatie en sublimatie met de computer

Een derde gebied, naast het bestrijden van diffuse angst en faalangst waar de computer een nuttig hulpmiddel kan zijn, is kanalisatie van agressie. Ook hier is zorgvuldige keuze van de spelletjes belangrijk. Het gaat erom dat de gevoelens van het kind weg kunnen vloeien middels de gebeurtenissen op het computerscherm. Hierbij moet dus de aard van de gevoelens van het kind worden afgewogen tegen de aard van de gebeurtenissen in het spelletje. Een kind met ingehouden agressie zal in de vorm van een gelegaliseerde agressie in het computerspel agressie kunnen kanaliseren. Een kind dat zich slecht en schuldig voelt zou niet aan een spelletje gezet moeten worden

therapeutisch doelvrije materiaal wordt door de therapeut ingezet zonder daarmee een specifiek therapeutisch doel na te streven. Het materiaal kan dan als speel-element, motivator of uitingsmogelijkheid dienen. De computer is dus als doelgericht en ook als doelvrij therapeutisch materiaal te gebruiken.

Een veelgebruikte doelvrije toepassing is uiteraard de tekenfaciliteit. Het werken met tekeningen in de speltherapie is een oud, bekend en belangrijk gegeven. Ook op dit gebied kan de computer goede diensten bewijzen. De tekenfaciliteiten geven het kind totaal nieuwe mogelijkheden. De tekening kan eenvoudig gemaakt worden met behulp van de muis, een besturingssysteem dat het toetsenbord vervangt. De muis is als het ware een klein doosje dat over een blad bewogen wordt. Kinderen leren het gebruik van de muis verbazingwekkend snel. De tactiele ervaring van het toetsenbord en de bewegingen van de muis ervaren zij als prettig. De tekening kan in een handomdraai gewijzigd worden, aangepast en 'uitgegumd'. Dit kunnen gummen blijkt keer op keer een intrinsieke waarde te hebben. Voordat de kinderen beginnen met het maken van een tekening spelen ze vaak een tijdlang met het gum. De mogelijkheid om flexibel snel en schoon een tekening, of een deel ervan, uit te wissen kan een duidelijk therapeutisch effect hebben.

Tekenen met een computer betekent voor een kind vaak een verbetering van het tekenresultaat. Daardoor wordt de uitingsmogelijkheid vergroot. Het voordeel van de computertekening is bovendien dat deze er na printen voor het kind goed en professioneel uitziet. De computer zal daarmee het tekenen door het kind zelf niet vervangen, het wordt een mogelijkheid ernaast. Beide vormen van tekenen hebben hun eigen specifieke voordelen.

Een andere vrije toepassingsmogelijkheid van de computer is de tekstverwerking. Het zich schrijvend uiten van kinderen in de basisschoolleeftijd wordt in belangrijke mate belemmerd door de moeite die de taal en het schrijven zelf opleveren. De taal stelt hen voor problemen en belemmert 'vrijuit schrijven'. Tezamen met de moeite die het kost om ook nog leesbaar te schrijven ontmoedigt dit kinderen al snel zich langs deze weg te uiten. Ik merk dat kinderen zich veel makkelijker in het schrijven kunnen uiten wanneer zij gebruik maken van de computer. (Overigens geldt dit net zo goed voor volwassenen, weinig schrijvers kunnen de computer nog missen). Voor het kind is het erg prettig dat de computer alles wat ingetoetst wordt serieus neemt, alle woorden worden met hetzelfde respect behandeld en keurig op scherm gezet. Of de spelling nu goed of fout is maakt niet uit, ook vieze woorden worden probleemloos en zonder commentaar weergegeven.

De mogelijkheid tot spellingcontrole achteraf door de computer verlaagt de taalkundigheidsbarrière voor het kind en geeft ruimte voor meer "automatisch"¹ schrijven, waardoor de onderliggende problematiek bloot kan komen te liggen. In het werken met getraumatiseerde kinderen en kinderen met een taalstoornis of een zwakkere begaafdheid opent dit een interessant terrein. Het kind gaat enthousiast aan de gang en schrijft langere tijd. Het betreft hier dan niet alleen gerichte informatie, maar vooral het verzinnen van verhaaltjes alsook het neerschrijven van taboe-woorden. Het lijkt of het kind het gevoel heeft "als de computer het durft te schrijven dan mag ik het ook" en het kan znodig ook gemakkelijk worden gewist! Het schrijven van verhalen, eventueel geïllustreerd met tekeningen, die er prachtig en professioneel uitzien ligt nu binnen handbereik van het kind. Voor sommige kinderen is dit een belangrijke uitbreiding van hun uitingsrepertoire.

9. Tussen poppenkast en zaagtafel

Ondanks al zijn mogelijkheden blijft de computer slechts een instrument dat in de therapie gebruikt kan worden. Het gaat uiteindelijk om de muziek die wordt voortgebracht, het bespelen van het instrument zelf is niet de hoofdzaak. De aanwezigheid van de computer kan echter een krachtige motivator zijn voor kinderen om hun problemen aan te pakken. Het is meer dan alleen speelgoed. Niet alle kinderen gebruiken dit instrument overigens even veel. De een zal er veelvuldig naar grijpen, de ander sporadisch. Net zoals met al het andere materiaal in de spelkamer stemt het kind het gebruik af op de eigen behoefte. Zelden zal het voorkomen dat een kind de speltijd uitsluitend achter de computer doorbrengt. Vaak zie ik in bepaalde periodes een versterkt gebruik van de computer, gericht op een specifiek doel, bijvoorbeeld het overwinnen van angst of het 'spelen met presteren'. In mijn praktijk wordt de computer vooral gebruikt door kinderen tussen 10 en 14 jaar, jongens zowel als meisjes.

