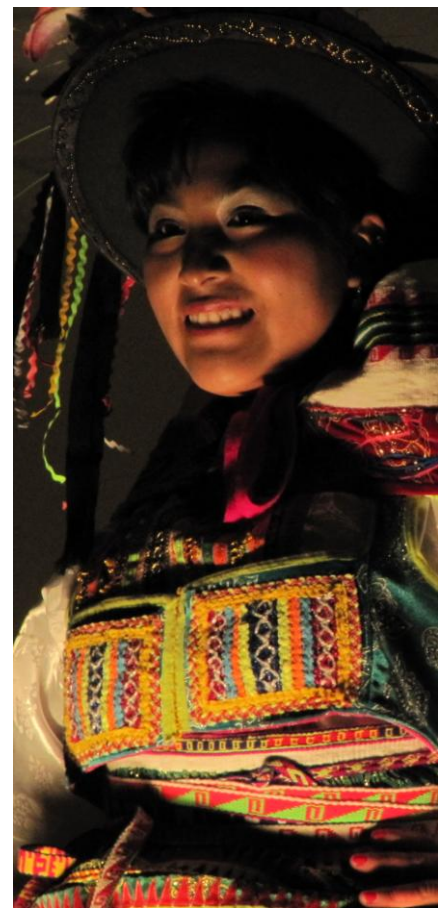


Dansers van moeder aarde

Dans- en bewegingstherapie als ondersteuning van de psychische behoeften van de Quechua bevolking in de Peruaanse Andes.



Creatieve therapie dans en beweging

A.N. van Koeveringe - van Dijken (0611204)

Hogeschool Zuyd Heerlen Faculteit Gezondheid en Zorg

S. Vanneste (0624357)

2 september 2010

Begeleider: Ina van Keulen

*Heeft de aarde een eigenaar?
Hoe kan dat?
Hoe kan zij worden verkocht?
Hoe kan zij worden gekocht?
Zij is toch niet van ons?
Wij zijn van haar.
Wij zijn haar kinderen
Altijd zo, altijd. Levende aarde.
Zoals zij de wormen voortbrengt, zo brengt zij ons voort.
Zij heeft beenderen en bloed.
Zij heeft melk en geeft ons te drinken.
Haar heeft zij, gras, stro, bomen.
Zij kan aardappels baren
Zij laat huizen geboren worden.
Mensen laat zij geboren worden.
Zij zorgt voor ons en wij zorgen voor haar.
Zij drinkt maïsbiere, wanneer wij haar uitnodigen.
Wij zijn haar kinderen.
Hoe kan zij worden verkocht?
Hoe kan zij worden gekocht?*

Inhoudsopgave

Voorwoord	5
Inleiding	7
Hoofdstuk 1: Probleemstelling, vraagstelling, doelstelling	8
1.1 Probleemstelling	8
1.2 Vraagstelling	12
1.3 Doelstelling	13
Hoofdstuk 2: Onderzoekstype en onderzoeksmethode	13
2.1 Onderzoekstype: ontwikkelend	13
2.2 Onderzoeksmethode: actiegericht onderzoek	13
Hoofdstuk 3: Domeinverkenning	14
3.1 Elementen uit de cultuur	14
3.2 Begrippenlijst	16
Hoofdstuk 4: Voorfase en oriëntatiefase	18
4.1 Benefiet	18
4.2 Entree	18
4.3 Actieonderzoek-netwerk	20
4.3.1 Probleemhebbbers	20
4.3.2 Direct betrokkenen	23
4.3.3 Onderzoeksrol	24
Hoofdstuk 5: Diagnostische fase	25
5.1 Deelnemer	26
5.1.1 Gebruikte onderzoekstechnieken voor de diagnose van de deelnemer	26
5.1.2 Diagnose van de deelnemer	27
5.2 Therapeut	33
5.2.1 Zoektocht naar het therapeutisch handelen	33
5.2.2 Therapeutisch handelen	33
Hoofdstuk 6: Ontwikkelfase	34
6.1 Danstherapeutisch werkplan	35
6.1.1 Creatief therapeutische werkwijze	35
6.1.2 Doelen	35
6.1.3 Danstherapeutische werkwijze	36
6.1.4 Methoden	43
6.1.5 Materialen	45
6.1.6 Onderzoeksrol	47
Hoofdstuk 7: Evaluatie	49
7.1 Effecten met betrekking tot de psychische behoeften	49
7.2 Effecten met betrekking tot contact hebben met het eigen lichaam, individualiteit en identiteit	52
7.3 Overige effecten	54
7.4 Kwaliteitscriteria	55
7.5 Onderzoekstechnieken	56
Hoofdstuk 8: Discussie	57
8.1 Conclusies	57
8.1.1 Vraagstelling en doelstellingen	57
8.1.2 Interpretatie en verklaring	59

8.2 Reflectie op het onderzoek	59
8.2.1 Realisatie van het project	59
8.2.2 Zwakten en sterkten	60
8.2.3 Aanbevelingen voor vervolg onderzoek	61
8.3 Werkmodel	62
8.3.1 Nicole	63
8.3.2 Sofia	65
Samenvatting	68
Literatuuropgave	69
Websites	71
Bijlagen	72
Bijlage 1: Contact personen	72
Bijlage 2: Foto's van domeinverkenning	73
Bijlage 3: Foto's van de benefiet	74
Bijlage 4: Uitnodiging Benefiet	75
Bijlage 5: Voorbeeld voorbereiding therapiesessie	76
Bijlage 6: Voorbeeld reflectie therapiesessie	77
Bijlage 7: Model ego-toestanden	79
Bijlage 8: Samenvatting werkplan	80
Bijlage 9: Kenmerken voor de therapeut vanuit DGT	82
Bijlage 10: Werkschema	83
Bijlage 11: Foto's van het leven en werken in Peru	96

Voorwoord

De grond, die niet kan worden verkocht of gekocht, daar mochten wij drie en een halve maand op leven. Samen met de Quechua's, de afstammelingen van de Inca's in het Andes gebergte, mochten we getuigen zijn van de prachtige en machtige natuur die "pachamama", moeder aarde, hen geeft, van hun leven en hun geloof. Allemaal wonderen van deze aarde.

Onderdrukking heeft echter de identiteit en een gevoel van veiligheid bij deze bewoners van moeder aarde sterk op proef gesteld. De dans evenwel is een kracht, waarin ze zichzelf kunnen hervinden, waarin ze weer "dansers van moeder aarde" kunnen worden.

Nicole schrijft...

Ik ben gegrepen door de noden in de wereld die ik van dichtbij heb kunnen proeven in mijn eerdere reizen met de organisatie 'Athletes in Action'. Tijdens mijn reizen heb ik ontdekt dat mijn hartsverlangen is om vreugde te delen, liefde te geven, humor te zaaien, een onverwachte knuffel te bieden en een betrouwbare vriend te zijn voor de mensen die dat nodig hebben. Dit heel dichtbij, maar ook ver weg. Ik durfde het aan om vanuit mijn hart te leven en vanuit mijn hart een keuze te maken en een weg in te slaan. Er ging een wereld voor me open toen ik me overgaf aan het verlangen naar Peru te gaan. Een weg vol van intimiteit, schoonheid en avontuur.

*De weg gaat altijd verder en verder
Vanaf de deur waar hij begon.
Nu is de Weg me ver vooruit
En ik moet volgen, als ik kan,
Hem nalopen met snelle pas
Tot hij een breder spoor bereikt.
(J.R.R. Tolkien)*

Sofia schrijft...

"Rêver un impossible rêve (...) Brûler d'une possible fièvre, Partir où personne ne part (...) Pour atteindre l'inaccessible étoile." (Jaques Brel – La Quête)

De onbereikbare ster, die Jaques Brel in de huid van Don Quichotte bezingt, staat symbool voor mijn kinderdroom om ontwikkelingswerk te doen. Het brandend verlangen om deze droom waar te maken was de sterkste duw in mijn rug om op zoek te gaan naar de toepassingsmogelijkheden van danstherapie, een andere ster, in een land waar de mensen minder welvaart kennen dan die ik ken, alleen maar door geboren te worden in een land dat België heet.

De passie voor ontwikkelingswerk, danstherapie en het land Peru heeft ons samengebracht en geleid tot het avontuur dat we samen aangingen. Een hart voor mensen, die het minder hebben dan ons, en het idealisme om de wereld, als ware het maar een beetje, beter te maken, hielp ons dit onderzoek richting te geven. Omdat *"Geen weg te lang is met een vriend aan je zij"* zijn we er samen op uit getrokken en samen weer thuisgekomen. Op deze weg werden we gedragen door het verlangen danstherapie en ontwikkelingswerk te integreren.

Omdat we beiden personen zijn die op zoek zijn naar de diepere kern van het leven en de menselijke psyche kozen we voor drie basale basisbehoeften van de mens als onderwerp van dit onderzoek. De behoefte aan veiligheid, de sociale behoeften en de behoefte aan erkenning zijn dan ook de leidraad in dit onderzoek. Deze basale noden zijn levend en actueel bij de Quechua's en danstherapie kan hier een verschil in maken.

Door de gastvrijheid en openheid van deze bevolking, door de danstherapeutische rugzak aan ervaringen, die de afgelopen vier jaar werd gevuld en door de steun aan en van elkaar werd het beoogde resultaat gerealiseerd. Zo mochten we ervaren hoe de Quechua's een stukje van hun identiteit mochten terugwinnen. Dit door een duw in de rug te geven aan hun gevoel van veiligheid, het sterke sociale aspect los te laten en erkenning te geven aan wie de Quechua's in wezen zijn.

Samen bedanken we...

Jef en Roberto, twee personen met een Peruaans hart, leidden ons naar de inwoners van dit land toe en door de belevenissen heen. Een welgemeende 'gracias' aan hen, voor het bouwen van de interculturele bruggen, is hier dan ook meer dan op zijn plaats.

Advies geven, begeleiden en enthousiasmeren van op een afstand van 10.455 kilometer en 3700 meter hoogte is mogelijk. Ina van Keulen was hierin de pionier.

Eveneens een eerste prijs in objectiviteit en positieve benadering, is voor Claudia Crumbach, een betrouwbare danstherapeute met een groot hart.

Joris Bruneel spant de kroon wat verdiepende en verrijkende feedback betreft. Zonder deze externe deskundigen was dit werk niet geworden wat het nu is.

Nicole bedankt...

Wat eerst een droom was, is nu werkelijkheid geworden. Ik besef me dat ik dat niet had gekund zonder de mensen die mij steunden op de weg die ik in sloeg. Nicolette wil ik bedanken, omdat ze mij heeft geholpen te kiezen welke weg het beste voor mij zou zijn. Het was niet gemakkelijk om die weg in te slaan, omdat het consequenties met zich mee bracht. Zo moest ik mijn thuis en huis achterlaten. Vivian, een vriendin, is er toen voor mij geweest zonder dat ik er zelf was. Ze heeft op mijn huis gepast met veel zorg en aandacht. Toen ik terug kwam stond er een prachtig boeket op tafel, dat was een warm welkom. Op die weg liep ik naast Sofia, hand in hand sloegen we een weg in. Zonder een goede vriendin aan mij zij, was ik niet staande gebleven op die weg en was ik niet zoveel uitdagingen aangegaan. Leonard, liep ook mee. Hij liep niet alleen op die weg, maar droeg mij op momenten dat ik het nodig had en gaf me vertrouwen in mezelf wanneer ik het vertrouwen in mezelf was kwijt geraakt. Hij gaf mij vreugde, liefde, humor en een onverwachte knuffel wanneer ik die zelf nodig had. Conny wil ik bedanken omdat ze op onverwachte momenten even belt, een email stuurt met bemoedigende woorden en aanvoelt wat ik nodig heb op de weg die ik ga. Op mijn weg had ik steeds een houvast namelijk een boek met foto's die me vreugde en troost gaven op de momenten dat ik heimwee had. Dit boek heb ik gekregen van mijn familie, gemaakt door mijn lieve zus Nathalie, die tijdens het schrijven van de scriptie voor de nodige afleiding zorgde met haar levendige lach, verhalen en overheerlijke stokbroodjes en brownies. Tot slot liep ik op mijn weg ook tegen muren aan, ik kwam mezelf tegen. Janneke schreef woorden die me hielpen muren te verbreken of over te gaan maar stimuleerde me ook te genieten van de rust en de stilte. Nu loop ik verder en sta ik op een kruispunt. Ik hoop nu weer een nieuwe weg in te gaan, die ik kan bewandelen met de mensen waarvan ik ontzettend veel hou.

Sofia bedankt...

"Happiness only real when shared"

Deze laatste woorden van Christopher McCandless verwoorden de kern waarom ik Nicole dankbaar ben, dat ze dit afstudeerproject met me deelde. Het luisterend oor, de troost, de gesprekken en het even- en gelijkwaardig werken aan deze scriptie zijn voor mij waardevolle schatten.

"Door te prijzen wat je bemint, verhoog je de waarde ervan voor jezelf nog meer." (Publilius Syrus)
Nonkel Joris opende reeds vijf jaar geleden een nieuwe wereld voor mij door over zijn eigen beroep als danstherapeut te vertellen. Tijdens de eerste twee jaar van deze opleiding kon ik steeds bij hem terecht met vragen over "ons" vakgebied. Dat hij dan nog mijn stagebegeleider wilde zijn in het derde jaar én me hielp deze scriptie op punt te stellen verdient meer dan één welgemeende bedankt!

"De wortels onder de aarde eisen geen beloning op, om de takken vol te hangen met fruit."

(Rabindranath Tagore)

Doordat Moeke, Vake, David, Ofelia, Hadewich en Michael mij in hun open handen met liefde omringen, groeiden met veel vertrouwen mijn vleugels en kon ik gesterkt mijn warme thuis voor een tijdje verlaten. Dit om te trekken naar het land waar ons gezin enkele diepe wortels in moeder aarde heeft. Bedankt dat ik mocht opgroeien vanuit een tedere verbondenheid met hen, de armen, waarvan God houdt, niet omdat ze goed zijn, maar omdat ze arm zijn.

"Liefde scheidt een mens niet af van zijn eigen legende" (Paulo Coelho – De alchemist)

Omdat Lieven, mijn liefde, me niet weghield van deze droom, wil ik ook hem bedanken. Zijn "echt achter me staan", zijn vertrouwen en zijn "dicht bij zijn op een afstand" hebben steeds naast me gelopen en me gedragen wanneer het moeilijk was.

"Als je van iemand houdt kun je alles worden" (Paulo Coelho – De alchemist)

Sofia Vanneste

Nicole van Koeveringe – van Dijken

2010

Inleiding

Deze scriptie is de verslaglegging van ons afstudeerproject. Dit verslag beschrijft het onderzoek, de resultaten en de discussie. Om als lezer een duidelijk beeld te krijgen van de inhoud staat hieronder een handleiding voor de scriptie beschreven met daarin een beknopte weergave van wat er in dat desbetreffende hoofdstuk aan de orde komt.

In hoofdstuk 1 wordt u meegenomen naar de start van het afstudeerproject. Daar in zijn de probleemstelling en de relevantie van dit onderzoek opgenomen. Van hieruit werd de vraagstelling van dit onderzoek geformuleerd. Het hoofdstuk wordt afgesloten met de doelstellingen van het onderzoek.

In hoofdstuk 2 worden naar aanleiding van de doelstellingen het onderzoekstype (ontwikkeland) en de onderzoeksmethode (actiegericht onderzoek) uiteen gezet en verduidelijkt. In dit onderzoek is er gebruik gemaakt van de drie technieken ongestructureerde observatie, participerende observatie en onverhulde observatie, om de data te verzamelen. Deze worden ook in dit hoofdstuk beschreven. De domeinverkenning staat beschreven in hoofdstuk 3. Daar wordt er ingegaan op verschillende elementen uit de Quechua cultuur zoals de schrijnende onderdrukking, het geloof in moederaarde, de beleving van tijd en de waardering van de gemeenschap. Van daaruit worden de belangrijkste begrippen uitgewerkt en verduidelijkt in een zo helder mogelijke begrippenlijst.

In het daaropvolgende hoofdstuk worden de voorfase en oriëntatiefase beschreven. De rol van de benefiet die voor het vertrek georganiseerd werd en de entree in het kleine dorpje Ichuña worden in de voorfase beschreven. Van daaruit kon er over gegaan worden op de oriëntatiefase, die in het teken stond van het opbouwen van het onderzoeksnetwerk. Dit netwerk bestond uit probleemhebbers, direct betrokkenen en onze rol als onderzoekers.

Vanuit observaties die werden gedaan kon er een diagnose gemaakt worden van de onderzoekssituatie. Deze staat beschreven in de diagnostische fase in hoofdstuk 5. In de diagnose staat hoe psychische behoeften tot uiting komen bij de Quechua bevolking. Hiernaast wordt er een beschrijving gegeven van het therapeutisch handelen in deze fase.

Vanuit de diagnose wordt er een danstherapeutisch werkplan beschreven in hoofdstuk 6, de ontwikkelfase. Dit werkplan speelt heel specifiek in op de psychische behoeften van de Quechua bevolking.

Dit werkplan wordt geëvalueerd in hoofdstuk 7 in de evaluatiefase. Hier worden de verschillende effecten van het danstherapeutisch werkplan beschreven. Ook de kwaliteitscriteria en de daarbij horende onderzoekstechnieken komen in dit hoofdstuk aan bod.

Hoofdstuk 8 bevat de discussie. Dit hoofdstuk is onderverdeeld in drie paragrafen. In de eerste paragraaf wordt er ingegaan op de beantwoording van de vraagstelling en worden de resultaten verklaard. Het onderzoek wordt geïnterpreteerd. In de tweede paragraaf staat de reflectie op het onderzoek centraal, waar de realisatie, sterkten, zwakten en aanbevelingen zijn beschreven. Tot slot wordt er verdiepend ingegaan op onze werkmodellen.

In de samenvatting worden de probleemstelling, vraagstelling, acties, resultaten en conclusies beknopt omschreven.

In deze scriptie worden er vele voorbeelden gebruikt om u mee te laten proeven van onze ervaringen en mee te nemen naar Peru. Deze voorbeelden staan cursief gedrukt.

In deze voorbeelden worden gefingeerde namen gebruikt, om de privacy van de Quechua te waarborgen. De namen in de scriptie zijn echter namen die wij zijn tegengekomen in Peru.

Er wordt gesproken in de 'hij' vorm, deze vorm representeert niet enkel het mannelijke geslacht, maar vertegenwoordigd ook het vrouwelijke geslacht.

Cijfers van 1 tot en met 10 worden uitgeschreven. Nummers boven de 10 worden decimaal uitgeschreven.

Tot slot gebruiken we in de scriptie voornamelijk de term 'dans – bewegingstherapie', deze staat equivalent voor de Europese naamgeving 'Dance Movement Therapy'. De term 'danstherapie' wordt ook hier en daar gebruikt en wordt over het algemeen erkend. In Amerika wordt de term 'dans – bewegingstherapie' meer gehanteerd. Daarom hebben wij besloten deze laatste term voornamelijk in deze scriptie te gebruiken.

Hoofdstuk 1 Probleemstelling, vraagstelling, doelstelling

1.1 Probleemstelling

De derde terugkomweek van het stagejaar bracht ons na een periode van stage lopen weer bij elkaar. Gezellig rond de tafel kwamen we tot mooie en zinvolle gesprekken. In deze omgeving en omstandigheden ontsprongen er enkele ideeën. We vertelden aan elkaar onze gedachten rondom ontwikkelingswerk en ontdekten dat we hierin op dezelfde lijn zaten. We hebben namelijk beiden het verlangen om dans - bewegingstherapie te combineren met ontwikkelingswerk. Het besef dat we elkaar hierin gevonden hadden werd nog groter op het moment dat de naam van het land Peru viel. We hebben beiden een connectie met dit land. Het idee om ons afstudeerproject samen in een ontwikkelingsproject in Peru te doen, was geboren.

Vanaf dat moment startte de domeinverkenning. We zochten naar projecten in Peru waarin we een dergelijk afstudeerproject zouden kunnen verwezenlijken. Uiteindelijk kwamen we uit bij twee projecten. Het eerste project is dat van Jef Van Den Ouweland. Hij is een Belgische priester die al 25 jaar in Peru woont en werkt. Tien jaar geleden ging hij in Ichuñā wonen. Ichuñā wordt bewoond door mensen met de Quechua-cultuur. Jef Van Den Ouweland doet daar ontwikkelingswerk om de bevolking te ondersteunen. Toen we hem vertelden dat we graag onderzoek zouden gaan doen in Ichuñā naar dans - bewegingstherapie en ontwikkelingswerk was hij onmiddellijk enthousiast en heette ons van harte welkom.

Het tweede project is dat van Roberto Cervantes. Hij is een Peruaanse vrijwilliger die al jaren in verschillende sociale projecten in Arequipa werkt. Toen we hem vertelden over ons afstudeerproject liet hij weten dat we voor een week welkom waren in zijn huis en dat we danstherapeutische activiteiten konden organiseren voor de groepen van de verschillende sociale projecten.

Ondertussen startte fase vier van de opleiding en bestudeerden we beiden ons werkmodel.

Ik, Sofia, merkte bij het herbestuderen van mijn werkmodel dat ik als therapeut steeds open sta voor wie de cliënt is en wat hij meebrengt naar de therapiesessie. Ik schep als therapeut in de sessie een situatie waarin de cliënt steeds met een vraag kan komen en aanwezig kan zijn zoals hij is. Tijdens mijn onderzoek voor integratieve methodiek in onderwijsleerperiode 13 kwam ik tot de conclusie dat deze manier van werken psychoanalytisch georiënteerd is. Deze attitude en rol die ik als therapeut aannam tijdens de stage valt het beste te beschrijven door middel van de drie posities of attitudes die Winnicott (1971) beschrijft.

Deze drie posities of attitudes zijn:

- 'Holding of environmental mother': de attitude van het verzorgende moederobject dat de faciliterende omgeving creëert die het afhankelijke kleine kind of de cliënt aan het begin van de behandeling nodig heeft. Deze attitude is niet gerelateerd aan bepaald gedrag van het kind of de cliënt en is dus onvoorwaardelijk.
- 'The good enough mother': de attitude van de moeder die goed genoeg is. Hiermee wordt bedoeld dat er aan de cliënt gegeven wordt wat hij nodig heeft.
- Faciliterende omgeving: de attitude van de moeder die zich niet opdringt of het kind opeist maar het kind ondersteunt waar het er zelf om vraagt, waar het kind het nodig heeft (De Wolf, 2002; Treurniet, 1993).

De conclusies van het onderzoek voor integratieve methodiek in onderwijsleerperiode 13, samen met mijn ervaringen uit de stage, gaven me een vaststelling die me aangreep, me bezighield. Het is niet gemakkelijk om altijd deze houding aan te nemen, zeker niet, en dat mocht ik in de stage ook zelf ervaren, ten opzichte van cliënten die qua persoon, opvoeding, afkomst en cultuur erg verschillen van mezelf. De doelgroep, mensen uit andere culturen, hebben nog geen duidelijke plaats in mijn werkmodel. Het is voor mij een uitdaging om te onderzoeken hoe ik als danstherapeut toch met dezelfde houding kan omgaan met deze doelgroep. Mede omdat ik tijdens en na mijn stage vaak twijfelde aan de waarde van deze houding. Ook door supervisie ben ik me gaan afvragen of dit wel een goede houding is en past binnen de eisen van de zorginstellingen van vandaag die zich vaak richten op snelle en doelgerichte behandelingen. Wel voelde ik aan dat deze houding sterk bij mij als persoon aansloot en een enorme waarde had. Het toepassen van deze houding in Peru zou me helpen een duidelijker beeld te krijgen met betrekking tot deze houding en de twijfels die ik hierbij had. Het onderzoek naar een andere cultuur binnen dans - bewegingstherapie zal een verrijking zijn voor mijn werkmodel.

Ik, Nicole, kreeg tijdens mijn stage veel te maken met verschillende culturen en dit op verschillende vlakken. Ik liep als Nederlandse stage in een Belgische instelling. Ook al is dit een buurland, ik kreeg toch al veel te maken met cultuurverschillen. Verder had ik te maken met cliënten die afkomstig waren uit verschillende landen zoals Marokko, Italië en Turkije.

Als ik aan mijn stage terug denk merk ik dat cultuurverschillen aspecten zijn die me vaak geraakt hebben. Zo zijn er vele momenten die ik me herinner waarbij in contact met cliënten dit thema vaak speelde. Het is voor mij dus duidelijk dat dit me bezighoudt en interesseert.

Bij het herbestuderen van mijn werkmodel merk ik echter dat dit belangrijke aspect niet naar voren komt. Terwijl dit aspect wel in mijn manier van werken naar voren is gekomen. Met dit onderzoek hoop ik mijn werkmodel op vlak van verschillende culturen meer uit te breiden en te verdiepen. Ook hoop ik te ontdekken wat mensen met een andere cultuur voor mij als danstherapeut betekenen.

Een ander aspect wat in mijn werkmodel naar voren komt is mijn sterke verbale kant. Het afgelopen jaar heb ik aan dit aspect gewerkt door mijn non-verbale kant meer de ruimte te geven.

Tijdens dit afstudeerproject hoop ik deze vaardigheid verder uit te breiden. De taal zal namelijk een aspect zijn die ik minder goed zal kunnen inzetten, omdat ik de taal minimaal beheers. Hierdoor zullen mijn non-verbale vaardigheden uitgebreid worden.

In beiden werkmodellen komt naar voren dat we in onze stage regelmatig te maken hadden met mensen uit andere culturen. Dit sprak ons beiden aan. Deze interesse namen we mee in onderwijsleerperiode 13 in de C1 lijn waarbij we kennis maakten met praktijkonderzoek. We deden een onderzoek over hoe interculturaliteit en dans - bewegingstherapie samen kunnen gaan. We onderzochten de positieve aspecten die interculturaliteit binnen een therapiegroep kan bieden om de behandeling te verrijken.

Het thema 'culturen en dans - bewegingstherapie' is voor ons beiden een belangrijk aspect dat we misten in ons werkmodel. We hadden allebei de wil om een antwoord te zoeken op de vraag of dans - bewegingstherapie kan samengaan met ontwikkelingswerk. Dit is onze gemeenschappelijke aanleiding voor dit onderzoek.

We hebben er bewust voor gekozen om een duo scriptie te schrijven omdat in ons werkmodel dezelfde thema's leven. Door samen rondom deze thema's aan de slag te gaan brengen we elkaar naar een hoger niveau en creëren we diepgang. We zijn allebei personen die naar diepgang op zoek zijn. De discussies die we hebben gehad, vinden we interessant en maken in onze ogen het afstuderen erg waardevol. De klik die we gevoelsmatig vanaf het begin samen hadden ondersteunde ons beiden in het onderzoeksproces.

Daarnaast hadden we elkaar nodig om dit project waar te maken. Samen hebben we onze thuis drie maanden achtergelaten en 'in the middle of nowhere' geleefd. Elkaars steun was voor ons noodzakelijk om deze grote stap te zetten.

Naast het bestuderen van ons werkmodel gingen we verder met het verkennen van het domein.

Zo stelden we Roberto Cervantes een aantal vragen over de psychische problemen van de mensen in de vier sociale projecten van Arequipa. Hij noemde problemen als weinig identiteit, wantrouwen, automutilatie, stress, onveiligheid, verwaarlozing, slechte communicatie en onzekerheid. Volgens hem ontstonden deze problemen onder andere vanuit huiselijk geweld, prostitutie, seksueel misbruik en het ontnemen van iemands vrijheid.

Ook stelden we Jef Van Den Ouweland een aantal vragen over de psychische problemen van de mensen in Ichuñā en over de mogelijkheden van dans - bewegingstherapie in Ichuñā. Ook zijn we in gesprek gegaan met verschillende mensen die al vaker in Ichuñā zijn geweest. Meer uitleg over hun achtergrond en connectie met Ichuñā, is opgenomen in bijlage 1. Hierdoor konden we een beter beeld krijgen van het probleem. We concludeerden dat er een aantal psychische noden bij de mensen in Ichuñā heersen waarop er met dans - bewegingstherapie ingespeeld kan worden:

- De bevolking van Ichuñā is de laatste jaren onderhevig aan een heel snelle evolutie en ontwikkeling. Dit brengt aanpassingsproblemen met zich mee. Ze hebben een psychische behoefte aan veiligheid.
- Er heerst een grote behoefte aan het uiten van problemen die er heersen. Er is nood aan een kanaal om gevoelens te uiten en persoonlijke ervaringen te bespreken.
- Er heerst een psychische nood om gehoord en begrepen te worden.
- Er is nood aan ondersteuning van eenzame ouderen, ongehuwde moeders, slachtoffers van gedwongen abortus, slachtoffers door alcoholmisbruik, slachtoffers bij scheidingsprocessen en kinderen met trauma's als gevolg van familie problemen.

- Onder de bevolking heersen er angsten. Deze angsten ontstaan door diepgeworteld volksgeloof. De mensen met de Quechua-cultuur geloven dat na het sterven van een persoon, de ziel van deze persoon nog een tijd op aarde blijft rondzwerven. Deze ziel zou het kwade brengen in de familie en vriendenkring van de overledene.

(J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 25 september 2009)

Naast deze psychische noden zijn de meeste mensen in Ichuñā en Arequipa dagelijks bezig met de primaire fysiologische behoeften en met de strijd tegen armoede. Zo is eten, drinken en onderdak nog steeds geen vanzelfsprekendheid. Je kunt je afvragen of creatieve therapie op zijn plaats is als een aantal primaire levensbehoeften al niet bevredigd kunnen worden. Het lijkt onlogisch om bezig te zijn met de menselijke psyche terwijl je honger hebt. Maar het is belangrijk niet te vergeten dat liefde en warmte ook bij primaire levensbehoeften horen. Het is belangrijk om aandacht te besteden aan het geheel van de primaire behoeften (Mikx, 1997).

Maslow (Wijsman, 2005) ordent de behoeften van een mens in een hiërarchie. De menselijke behoeften kunnen volgens hem opgedeeld worden in twee groepen. De eerste groep zijn de behoeften naar voedsel, onderdak, veiligheid, liefde, saamhorigheidsgevoel, eigenwaarde en respect van anderen. De tweede groep zijn de behoeften naar zelfexpressie, inzicht, schoonheid en spirituele vervulling (Moore en Yamamoto, 1992). Er zal met dit onderzoek ingespeeld worden op de eerste groep behoeften.

De behoeften aan voedsel en onderdak van de meeste inwoners van Ichuñā en Arequipa zijn niet volledig vervuld. Toch is er hier de laatste jaren veel vooruitgang in te zien en voelen ze de behoefte aan veiligheid opkomen. Verder heersen er ook een aantal sociale behoeften. De hierboven beschreven nood aan gehoord en begrepen te worden, de ondersteuning van bepaalde probleemsituaties en de nood aan een saamhorigheidsgevoel zijn voorbeelden van sociale behoeften. Annelies Tempelaere (persoonlijke mededeling, 13 februari 2010) wist te vertellen dat woorden als zelfacceptatie en zelfrespect weinig plaats krijgen in het leven van een Ichuñees. Er heerst echter wel degelijk behoefte aan erkenning bij sommige mensen.

Samengevat heersen er dus in Ichuñā en Arequipa drie psychische behoeften, namelijk de behoefte aan veiligheid, de sociale behoeften en de behoefte aan erkenning.

Dans - bewegingstherapie kan ondersteuning bieden bij het vervullen van de veiligheidsbehoeften.

De supportieve werkwijze is een creatief therapeutische werkwijze waarbij steunend gewerkt kan worden. Wanneer je steunend werkt, creëer je veiligheid en ontspanning (Smeijsters, 2008).

Dans - bewegingstherapie kan ondersteuning bieden bij het vervullen van de sociale behoeften.

Dans - bewegingstherapie is een groepsgerichte therapie, waarin de cliënt de bewegingen zelf stuurt en waarin hij de gevoelsdimensie van de bewegingen in de relatie met de therapeut doorwerkt (Smeijsters, 2008). De basis veronderstelling van Marian Chace is dat communicatie een basale menselijke behoefte is. Dans is communicatie en bied daarmee direct een antwoord op de sociale basisbehoefte van de mens (Levy, 2005).

Dans - bewegingstherapie kan ondersteuning bieden bij het vervullen van de behoefte aan erkenning. Het lichaamsbeeld, de zelfwaarneming en het zelfvertrouwen nemen toe bij cliënten die dans-bewegingstherapie volgen (Smeijsters, 2008).

De bovenstaande psychische behoeften staan in verbinding met de verschillende facetten waaruit 'het zelf' bestaat (Koch en Bräuninger, 2006). Dans - bewegingstherapie versterkt de ontwikkeling van 'het zelf' (Gorham, 1995) en geeft dus een ondersteuning bij het werken aan de psychische behoeften van een mens.

Dit onderzoek is relevant omdat er vanuit het werkveld vraag is naar psychische ondersteuning. Ook is dit onderzoek op twee andere vlakken relevant voor het werkveld en de cliënten.

Ten eerste op het gebied van de gezondheidszorg in Peru.

Door literatuuronderzoek te doen naar de geestelijke gezondheidszorg in Peru, werd al snel duidelijk dat er niet veel over is geschreven. Er wordt meer geschreven over de algemene gezondheidszorg. Dit gaat veelal over de problemen die daarin naar voren komen. Bijvoorbeeld dat de kleine dorpen in het Andes gebergte zich vaak moeten behelpen met kleine medische posten. Daarnaast blijkt ook dat een arts een veel te groot gebied moet bedienen waardoor de kwaliteit van de zorg verminderd (Kusters, 2008). Verder is er een artikel geschreven over ervaringen van vrouwen bij hoofdpijn in twee Peruaanse gemeenschappen (Darghouth, Pedersen, Bibeau, Rousseau, 2006). Uit dit artikel blijkt dat er zowel nood is aan meer onderzoek binnen de geestelijke als de algemene gezondheidszorg.

De Quechua bevolking van de zuidelijke Peruaanse Andes hebben zich aangepast aan een traditioneel medisch systeem. Deze bevolking heeft een sterk geloof in geneesmiddelen. Hiervan maken de dokters vaak misbruik door bijvoorbeeld meer middelen voor te schrijven dan nodig is. De onderdanigheid van de bevolking aan de dokters en de geneesmiddelen is niet goed voor hun eigen gezondheid (Rivas, 2006). Daarnaast voelt de bevolking zich niet op haar gemak in de gezondheidscentra en gaan ze liever naar de traditionele genezers. Hierdoor worden ze in de gezondheidscentra niet gemakkelijk opgemerkt (Otter, 1985, p. 73).

Door onderzoek te doen in de Peruaanse gezondheidszorg kan dit misbruik en deze onzekerheid misschien doorbroken worden.

Uit het gesprek met de schoolpsychologe van Ichuña (I. Soto Mayor, persoonlijke mededeling, 17 mei 2010) kwam naar voren dat mensen met psychische problemen vaak niet geholpen worden. Dit heeft twee oorzaken: De afwezigheid van geestelijke gezondheidszorg in de dorpen. De instellingen bevinden zich enkel in de steden. Daarnaast kost een behandeling veel geld en de regering biedt hiervoor geen sociale zekerheid.

Psychische problemen waren vroeger een groot taboe over heel Peru. Heden verdwijnt de taboe meer en meer maar dan vooral in de grote steden. In de universiteiten wordt er langzaamaan meer onderzoek gedaan naar problemen en behandelingen.

Concluderend kan er dus gezegd worden dat een onderzoek binnen de geestelijke gezondheidszorg relevant is. Dit omdat er nog weinig onderzoek naar dit onderwerp gedaan is en er nog maar weinig informatie over bestaat.

Verder heerst er een nood aan psychische ondersteuning onder de bevolking (I. Soto Mayor, persoonlijke mededeling, 17 mei 2010). Deze nood vind zijn oorzaak in het oude rollenpatroon in de gezinnen waarin de man de bovenhand heeft. Een man is vaak heel onverdraagzaam naar zijn vrouw en naar de rest van het gezin. Gevolgen hiervan zijn fysiek en mentaal geweld, stress en emotionele problemen bij heel het gezin. Met dit onderzoek kan er ingespeeld worden op deze problemen.

Ten tweede is dit onderzoek relevant voor het werkveld en de cliënt omdat dans een belangrijke plaats heeft binnen de Quechua-cultuur.

‘Er is geen dankbaarder publiek om mee te werken, met dans als insteek, dan met de mensen van de Quechua-cultuur’ (M. Vranken, persoonlijke mededeling, 12 februari 2010).

In de dans komen de inheemse tradities en rituelen tot uiting. Tijdens de feesten speelt dans en muziek een centrale rol (Kusters, 2008; A. Tempelaere, persoonlijke mededeling, 13 februari 2010). Elke feestelijke viering en belangrijke gebeurtenis heeft zijn eigen dans en muziek. Bij deze gebeurtenissen zijn alle leeftijdsgroepen intens betrokken.

Otter (1985, p. 11) schrijft dat dans de bewoners van de Andes de mogelijkheid biedt tot expressie van emoties, communicatie en tot bekrachtiging van de sociale relaties. Dans representeert de gevoelens van de Andes bewoners. Het therapeutische effect van de inheemse dansen op de bevolking is inherent aanwezig (J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 25 september 2009).

De boodschap die in de dans en muziek van de Andes bewoners verborgen ligt, kom je niet te weten door erover te praten maar door het te doen (Otter, 1985, p.6). Dans - bewegingstherapie is dus een goede insteek, omdat de nadruk hierbij op het doen ligt en minder op het praten.

Om deze redenen is het relevant om bij deze bevolking met dans als insteek te werken.

Hierboven werd de relevantie voor het werkveld en de cliënt beschreven. Hieronder wordt er ingegaan op de relevantie van ons onderzoek voor de algemene ontwikkeling van vaktherapieën, de relevantie voor de opleiding creatieve therapie en de relevantie voor onszelf als onderzoekers.

Met dit onderzoek wordt er op verschillende manieren bijgedragen aan de ontwikkeling van vaktherapieën.

Naast dat er op deze manier kennis overgebracht wordt naar een ander deel in de wereld, waar het vakgebied nog onbekend is, wordt het vakgebied geprofileerd (Bouwman, 1997). Ook draagt dit onderzoek bij tot kennisinnovatie en kenniscirculatie (Nijenhuis, van Bekkum, 2009), want er is nog niet veel bekend over de toepassing van creatieve therapie in andere situaties met mensen uit andere culturen, in het bijzonder in ontwikkelingslanden (Buwalda, 1997).

Elke cultuur vraagt om specifieke methodische aspecten (Mikx, 1997). Door creatieve therapie toe te passen in een omgeving met een totaal andere cultuur worden er steeds nieuwe methodische aspecten ontwikkeld en groeit de kennis in het vakgebied.

Als vaktherapeut is het in deze multiculturele samenleving een belangrijke ervaring om naar het buitenland te gaan (Nijenhuis, van Bekkum, 2009).

Dans - bewegingstherapie en interculturaliteit is een actueel thema. Steeds meer landen krijgen te maken met interculturaliteit. Daarom moeten danstherapeuten interventies en competenties ontwikkelen om te kunnen omgaan met dit actuele thema (Koch, Bräuninger, 2006). De American Dance Therapy Association verplicht zelfs lessen in multiculturele psychotherapie. Deze zijn een voorwaarde om als danstherapeut geregistreerd te worden in Amerika (Koch, Bräuninger, 2006). Dit onderzoek kan verder een inspiratiebron zijn voor vaktherapeuten die werken met interculturele groepen.

Ook is het onderzoek relevant voor de opleiding creatieve therapie. Het is belangrijk dat de kwalitatief goede creatieve therapie opleidingen in Nederland zich ook internationaal profileren en het beroep mee uitdragen en verder ontwikkelen (Nijenhuis, van Bakkum, 2009). Hiernaast is het onderzoek ook relevant voor andere vaktherapie studenten. In die zin dat het hen stimuleert om ook hun stage of onderzoek in het buitenland te volbrengen.

De laatste relevantie van het onderzoek heeft betrekking op ons, de onderzoekers.

In de literatuur valt op dat vaktherapeuten, die in het buitenland hun beroep uitoefenen, benoemen dat hun onderneming bijdraagt tot de ontwikkeling van hun eigen professionele handelen en therapeutische vaardigheden (Curling, 2000). Zo schrijven Nijenhuis en van Bakkum (2009) dat therapeuten die in het buitenland hebben gewerkt vaak ervaren dat werken met een andere taal in een therapeutische setting soms een drempel kan zijn. Toch verbreedt het hun vaardigheden. Deze therapeuten leren vaak beter non-verbaal te werken. Wij verwachten ook dat onze eigen danstherapeutische vaardigheden op verschillende vlakken verbreedt en verdiept zullen worden. Naast deze beroepsmatige vaardigheden hopen wij dat deze ervaring ons als persoon rijker zal maken. In verschillende bronnen worden deze verwachtingen onderbouwd:

Vaktherapeuten met een dergelijke ervaring achter de rug noemen dat het hen persoonlijke groei heeft opgeleverd. Zo noemt Samson (1997) dat ze door het cultuurverschil en de afstand met Nederland haar eigen ik sneller heeft ontwikkeld. Thijs De Moor noemt dat studenten die een ervaring op doen in het buitenland positief exelleren omdat hun motieven nader bekeken worden. De studenten maken bewustere keuzes en worden kritischer naar hun eigen vakgebied (Nijenhuis, van Bakkum, 2009). Omdat het vak daar nog niet bestaat en er dus nog geen weg is uitgestippeld, leer je extra veel over jezelf (Bouwman, 1997).

Tot slot kijken wij er naar uit om in deze situatie gedwongen te worden om ons eigen vak opnieuw te definiëren. We verwachten teruggeworpen te worden op de kern van het vak, namelijk de universele taal van dans en beweging (Nijenhuis, van Bakkum, 2009).

1.2 Vraagstelling

Hoofdvraag

Wat kan dans - bewegingstherapie betekenen voor de ondersteuning van de psychische behoeften van mensen met de Quechua-cultuur in Peru?

Om een antwoord te krijgen op deze vraag zijn er een aantal deelvragen opgesteld.

Deelvragen

Welke personen hebben behoefte aan ondersteuning door middel van danstherapeutische activiteiten?

Waardoor worden zij en hun groep gekenmerkt?

Hoe wordt er kennisgemaakt met de mensen van de Quechua-cultuur?

Hoe worden de contacten opgebouwd?

Hoe komt de nood aan veiligheid tot uiting?

Hoe komen de sociale behoeften tot uiting?

Hoe komt de nood aan erkenning tot uiting?

Hoe kunnen wij als danstherapeuten inspelen op de behoefte aan veiligheid?

Hoe kunnen wij als danstherapeuten inspelen op de sociale behoeften?

Hoe kunnen wij als danstherapeuten inspelen op de behoefte aan erkenning?

Wat zijn de mogelijkheden en beperkingen van dans - bewegingstherapie bij de ondersteuning van psychische behoeften in Peru bij de Quechua bevolking?

1.3 Doelstelling

Dit onderzoek heeft als doel het eigen werkmodel en het eigen handelen te verdiepen en te verbeteren, voordat wij als danstherapeuten afstuderen.

Verder kan het resultaat van dit onderzoek ten dienste staan van andere therapeuten in het werkveld. Het kan een handleiding zijn over hoe je dans - bewegingstherapie kan introduceren in andere culturen die overeenkomsten hebben met die van de Quechua-cultuur. Ook geeft het informatie over danstherapeutische behandelwijzen van de psychische behoeften van de Quechua bevolking.