Er is een overweldigende hoeveelheid computerspelletjes op de markt. Het overgrote deel van deze spelletjes is mijns inziens, zoals ik hierboven reeds aangaf, totaal ongeschikt voor de therapeutische praktijk. In deze spelletjes spelen behendigheid en reactiesnelheid vaak een prominente rol, elementen die voor faalangstige kinderen vaak struikelblokken zijn. Getraumatiseerde kinderen zijn vaak minder behendig en traag in hun reageren. Ze hebben een konstant gevoel van 'op hun hoede moeten zijn', waardoor zij een altijd aanwezige lichte vorm van gespannenheid hebben die een soepele motoriek in de weg staat. Het is dan ook zaak om het computermateriaal zorgvuldig te selecteren en te gebruiken.² Momenteel onderzoek ik de mogelijkheden om gericht therapeutisch computermateriaal te ontwikkelen.

Zoals het poppenhuis flexibel aangepast kan worden aan de behoeften en noden van het kind, kan ook de computer door de therapeut gebruikt worden om maatwerk voor de cliënt af te leveren. Omdat de computer meer en meer een onderdeel vormt van het dagelijks leven van de westerse mens is het zinvol de computer ook een plaats in de spelkamer te geven. De identificatiemogelijkheden die de computer biedt zijn niet te verwaarlozen. Hoewel bij het woord computer meestal gedacht wordt aan onpersoonlijk, afstandelijk, onmenselijk en dus bij uitstek ongeschikt voor de speltherapie, is de computer ook te zien als een flexibel, cliënt- en therapeut-vriendelijk instrument.

Het nut van de computer als hulpmiddel in de psychotherapeutische praktijk staat uiteraard niet los van de gebruiker. Ook computers ontleen hun waarde aan de wijze waarop zij door de therapeut worden ingezet. Het blijven instrumenten die de therapeut niet vervangen. De relatie therapeut en cliënt is en blijft het belangrijkste gegeven. Allen (1984) spreekt in deze context van drie verschillende activiteiten van de therapeut : De therapeut kan als mentor het kind in het spel begeleiden, kan steun geven op momenten dat het verloop van het spel het kind frustreert en kan het verband leggen tussen spel en realiteit en het kind zo leren zijn ervaringen toe te passen. Ik zou daar nog als vierde activiteit aan willen toevoegen: het 'matchen' van spel en kind, het afstemmen van het spel op de problemen van het kind. De relatie therapeut-clieënt is de basis voor het therapeutisch proces van het kind, de computer kan daarin slechts bijdragen. Zoals een kind dat aan de computer bezig was, zei "Als jij er bij zit lukt mij altijd alles!"

Noten

1 Met automatisch schrijven wordt hier bedoeld de vorm van schrijven die in de traditie van de 'stream of consciousness' van William James door literaire genres als DADA en Surrealisme gezien werd als de mogelijkheid ongehinderd te schrijven waardoor de onbewuste barrières weggenomen zouden worden.

2 Allen (1984) is deze mening niet toegedaan. Hij meent dat het onbewuste van de spelletjesmaker en het collectieve onderbewustzijn dat het spelletje tot succes maakt, voldoende garantie bieden om aan de therapeutische doelen te beantwoorden. Mijns inziens is hij dan gericht op de 'massa' en niet de specifieke problematiek van kinderen die in psychotherapeutische behandeling komen.

Literatuur

Allen David H, "The use of computer fantasy games in child therapy". In M.D. Schwartz (Ed), *Using computers in clinical practice*, pp 329-334. New York: Haworth Press. Dank aan Mevr Hellendoorn die mij op dit boek attent maakte.

Davidson, Robert S. "*Computers, people and productivity*". *Journal of Organizational Behavior Management*; 1984 Fal-Win Vol 6(3-4) 155-168 Special Issue: Applications of computer technology to learning therapy.

Delfos, Martine. "*Spelend werken aan functioneren en gedrag*", *Tijdschrift voor Jeugdhulpverlening en Jeugdwerk*, Jaargang 3, n^o12, december 1991, 18-21

Johnson, Richard. "High Tech Play therapy", *Techniques*, Volume 1, October 1984

Nadelson, Theodore. "*The inhuman computer/the too-human psychotherapist*". *American Journal of Psychotherapy*; 1987 Oct Vol 41(4) 489-498

Pardeck, John T. and Schulte, Ruth S. "*Computers in social intervention: Implications for professional social work practice and education*". *Family Therapy*; 1990 Vol 17(2) 109-121

Zemke, Ruth. "*Taking a byte of the Apple: Computer activities in a senior day care center*". *Physical and Occupational Therapy in Geriatrics*; 1985-86 Win Vol 4(2) 39-48, 1986

Dr. Martine F. Delfos

PICOWO, Psychologisch Instituut voor Consultatie, Onderwijs en Wetenschappelijk onderzoek

Goeree 18, 3524 ZZ Utrecht

The Netherlands

email: mfdelfos@wanadoo.nl

website: www.mdelfos.nl