Een andere doelstelling kan zijn dat er een aanzet wordt gegeven aan studenten of werkzame vaktherapeuten om hun vak uit te oefenen in een ontwikkelingsland. Dat ze hiervoor warm en enthousiast worden gemaakt. Dit zorgt ervoor dat kennis en vaardigheden van een vaktherapeut verbreedt en verdiept worden. Ook wordt op deze manier het werkveld verbreed. Op dit gebied is er nog weinig bekend, maar daarom betekent het niet dat er minder hulp nodig is.

Hoofdstuk 2 Onderzoekstype en onderzoeksmethode

2.1 Onderzoekstype: ontwikkelend

Dit onderzoek is een ontwikkelingsonderzoek omdat er tijdens het project nieuwe informatie tot stand werd gebracht door analyse en integratie. Verder werd door middel van het onderzoek het eigen beroepsmatig handelen ontwikkeld en verbeterd (Smeijsters, 2008). In dit onderzoekstype gaat het om, via onderzoeksactiviteiten, bij te dragen tot het kiezen van een onderwerp en ontwikkelen van dit onderwerp (plan, activiteit, interventie, behandeling) (Migchelbrink, 2008).

In de loop van de tijd ontstond er geleidelijk aan steeds een duidelijker beeld van het onderwerp en de richting waar dit onderzoek naar toe zou gaan. Zoals Migchelbrink (2008) beschrijft gaat het bij ontwikkelingsonderzoek vaak om het maken van een geheel nieuw ontwerp. Dit was bij dit onderzoek zeker ook het geval. Er was immers nog geen onderzoek gedaan naar dans - bewegingstherapie met de Quechua bevolking. In de tijd die we verbleven in Ichuña ging het onderzoek steeds een belangrijkere rol spelen in het maken van het ontwerp. In wezen werd er geen onderzoeksactiviteit uitgevoerd, maar een creatie activiteit (Migchelbrink, 2008).

2.2 Onderzoeksmethode: actiegericht onderzoek

Migchelbrink (2007, pp. 80-81) beschrijft dat actiegericht onderzoek meer is dan onderzoek. Het is een samengaan van onderzoek, reflectie op het handelen en het onderzoek, en veranderen van het handelen en/of de sociale situatie waarin dat handelen plaatsvindt. Het gezamenlijk onderzoeken van het handelen of de situatie is in actiegericht onderzoek een middel om mensen te helpen hun handelen of hun leefwereld te veranderen. Handelen, reflectie, onderzoek en veranderen wisselen elkaar in actiegericht onderzoek af. Deze processen hangen nauw met elkaar samen en beïnvloeden elkaar. Ze lopen voortdurend naast elkaar en door elkaar. Actiegericht onderzoek houdt zich bezig met praktische problemen en dagelijks handelen van mensen. De situatie waarin de professional dat onderzoek doet, kent twee varianten (Migchelbrink, 2007, p. 89).

In dit onderzoek werd gekozen voor de variant waarin onderzoek wordt gedaan naar de situatie van een groep mensen. Wij deden actiegericht onderzoek naar de situatie van de Quechua bevolking. We onderzochten of het mogelijk was de situatie van de Quechua bevolking te verbeteren. Het handelen stond in dit onderzoek centraal. We hebben danstherapeutische activiteiten georganiseerd. We zijn samen met de bevolking aan de slag gegaan. Dit handelen ging samen met reflectie. Na elke sessie werd er gereflecteerd op het handelen en onderzochten we welke aspecten van ons handelen hielpen bij het ondersteunen in de psychische behoeften van de bevolking. Door reflectie werd er meer inzicht

gekregen in ons handelen en in het onderzoek. Hierdoor vonden daar waar nodig veranderingen plaats.

Dit onderzoek is een actiegericht onderzoek omdat handelen, reflectie, onderzoek en verandering elkaar steeds afwisselden. Dit vroeg een open houding, zodat in dit proces nieuwe informatie kon worden verzameld. Deze informatie was het fundament van het antwoord op de onderzoeksvraag.

In de vraagstelling tref je de formulering: 'Wat kan ...?'. Deze formulering is kenmerkend voor de vraagstelling van actiegericht onderzoek (Migchelbrink, 2007).

Actiegericht onderzoek kent verschillende onderzoekstechnieken. In dit onderzoek is er gebruik gemaakt van de drie technieken ongestructureerde observatie, participerende observatie en onverhulde observatie. Bij ongestructureerde (niet-systematische) observatie is niet duidelijk welke informatie nodig en belangrijk is. Men is vooraf alleen gericht op enkele thema's (Migchelbrink, 2007, p. 230). Bij participerende observatie is de onderzoeker ter plekke in de situatie aanwezig en neemt deel aan de activiteiten van de mensen in de onderzochte situatie. Daardoor deelt hij in ervaringen van de onderzochten, in hun gedrag, hun denkbeelden, hun gevoelens en hun ambities (Migchelbrink, 2007, p. 230). Bij onverhulde observatie maakt de onderzoeker zich bekend als onderzoeker (Migchelbrink, 2007, p. 231).

In dit actiegericht onderzoek werden er verschillende fasen doorlopen. Op de diagnostische fase lag in dit onderzoek de nadruk. Er werd diep ingegaan op het onderzoeken en beschrijven van de onderzoekssituatie en de hiermee samenhangende problemen. Deze onderzoekssituatie was een volledig nieuwe omgeving, die gekenmerkt werd door een voor ons nieuwe cultuur. Er is tijd nodig om een nieuwe cultuur te ontdekken, te begrijpen en te beschrijven. Het zoeken naar welke elementen problematisch zijn en welke elementen samenhangen met de cultuur, vroeg om overleg, reflectie en tijd.

Hoofdstuk 3 Domeinverkenning

3.1 Elementen uit de cultuur

De Inca's en de onderdrukking

Peru was, voordat de Spanjaarden er in 1532 voet aan wal zetten, het centrum van de Incabeschaving, met als hoofdstad Cusco, wat letterlijk 'navel' en dus centrum betekent (Deconinck & Willekens, 1999). Volgens de legenden van de Inca's zou hun rijk rond het jaar 1200 zijn gesticht door Manco Cápac en zijn vrouw Coya Mama Occlo Huaco. Zij waren de eerste Inca's, stamden af van de zon en de maan en werden geboren uit het Titicaca meer, het hoogst bevaarbare meer van de wereld. Van hun vader, Inti, de zonnegod, hadden zij de opdracht gekregen een rijk te stichten door een gouden staf ergens in de grond te steken. De mensen van dat rijk zouden moeten leren om de zonnegod te aanbidden (Kusters, 2008). Hoewel de Inca-cultuur al vanaf de twaalfde eeuw aanwezig was, duurde het imperium slechts 94 jaar. Van 1438, toen de Chanka's, een andere grote beschaving die aan het Inca imperium vooraf ging, verslagen werden, tot aan de inval van de Spanjaarden onder leiding van Francisco Pizarro (Deconinck & Willekens, 1999).

De Incabeschaving was er één met vele rijkdommen. Hun bouwkunst is daar een goed voorbeeld van. Een bewijs van hun groot bouw talent zijn de ruïnes van de Machu Pichu en de muren van Cusco. Een afbeelding deze bouwwerken is te vinden in bijlage twee. De muren van Cusco vormden vroeger de omsluiting van zonnetempels en paleizen van de Inca vorsten. Deze muren bestaan uit steenblokken die zonder mortel opeengestapeld zijn. Die stenen zijn tot vandaag zorgvuldig bewaard en liggen zo dicht tegen elkaar aan dat er geen mes tussen te krijgen valt. Ze hebben, in tegenstelling tot vele moderne gebouwen, reeds vele aardbevingen getrotseerd.

Andere beroemde rijkdommen zijn te vinden in de beeldhouwkunst, het aardewerk en de weefkunst van de Inca's (Deconinck & Willekens, 1999) die in de kleine Andes dorpjes tot op de dag van vandaag verder leven en waarvan wij in Ichuña getuige mochten zijn.

De Inca's waren landbouwers en bewerkten hun land op de aangelegde terrassen, die vandaag nog steeds in gebruik zijn en die ook het landschap rond Ichuña typeren. Net zoals de ingenieuze waterkanalen die het land irrigeerden. Pedro, een inwoner van Ichuña, vertelde ons tijdens een wandeling met trots dat zijn voorouders de waterkanaaltjes, die we in de bergen tegenkwamen, gemaakt hadden zonder dat ze daar hoog opgeleide ingenieurs voor nodig hadden.

Peru werd na de verovering door de Spanjaarden een Spaanse kolonie. De rijke Inca-cultuur werd door de 'conquistadores' afgekloven tot op het bot. In 'De aderlating van een continent' (1991) beschrijft Eduardo Galeano hoe de koloniale machten Latijns-Amerika leegzogen voor hun eigen profijt. De rijkdommen van de Andes werden geplunderd. Het Inca rijk was letterlijk een goudmijn voor de Spaanse veroveraars. De fabelachtige sieraden van de Inca paleizen in Cusco werden tot staven gegoten en de zilver- en goudmijnen werden door Indiaanse slaven uitgegraven tot op de graat. De legenden vertellen dat er zoveel zilver uit het Andes gebergte is weg geroofd dat men er een zilveren brug van Peru tot Spanje mee zou kunnen bouwen. Naar schatting stierven er acht miljoen Indiaanse mannen, vrouwen en kinderen in de zilver- en goud mijnen. Voor hen was de rijkdom van hun aarde een vloek en dat is ze tot op de dag van vandaag gebleven. Het volgende citaat, van één van de laatste Inca's gericht aan zijn veroveraars, getuigt hiervan:

'Only after the last tree has been cut down, only after the last river has been poisoned, only after the last fish has been caught, only then you will find that money cannot be eaten.'

Ook na de onafhankelijkheid van Peru, in het begin van de 19^{de} eeuw, bleef de economie van het land in handen van buitenlandse grootgrondbezitters en waren conflicten, armoede en uitbuiting dagelijkse realiteit.

'Peru is een arme man gezeten op een gouden bank' (R. Cervantes, persoonlijke mededeling, 19 juni 2010). Deze uitspraak maakt het schrille contrast tussen de rijkdom qua grondstoffen van het land en de armoedige sociale en economische situatie duidelijk. De helft van de bevolking leeft onder de armoede grens en het analfabetisme kent een hoogte van gemiddeld 11% (6% van de mannen en 17% van de vrouwen is analfabeet) (Kusters, 2008, p. 30). De HDI Index, ook wel 'Human Development Index', geeft goed de ontwikkeling van een land weer. De HDI index is een samengestelde maat van drie dimensies van de menselijke ontwikkeling. Er wordt in de eerste plaats gekeken naar de levensverwachting. Daarnaast wordt er gekeken naar opleiding, hoeveel mensen zich inschrijven in het onderwijs en hoe de alfabetisering is. Tot slot wordt er gekeken naar de levensstandaard, aan de hand van de inkomens van mensen. Deze index is geen alles omvattende maatstaf voor de menselijke ontwikkeling maar het geeft soms wel een duidelijk beeld weer van de ontwikkeling van een land. Zo steeg Peru vanaf 1980 elk jaar met 0,59% tot 0,806% dit jaar. Hierdoor staat Peru op de 78^e plek in de ranglijst van de 182 landen waarvoor de HDI is berekend. De HDI Index geeft verder een completer beeld weer dan andere indicatoren omdat er gebruik wordt gemaakt van gegevens over fundamentele aspecten van het leven (Human Development Reports, 2009).

Het gevoel van onderdrukking, dat reeds ontstond tijdens de invallen van de Spanjaarden maar ook vandaag nog harde realiteit is, wordt megedragen door de Quechua bevolking. Wij merkten dit in hun onderdanigheid naar ons toe en in hun lage zelfbeeld. Deze onderdrukking leek er voor te zorgen dat de aarding en identiteit van deze mensen weg viel. Ook Willems (1987) beschrijft dat deze mensen niet meer geloven in zichzelf. De volgende schrijnende woorden van een Quechua geven de gevolgen van deze onderdrukking weer: *'Wij zijn maar schapen die niet kunnen denken, wij hebben geen verstand zoals de blanken. God is bij hen in de dorpen, niet hier in de mist'* (Willems, 1987). De Quechua's spreken de taal Quechua. Hun officiële religie is Rooms-katholiek. Dit geloof is echter doordrongen met oude tradities en een grote verbondenheid met vader zon en moeder aarde (Pachamama) (A. Tempelaere, persoonlijke mededeling, 13 februari 2010).

'Pachamama'

Naast dat historische feiten en socio-economische factoren een sterke invloed hebben op de Quechua bevolking is het genadeloze klimaat en de geografische context een sterk bepalende factor voor hun manier van denken en leven. Generatielange ervaring met klimaat, landschap en landbouw hebben geleid tot een eigen religieus systeem waarin de verering van moeder aarde een centrale rol speelt (Ouweland, 2004). 'Pachamama' is de aarde, maar ook veel meer dan dat. Het is een uitgesproken positief, kosmisch levensprincipe. De 'chakra' (akker), waarop de Andes mens al eeuwen heel zijn leven werkt, geeft gestalte aan het mysterie van 'Pachamama' (Willems, 1987). De akker wordt ervaren als de vrouwelijke schoot en voedster voor planten, dieren en mensen. De landbouw is daarom een schroomvol omgaan met het heilige. Voordat de mensen in Ichuña tijdens feesten het zelf gebrouwen maïsbiert drinken, gieten ze eerst een beetje biertje op de grond om 'Pachamama' te betalen voor wat zij gaf. Deze eerbiedige omgang met aarde en grond staat haaks op de westerse visie, die de aarde als middel van productie ziet (Willems, 1987). Het gedicht op de tweede pagina van deze scriptie geeft dit contrast op een mooie manier weer.

'Pachamama' is eeuwig en verzoent leven en dood. Zij baart de mens, voedt hem en neemt hem terug op. Verleden en heden verzoenen zich in de schoot van 'Pachamama' (Willems, 1987).

Naast dit geloof in 'Pachamama' en hun manier van leven met de natuur zijn er nog enkele andere fenomenen in de Quechua-cultuur die ons sterk bij zullen blijven.

De tijd

Omdat 'Pachamama', zoals hierboven beschreven, eeuwig is en verleden en heden zich in haar verzoenen, wordt de tijd door de Quechua beschouwd als een cyclisch gebeuren en geen wedloop naar de toekomst (Willems, 1987).

Het universum bevat volgens de Quechua's drie delen. Eén van die delen is de wereld van het hier en nu, de 'Kaypacha'. 'Kay' betekent 'deze', 'pacha' betekent zowel 'plaats' als 'tijd'. Kaypacha omvat zowel deze tijd als deze wereld. Het westerse tijdsbesef waarin verleden, heden en toekomst elkaar opvolgen en van elkaar worden onderscheiden, staat in contrast tot de tijdsperceptie van de Quechua. 'Kaypacha' is een concept dat tijd en ruimte, verleden, heden en toekomst met elkaar verbindt. Het verleden ligt in de toekomst, de toekomst bevat het verleden (Ouweland, 2004).

Dit andere tijdsbesef konden wij ervaren in afspraken die doorgingen op 'la hora Peruana' (het Peruaanse uur). Deze uitspraak werd gebruikt wanneer we vroegen hoe laat bijvoorbeeld een bijeenkomst zou beginnen. Als we dit om half 11 in de ochtend vroegen, kregen we met een knipoog het volgende antwoord: 'De bijeenkomst begint om 10 uur, Peruaans uur.'

De gemeenschap

Voor de Quechua geeft de 'comunidad' (dorp) en gemeenschap waarin hij geboren wordt zin aan zijn leven. Geluk heeft niet te maken met persoonlijke welvaart maar met het welzijn van de hele gemeenschap. Goede, evenwichtige, vreedevolle sociale relaties worden hoger gewaardeerd dan persoonlijk succes (Willems, 1987). De persoonlijke identiteit van een kind wordt ook medebepaald vanuit de comunidad, vanuit de traditie en vanuit de verwachtingen van de ouders en familieleden. De peter of meter van het kind bepaalt vanaf de 'corte de pelo' (de eerste keer dat het haar van een kind wordt geknipt) mee de toekomst van het kind. In deze omgeving, waar er minder ruimte wordt gegeven aan individuele persoonlijkheid, bouwt het kind zijn eigen identiteit op (J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 2 juni 2010).

3.2 Begrippenlijst

Dans- bewegingstherapie

Dans- bewegingstherapie is een cliëntgerichte, ervaringsgerichte en psychotherapeutische therapie waarbij men zich uitdrukt door middel van beweging en dans. Deze vorm van psychotherapie neemt de beweging en het lichaam als uitgangspunt voor het verbeteren van o.a. de sociale, emotionele en fysieke ontwikkeling (Smeijsters, 2008).

De definitie van dans- bewegingstherapie wordt goed verwoord door Stanton Jones (1992 in Smeijsters, 2008). Stanton Jones beschrijft dat dans- bewegingstherapie zich primair richt op het exploreren van nieuwe gevoelens en zijnswijzen en het toegang krijgen tot gevoelens die moeilijk toegankelijk zijn. Dit door middel van experimenteren en improviseren met (dans) bewegingen.

Dans- bewegingstherapie is een therapie waarin de cliënt de bewegingen zelf stuurt en waarin hij de gevoelsdimensie van de bewegingen in de relatie met de therapeut doorwerkt (Smeijsters, 2008). Het gaat bij dans - bewegingstherapie om de unieke manier van bewegen als uitdrukking van iemands persoonlijkheid. Er is sprake van impressie en gevoelsexpressie waarbij de bewegende persoon als psychische eenheid in het middelpunt staat. Samaritter (1994, in Smeijsters, 2008) benoemt dat hierbij de mens als geheel vanuit de beweging wordt benaderd.

Psychische behoeften

Psychische behoeften zijn de noodzakelijke noden van de psyche (Geerts en Heestermans, 1992). Met psyche wordt in deze context het totaal van bewuste en onbewuste innerlijke ervaringen van een individu bedoeld (Berg en Meijer, 2006).

Identiteit

Mahler beschrijft het ontstaan van een eigen identiteit als volgt: De ontwikkeling van het kind begint met een autistische fase waarin het volledig in zijn eigen wereld leeft. Daarop volgt een fase waarin het versmelt met zijn moeder (symbiose) en geleidelijk ontdekt dat het verschilt van de moeder (...) Het overwinnen van de separatieangst gebeurt door identificatie met de ander (...) Het kind vult het eigen nog 'lege' ego op met eigenschappen van de ander. Ten slotte leidt de identificatie tot het ontstaan van een eigen identiteit (Smeijsters, 2008, p. 83). Om van een eigen identiteit te kunnen spreken, het beeld dat men van zichzelf heeft, dient de ontwikkeling van het zelf, volgens Erikson (in Beemen, 2006, p. 159) aan een viertal criteria te voldoen:

- Continuïteit en samenhang: Een persoon blijft ondanks alle veranderingen één en dezelfde persoon.
- Wederzijdsheid: De eigen identiteitsbeleving komt overeen met de wijze waarop anderen deze zien.
- Zelfacceptatie: Het accepteren van de eigen positieve en minder positieve kanten.
- Idealen: De persoon creëert verwachtingen en doelen. Hierdoor wordt er een toekomstperspectief gegeven aan het identiteitsbesef.

Damasio (2009) beschrijft dat het uitgebreide bewustzijn van het autobiografische zelf onder andere onze persoonlijke identiteit bepaalt, dit op grond van het besef van de geschiedenis die we meegemaakt hebben, die ons gevormd heeft en waarin we geacteerd hebben.

Cultuur

Cultuur is een beschaving die zich steeds ontwikkelt, het is beweeglijk en veranderlijk. Cultuur geeft de beschavingstoestand aan van een volk op verschillende gebieden, bijvoorbeeld op gebied van voeding, zedelijk- en geestelijk leven (Geerts, 1992; Buikema en Meijer, 2003).

Een belangrijk uitgangspunt bij het begrip cultuur is de erkenning dat ieder mens een cultuur heeft.

Een cultuur is geen gesloten systeem, maar een voortdurende interpretatie van de realiteit en een reflectie daarop (Wolffers, Kwaak, 2004). Sociale patronen, die van generatie op generatie worden overgedragen, zijn bijzondere kenmerken van een sociale groep mensen (Otter, 1985, p. 2).

Het interpreteren en begrijpen van een andere cultuur is moeilijk. In de interculturele zorg ontstaan er problemen zodra er verschillende verwachtingen leven bij de verzorger en de patiënt. De vanzelfsprekendheid van bepaalde verwachtingen over en weer lijken niet te kloppen, wat verklaard kan worden vanuit het gegeven dat de patiënt uit een andere cultuur komt (Schnepf, 1999, in Visser en Jong, 2005, p. 8).

Cultuur kan zich op verschillende manier uiten, bijvoorbeeld op gebied van literatuur, kleding, groepstalen, sport, manieren van wonen, religie, liefde, relatievorming en leefstijlen. Ook lichaamstaal, de omgang met geld, de inhoud en organisatie van arbeid, transport en de functie van huizen kunnen worden gezien als uitingen van cultuur (Buikema en Meijer, 2003).

Ichuña

Ichuña ligt in het Andes gebergte, tussen Arequipa en Puno, 3700 meter boven de zeespiegel. Het dorp ligt in de vallei van de rivier de Tambo en is een kleine gemeenschap met slechts enkele honderden inwoners. Het dorp Ichuña bestaat uit een netwerk van verschillende 'comunidades' of gemeenschappen. De universiteit en de hogescholen die Ichuña rijk is maken haar tot een uniek dorp. Deze zorgen ervoor dat er studenten vanuit de steden in Ichuña komen wonen.

De traditionele inwoners van Ichuña, mensen met de Quechua-cultuur, leven van landbouw en drijven handel met andere dorpen binnen en buiten hun regio (Kusters, 2008).

In de tijd dat het onderzoek werd uitgevoerd was het winter in Ichuña en was het 's nachts erg koud. Overdag scheen de zon en was het rond de 18 °C.

Een foto van Ichuña is te vinden in bijlage 11, net zoals twee foto's van de traditionele klederdracht.

Arequipa

Arequipa is de tweede grootste stad van Peru en telt bijna een miljoen inwoners. Deze inwoners zijn grotendeels mensen met de Quechua-cultuur. In deze stad is het verschil tussen arm en rijk duidelijk zichtbaar en voelbaar. Arequipa ligt duizend kilometer ten zuiden van de hoofdstad Lima en 2300 meter boven de zeespiegel. De vulkaan de Misti, die vanaf iedere plek in de stad zichtbaar is, is een actieve vulkaan die regelmatig aardbevingen in de stad veroorzaakt. Heel het jaar schijnt hier de zon en is de temperatuur aangenaam (Kusters, 2008, p. 122).

Hoofdstuk 4 Voorfase en oriëntatiefase

4.1 Benefiet

Een maand voordat we naar Peru vertrokken organiseerden we een benefietdag. Voor een sfeer impressie kunt u foto's vinden in de derde bijlage, de uitnodiging van de benefiet kunt u bekijken in bijlage vier. Op deze dag werd er een volleybaltoernooi georganiseerd waar tien ploegen aan deelnamen. De mensen konden iets drinken en konden 's avonds genieten van een heerlijke Peruaanse of Belgische maaltijd. Hiernaast werd er ook een tombola georganiseerd, was er kinderanimatie en een optreden van een woordkunstenares. Zij droeg gedichten voor van de Chileense dichter Pablo Neruda en zong Latijns-Amerikaanse muziek. Tot slot werd er een kijkkamer ingericht. Dit was een ruimte waarin geprobeerd werd de Quechua-cultuur door middel van materialen weer te geven. Materialen die werden gebruikt waren foto's, kaarten, film en gebruiksvoorwerpen zoals potten en pannen, draagdoeken, traditionele kleding, beeldjes van aardewerk, weefinstrumenten en muziekinstrumenten.

De benefiet werd door ongeveer 200 gasten bezocht. Het was een groot succes, er werd maar liefst €6000,- ingezameld ten voordele van het project van Jef Van Den Ouweland en de projecten van Roberto Cervantes. Naast dat er zoveel geld werd ingezameld werden de bezoekers bewust gemaakt van de noden, behoeften en grote armoede van de Quechua's. Tijdens deze dag kregen de mensen een beeld van wat wij als danstherapeuten in Peru wilden ondernemen. Ze leerden de Quechua-cultuur met zijn rijkdom en armoede kennen en kregen ook de kans om iets te betekenen voor de Quechua bevolking.

'If one is dreaming alone, the dream remains a dream. If more people are dreaming together, the dream becomes reality.'

Dit anonieme citaat verwijst naar ons idealisme en onze droom iets te kunnen betekenen voor mensen in armoede die het minder hebben dan ons. Dit door middel van ontwikkelingswerk. Tijdens het organiseren van de benefiet en de dag zelf merkten we dat, door samen te werken met vrienden en familie er al snel een mooi resultaat ontstond, er al snel, bij wijze van spreke, dromen verwezenlijkt werden. De ervaring dat wij vanaf een afstand iets konden betekenen voor de mensen aan de andere kant van de wereld maakte ons enthousiasme en ons verlangen om te vertrekken richting Peru groter en vuriger.

Hiernaast zorgde de benefietdag ervoor dat wij de cultuur van de Quechua's beter leerden kennen. Het maken van de kijkkamer en het luisteren naar Latijns-Amerikaanse poëzie leverde hier een grote bijdrage toe.

4.2 Entree

De reis naar Ichuña was een hele ervaring. De vliegreis van twee dagen van Brussel naar Lima en de busreis van zeventien uur van Lima naar Arequipa waren erg vermoeiend. Na een nog eens acht uur durende reis, in een gammele en overvolle bus door de Andes kwamen we aan in het dorpje Ichuña. We werden welkom geheten door Jef Van Den Ouweland en Beltran, bij wie we de daaropvolgende maanden twee kamertjes bewoonden.

De nachten in Ichuña waren aarde donker en ijskoud. Het enige wat warmte gaf was een warmwaterkruik en de vriendelijkheid van de mensen, die ons zonder uitzondering met 'buenas días' begroetten. Een gasfornuis was aanwezig op één van de kamertjes. Enkele oude fruitkratten die op straat gevonden werden, fungeerden als geïmproviseerd aanrecht of als voorraadkast. Andere meubelen die we rijk waren, waren een bed, een tafel en enkele niet ergonomische, keiharde en scheve stoelen, waarop een groot deel van de scriptie geschreven werd. De afwezigheid van machines maakte dat we twee middagen in de week met de hand onze kleren moesten wassen. De beperkte aanwezigheid van elektriciteit maakte dat internet vaak wegviel of het avondeten bij kaarslicht gegeten moest worden. Er was zo goed als geen contact met de buitenwereld.

De rust en de stilte van het dorp overviel ons. De prachtige natuur deed ons beseffen dat het onderzoeksterrein een bijzondere, eenvoudige en eenzame plek was. Vanaf de eerste dag voelden we ons toch niet alleen. Zo werden we al snel uitgenodigd op het feest van Santa Cruz dat in Ichuña gevierd wordt. Dit is een religieus feest waarbij er veel gedanst, gegeten, gedronken en gemusiceerd wordt. Anna, de vrouw van Beltran, nodigde ons uit om de traditionele kleding van daar aan te trekken en mee naar het feest te gaan. Op deze uitnodiging werd er ingegaan. Op de hoofdstraat van Ichuña aangekomen werden we als het ware meegesleurd door de stroom van dansende mensen. De

menigte danste over een man heen die roerloos en stomdronken op de grond lag. Dit raakte ons wel, maar toch werd er niet geoordeeld.

Op het vrije podium van het verjaardagsfeest van de basisschool, voerden we met enkele studenten een dans uit die we van te voren hadden voorbereid. De dans was typisch Peruaans en de muziek werd live uitgevoerd op 'zapofñas' en 'kenias', de Peruaanse muziekinstrumenten. We trokken de typische rokken en sandalen aan die bij deze traditionele dans hoorden en stonden uren te wachten in de kou, met onze blote benen en voeten, tot we aan de beurt waren.

Samen met een groep studenten werden er 'watias' gekookt. Dit is een gerecht dat afstamt uit de Inca periode en wordt klaargemaakt op de akkers. Er werd uren gewacht tot de zelfgemaakte oven en diens stenen rood waren van de warmte. De aardappels en groenten werden in de oven gegooid en de oven werd overdekt met planten en aarde. Na een tijd werd de oven open gemaakt en werd er samen gesmuld van de heerlijke met wormen gevulde en met aarde omhulde aardappelen. We stelden geen vragen maar deelden in deze eeuwenoude traditie.

Deze voorbeelden tonen aan dat de entree werd gekenmerkt door een openheid naar de bevolking toe. Deze openheid was onder andere te zien in het deelnemen en meebeleven van de plaatselijke feesten, plaatselijke gewoontes en gebruiken. Deze openheid was ook te zien doordat er werd gecommuniceerd in het Spaans, de taal van de Quechua's.

Verder wijzen de voorbeelden erop dat een neutrale, informele en niet oordelende houding een kenmerk was van de entree. Er werd aan deze nieuwe situaties deelgenomen en vanuit een gelijkwaardige relatie meegedaan.

De eerste weken ontstonden er veel spontane gesprekken waarin kennismaken centraal stond. Dit zowel met de probleemhebbers als met de direct betrokkenen (deze twee actoren worden respectievelijk in paragraaf 4.3.1 en 4.3.2 verder uitgelegd).

In de gesprekken met de Quechua's kwam het onderwerp dans naar voren. Bij hun was enthousiasme en interesse waarneembaar. Een belangrijk aspect was dat er aan de probleemhebbers niet bekend werd gemaakt dat er therapeutisch gewerkt ging worden. Wij stelden ons niet voor als danstherapeuten maar als dansleerkrachten. Jef Van Den Ouweland (persoonlijke mededeling, 25 september 2009) benadrukte dat het belangrijk was om de juiste en genuanceerde taal te gebruiken om mensen uit te nodigen. De bevolking wil niet graag behandeld worden als probleemgeval. Het noemen van het feit dat er therapeutisch gewerkt zal worden, kan een afstand scheppen tussen de therapeuten en de probleemhebbers (J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 3 mei 2010). De direct betrokkenen waren geïnteresseerd in dans - bewegingstherapie en in de doelen van het onderzoek. Ze dachten mee na over het inzetten van het vak, in functie van problemen die er volgens hen in Ichuñā heersten. In tegenstelling tot de probleemhebbers waren de direct betrokkenen op de hoogte van het therapeutische werken met de mensen. Aan hen stelden we ons voor als danstherapeuten. Hierdoor kon er gesteund worden op hun deskundigheid en hulp bij dit onderzoek.

Er werd intensief kennisgemaakt met het netwerk door mee te doen en mee te lopen in de alledaagse situatie, de situatie waarin de Quechua dagelijks leeft en werkt. Deze situatie wordt gekenmerkt door het doen en laten en de cultuur van de inwoners van Ichuñā.

Juist doordat we ons elke dag onder de mensen begaven, de winkeltjes bezochten, meewerkten aan een optreden voor het schoolfeest, meezongen in de kerk en meehielpen met Franse en Engelse lessen op het de hogeschool leerden de mensen ons kennen en waren ze op de hoogte van wat we hier kwamen doen. Onze blanke huid tussen alle donkere huiden, viel op, riep vragen op en deed spontane gesprekken ontstaan.

Al (be)vragend en observerend werd er een entree gemaakt in het dorp Ichuñā.

In Arequipa logeerden we bij het gezin van Roberto Cervantes. Hier werd er deelgenomen aan het dagelijkse leven. Zo werden er bijvoorbeeld samen met Carmen de vrouw en Laura de dochter van Roberto, typische Arequipeense gerechten gekookt. 's Avonds werd er gepraat met het gezin over de belevenissen, ervaringen en gevoelens van de dag. Ook werd er wat dieper doorgepraat over de problemen van het land en de menselijke psyche. De entree in dit gezin werd gekenmerkt door openheid, meeleven en interesse in hun denken en hun leefwereld.

De entree bij de verschillende groepen waar dans - bewegingstherapie bij gegeven werd in Arequipa was opvallend kort. Bij elke groep werden we voorgesteld als danstherapeuten. We noemden onze naam en begonnen aan de danstherapeutische activiteit.

Nadat we gefouilleerd waren en onze telefoons, camera's en identiteitsbewijs hadden ingeleverd, werden we enthousiast en vreugdevol door de vrouwen, die in de gevangenis wonen, ontvangen. We werden omarmd en gekust. Iedereen zei dat ze erg blij waren dat wij daar kwamen. Wij konden niet anders doen dan deze warme ontvangst te ontvangen. Ook lieten wij ons enthousiasme zien en startten met veel energie de activiteit.

De eerste zaterdag dat we in Arequipa verbleven werden we door Roberto uitgenodigd om zijn verjaardag, samen met zijn familie, te vieren. Met de gezinnen die meevierden zouden we de week die daarop volgde gaan dansen. We groetten op een informele manier de familie door ons voor te stellen en een kort gesprekje met iedereen aan te knopen. Later op de avond zongen we uit volle borst 'cumpleaños feliz' (lang zal hij leven) voordat de taart in Roberto zijn gezicht werd geduwd waardoor zijn gezicht vol slagroom hing. Later hoorden we dat dit een Peruaanse gewoonte is.

4.3 Actieonderzoek-netwerk

Het actieonderzoek-netwerk bestond uit drie verschillende actoren die een belangrijke rol hadden in dit onderzoek. De eerste groep actoren zijn de probleemhebbers. Deze worden beschreven onder paragraaf 4.3.1 De direct betrokkenen zijn een tweede groep actoren die beschreven zullen worden onder 4.3.2 Tot slot hadden wij als onderzoekers ook een belangrijke plaats in dit onderzoeknetwerk. De onderzoeksrol wordt beschreven onder paragraaf 4.3.3.

4.3.1 Probleemhebbers

De mensen met de Quechua-cultuur die deelnamen aan de dans - bewegingstherapie sessies die georganiseerd werden, waren de centrale actor in het actieonderzoek-netwerk. Zij waren verdeeld in een aantal groepen die elk een therapeutisch proces doormaakten.

Hieronder wordt er per groep de geschiedenis, de betrokken actoren, de relaties, de groepsidentiteit, de problemen en de hulpbronnen beschreven. Doordat er over deze thema's werd nagedacht kon er georiënteerd worden op de groepssituatie. Deze oriëntatie was gebaseerd op het formulier van Migchelbrink (2007, pp. 200-201).

Vrouwen Arequipa gevangenis

Met de hulp van Roberto Cervantes, de pastoraal werker in de vrouwegevangenis van Arequipa, was het mogelijk om hier gedurende vier dagen danstherapeutische activiteiten te organiseren. We waren welkom omdat er zelden of nooit activiteiten voor deze vrouwen georganiseerd werden en omdat ze nood hadden aan ondersteuning van psychische problemen. Zo vertelde Roberto Cervantes dat er veel stress, intern en extern geweld onder de vrouwen leeft. De vrouwen krijgen geen medicatie en verzorging. Het feit dat ze ontnomen zijn van hun vrijheid en geen dierbaren om zich heen hebben maakt het leven in de gevangenis erg zwaar.

De twee uur durende activiteiten werden uitgevoerd op het binnenplein van de gevangenis waar iedereen welkom was. Het was een open ruimte. Onze aanwezigheid in de gevangenis trok de aandacht van een vijftigtal vrouwen, met wie de eerste activiteit gestart werd. In de loop van de week evolueerde de samenstelling naar een groepje van ongeveer 15 vrouwen. Iedereen was vrij om deel te nemen en te pauzeren wanneer ze dat wilden.

De vrouwen zijn afkomstig vanuit de hele wereld en verblijven, gedurende uiteenlopende perioden, in de gevangenis omwille van delicten die ze pleegden.

Tieners Arequipa gevangenis

De 'albergues de la policia' is een gevangenis waarin tieners opgesloten zitten. Deze komen daar terecht doordat de politie hen oppakt om verschillende redenen, zoals minderjarige prostitutie, geweldpleging en andere delicten. Maar ook omdat ze slachtoffer zijn van huiselijk geweld, verwaarloosd worden of op straat leven.

De omstandigheden in de gevangenis zijn schrijnend. De bewakers gebruiken regelmatig geweld om de orde te handhaven en de tieners moeten hun dagen uitzitten zonder dat er een zinvolle dagbesteding is.

'Las hormigas rojas' is een vrijwilligersorganisatie die activiteiten organiseert voor de tieners rondom hygiëne, plezier en reflectie. Bij de reflectie activiteiten wordt er gepraat en gewerkt rondom thema's als seksualiteit, familie, de samenleving, waarden en normen. Roberto Cervantes is één van de vrijwilligers van 'Las hormigas rojas' en vroeg aan ons of we vier dagen danstherapeutische activiteiten in de gevangenis wilden organiseren rondom het thema identiteit. Dit omdat identiteit een actueel en weinig gedefinieerd thema is voor de tieners in hun leefwereld van een criminele vriendengroep en een problematische familiesituatie.

De één uur durende danstherapeutische activiteiten werden georganiseerd op het binnenplein van de gevangenis. De gevangenen konden vrijwillig deelnemen of kijken naar het dansgebeuren. Er werd gedanst met ongeveer zes jongens en meisjes in een groep waarvan de samenstelling wisselend was.

Gezinnen Arequipa

Deze groep komt elke week samen om te sporten. De leden zijn Arequipeense families die allen in dezelfde wijk, Congata, wonen. Deze groep werd ooit gevormd met als doel een fijne buurt te creëren en een fijne plek om te wonen. Roberto Cervantes, die in dezelfde wijk woont, vroeg of er vier dagen danstherapeutische activiteiten aan deze gezinnen aangeboden konden worden met als doel de groepscohesie, de onderlinge communicatie en de relaties te verbeteren. De groep bestond uit ongeveer 20 personen, onder hen waren er (groot)moeders, vaders, zonen en dochters. De leeftijd schommelde tussen drie en 75 jaar. Het was een open groep waarin iedereen uit de buurt welkom was en tijdens het dansuurtje op ieder moment kon aansluiten of stoppen.

De eerste activiteit vond plaats in de patio van Roberto Cervantes. De andere activiteiten werden georganiseerd op straat, voor het huis van Roberto Cervantes.

Verwaarloosde kinderen Arequipa

De kinderen van deze groep wonen allen in de wijk 'Juan 23'. Dit is een buitenwijk van Arequipa waar er veel armoede heerst. Roberto Cervantes biedt sinds april 2010 hulp aan de kinderen van deze wijk, die vaak lijden onder huiselijk geweld of verwaarlozing. Samen met een psychologe, antropologe, sociaal werkster en kunstenares bezoekt hij regelmatig de wijk en probeert met dit team een groep kinderen samen te brengen. De vraag was of er danstherapeutische activiteiten konden worden aangeboden, gedurende vier dagen. Dit met als doel de groep uit te breiden, bekendheid te creëren in de wijk en de kinderen te ondersteunen bij hun psychische noden.

De groep bestond uit een tiental kinderen, jongens en meisjes tussen drie en 14 jaar. Het viel sterk op dat de kinderen veel geweld gebruikten naar elkaar toe, elkaar manipuleerden en een hele korte concentratieboog hadden. Tijdens een spel leken de kinderen er meer op gericht te zijn de anderen hardhandig tegen de grond te duwen dan volgens de regels van het spel een punt te scoren.

De therapieessies, die anderhalf uur duurden, werden georganiseerd op straat, in de wijk. De mogelijkheden waren hier opvallend beperkt. Zo moest de elektriciteit voor de muziekinstallatie steeds bij een andere buurtbewoner gehaald worden door middel van een verlengsnoer die geleend moest worden van weer een andere buurtbewoner. De vrijwilligers en kinderen missen een gebouw waar ze samen kunnen komen.

Kinderen Ichuña

De eerste week in Ichuña werd er nagedacht over hoe een groep kinderen zou kunnen samengesteld worden. Al snel werd er kennisgemaakt met Daniël, de buurjongen. Hij is een student aan de hogeschool in Ichuña en organiseerde daar elke vrijdag een activiteit voor een groep kinderen. Tijdens deze activiteiten zong hij met de kinderen, met als doel liedjes aan te leren die zondag in de kerk worden gezongen. Hij vertelde dat hij echter wat steun miste met betrekking tot spellen en activiteiten, naast het zingen. Hij vroeg hulp om elke vrijdag van 16.00 tot 18.00 uur mee te helpen bij deze activiteiten. Op deze vraag werd ingegaan en de daaropvolgende vrijdag werd er samen met Daniël en de kinderen gezongen. Ook werden er enkele dansactiviteiten en spellen aangeboden. Er waren meer studenten betrokken bij de organisatie van deze activiteiten. Het was opvallend hoe deze om aandacht vroegen door bijvoorbeeld te klagen over hoe zwaar het is om de groep kinderen te begeleiden. Omdat de studenten een onzekere indruk maakten werden de dansactiviteiten ook op hen gericht. Na drie weken kwamen de studenten niet meer naar de sessies waardoor wij de volledige verantwoordelijkheid en organisatie droegen. Daarnaast was de activiteit vooral gericht op de kinderen. Dit waren jongens en meisjes tussen drie en 14 jaar. De eerste sessie kwamen er enkele kinderen opdagen. Dit aantal groeide elke week. De groepssamenstelling was wisselend en elke week kwamen er andere kinderen de sessie bezoeken. Hierdoor kende de groep geen sterke samenhang. Alle kinderen waren afkomstig uit het dorp Ichuña, net zoals enkele jongeren. Andere jongeren kwamen uit de stad.

Het was opvallend hoe Valeria en Nora zich tijdens de eerste sessie verstopten achter hun hoedjes. Ook de papieren waar de teksten van de liedjes opstonden, fungeerden als scherm voor hun ogen. Ze durfden geen contact te maken en leken zich onveilig te voelen.

De kinderen leken ook weinig communicatieve vaardigheden te hebben. Zo konden ze zichzelf moeilijk voorstellen en verliep dit met horten en stoten. Een ander probleem was dat de studenten de kinderen weinig positief bekrachtigden. Ze waren gefocust op het negatieve gedrag van de kinderen en bleven bijvoorbeeld benadrukken dat de kinderen te zacht zongen.

Er leek bij de kinderen een nood te zijn aan begeleidde activiteiten. Ze keken uit naar vrijdag en kwamen graag en met velen naar de sessies. De activiteiten werden georganiseerd in een kleine ruimte met aangrenzend grasveld. Deze ruimte behoort toe aan de kerk en de parochie van Ichuñā.

Studenten Ichuñā meidengroep

Elke maandagochtend wordt er op de hogeschool van Ichuñā een weekopening georganiseerd. Hierbij moeten de studenten zich opstellen in rijen. De leerkrachten, directeuren en coördinatoren doen dit ook, maar dan op een verhoging. Vervolgens wordt de Peruaanse vlag gehesen en wordt, zo officieel als mogelijk, met de hand op de borst, het volkslied gezongen. Een bezoek aan deze opening was de aanleiding tot enkele gesprekken met de medewerkers van de school. Vanuit deze gesprekken bleek het mogelijk dat er dansactiviteiten konden worden aangeboden aan de studenten van de hogeschool. Vervolgens was het mogelijk om samen met een leerkracht alle klassen te bezoeken en de leerlingen uit te nodigen voor de sessies. De studenten kregen tot en met donderdag, van diezelfde week, de mogelijkheid om zich via een inschrijvingsformulier op te geven voor de dansactiviteiten. Dit elke donderdag van 15.00 tot 17.00 uur, in een grote zaal van de hogeschool. Er gaven zich verschillende studenten op. Uiteindelijk waren er drie meiden enthousiast voor het deelnemen aan de sessies. Deze meiden waren goede vriendinnen en waren 17 jaar oud. Ze zaten alle drie in dezelfde klas in het eerste jaar en studeerden voor leerkracht voor het lager onderwijs. Eén van de meiden is afkomstig uit het dorp Ichuñā. De andere meiden zijn afkomstig uit Puno, een stad gelegen in het zuiden van Peru.

De schoolpsychologe vertelde dat er onder de leerlingen van het eerste jaar veel onzekerheid leeft en dat de leerlingen weinig identiteit hebben. Dit was ook te zien tijdens de eerste sessie. Verder viel op dat de meiden veel fysiek contact met elkaar zochten en alles met elkaar bespraken. Ze leken afhankelijk van elkaar. Daarnaast kwam hun beleving en expressie van emoties onduidelijk en verwarrend op ons over.

Studenten Ichuñā van het eerste jaar

Op het feest van Santa Cruz werden we aangesproken door twee enthousiaste vrouwelijke leerkrachten. Ze waren erg geïnteresseerd in dans - bewegingstherapie en vroegen ons of we activiteiten voor één van hun klassen wilden organiseren. Het ging om de klas van het eerste jaar van de opleiding toerisme, die bestond uit acht studenten, jongens en meisjes van 17 of 18 jaar. We nodigden de leerkrachten uit om, bij een stukje chocolade, te praten over de doelen en de mogelijkheden van het onderzoek. Er werd beseft dat de thema's van veiligheid, sociale behoeften en erkenning goed aansloten bij de leerlingen, die sinds maart 2010 met de opleiding waren gestart. Ze bevonden zich op dat moment in een volledig nieuwe omgeving waarin ze nog vriendschappen en contacten moesten opbouwen en op zoek waren naar hun identiteit. De volgende dag stelden we ons voor aan de klas. Vervolgens nodigden we de leerlingen uit om elke woensdag van 16.00 tot 18.00 uur in hun klaslokaal, waar ze les krijgen, te komen dansen. Vanaf het begin viel op dat de studenten een hechte groep vormden en dat er langzaam vriendschappen ontstonden. Deze studenten zijn afkomstig uit de steden die gelegen zijn in het zuiden van Peru. De deelnemers zitten op kamers in Ichuñā. Als ze genoeg geld hebben kunnen ze één keer per maand hun familie bezoeken. Tijdens de eerste sessies viel op dat de opkomst wisselend was. Zo was bij de eerste sessie iedereen aanwezig terwijl er enkel vier deelnemers kwamen opdagen tijdens sessie drie.

Studenten Ichuñā van het derde jaar

De studenten van het derde jaar toerisme hadden vernomen dat wij dansactiviteiten organiseerden in het dorp. Dit riep bij hen enthousiasme en interesse op. Een leerkracht van deze klas vertelde dat deze studenten geen specifieke problemen hebben maar het wel fijn zouden vinden dat er ook voor hen dansactiviteiten georganiseerd werden. Ook spraken enkele leerlingen van deze klas ons hierover persoonlijk aan. Door hun enthousiasme en spontaniteit werd er op deze vraag ingegaan. Na een korte kennismaking met de klas werd er gestart met de sessies, elke dinsdag van 16.00 tot 18.00 uur, in het klaslokaal waar ze lessen volgen. Wat sterk opviel na de tweede sessie was dat de klas zelden of nooit meer kwam opdagen. Geïnteresseerde studenten uit andere klassen bezochten wel deze

sessie. Dit maakte dat de groep elke week een andere samenstelling had en dat er niet veel connectie of verbondenheid zichtbaar was. Er kwamen voornamelijk jongens, maar ook enkele meisjes, van 17 tot 25 jaar naar de sessies. Enkel van de deelnemers zijn afkomstig uit Ichuñā. Anderen zijn afkomstig uit verschillende steden die gelegen zijn in het zuiden van Peru.

Tijdens de eerste sessie werden er enkele noden en daarmee samenhangende probleemgebieden geobserveerd. Er leek nood te zijn aan ontspanning, rust en relaxatie. Verder was er nieuwsgierigheid en leergierigheid naar nieuwe dansen. In beweging viel op dat het voor de deelnemers moeilijk was om bij henzelf te blijven. Een ander probleem was de gebrekkige communicatie over hun wisselende aan- en afwezigheid in de sessies.

Ouderen Ichuñā

Onder de ouderen in Ichuñā leeft er veel eenzaamheid, alcoholmisbruik en verdriet. Enkele ouderen kwamen met hun hulpvraag bij Jef Van Den Ouweland. Hij gaf aan dat het positief zou zijn om danstherapeutische activiteiten voor ouderen te organiseren met het oog op het verminderen van de eenzaamheid en het verdriet. Jef Van Den Ouweland benadrukte dat het problematisch is hoe weinig aandacht er van de bevolking naar de ouderen uitgaat.

Via de radio van Ichuñā werden de ouderen in het Quechua, hun moedertaal, uitgenodigd om elke maandag van 16.00 tot 18.00 uur deel te nemen aan dansactiviteiten in de ruimte die toebehoort aan de kerk en de parochie van Ichuñā. De ouderen werden ook uitgenodigd op een informele manier. We nodigden hun namelijk uit door ze op straat aan te spreken. In de organisatie van de sessies voor de ouderen viel op dat de ouderen niet gewend waren dat er activiteiten voor hen georganiseerd werden. Dit was volledig nieuw voor hen. Verder hadden ze ook niet veel tijd in de oogstmaanden mei, juni en juli, dan werkten ze hard en veel op de akkers. Hierdoor kende de groep een wisselende samenstelling van mannen en vrouwen met een leeftijd van 50 tot 70 jaar. Deze deelnemers wonen en werken al heel hun leven in Ichuñā. De meeste ouderen zijn gekleed in de traditionele kleding van Ichuñā en spreken geen Spaans. Ook zijn ze vaak ongeschoold of analfabeet. Het leven van deze mensen wordt gekenmerkt door eenvoud. De basisbehoeften van eten, drinken en slapen spelen een centrale rol in hun leven.

Elke week kwamen er nieuwe mensen de sessie bezoeken, soms waren ze familie, vrienden of kennissen van elkaar. In de sessies stond kennismaken met elkaar, de ruimte en met dans - bewegingstherapie centraal.

Tijdens de organisatie van deze sessies en in contact met ouderen werden de problemen die Jef Van Den Ouweland vertelde ook geobserveerd.

4.3.2 Direct betrokkenen

Er waren verschillende direct betrokkenen die elk op hun eigen manier, met hun eigen rol en bekwaamheden aandeel hadden in het onderzoek.

Deze personen leven en/of werken in Ichuñā of Arequipa en onder hen bevonden zich onder andere de schoolpsychologe, leerkrachten en mensen met wie er een goed contact werd opgebouwd.

Er is met hen gepraat over de problemen die heersen in Ichuñā en Arequipa, over de werking van dans - bewegingstherapie en het doel van het onderzoek. Ze gaven tips en adviezen over hoe de organisatie van dit project binnen de plaatselijke cultuur paste. Ook hielpen ze met opzetten, coördineren en organiseren van het onderzoek. Tot slot stonden de direct betrokken open voor vragen en bedenkingen. Hieronder enkele voorbeelden van de direct betrokkenen.

Jef Van Den Ouweland was op verschillende manieren direct betrokken bij het onderzoek. Tijdens de eerste kerkdienst in Ichuñā en tijdens een opening van een dorpsfeest heette Jef Van Den Ouweland ons van harte welkom en vroeg de aanwezigen dit ook te doen. Op die manier hielp Jef Van Den Ouweland om onze aanwezigheid in het dorp bekend te maken. Dit deed hij ook in de scholen door de leerkrachten en directeuren over onze komst te vertellen. Bij een kopje coca thee en een hapje tuna (vrucht van een cactus) werd er gepraat over de vorming van de groepen. Jef Van Den Ouweland gaf hierin verschillende tips en ideeën. Na enkele weken vertrok Jef om persoonlijke redenen naar België. Via e-mails hielden we contact en antwoordde hij op onze vragen. Vanuit zijn jarenlange werkervaring met de Quechua bevolking kon hij ons inzicht geven in de cultuur. Zo schreef hij ons op een dag: *'Intreden in de Quechua-cultuur maakt dat men veel tijd moet kunnen verliezen'*. Deze wijsheid hielp bij de verrijking van het onderzoek.

Roberto Cervantes was intensief betrokken bij het onderzoek tijdens het verblijf in Arequipa. Roberto Cervantes stelde de groepen samen en maakte een weekplanning. Zo moesten wij hier niet meer voor

zorgen, zoals in Ichuña. Verder gaf hij meer informatie over het ontstaan en de problemen van de groepen. Hij vergezelde ons bij alle therapiegroepen. Hij observeerde de sessies, reflecteerde hier samen met ons over en gaf tips over het verdere verloop van het therapeutisch proces. Tot slot maakte Roberto Cervantes ons bewust van het feit dat de problemen die werden geobserveerd in de sessies ingebed waren in het problematisch systeem dat Peru kenmerkt. Zo vertelde hij over de allesoverheersende corruptie en de problemen in de economie en in het zorgbeleid.

Bruno Van Der Maat is een Belg die reeds 30 jaar in Arequipa woont. Hier werkt hij op de universiteit als docent en geeft lessen sociologie, antropologie en theologie. Omwille van zijn kennis van de Europese en de Peruaanse cultuur was hij de uitgelezen persoon om mee in gesprek te gaan. Zo konden we met hem onze verwondering, bedenkingen, moeilijkheden en onduidelijkheden over de Quechua-cultuur bespreken. Bruno was in die zin direct betrokken bij het onderzoek omdat hij inzicht en duidelijkheid gaf over de cultuurverschillen.

De schoolpsychologe was direct betrokken bij het onderzoek doordat ze vertelde over de problemen die onder de studenten heersten. Op die manier hielp ze bij de samenstelling van de juiste groepen, die interessant waren voor het onderzoek. Verder gaf ze informatie over de geestelijke gezondheidszorg in Peru, waardoor dit systeem beter begrepen kon worden. Ook waren we altijd welkom bij haar voor een gesprekje, voor vragen en bedenkingen.

4.3.3 Onderzoeksrol

De onderzoeksrol, onze houding, kreeg in de loop van de tijd en in contact met het actieonderzoek-netwerk, de deelnemers en direct betrokkenen meer vorm. Doordat we ons steeds meer thuis gingen voelen in Ichuña en hierdoor de situatie en de mensen beter leerden kennen werden attitudes als openheid en een niet oordelende houding, die beschreven werden bij de entree, meer geïntegreerd in onze houding als therapeut en onderzoeker.

Nieuwe attitudes waar we in de oriëntatiefase op aan gesproken werden waren het uitoefenen van geduld, gelijkwaardig behandelen en onvoorwaardelijk accepteren. Deze kenmerken waren vooral zichtbaar in de sessies. Hieronder geven we enkele voorbeelden van deze kenmerken.

Tijdens één van de eerste sessies voor de ouders stonden wij twee uren te wachten bij de ingang van de therapieruimte. We stonden op elk moment klaar en open voor de ouders die behoefte hadden aan een gesprekje, een kopje thee met koekje of wilden dansen op of luisteren naar de muziek. Na een half uur kwam er een oudere man. We nodigden hem uit in de therapieruimte en dronken samen met hem een kopje thee. We vroegen hem of hij wilde dansen. Hij liet merken dat dit op dat moment zijn behoefte niet was. Dit accepteerden we en zetten het gesprek verder.

De kinderen renden vaak naar binnen en naar buiten tijdens de dansactiviteiten. Ze kwamen pas na een uur opdagen. Ze namen vriendjes en vriendinnetjes mee, die niet durfden binnen te komen.

De verlegen kinderen nodigden we uit om binnen te komen. De laatkomers heten we van harte welkom. Dat de kinderen naar binnen en naar buiten renden, benoemden we wel maar we oordeelden er niet over.

Door de beperkte opkomst van de studenten van het derde jaar vond er spontaan een individuele sessie plaats met Elmer. Samen met hem maakten we een choreografie op zijn favoriete muziek van Michael Jackson. De inbreng en het initiatief was hierbij gelijk. Elmer had net zoveel ideeën als ons. Doordat we samen aan iets werkten ontstond er een gevoel van gelijkwaardigheid.

Ook in Arequipa werd de onderzoeksrol gekenmerkt door geduld, gelijkwaardigheid, onvoorwaardelijkheid en acceptatie.

Tijdens het aanbieden van een Chace kring in de wijk 'Juan 23' dansten de kinderen enthousiast mee. Op het moment dat de muziek stopte liep Nicole naar de installatie om een nieuw liedje op te zetten. Alle kinderen liepen met haar mee, weg uit de kring waar Sofia alleen achter bleef. We probeerden de kinderen er op aan te sturen om terug naar de kring te komen. Na vijf keer dit te vragen lukte het nog steeds niet. Wanneer de muziek weer startte kwamen de kinderen langzaam aan, na meerdere aansturingen van ons, weer naar de kring toe. Het volgende moment zagen de kinderen een jongen die met een bal speelde. Allen waren afgeleid en liepen naar de jongen met de bal toe. Opnieuw stonden wij alleen in de kring. In deze situatie bleven we geduldig wachten tot de kinderen weer terug kwamen.

Een vrouw in de gevangenis van Arequipa kwam de eerste dag naar ons toe, wierp zich in onze armen en knuffelde als een kind. Het eerste moment waren we verbaasd maar we reageerden direct

vanuit onvoorwaardelijke acceptatie en legden onze handen over haar heen. We wachtten tot ze ons na enkele momenten weer losliet.

Naast dat de onderzoeksrol enkele kenmerken had, was deze ook gericht op interactie en communicatie, afstemming en wederzijds vertrouwen. Hieronder worden deze drie aspecten en het hierbij horende handelen beschreven en verduidelijkt met enkele voorbeelden.

Ten eerste was de onderzoeksrol gericht op interactie en communicatie. Dit was te zien in de sessies doordat er contact was met de deelnemers en er geleidelijk een band werd opgebouwd. Ook was dit te zien in het voorbeeldgedrag met betrekking tot op tijd komen, dat gesteld werd naar de deelnemers toe. Deze interactie en communicatie was ook te zien buiten de sessies. Bijvoorbeeld in het feit dat de deelnemers op straat werden aangesproken en werden uitgenodigd voor de therapie.

Ten tweede was de onderzoeksrol gericht op het afstemmen op en het zoeken naar de verwachtingen van de deelnemers. Zo werden er in de sessies specifieke werkvormen ingezet waarbij er gecommuniceerd werd over de wederzijdse verwachtingen. Er werd zo goed mogelijk afgestemd door bijvoorbeeld in de sessies in het hier en nu te werken. Het reflecteren op elke sessie hielp de voorbereidingen af te stemmen op de groep.

Tot slot was de onderzoeksrol gericht op een wederzijds vertrouwen. Dit vertrouwen was te zien in de therapiesessies. De interventies waren gericht op een wederzijds vertrouwen. Zo werden er bijvoorbeeld complimenten gegeven en werden de deelnemers bevestigd in hun bewegingen. Er was een wederzijds vertrouwen te zien tussen ons en enkele direct betrokkenen. Onze handelingen waren er bewust op gericht te laten zien dat wij te vertrouwen waren. De direct betrokkenen reageerden op deze handelingen door ons vertrouwen te geven. Zo gaf Daniël ons na twee weken de enige sleutel van de therapieruimte.

De drie aspecten waarop de onderzoeksrol gericht was hadden te maken met de relaties die werden opgebouwd. De relatiegerichte oriëntatie was expliciet aanwezig.

Hoofdstuk 5 Diagnostische fase

Vanaf het moment dat de groepen gevormd waren werd er gestart met danstherapeutische activiteiten. Van maandag tot vrijdag werden er elke week vijf sessies voorbereid en georganiseerd, elke dag voor een andere groep. In de vijfde bijlage staat er een voorbeeld van hoe deze voorbereidingen vorm kregen. Elke avond werd er op deze sessies gereflecteerd volgens de rubrieken die Migchelbrink (2008, p. 203) beschrijft. Nadat er drie of vier sessies bij een groep georganiseerd waren, werden de reflecties nagelezen. Er werden codes en labels toegekend aan belangrijke passages of trefwoorden. Deze belangrijke passages of trefwoorden werden gearceerd in een kleur. Deze kleuren verwezen naar een thema zoals in de volgende tabel wordt weergegeven.

Kleur	Thema
Geel	Veiligheid
Groen	Sociale aspect
Licht blauw	Erkenning
Roze	Werkvorm
Donker blauw	Kenmerken van de groep
Rood	Bewegingsbeeld
Paars	Therapeut
Grijs	Emotie

Figuur 1: Kleuren en thema's

Vervolgens werden de belangrijke passages en trefwoorden vanuit de drie of vier sessies van één groep in een apart document geordend en samen gezet onder de acht hierboven beschreven thema's. Van elke thema werd er een helder geformuleerde gemaakt waarin de belangrijkste observaties en voorbeelden een plaats kregen. Daarna werd er gezocht naar relaties tussen de thema's, trefwoorden en/of passages.

Deze data-analyses werden nagelezen en gecorrigeerd door de danstherapeute Claudia Crumbach. Haar feedback en tips werden overwogen en verwerkt. Wanneer er van elke groep één analyse was werden deze nagelezen. De passages die verwezen naar een probleem van de doelgroep werden gemarkeerd. Deze gemarkeerde woorden waren de basis voor de diagnose van de doelgroep. Hierbij werden de verschillen en gelijkenissen in de problemen van de kinderen, studenten en ouders meegenomen.

De 5xW+H-formule is een hulpmiddel voor probleemverkenning en voor problemdiagnose (Migchelbrink, 2007, p. 200). Om inzicht te krijgen in het probleem werd er gebruik gemaakt van de zes vragen van deze formule. Van de probleemaanbrenger Jef Van Den Ouweland kregen we feedback op de antwoorden op deze vragen. Vanuit het leven en werk met de Quechua bevolking kon hij meer inzicht over de historie, aanleiding en oorzaak van de problemen geven. Hierdoor kon er genuanceerder naar de problemen gekeken worden werd de diagnose aangepast of meer genuanceerd. Jef Van Den Ouweland hielp ons met de 'westerse bril' af te zetten en door een 'Quechua bril' naar de diagnose te kijken.

Voor het maken van een complete diagnose is het vaak nodig om meer informatie te verzamelen. Daarvoor werd gebruik gemaakt van reflectie (Migchelbrink, 2007). Het STARR-model van Reekers (2004 in Migchelbrink, 2007, p. 246) werd gebruikt om vier moeilijke situaties in het onderzoeksproces of in contact met de deelnemers in kaart te brengen. Door deze reflectie werden meerdere problemen van de doelgroep duidelijk. Het feit dat de deelnemers moeilijk contact konden maken met hun lichaam was een probleem dat op de voorgrond trad. Daarom werd besloten nog dieper in te gaan op dit probleem volgens het model van Korthagen (1998 in Migchelbrink, 2007, p. 243).

5.1 Deelnemer

5.1.1 Gebruikte onderzoekstechnieken voor de diagnose van de deelnemer

Om de databron, individuele personen, te onderzoeken werd de onderzoekstechniek observeren gehanteerd. Dit omdat er gekeken en waargenomen werd wat er gebeurde. De onderzoekstechniek observatie kent verschillende varianten (Migchelbrink, 2007, pp. 230-232). Er werd gebruik gemaakt van ongestructureerde observatie, participerende observatie en onverhulde observatie. In het tweede hoofdstuk worden deze technieken uitgelegd.

Ongestructureerde observatie

Tijdens de sessies werden lichaam, geest en ogen gebruikt om alle observaties en indrukken op te nemen. Na elke sessie werden deze observaties, indrukken, ervaringen, gevoelens en belevenissen op een gevoelsmatige manier opgeschreven. Er was niet bekend welke aspecten belangrijk zouden zijn voor het onderzoek. Tijdens de observaties was er enkel een gerichtheid op de thema's veiligheid, sociale behoeften en erkenning. Hieronder een greep uit de reflectie van een sessie waarin het gevoelsmatig schrijven vanuit de ongestructureerde observatie duidelijk naar voren komt.

De sjaaltjesdans voelde voor ons heel teder en zacht aan. Er was meer dan contact. Er was een soort verbondenheid waarin we elkaar goed aanvoelden en begrepen.

Wij voelden aan dat we met de sjaaltjes dans de deelnemers echt iets konden bieden namelijk nabijheid, zachtheid, erkenning, veiligheid, contact en een mooi moment. Er hing een sfeer van dankbaarheid.

Participerende observatie

Tijdens de sessies werd er meegedanst, meebewogen en meegespeeld. In deze participatie kon zo veel mogelijk datgene gevoeld en ervaren worden wat de deelnemer voelde en ervoer. In plaats van alleen naar de dansactiviteit te kijken werd de ervaring in de dans en beweging gedeeld. Hierdoor stonden we dicht bij de deelnemer waardoor de ervaringen van de deelnemer meer in de observatie betrokken kon worden. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

Tijdens het dansen in een Chace kring samen met een groep studenten voelde Sofia onzekerheid in haar opkomen. Ze ging nadenken over welke beweging ze zou inbrengen en welke beweging goed zou zijn. Bij het nadoen van de bewegingen van de deelnemers kon Sofia de beweging niet goed nadoen. Door deze participatie kon Sofia observeren dat er onzekerheid heerste bij de groep en dat er een druk in de groep aanwezig was om ingewikkelde en mooie bewegingen te maken.

Bij de deelnemers werd een verschil gemerkt tussen wat ze zeiden en deden.

Tijdens een sessie werd er gewerkt aan het maken van een individuele dansfrase. Bij Olga werd er spanning geobserveerd, die te zien was in een geforceerde glimlach en verstijfde schouders. Het leek moeilijk voor haar om de opdracht uit te voeren. Toen er aan haar gevraagd werd wat ze van de opdracht vond, reageerde ze heel beleefd en positief, door te zeggen dat het heel goed ging. De spanning die duidelijk bij haar te zien was werd niet geuit in woorden.

Doordat er geparticipeerd werd in deze situatie kon waarheidsgetrouwe informatie geobserveerd worden. Hieruit kon besloten worden dat participerende observatie een geschikte onderzoekstechniek was.

De waarnemingen en observaties werden vastgelegd in beschrijvende veldnotities. Deze veldnotities werden onderverdeeld in de rubrieken (beschrijving van gebeurtenissen en gespreksinhouden, theoretische notities over de feitelijke observaties, methodische notities en reflectieve notities) die Migchelbrink (2008, p. 203) beschrijft. In de zesde bijlage staat er een voorbeeld van een reflectie. Op deze manier kreeg elke reflectie na elke sessie vorm.

Het waarnemen, luisteren, meepraten en het voeren van informele gesprekken met de deelnemers, in en om de therapiesessies, bood een aanvulling en verduidelijking op de dataverzameling. In de participerende observatie werden verschillende technieken gecombineerd. In het voorbeeld hieronder wordt deze combinatie duidelijk zichtbaar.

Twee meiden zochten elkaar tijdens de sessie steeds op, ze konden moeilijk individueel functioneren en bespraken alles met elkaar. Deze observatie werd meer begrepen doordat we hen in het dorp ook steeds samen hand in hand zagen rondlopen. In de informele gesprekjes met hen bespraken ze ook eerst hun antwoorden met elkaar, voordat ze ons antwoord gaven.

Onverhulde observatie

Vanaf het begin werd gecommuniceerd dat wij onderzoekers zijn en dat we daar waren om ons afstudeerproject te volbrengen. In de sessies was het opvallend dat de nadruk niet lag op het feit dat er onderzoek werd gedaan maar eerder op het moment zelf en op de ervaringen van de deelnemers. Het feit dat er werd deelgenomen aan de sessies, dat er niet vanaf de kant werd geobserveerd en genoteerd, verminderd sterk het besef bij de deelnemers dat ze werden onderzocht. Dit was te merken doordat de deelnemers geen vragen stelden over de doelen en vooruitgang van het onderzoek.

Het feit dat de deelnemers niet wisten dat het om danstherapeutische activiteiten ging, maakte dat dit onderzoek voor een deel verhuld verliep. Uit een gesprek met de schoolpsychologe (I. Soto Mayor, persoonlijke mededeling, 17 mei 2010) kwam naar voren dat therapie en psychische problemen een taboe zijn. Een onverhulde participatie zou in die zin het gedrag van de onderzochten kunnen veranderen. Dit is de reden waarom er tegen de deelnemers gezegd werd dat het om dansactiviteiten ging en niet om therapie.

5.1.2 Diagnose van de deelnemer

Hoe komt de nood aan veiligheid tot uiting?

Er werd gemerkt dat de deelnemers de nood aan veiligheid niet direct uiten. Er werd echter wel een onveiligheid geobserveerd. Deze onveiligheid verwijst naar een gemis en een nood aan veiligheid, dit werd bijvoorbeeld duidelijk door:

Tijdens een sessie met een groep studenten werd er een werkvorm aangeboden rondom het thema leiden en volgen. Er werd aan de deelnemers gevraagd om tweetallen te vormen en af te spreken wie er in het tweetal ging leiden en wie ging volgen. Nadat de opdracht was uitgelegd, bleef het stil en reageerden de deelnemers niet in woorden of daden. Daniza keek met vragende ogen om zich heen, ze leek iets te willen zeggen maar durfde dit niet. De stilte bleef aanhouden en er werd vanuit de deelnemers geen initiatief genomen. Uiteindelijk werd de stilte door ons verbroken, verdeelden we de tweetallen en deelden de deelnemers een rol toe. De onveiligheid kwam tot uiting in de onzekerheid van Daniza en het stilzwijgen van de andere deelnemers.

Op verschillende momenten en bij vele deelnemers werd er onveiligheid aangevoeld in hun onzekere stilzwijgen en in de lage mate van initiatief.

Luzmila en Elizabeth kwamen de eerste sessie hand in hand binnen. Er werd begonnen met de activiteit waarbij gebrainstormd werd over het thema 'dans'. Op een groot papier met in het midden het woord 'dans' konden associaties getekend en opgeschreven worden. Beiden hadden ze ideeën, deze ideeën bespraken ze fluisterend met elkaar. Luzmila schreef de woorden 'bewegen met het lichaam en oefeningen doen' op, die Elizabeth bedacht had. Zij tekende op haar beurt en op advies van Luzmila, een hartje met twee dansende mensen. Aan het einde van deze activiteit werd er besproken wat er op het papier was verschenen. Na er even over te discussiëren met haar vriendin vertelde Luzmila wat dans voor hen beiden wilde zeggen. Hierbij keken ze niet weg van het papier of lachten

ze ongemakkelijk naar ons. Ook gedurende de rest van de sessie trokken de meisjes naar elkaar toe, hingen ze aan elkaar vast en bespraken ze continu alles met elkaar.

Er wordt meegenomen dat onzekerheid niet perse samengaat met onveiligheid. Een persoon die zich onzeker voelt, voelt zich niet altijd ook onveilig. In dit onderzoek echter werd vaak een gevoel van onveiligheid aangevoelt en werd tegelijkertijd ook onzekerheid geobserveerd.

Ook deelnemers van andere groepen leken vaak afhankelijk van elkaar en leken te onzeker om individueel te kunnen functioneren.

Elke streek in Peru kent zijn eigen muziek met de daarbij horende danspassen. Deze dansen kenmerken zich door de afwisseling tussen het dansen in tweetallen en in de kring. In deze dansen ligt de nadruk meer op de groep dan op het individu. Zelf mochten we ervaren dat deze manier van dansen veiligheid biedt, door het feit dat er een duidelijke structuur is met betrekking tot de danspassen en posities in de ruimte en doordat de bewegingen altijd gezamenlijk worden uitgevoerd en nooit individueel. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

De opkomst tijdens de eerste sessie van een groep studenten was talrijk en hun enthousiasme was groot, zeker op het moment dat uitgelegd werd dat ieder een liedje mocht uitzoeken en op dat liedje de bewegingen in de kring mocht leiden. Stuk voor stuk kozen de deelnemers voor de traditionele Peruaanse muziek en voerden in de kring de vaste danspassen uit die bij dat liedje hoorden. Dit leek hen veiligheid te geven tijdens de eerste sessie.

Op momenten waarbij onveiligheid werd aangevoeld keerden de deelnemers vaak terug naar de vaste danspassen.

Tijdens een improvisatieoefening waarbij het doel was een favoriet liedje uit te kiezen en hierop eigen bewegingen voor te doen in de kring, koos Diego voor 'Carnaval de Arequipa', een typisch Peruaans liedje. Hierop voerde hij de bijpassende bewegingen uit en ging dus niet improviseren. Hij werd aangemoedigd te improviseren en niet de vaste danspassen uit te voeren. Diego hield in zijn onzekerheid vast aan de danspassen en vroeg om hulp van de andere deelnemers zodat hij de dans niet alleen hoefde uit te voeren.

In een leiden en volgen oefening met de oudere vrouw Feliciano, deden wij een aantal bewegingen voor. Voor Feliciano was dit een nieuwe en onbekende oefening. Ze vervormde de bewegingen steeds naar de repetitieve manier van dansen, waarbij de armen naar voren en naar achteren werden gewierd, waarbij de heupen heen en weer werden gewiegd en waarbij de voeten kleine stapjes naar voren en naar achteren maakten.

Deze repetitieve manier van dansen werd veel teruggezien bij de ouderen in de sessies en op de feesten in Ichuña. Deze beweging is wat dans voor de ouderen inhoudt, het is hun definitie van dans en is dus herkenbaar en veilig voor hen.

Doordat er ook werkvormen werden aangeboden die nieuw en anders waren, die niet leken op deze traditionele manier van dansen werd er logischerwijs onzekerheid en terughoudendheid geobserveerd. Het kan als een cultuurschok ervaren worden om op een totaal andere manier met dans te werken.

Toen Elmer de therapieruimte binnenkwam droeg hij zoals gewoonlijk zijn pet ver over zijn ogen heen. Er werd geprobeerd oogcontact met hem te maken, door te bukken en onder zijn pet heen te kijken. Op dit moment keek hij naar beneden of draaide zijn hoofd weg. Elmer lijkt zich niet veilig genoeg te voelen om oogcontact te maken.

Niet alleen Elmer maakte moeilijk oogcontact, er waren veel deelnemers waarbij hun onveiligheid tot uiting leek te komen in het vermijden en moeilijk maken van oogcontact.

Tijdens de eerste sessies hadden de jongeren, die de bijeenkomsten organiseerden voor de kinderen, de leiding. In onze ogen waren ze streng en gaven ze veel aandacht aan het negatieve gedrag van de kinderen. Hierdoor toonden de kinderen weinig spontane bewegingen.

We zongen samen met de meisjes Gladiz, Doris en Kelly uit volle borst 'Gloria, Gloria Alleluja'. Daniel, die begeleidde op gitaar, kon enkel zeggen dat het niet goed was en dat er luider gezongen moest worden. De meisjes zaten roerloos op de banken en gingen zachter en zachter zingen. Ook na het zingen, tijdens het dansen toonden de kinderen weinig variatie in beweging. De enige twee bewegingen die de meisjes maakten was het springen in de lucht of het draaien rond hun as.

De kinderen waren heel ingehouden en gebonden in hun bewegingen. Er leek een drempel te zijn om spontaan zichzelf te kunnen zijn.

Deze observaties kunnen bekeken, geïnterpreteerd en beschreven worden vanuit de transactionele analyse. De transactionele analyse beschrijft een model waarin er drie verschillende wijzen van bestaan in de wereld beschreven worden. Deze drie verschillende wijzen van bestaan worden ego-toestanden genoemd. Men heeft het over de Ouder ego-toestand, de Vowassene ego-toestand en de Kind ego-toestand. Elke wijze van bestaan, elke ego-toestand, bestaat uit een geheel van gedragingen, gedachten en gevoelens. Als iemand zich gedraagt, denkt en voelt zoals toen hij een kind was, bevindt deze persoon zich in zijn Kind ego-toestand. Als deze persoon zich gedraagt, denkt en voelt op een manier die hij overnam van zijn ouders of ouderfiguren, bevindt deze persoon zich in zijn Ouder ego-toestand. Als deze persoon zich gedraagt, denkt en voelt op de manier die een directe respons in het hier en nu is op gebeurtenissen om zich heen, waarbij al zijn vaardigheden gebruikt worden, dan bevindt deze persoon zich in zijn Volwassene ego-toestand. De ego-toestanden van ouder en kind worden onderverdeeld in twee functies. Zo wordt er met betrekking tot de Ouder ego-toestand gesproken over de kritische ouder en over de voedende ouder. Met betrekking tot de Kind ego-toestand spreekt men over het aangepaste kind en het vrije kind (Steward en Joines, 1996). De figuur in de zevende bijlage geeft dit model duidelijk weer.

Over de situatie met de kinderen uit Ichuñā kunnen we vanuit dit model zeggen dat de jongeren Kritisch ouder waren en dat de kinderen hier op reageerden met de houding als Aangepast kind. Terwijl deze kinderen nog kind zijn, tonen ze toch reeds veel aangepast gedrag en leken ze niet de kans te krijgen om Vrij kind te zijn.

De momenten waarop er onveiligheid werd aanvoeld werd er spanning en weinig doorstroming in het lichaam van de studenten en ouderen geobserveerd. Er waren blokkades aanwezig in het lichaam die te zien waren in bewegingen rondom loslaten en ontspannen. De studenten en ouderen konden deze bewegingen moeilijk uitvoeren en hun bewegingen kwamen housterig over.

Onzekerheid en onveiligheid ging op verschillende momenten samen met groepsdruk. Dit werd bijvoorbeeld duidelijk in het volgende voorbeeld.

In de eerste sessie met studenten van het derde jaar van de hogeschool werd er met 15 studenten in een Chace kring gedanst. De leiding in beweging werd doorgegeven. Onder de deelnemers heerste de norm om grote, seksueel getinte en ingewikkelde bewegingen op de salsa muziek te maken, waarbij er vloeiend met heupen en armen bewogen werd. Één studente maakte een beweging die niet aan deze voorwaarden voldeed. Direct werd ze uitgelachen en werd de beweging door de groep aangepast aan de heersende norm. Hierdoor leken andere deelnemers zich onzeker te voelen, dit was te zien doordat ze de leiding heel snel doorgaven of geen beweging wisten.

In dezelfde werkvorm kregen ook wij de leiding in beweging. We voelden de groepsdruk duidelijk aan en voelden ons onzeker worden over onze bewegingen. Dit ging gepaard met een ongemakkelijke lach en kriebels in de buik.

Dat er een nood aan veiligheid en onzekerheid heerste onder de deelnemers werd overgedragen en had een effect op ons.

De studenten leken zich niet veilig genoeg te voelen om hun grenzen aan te durven geven.

Tijdens een werkvorm waarbij de opdracht was dat de deelnemers stop moesten zeggen wanneer ze geen beweging meer wisten werd er geobserveerd dat de deelnemers later stop zeiden dan wanneer hun grens bereikt was. Dit was te zien in bewegingen die minder duidelijk werden uitgevoerd en hun contact nam met andere deelnemers.

Hoe komen de sociale behoeften tot uiting?

De sociale behoeften komen op verschillende manieren tot uiting.

Er werd een behoefte aan duidelijke communicatie en punctualiteit geobserveerd. In verschillende gesprekken met een docent kwam zijn frustratie rondom het gemis aan punctualiteit naar boven. Hij klaagde over het feit dat leerlingen steeds te laat kwamen, activiteiten twee uren later begonnen dan gepland en dat mensen hun afspraken niet nakwamen. Deze leerkracht is geboren en getogen in Ichuñā. Ondanks dat hij dit gemis aan duidelijke communicatie en punctualiteit gewend is, keurde hij dit toch niet goed. Hij leek dit als een last te ervaren en vond het belangrijk hier aan te werken. Op de hogeschool van Ichuñā werd er een miss en mister verkiezing georganiseerd. Tijdens deze verkiezing werd er aan de miss en de mister verschillende vragen gesteld. Eén van de vragen was: 'Wat zijn voor jou de belangrijkste waarden en normen in het leven'. Heel opvallend noemde elke deelnemer punctualiteit als een belangrijke waarde in het leven. Dit kan aangepast gedrag zijn maar kan ook wijzen op een behoefte aan duidelijke communicatie en punctualiteit.

Ook de schoolpsychologe liet merken dat ze punctualiteit en duidelijke communicatie heel belangrijk vond. Zo stond ze erop dat we leerlingen aanspraken op het niet nakomen van de afspraken. Verder vroeg ze of wij in de dans - bewegingstherapie aan dit thema konden werken.

In het deelnemen aan het dagelijkse leven van het dorp en in de organisatie van de therapie sessies voelden we zelf een behoefte aan duidelijke communicatie en punctualiteit. Deze behoefte ontstond vanuit verschillende ervaringen met de deelnemers. Zo liepen de kinderen in en uit de sessie en kwam een hele groep studenten niet naar de sessie zonder hierover te communiceren. Bij het uitnodigen van de ouders zeiden sommigen dat ze gingen komen. Uiteindelijk kwamen ze vaak niet naar de sessie. Anderen gingen uitvluchten zoeken zoals geen tijd hebben, veel werk hebben en andere deelnemers halen. Deze kwamen uiteindelijk ook niet. Het leek alsof de deelnemers geen nee durfden zeggen of niet direct durfden te communiceren dat ze niet konden komen. Er was een duidelijk verschil tussen de woorden en de daden van de deelnemers. Of iets echt ja of nee was werd gemerkt aan het resultaat en niet in woordbevestiging. Uit een gesprek met Bruno Van Der Maat (persoonlijke mededeling, 25 juni 2010) werd geleerd dat het nakomen van de afspraken niet te maken had met onbetrouwbaarheid. Quechua's willen beleefd zijn, in hun ogen is nee zeggen onbeleefd. Het feit dat ze onduidelijk communiceren ligt diepgeworteld in hun cultuur. Jef Van Den Ouweland (persoonlijke mededeling, 2 juni 2010) vertelde dat een bewijs voor dit gegeven te vinden is in de Inca traditie. Deze kent drie ongeschreven wetten namelijk 'je zult niet liegen, je zult niet stelen en je zult niet lui zijn'. Waarschijnlijk hadden deze wetten te maken met het feit dat dit de grote problemen binnen de cultuur waren. Tot op heden zijn deze drie belangrijke wetten cruciaal in de Quechua-cultuur. Deze wetten verwoordde de behoefte aan eerlijkheid, betrouwbaarheid en duidelijke communicatie. Ook nu nog worden er oplossingen bedacht voor het probleem. De directeur van de hogeschool bedacht een oplossing door alle leerkrachten een agenda te geven. Uiteindelijk kwam het erop neer dat niemand deze ging gebruiken. Wij vonden het moeilijk om met deze manier van communiceren om te gaan en wisten vaak niet waar we aan toe waren. Dit maakte de organisatie van de sessies moeilijk en zorgde voor vele uren wachten. Deze manier van communicatie verplichtte ons ertoe de deelnemers constant aan te spreken, te stimuleren en te vragen of ze naar de sessie gingen komen. Hier gingen gevoelens van frustratie en ontgoocheling mee gepaard.

Er werd gemerkt dat als de Quechua's niet goed in hun vel zaten en zich psychisch niet zo goed voelden, de omgeving hier vooral met praktische hulp op reageerde. Ze lijken geen luisterend oor te hebben voor wat hier de oorzaak voor zou kunnen zijn en ze vragen niet door naar hoe het echt met iemand gaat. De mensen vonden het moeilijk om over problemen te praten, ze waren erg gesloten. Bovendien heerst er onder de mannen een macho cultuur waarin problemen als een zwakte werden bestempeld (J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 2 juni 2010). Deze aspecten werden geobserveerd en zelf ervaren.

Toch werd er een duidelijke nood geobserveerd aan meer steun en hulp.

Daniël vertelde dat hij zich slecht voelde, dat het werken met de kinderen zwaar was en dat hij weinig steun kreeg.

Het weinig oog hebben voor de psychische problemen van een ander werd ook opgemerkt in de activiteiten die in Ichuña werden georganiseerd. Deze activiteiten hadden een duidelijk doel, waren vaak gekoppeld aan een feest en waren gericht op de gehele gemeenschap. Zo waren er de trouwfeesten, religieuze feesten, verjaardagsfeesten van scholen en Moeder- of Vaderdagen. In deze activiteiten was er weinig oog voor de persoonlijke problematiek en noden (J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 2 juni 2010). Toch werd er een behoefte geobserveerd aan specifieke groepsactiviteiten waarin de persoon meer werd aangesproken. Het feit dat kinderen met grote aantallen naar de dansactiviteiten kwamen wees erop dat ze nood hadden aan georganiseerde activiteiten aangepast aan hun leeftijd en interesses. Er werd namelijk naast school niets voor de kinderen georganiseerd. Ook dat de studenten van het derde jaar met een vraag kwamen, zoals onder paragraaf 4.3.1 werd beschreven, is hier een voorbeeld van. Een ander voorbeeld is dat er een oude vrouw bij Jef Van Den Ouweland kwam en aangaf dat ze eenzaam en droevig was. Jef Van Den Ouweland vertelde dit verhaal en maakte ons duidelijk dat er een nood heerste bij de ouders. Wij zien het weinig organiseren van specifieke activiteiten als een probleem omdat het eenzaamheid teweeg brengt en zorgt voor weinig sociale contacten.

De nood aan sociaal contact werd onder andere in beweging geuit. Zo pakten de deelnemers tijdens het dansen onze handen stevig vast.

De eenzaamheid kende voor de verschillende leeftijdsgroepen verschillende oorzaken. Zo voelden de ouders zich eenzaam omwille van het gemis van hun eigen kinderen die onvoldoende tijd hadden

om naar hen om te kijken. Ouder worden impliceert ook minder impact hebben in de gemeenschap. Dit bevorderde het gevoel van niet meer mee te tellen en van eenzaamheid (J. Van Den Ouweland, persoonlijke mededeling, 2 juni 2010). De studenten die de sessies bezochten waren vaak afkomstig uit de steden. Omdat Ichuña een erg afgelegen dorp is konden deze studenten hun familie slechts één keer per maand bezoeken, als hier het geld voor was. Het gemis van de familie kon zwaar wegen en maakte gevoelens van eenzaamheid los onder de studenten.

Er werd vooral bij de studenten een behoefte geobserveerd om bij de groep te horen. Daarom gaven ze toe aan de groepsdruk en gingen ze bijvoorbeeld alcohol drinken. De studenten leken veel moeite te doen om door de groep aanvaard te worden.

De sterke behoefte aan sociaal contact kwam ook tot uiting in afhankelijk gedrag. Elizabeth en Luzmila waren twee studenten uit het eerste jaar en kenden elkaar vanaf maart 2010. Toch leken ze nu al hartsvriendinnen en werden ze vaak hand in hand gezien. In de therapiesessies leken ze vaak afhankelijk van elkaar en konden ze moeilijk zonder elkaar functioneren. Dit in onze ogen aanklampend gedrag werd als een uiting van de behoefte aan sociaal contact gezien.

Hoe komt de behoefte aan erkenning tot uiting?

Bij de verschillende groepen werd de behoefte aan erkenning geuit.

Bij de kinderen kwam dit tot uiting in de vraag om aandacht. Ze vroegen om aandacht door individueel naar ons te komen en een gesprekje aan te knopen. Ook negatief gedrag, zoals door de kring heen lopen, vals spelen, lawaai maken en niet meedoen, waren voorbeelden van de vraag naar aandacht. De studenten uitten ook hun behoefte aan erkenning:

Aan het einde van een werkvorm waarbij er een groepstekening gemaakt werd, mochten de deelnemers hun naam op de tekening zetten. Alle deelnemers zochten met zorg een plekje uit waarop ze hun naam schreven. Ook Faustino zette zijn naam bescheiden op het papier. Vervolgens nam hij afstand van de tekening en keek toe. Plots kwam hij met de vraag of hij een tweede keer zijn naam mocht noteren. Na toestemming koos hij zwarte verf uit, nam een groot penseel en schilderde over andere tekeningen heen zijn naam.

Er werd vermoed dat de studenten het moeilijk vonden om zichzelf te kunnen zijn, dat ze weinig eigenheid hadden. Er zou een gemis aan erkenning geconcludeerd kunnen worden dat samengaat met een gemis aan zelfvertrouwen, zekerheid en identiteit. Het gemis aan zelfvertrouwen komt naar boven in de verlegenheid van de deelnemers. Het leek alsof de deelnemers weinig van zichzelf durfden te laten zien. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

Frank was een student die regelmatig de sessies kwam bezoeken. Onder zijn klasgenoten hield hij van grappen maken en nam hij een stoere houding aan. Naar ons toe was hij heel vriendelijk en leek graag in tweetallen met één van ons te werken. In dit samenwerken werden er indirecte bewegingen en twijfel opgemerkt. Doordat hij steeds een volgende houding aannam liet hij weinig van zichzelf zien en leek hij weinig eigenheid te hebben. Toch deed hij zijn best en leek hij het goed te willen doen.

Ook onder de ouderen leefde er onderhuids een nood aan erkenning. Jef Van Den Ouweland (persoonlijke mededeling, 2 juni 2010) vertelde dat de ouderen niet meer dezelfde impact hebben in de gemeenschap dan vroeger. Hierdoor kan het gevoel geen plaats meer te hebben in de gemeenschap ontstaan en niet meer erkent te worden. Toch hebben de ouderen hier behoefte aan. Dit werd geobserveerd in het feit dat er 19 ouderen vrijwillig op de uitnodiging voor de danssessies zijn ingegaan. In de sessies was het moeilijk om de behoefte aan erkenning bij de ouderen te observeren. Wel werd deze nood sterk aanvoeld.

Met de ouderen werd er in de kring gedanst waarbij wij de bewegingen inbrachten. Toen er in de handen gewreven werd, een soort van handwas beweging, maakten de oudere vrouwen wel fysiek contact met de eigen handen, maar leek dit contact niet beleefd te worden. Het leek een pure functionele aanraking. Op het moment dat ze over hun eigen buik streelden werd er licht of geen fysiek contact gemaakt met hun eigen buik. Het leek alsof ze niet bewust waren van dit contact en de aanraking niet echt voelden.

Hieruit werd geconcludeerd dat de ouderen hun eigen lichaam niet erkennen en daarom ook niet accepteren. Dit kan als oorzaak gezien worden van het feit dat de ouderen geen tijd voor zichzelf nemen. De ouderen werken namelijk veel en hard. Uit hun lichaamshouding en de pijn waarover ze vertelden werd geconcludeerd dat de ouderen hier fysiek onder lijden.

Hoe komt het weinig contact hebben met het eigen lichaam tot uiting?

Bij de deelnemers werd geobserveerd dat ze weinig contact konden maken met hun eigen lichaam. Dit was bijvoorbeeld te zien in het feit dat de deelnemers geen of weinig contact maakten met hun eigen ademhaling. Tijdens een ademhalingsoefening volgden de deelnemers de ademhaling van ons en leken ze hun eigen ademhaling niet te voelen. Bij de studenten werd er hiernaast weinig gronding en contact met de grond geobserveerd. Ze bewogen licht en leken niet stevig te staan. Er werd vermoed dat de beperkte aanwezigheid van contact met lichaam, ademhaling en grond maakte dat de bewegingen van de deelnemers indirect, light weight en free flow waren (deze termen worden ontleent aan de theorieën van Rudolf Laban). Deze onduidelijkheid werd beleefd in het feit dat we de bewegingen van de deelnemers moeilijk konden nadoen.

Bij veel deelnemers werd er geobserveerd dat ze moesten nadenken over hun bewegingen. Hieruit werd er geconcludeerd dat de deelnemers veel in hun hoofd en weinig in hun lichaam zaten. In het bewegingsbeeld van de deelnemers was er weinig connectie met de verticale as te observeren. Hierin schuilt de afwezigheid van een connectie met zichzelf. Zowel bij de ouderen als bij de studenten werd dit geobserveerd.

Op het moment dat een student zijn handen voor zich uitstreckte leek hij naar voren te vallen. Wanneer deze student zijn handen naar boven uitstreckte lukte dit niet. Zijn armen bleven opzij en op ooghoogte hangen.

Bij de ouderen was te zien dat ze veel in de sagitale as bewogen. Dit zou kunnen komen doordat de ouderen dagelijks uren wandelen naar hun akker en daar uren werken. Al deze bewegingen bevinden zich in de sagitale as. De ouderen vonden het moeilijk om te bewegen in de verticale- en horizontale as.

In beweging was het opvallend dat de deelnemers zich moeilijk konden concentreren op zichzelf, ze keken rond en gingen in op de prikkels van buitenaf, zoals hun kinderen die mee naar de sessie kwamen en mensen die langs het raam liepen.

Bij werkvormen waarbij bewegingen werden ingebracht waarbij het eigen lichaam werd aangeraakt, werd er geobserveerd dat de ouderen licht of geen fysiek contact met hun eigen lichaam maakten. Ook leek het alsof ze niet bewust waren van dit contact en de aanraking niet echt voelden. Bij het bewegen in tweetallen keken de deelnemers vaak naar een ander tweetal. Ze namen bewegingen van anderen over en waren niet geconcentreerd op hun eigen lichaam. De deelnemers stonden er lacherig en giechelg bij met hun ogen constant op anderen gericht.

Het was hinderend dat dit probleem aanstekelijk kon werken. Als één iemand de concentratie op zichzelf verloor trok hij al gauw de groep hierin mee. Een ander hinderend aspect was dat wij door dit gedrag/probleem onzeker werden en contact met het eigen lichaam verloren. De oorzaak van dit probleem ligt in de cultuur. Er wordt weinig aandacht gegeven aan het individu, wie je als persoon bent en aan persoonlijkheidsvorming. Daarnaast ligt de nadruk in de cultuur op het sociale aspect waardoor het belang van contact maken met het eigen lichaam uit het oog verloren wordt.

Het feit dat de deelnemers moeilijk contact kunnen maken met het eigen lichaam zorgt ervoor dat reflecteren over de eigen ervaringen moeilijk is. De deelnemers hadden het moeilijk met het antwoorden op vragen naar hun beleving, ervaring en hun gedachten.

Conclusie

Het individu voelt zich in wezen onveilig, heeft de ander nodig en vraagt om erkenning. Het individu heeft dus nood aan de drie behoeften van veiligheid, sociaal contact en erkenning. Dit is onder andere te zien in het feit dat ze geen contact kunnen maken met het eigen lichaam.

In de Quechua-cultuur is er niet veel ruimte om de identiteit te kunnen ontwikkelen. De identiteit wordt bepaald vanuit de traditie, de gemeenschap, de cultuur en vanuit de verwachtingen van de ouders en dichte familieleden. In dit sociale netwerk bouwt het kind zijn identiteit op. Er is minder plaats voor individuele persoonlijkheidsvorming. Daarom voelen de Quechua's zich onzeker over zichzelf, kennen ze zichzelf niet. Dit zorgt voor een gevoel van onveiligheid.

De weinig ruimte die gegeven wordt aan het ontwikkelen van de identiteit heeft ook te maken met een diepgeworteld aspect vanuit de Quechua-cultuur. Namelijk het feit dat iedereen op de eerste plaats een groepsproduct is. Dat de groep op de eerste plaats staat en dat het individu minder belangrijk is. Dit is onder andere te zien in het feit dat mensen voortdurend erg kritisch staan ten opzichte van hen die boven de groep uitstijgen, hen die meer individualiteit ontwikkelen. Omdat de groep belangrijker is

dan het individu wordt er geen erkenning gegeven aan het individu, ze wordt niet bevestigd en krijgt geen aandacht.

De studente Jenny is een heel speciaal meisje, die buiten de groep valt, anders is dan de anderen. Dit vertelden haar docenten ons van tevoren. Wij merkten vanaf de eerste sessie dat Jenny erg stil was en weinig of niet reageert op wat er gebeurt rondom haar. Het lijkt alsof ze zoekt naar aandacht door niet te reageren op vragen, opdrachten en activiteiten. Ze lijkt het moeilijk te vinden de therapieruimte binnen te komen, participeert weinig in de danswerkvormen, gaat aan de kant zitten en verstopt haar gezicht in haar armen. Wij hadden verwacht dat de groep hierop zou reageren door uitsluiting of pestgedrag. Dit zou in Nederland of België een reactie zijn op dit meisje. Daarentegen besteedde de groep erg veel aandacht aan haar, deden ze hun best om haar bij het groepsgebeuren te betrekken en boden voortdurend ongevraagd hulp. Olga leek in onze ogen haar persoonlijk proces in de dans - bewegingstherapie op te offeren om Jenny toch bij het groepsgebeuren te betrekken. Zo stopte ze vaak met dansen op momenten dat Jenny aan de kant ging zitten. Ze ging naar haar toe, vroeg wat er was en probeerde haar bij de groep te betrekken.

5.2 Therapeut

5.2.1 Zoektocht naar het therapeutisch handelen

Na elke sessie werd er zoals al eerder beschreven gereflecteerd volgens de vier rubrieken die Migchelbrink (2008, p. 203) beschrijft. Eén van deze rubrieken zijn de methodische notities. Bij de eerste data-analyses van de vijf groepen werden de belangrijkste methodische notities vastgelegd. Tot slot werd er over trefwoorden en belangrijke passages in deze analyses, die wezen op het therapeutische handelen gereflecteerd. Deze passages werden geselecteerd en samengevat. Het resultaat van deze samenvatting is de beschrijving van het therapeutisch handelen..

5.2.2 Therapeutisch handelen

In de data-analyse kwamen woorden als onvoorwaardelijke acceptatie, echtheid en openheid naar voren. Deze woorden tonen overeenkomsten met het essentiële ideeëngoed van Rogers, waarvan empathie, onvoorwaardelijke acceptatie en echtheid de belangrijkste ingrediënten zijn (Smeijsters, 2003, p. 85; Bozarth & Wilkins, 2001; Haugh & Merry, 2001; Wyatt, 2001 in Vandereycken, Hoogduin en Emmelkamp, 2006, p.134).

Empathie stelt de therapeut in staat om de complexe werkelijkheid van een individuele cliënt of een systeem te begrijpen (Vandereycken, 2001, p. 134). Op cognitief niveau vormt de therapeut zich een beeld van de denkwereld en de betekenisgeving van de cliënt; hij tracht het betoog of de achterliggende redeneringen te begrijpen. Op motivationeel niveau schat de therapeut in wat de cliënt beweegt, wat hij wel of niet zou willen, wat hem drijft om zus of zo te handelen. Op affectief niveau maakt de therapeut contact met de gevoelswereld van de cliënt (Vandereycken, 2001, p. 135). Onvoorwaardelijke acceptatie van de cliënt is noodzakelijk om de cliënt ten volle te begrijpen. Hiervoor is het nodig dat de therapeut zijn eigen mening tijdelijk kan opschorten. Vanuit een niet-veroordelende zorgverantwoordelijkheid erkent de therapeut de ervaringen van de cliënt, zonder goed- of afkeuring of moreel oordeel (Vandereycken, 2001, p. 135).

Echtheid betekent dat de therapeut werkelijk voeling heeft met alle facetten van het eigen ervaringsproces, zodat eigen problemen niet doorwerken in de therapie (Vandereycken, 2001, p. 135). Egan (2004, p. 67) noemt niet te veel nadruk leggen op de helpende rol, een defensieve houding vermijden, spontaniteit en openheid als gedragingen en attitudes die echtheid in het therapeutische handelen waarborgen.

De deelnemers werden onvoorwaardelijk geaccepteerd. Er werd geen oordeel gegeven over deelnemers die te laat of uiteindelijk niet kwamen.

Tijdens een eerste sessie voor een groep studenten kwam er het eerste uur niemand opdagen. We ruimden na een uur onze spullen op en gingen buiten in de zon zitten. Gedurende het tweede uur kwamen er vier leerlingen. Dit deed ons beseffen dat we aan hen nog activiteiten hadden kunnen aanbieden, dat we nog iets voor hen hadden kunnen betekenen. We reflecteerden over onze houding hierin en besloten om in het vervolg de volledige twee uren klaar te staan voor hen die komen.

De kinderen mochten spelen, dansen en bewegen waar en hoe ze wilden zonder dat daar grenzen of afspraken mee gepaard gingen.

Een oudere man kwam op een dag de sessie voor ouderen bezoeken, hij werd uitgenodigd om te dansen. Hij ging niet in op deze uitnodiging maar bleef praten en dronk een kopje thee. Hij werd geaccepteerd in wat hij op dat moment deed en wilde. Er werd niet aangedrongen opdat hij in beweging zou gaan. Hij mocht zijn zoals hij was en er werd verder met hem gepraat en samen met hem een kopje thee gedronken.

De onvoorwaardelijke acceptatie werd aangeboden om veiligheid te creëren. Bij de kinderen was deze veiligheid een basis en een fundament waarop de sessie gebouwd werd. Bij de ouderen en studenten werd er actief gewerkt aan veiligheid door middel van werkvormen en interventies. De veiligheid was als het ware een groen grasveld waar vrij op bewogen kon worden. Bij de kinderen werd dit volledig aangeplante grasveld aangeboden. Bij de studenten en ouderen werd er samen gewerkt aan het aanleggen en het zaaien van het groene gras.

De houding werd gekenmerkt door openheid die tot uiting kwam in het steeds opnieuw uitnodigen van deelnemers die te laat kwamen en het welkom heten van nieuwe deelnemers. Als er in het dorp oudere mensen tegen gekomen werden, werden deze uitgenodigd voor de dansactiviteit op maandag. Het uitnodigen van de ouderen op straat had als doel het bestaan van de activiteiten voor hen kenbaar te maken en deze groep samen te stellen. Het blijven uitnodigen van de studenten was erop gericht een duidelijke communicatie te creëren en te bevorderen.

Verder was de openheid zichtbaar door flexibiliteit. Zo werd een activiteit die voor tien studenten werd voorbereid aangepast in het moment aan een individuele sessie. Dit omdat de groep studenten niet kwam opdagen.

De danstherapeutische houding kenmerkte zich door een open houding waarbij in het hier en nu gehandeld werd en waarbij er ingespeeld werd op de behoeften van de deelnemers op dat moment.

Een aantal kenmerken die in de data-analyse naar voren kwamen zijn specifieke karaktereigenschappen van ons. Zo was ons optimisme duidelijk zichtbaar in de sessies. De deelnemers werden aangemoedigd, bevestigd en geënthousiasmeerd. Wanneer er improvisatie ontstond bij de deelnemers moedigden wij hen hierin aan. We toonden ons zoals we zijn, we zijn 'echt'.

Een laatste kenmerk van de therapeutische houding was gelijkwaardigheid. Door de participatie aan de activiteiten werd er een gelijkwaardig niveau gecreëerd. Tijdens een activiteit met de kinderen werd er helemaal opgegaan in het spel en deden we net zo enthousiast mee als de kinderen. Het ging zo ver dat de kinderen ons aanmoedigden wanneer we aan de beurt waren en dat we samen met hen over de grond rolden. In contactimprovisatie met de studenten werd er deelgenomen aan het improviseren en lieten we een deel van onszelf zien, zoals de studenten ook iets van hen lieten zien. Op deze momenten waren we deel van de groep en waren we gelijkwaardig. Bij het dansen in tweetallen met de ouderen werd er een gevoel van gelijkwaardigheid waargenomen door de respectvolle aanraking van elkaars handen en het leiden en volgen dat automatisch in elkaar overvloeide.

Hoofdstuk 6 Ontwikkelfase

De periode waarin we in Ichuña verbleven vloog voorbij, samen met de sessies die voor de kinderen, studenten en ouderen georganiseerd werden. Nadat alle sessies afgerond waren konden ook alle data-analyses afgerond worden. Voor de kinderen werden negen sessies georganiseerd. Na elke drie sessies werd er een data-analyse gemaakt. Dit was net zo voor de groep studenten van het eerste jaar van de hogeschool. Voor de studenten van het vijfde jaar van de hogeschool en voor de studenten van de andere hogeschool werden er voor elke groep zes sessies georganiseerd en twee data-analyses gemaakt. Tot slot konden de ouderen deelnemen aan zeven sessies en werden deze twee keer geanalyseerd. Nadat de eerste data-analyse van elke groep geschreven was, werd, zoals hierboven al benoemd, de diagnose gevormd. Vanuit deze diagnose werden de komende sessies voorbereid. Bij aanvang van elke voorbereiding werd er nagedacht over specifieke doelstellingen. Deze sessies speelden in op de gevormde diagnose en waren gericht op het verbeteren van de bestaande situatie. Hiermee werd de ontwikkelfase en het vormen van een danstherapeutisch werkplan voor de ondersteuning van de psychische behoeften van de mensen met de Quechua-cultuur gestart.

Het danstherapeutisch werkplan (5.1) voor de ondersteuning van de psychische behoeften van de mensen met de Quechua-cultuur kwam tot stand door een aanpak te kiezen, uit te proberen en te toetsen aan de praktijk. Het zijn denk- en doemodellen die danstherapeuten kunnen helpen bij het ondersteunen van de psychische behoeften van mensen met een cultuur die gelijkaardig is aan die van de Quechua's.

In deze fase werd een plan gemaakt voor het verbeteren van de bestaande situatie. Hierbij stond de volgende vraag centraal: 'Wat moet en kan er gebeuren om te komen tot de gewenste situatie?'. Op basis van de diagnose werden er ideeën voor verbetering verzameld. Deze ideeën werden door reflectie en dialoog uitgewerkt en vastgelegd.

De tweede en/of derde data-analyse van elke groep was de basis voor het vormen van het danstherapeutisch werkplan. Uit deze data-analyses werden de passages geselecteerd die te maken hadden met de ontwikkelfase en het danstherapeutische werkplan dat onder paragraaf 6.1. beschreven wordt. Deze passages waren de basis waarop verder gereflecteerd kon worden en waaruit nieuwe informatie over het danstherapeutisch werk met de Quechua's kon ontstaan. Dit gebeurde in dialoog met Jef Van Den Ouweland. Hij heeft vooral geholpen de verworven informatie binnen het kader van de cultuur te plaatsen en het van daaruit te begrijpen. Op die manier konden er realistische doelen gesteld worden en werd het werkplan afgestemd op de realiteit van de Quechua-cultuur.

Hieronder wordt dit werkplan uitgebreid beschreven. In bijlage acht wordt er een schematisch overzicht van dit werkplan gegeven, wat als handleiding en houvast bij het lezen kan gebruikt worden.

6.1 Danstherapeutisch werkplan

In de ontwikkelfase van het onderzoek werd er ingespeeld op de drie behoeften. In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe dit vorm kreeg. Naast het inspelen op de behoeften wordt ook beschreven hoe er ingespeeld werd op andere problemen en noden.

6.1.1 Creatief therapeutische werkwijze

Er werd gebruik gemaakt van de supportieve creatief therapeutische werkwijze. De supportieve werkwijze biedt ondersteuning in het leren omgaan met problemen. Men probeert de (dieperliggende) problemen niet weg te nemen, maar de omgang met de problemen te verbeteren. De doelstellingen hebben een ondersteunend, stabiliserend of ontwikkelingsgericht karakter (Smeijsters, 2003, p. 55). Het accent lag vooral op zelfactualisatie en het exploreren van nieuwe gedachten, gevoelens en levenswijzen. De werkvormen waren minder gestructureerd en de therapeutische relatie kenmerkte zich door de principes uit de Rogeriaanse psychotherapie.

Deze werkwijze is geïndiceerd bij specifieke probleemgebieden zoals levensfaseproblematiek, zingevingsproblematiek, identiteitsproblematiek, relatieproblematiek en psychosomatische problematiek (Smeijsters, 2003, p. 56). De Quechua's waarmee gewerkt werd waren niet gediagnosticeerd met deze problemen. Wel werden er identiteitsproblemen, levensfase problemen en psychosomatische klachten geobserveerd.

Dat er ondersteunend gewerkt wordt ligt reeds in de vraagstelling (wat kan dans - bewegingstherapie betekenen voor de ondersteuning van de psychische behoeften van mensen met de Quechua-cultuur, in Peru) besloten. Het doel van het onderzoek was niet het werken aan dieperliggende problemen maar eerder het bieden van een steun.

6.1.2 Doelen

Er waren een aantal algemene doelen die in alle groepen terugkwamen:

- Erkenning geven
- Punctualiteit en duidelijke communicatie bevorderen
- Contact met het eigen lichaam bevorderen
- Uitbreiden van het bewegingsrepertoire

Hiernaast waren er een aantal specifiekere doelen die kenmerkend waren voor kinderen, studenten of ouderen.

Bij de kinderen werd er gewerkt aan de vrijheid in beweging en het vrije kind bevorderen. Dit werd gedaan door het aannemen van de rol van Zorgende ouder en adequaat opvoedingsgedrag naar de kinderen toe te tonen.

Rigter (2002, p. 74) noemt dat kinderen, met opvoeders die niet goed in staat zijn om het adequate opvoedingsgedrag te vertonen dat past bij de sekse, de leeftijd en de ontwikkelingsopgaven van het kind, meer risico lopen op het ontwikkelen van probleemgedrag of psychische problematiek dan kinderen van ouders die wel adequaat opvoedingsgedrag vertonen. Ondersteuning en warmte bieden aan kinderen werkt beschermend tegen stressvolle omstandigheden uit de omgeving (Werner 1994, in Rigter 2002, p.78). Bovendien is het een beschermende factor tegen het ontwikkelen van probleemgedrag of psychische problematiek (Rigter 2002, p. 78). Deze ondersteuning en warmte, zo beschrijft Rigter (2002, p. 79), kan komen vanuit het gezin maar ook, zoals in dit onderzoek het geval was, vanuit de sociale omgeving.

Winnicott (1999) beschrijft in zijn theorie dat door spel en creativiteit het kind los kan komen van de moeder en 'het zelf' ontwikkeld kan worden. Sterker nog, als de periode van spelen er niet geweest is, zo benoemd Winnicott, kan je zelf niet creatief in het leven staan. Creatief zijn is noodzakelijk om een onafhankelijk bestaan te leiden (J. Bruneel, persoonlijke mededeling, 16 oktober 2009; Meekums, 2002; Winnicott, 1999). Verder beschrijft Winnicott (1999) het belang van de 'vrije bewegelijkheid' in een therapeutisch proces. De vrije bewegelijkheid moet in de therapie toegelaten, geaccepteerd, gestimuleerd en gespiegeld worden zodat de persoon die de therapie bezoekt zijn innerlijke wensen kan leren vervullen op een manier die voldoet aan de verwachtingen van de omgeving. Het inspelen op de behoeften bij de kinderen is erg belangrijk. Wanneer er niet gevoelig op de behoeften van het kind wordt ingespeeld zal het kind een angstig patroon ontwikkelen (Bowbly, 1986, in Miesen 1987, p. 12).

Bij de studenten werd er gewerkt aan de eigen identiteit en individualiteit. Subdoelen hierbij waren:

- Keuzes leren maken
- Grenzen leren aangeven
- Leren dragen van verantwoordelijkheid
- Zelfvertrouwen bevorderen

Bij de ouderen werd er gewerkt rondom het thema contact, met als doel de eenzaamheid te verminderen. Het geven van nabijheid, veiligheid en ontspanning stond hierbij centraal. Ook aan uitnodigen, kennismaken en het vormen van de groep werd aandacht besteed. Verder werd er aan de ouderen geleerd tijd voor zichzelf te maken.

De doelstellingen kregen vorm door het methodisch handelen hierop aan te passen.

6.1.3 Danstherapeutische werkwijze

Fasering

Bij alle groepen werd er in het begin op verschillende vlakken kennisgemaakt. Wij maakten kennis met de deelnemers en andersom. Daarnaast werd er kennis gemaakt met het medium. Wij leerden wat dans voor de deelnemers betekent en zij maakten kennis met dans als therapeutisch medium. Er werd hierbij geëxperimenteerd met verschillende werkvormen en de mogelijkheden van het medium. Vervolgens werd er, nadat de diagnose gevormd was, door middel van werkvormen ingespeeld op de noden en behoeften van de deelnemers. Tot slot ging er, afhankelijk van de behoeften van de groep, aandacht naar het afsluiten van het proces.

In het werken met de kinderen werd er in het begin kort een veiligheidsfase doorlopen waarna er overgegaan werd naar een fase waarin het vrije kind centraal stond. Deze fase bleef duren tot aan het einde van het project.

In het werken met de ouderen viel op dat de fase van kennismaken aanhield. Elke sessie kwamen er nieuwe mensen en werd er steeds opnieuw kennisgemaakt met de ruimte, met elkaar en met dans. Elke sessie werden er enkele fasen doorlopen, namelijk een veiligheidsfase, een sociale fase en een afsluitingsfase.

Therapeutische technieken

De techniek spiegelen sloot aan bij de Quechua's. Deze techniek werd daarom vooral ingezet in de therapiesessies. De techniek spiegelen is door de pionier danstherapeut Marian Chace veel ingezet en bekend geworden binnen de dans - bewegingstherapie. Het spiegelen wordt door Levy (2005) omschreven als de kunst om diepgaande emotionele acceptatie en communicatie te reflecteren door het observeren en spiegelen van non-verbaal gedrag. Op die manier kunnen problemen verwerkt worden op een puur symbolisch niveau, waarbij interpretatie op verbaal niveau niet altijd noodzakelijk is. Levy (2005) beschrijft dat dit spiegelen voor een toeschouwer geïnterpreteerd kan worden als nadoen, maar het is meer dan dat. Nadoen is simpelweg de vorm van de beweging kopiëren, zonder de bedoeling van de beweging mee te nemen. Bij spiegelen wordt de bedoeling van de actie en beweging meegenomen. Daarnaast wilde Chace het expressieve bewegingsrepertoire van de cliënt verduidelijken, verbreden en uitbreiden (Loenen, 2010). Hieronder een voorbeeld van hoe dit zich uitte in de sessies:

Tijdens het dansen in een kring ging Frank in het midden van de kring dansen met ons. Wij voelden sterk aan dat er bij Frank een wil leefde om vrij te dansen, om op te gaan in de muziek. Deze wil werd echter belemmerd door een gevoel van onzekerheid. Het intuïtieve aanvoelen van de gevoelens die door Frank heen gingen namen we mee in onze beweging, we spiegelde deze. Eerst maakten we kleine onzekere bewegingen die Frank nadeed. Vervolgens evolueerden onze bewegingen naar steeds enthousiastere en grotere bewegingen. Tot slot zagen we dat Frank helmaal op ging in deze bewegingen, de muziek en het moment.

Structureren werd ingezet om verschillende doelen te bereiken. Zo werd de groep kinderen verdeeld in twee of drie subgroepen, die elk gesplitst binnen of buiten activiteiten uitvoerden. Een ander voorbeeld van structureren was het inbrengen van regels. Zo werden de kinderen erop gewezen dat ze elkaar geen pijn mochten doen, dat het belangrijk was elkaar te helpen en te steunen en dat ze stil moesten zijn als er iemand aan het woord was. Ook werd elke activiteit begonnen en afgesloten in een kring. In deze kring werd de activiteit uitgelegd of werden de kinderen bedankt voor hun aandacht en aanwezigheid. Ook het doorschuiven naar de volgende activiteit verliep gestructureerd. De kinderen maakten een rij, pakte elkaars handen vast en bewogen zo naar de plek waar de volgende activiteit plaats zou vinden.

Bij de studenten werd er gestructureerd om bewegingen van een deelnemer duidelijk te krijgen. Het gaat hier over structureren van het bewegingsmateriaal, door te interveniëren vanuit het danselement lichaam.

Op het moment dat Edison twee uitgekozen bewegingen ging aanleren aan de groep begon hij te improviseren. Hij had geen bewegingen uitgekozen. Zijn bewegingen waren uitgebreid, indirect en niet gestructureerd. Wij probeerden de bewegingen van Edison te structureren en af te bakenen, door hem de opdracht te geven één beweging uit te kiezen. Verder werden er vragen gesteld zoals: 'Wordt het hoofd ook betrokken bij de beweging?'

Ook werd er gestructureerd om de deelnemers duidelijkheid en veiligheid te geven. Zodat ze wisten waar ze aan toe waren en wat er van hen verwacht werd.

Tijdens de op één na laatste sessie kwamen de studenten druppelsgewijs binnen en werd er aan iedere deelnemer enkele verbale instructies gegeven. Zoals: 'We doen een dansimprovisatieoefening, jullie moeten mijn instructies volgen, je hoeft niet na te denken'.

Andere technieken die werden ingezet waren de verbredende-, ontlokkende- en thematische technieken. Deze werden ingezet om op de behoeften van de deelnemers in te spelen.

Bij verbredende technieken stimuleert de dans en bewegingstherapeut de cliënt tot het vergroten en uitbreiden van het bewegingspotentieel zodat een completere bewegingsexpressie mogelijk wordt (Smeijsters 2003, p. 211). Dit werd bijvoorbeeld duidelijk op de volgende manier:

Tijdens het dansen met de oudere vrouw Victoria, maakte ze een beweging waarbij haar handen elkaar aanraakten voor haar borst. Vervolgens bewoog ze haar handen tot op ooghoogte, waar haar handen uit elkaar gingen. Nadat de handen een cirkel beweging hadden gemaakt kwamen ze weer samen voor haar borst. Deze beweging werd nagedaan en na enkele keren versterkten en vergroten wij de beweging. De handen bleven samen tot boven het hoofd en opende zich daar om met uitgestrekte armen naar beneden toe in een grote cirkel te bewegen. Haar ruggengraat rechte zich en in de borststreek ontstond een opening. De beweging leek krachtiger en werd meer beleefd.

Tijdens een opwarming waarbij de kinderen in rijen stonden, viel het op dat Joni zijn gezichtsexpressie betrok bij de bewegingen die aangeboden werden. Wij namen deze gezichtsexpressie over en maakten deze groter en gekker, alle spiertjes in het gezicht werden hierbij aangesproken. De kinderen gingen hier volledig in op.

Bij ontlokkende technieken ontlokt de dans en bewegingstherapeut een beweging aan de cliënt door via een rol, een beweging of dialoog een appèl op hem te doen. Het gaat erom dat de cliënt op een eigen persoonlijke wijze reageert en aan de dialoog deelneemt (Smeijsters, 2003, p. 212).

Op het moment dat er een vrolijk volksdans muziekje aan werd gezet, gingen we in tweetallen ingehaakt rondhuppelen. De vrouwen van de gevangenis reageerden hier enthousiast op door spontaan andere bewegingen in te brengen en in dezelfde flow van partner te wisselen.

Tijdens de sessie met de kinderen bewogen we door de ruimte alsof we een chique dame waren. Dit sprak de meisjes zichtbaar aan, ze kwamen naar ons toe en namen ook deze rol op zich. Op hun eigen manier leefden ze zich in deze rol in en pasten hun bewegingen hierop aan.

Bij thematische technieken exploreert de cliënt (onbewuste) psychische conflicten, met behulp van bewegingsmetaforen, ruimtelijke metaforen en bewegingskwaliteiten (Smeijsters, 2003, p. 212).

De metafoor 'alles eruit gooien' gebruikten we in de vrouwengevangenis om de frustraties af te reageren en de innerlijke agressie naar buiten te brengen. Hierbij werd een beweging gemaakt waarbij je iets van je afschudt. Dit gebeurde op trance muziek met een duidelijke climax die in beweging ook zichtbaar werd.

Tijdens een geleide improvisatieoefening gebruikten we verschillende bewegingskwaliteiten om exploratie te bevorderen bij de deelnemers. Bij het noemen van de woorden zacht en vloeiend bewoog een deelnemster zittend op de grond. Het leek alsof ze als een klein meisje veilig in een cocon zat.

Werkvormen

Nadat de diagnose was gevormd werden de werkvormen aangepast aan de gestelde doelen en aan de behoeften van de deelnemers.

Bij de kinderen werd er vanaf dat moment gewerkt met een vaste structuur, mede omdat er veel kinderen kwamen opdagen. Omdat de concentratieboog van de kinderen kort was, de ruimte te klein was en omdat therapeutisch werken moeilijk was in een grote groep, werd besloten de groep elke sessie te splitsen. Op deze manier kon er gedurende een kortere tijd gewerkt worden. Hierdoor konden de kinderen hun aandacht meer bij de activiteit houden en kon er meer therapeutisch gewerkt worden. Er werd gewerkt met een doorschuifstelsel waarbij elke groep een half uur danste, een halfuur speelde en een halfuur zong. De groepen werden gesplitst door middel van slingerstippeltje en elk kind kreeg een verfstipje op zijn voorhoofd met de kleur van zijn groep.

De werkvormen die tijdens de dansactiviteiten werden uitgevoerd hadden steeds een vaste structuur. Zo werd er gestart met een actieve opwarming in rijen waarbij wij vooraan stonden met het gezicht naar de groep gericht. In deze opwarming werd de fantasie van de kinderen gestimuleerd en werd er symboliek ingebracht. Dit met het oog op het stimuleren van het vrije kind in hen.

Zo bewogen de kinderen vrij op het moment dat wij het beeld van een condor inbrachten. De kinderen bewogen op hun eigen manier als een condor door de ruimte. Een jongen maakte hierbij lichte sprongen, een meisje bewoog laag bij de grond en een andere jongen maakte een grote zweef beweging door de ruimte heen.

Door te werken in rijen was de concentratie van de kinderen beter, werden ze niet afgeleid door andere kinderen en kon er meer individuele aandacht geven worden aan de kinderen.

Zo was er een jongen die gekke bekken kon trekken zonder dat andere kinderen hierdoor afgeleid werden of hij verder van zichzelf kwam. Ook konden wij de jongen bevestigen in zijn gekheid door naar hem te glimlachen en soms een beweging van hem over te nemen.

Na de opwarming was er een middenactiviteit. Hierbij werd er gezocht naar werkvormen waarbij het vrije kind verder en op andere manieren gestimuleerd kon worden. Zo werd er geëxperimenteerd met werkvormen als dirigentje en een nummerdans.

Bij dirigentje staat de groep in een kring. De therapeut wijst een persoon aan die weg gaat uit de kring zodat hij de groep niet meer kan horen of zien. Hierna wijst de therapeut een dirigent aan. Deze dirigent leidt de bewegingen in de kring. De andere deelnemers doen deze bewegingen na. Op dit moment wordt de persoon teruggeroepen die weg was. Deze persoon gaat in het midden van de kring staan en gaat op zoek naar de dirigent door de bewegingen van de groep te observeren.

In dit spel konden de kinderen zichzelf zijn en hun eigen spontane bewegingen uitvoeren. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

Toen Albert de dirigent mocht zijn reageerde hij in eerste instantie door een aantal indirecte, zenuwachtige en moeilijk te volgen bewegingen te maken. Vervolgens maakte hij een gekke schudbeweging waarbij heel zijn lichaam meebewoog en ging hij in het midden van de kring staan.

Bij de nummerdansen staan de deelnemers in een kring. De therapeut zegt een nummer en voert hierbij een beweging uit. De deelnemers doen deze beweging na en onthouden bij welke nummer deze beweging past. Iedere nummer wordt zo verbonden aan een beweging. Na een tijdje noemt de therapeut enkel een nummer en moeten de deelnemers de bijpassende beweging uitvoeren. Eén nummer werd gekoppeld aan de opdracht om vrij door de ruimte te bewegen. Er werd aan de deelnemers gevraagd nieuwe en eigen bewegingen in te brengen en werden er bewegingen vanuit de groep opgepakt.

Kelly was zo enthousiast dat ze tijdens de nummerdansen tussendoor spontaan begon te springen. Het volgende nummer werd gekoppeld aan de springbeweging van Kelly. Ze moest lachen en straalde van tevredenheid.

De danssessies met de kinderen werden afgesloten met een ontspanningsoefening waarbij de kinderen in rijen stonden en wij voor de groep stonden met het gezicht naar de groep gericht. Tijdens de ontspanningsoefeningen werden er bewegingen rondom dicht bij zichzelf zijn, de verticale as en acceptatie ingebracht. Hier reageerden de kinderen heel sterk op.

Tijdens een relaxatieoefening maakten de kinderen de bewegingen uit zichzelf intenser. Toen we een beweging aanboden waarbij je jezelf knuffelt gingen de kinderen hun armen steviger en hoger om zichzelf heenslaan. Verder was er een rust bij de kinderen te zien en ademden ze hoorbaar diep in en uit.

Er werd gemerkt dat spelwerkvormen de spontaniteit bij de kinderen afremden. De nadruk kwam vaak te liggen op structuur, regels, corrigeren en afspraken maken. Daarom werd besloten geen spelwerkvormen meer aan te bieden tijdens het danstherapeutisch werken.

Het opstarten van het spel doktertje knoop verliep met moeite. Het duurde een lange tijd voordat de kinderen een kring konden vormen. Ze wisselden steeds van plaats en leken niet tevreden met naast wie ze stonden. Wanneer de dokter een stukje knoop had losgemaakt gingen de kinderen deze knoop opnieuw maken, ook na aansturingen van ons bleven ze dit herhalen. Enkele deelnemers trokken en duwden aan de groep, ze bleven dit steeds herhalen en luisterden niet naar ons.

Bij de studenten stonden, na het vormen van de diagnose, de thema's identiteit en contact maken met zichzelf centraal in de werkvormen. Zo werd er gewerkt aan het maken van een individuele frase. Om deze vorm te kunnen geven werden er verschillende werkvormen aangeboden waarin improvisatie en eigen bewegingen centraal stonden. Vanuit deze werkvormen konden de deelnemers steeds bewegingen of houdingen kiezen die een plaats kregen in de eigen dansfrase. Werkvormen die hiervoor werden gebruikt waren een stopdans, een geleide improvisatieoefening en een 'sound and movement' werkvorm.

Bij de stopdans bewegen of dansen de deelnemers vrij door de ruimte. Op het moment dat de muziek wordt stopgezet, bevriezen de deelnemers en blijven ze stilstaan in een standbeeld. Wanneer de muziek weer aanslaat dansen de deelnemers weer verder. Op welke manier dit gebeurde staat hieronder beschreven.

Edison ging op in het experimenteren. Hij ging sprongen maken, maakte bewegingen op de grond, gebruikte heel de ruimte en verschillende lagen. Hij had minder concentratie bij het stilstaan dan de anderen. Frank experimenteerde iets minder. Hij bleef vasthouden aan de wandelbeweging en zijn standbeelden waren vaak hetzelfde. Als de muziek stopte behield Frank zijn houding niet en ging hij een standbeeld bedenken. Olga deed veel bewegingen dicht bij haar eigen lichaam. Het leek alsof ze dicht bij zichzelf was.

Bij de geleide improvisatieoefening geeft de therapeut instructies. De deelnemers volgen de instructies op. De instructies zijn er op gericht het lichaam in beweging te brengen en op zoek te gaan naar eigen bewegingen. Hierbij wordt er een opbouw gemaakt van bewegen met isolaties naar een totaalbeweging. Hieronder wordt beschreven hoe er werd gereageerd op een improvisatieoefening.

Adan maakte tijdens de geleide improvisatieoefening indirecte bewegingen in de ruimte. Hij leek zich niet bewust te zijn van de bewegingen die hij maakte en keek vaak naar ons. Hij is het nog niet gewend om op deze manier met zijn lichaam om te gaan en dit verwoorde hij ook. Verder lijkt hij nog zoekende en kent hij zijn lichaam nog niet. Op sommige momenten danste hij met zijn ogen dicht. Op die momenten bewoog hij sierlijk en vloeiend. In zijn bewegingen, houding en woorden werd gemerkt dat hij zijn best probeerde te doen en verlangde naar vrij te kunnen improviseren.

Bij een 'sound and movement' werkvorm staan de deelnemers in een kring en voeren samen dezelfde herhaalbare beweging uit. Op een bepaald moment gaat één persoon naar het midden van de kring en voert hier zijn eigen bewegingen uit. Na verloop van tijd nodigt die een ander persoon uit om samen in de kring te dansen. Deze tweede persoon imiteert de bewegingen van de eerste persoon.

Vervolgens gaat de eerste persoon uit het midden van de kring en voert de gezamenlijke beweging uit. De tweede persoon blijft in het midden van de kring en gaat improviseren. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

Diego danste met zijn ogen dicht, zowel in de kring als in het midden van de kring. Hij leek dicht bij zichzelf en voerde zijn eigen bewegingen uit. Hij was hierin origineel en zat volledig in het ritme. De bewegingen die hij maakte leken geïntegreerd en beleefd in zijn lichaam.

Na het aanbieden van de bovenstaande werkvormen kregen de deelnemers tijd om hun eigen individuele frase vorm te geven. Hierbij konden de deelnemers vragen stellen of om hulp vragen. Er werden foto's en filmpjes gemaakt van dit proces. Dit met als doel hen te helpen bij het vormgevingsproces en hen aan het einde iets tastbaars te kunnen geven dat van hen zelf is.

De sessies werden steeds gestart met een actieve aerobische opwarming. Hierbij stonden de deelnemers in rijen achter ons. Zo was de concentratie meer op zichzelf gericht dan wanneer de opwarming in een kring plaatsvond. Er werden actieve bewegingen voorgedaan om het lichaam op te warmen.

Elmer spiegelde nauwkeurig onze bewegingen. Hij observeerde de bewegingen heel geconcentreerd en deed ze precies na. Zo bewoog hij steeds in de juiste richting, nam de richtingsveranderingen nauwgezet en op tijd over.

Om het proces bij een groep studenten af te sluiten werd er gewerkt aan een danskaart. Dit met als doel de individualiteit te stimuleren en te zoeken naar de eigen identiteit. Er werden verschillende werkvormen aangeboden. Na elke werkvorm kregen de deelnemers de tijd om een woord of tekening, die vanuit de werkvorm ontstond, op de danskaart te zetten. Zo werd vanuit de actieve opwarming het lichaamsdeel getekend of opgeschreven waarmee de deelnemer het liefste bewoog. Er werden twee karaktereigenschappen opgeschreven die kwamen vanuit de activiteit waarbij een beweging gemaakt werd bij het uitspreken van een eigenschap.

Bij de studenten werd er voornamelijk in groepen gewerkt. Doordat vaak andere studenten niet kwamen naar de sessies werd er af en toe individueel met één deelnemer gewerkt.

De werkvormen die met de ouderen werden uitgevoerd verliepen altijd volgens dezelfde structuur. Deze structuur ontstond in de eerste sessie en bleef aanhouden tot aan het einde van het verblijf. Zo startten de sessies steeds met het drinken van een kopje thee en het eten van een koekje terwijl er een gesprekje werd gevoerd. Vervolgens werd er een kring gevormd en werd er in beweging gegaan. Vaak werd er gestart op traditionele Peruaanse muziek. Hierbij werden de bewegingen van de deelnemers steeds gevolgd en gespiegeld. Dit gebeurde in tweetallen of in de kring. Na een tijdje werd er overgeschakeld op de muziek van Loreena McKennitt, waarbij de bewegingen voorgedaan werden en de deelnemers deze nadenken.

In het dansen in de kring op muziek van Loreena McKennitt maakte Pricillia niet veel oogcontact. Er werd wel ander contact aanvoeld, zoals fysiek contact met de handen wanneer die steeds boven elkaar werden gelegd. Of wanneer er zachtjes over elkaars handen geaaid werd. Daarnaast was er ook contact doordat er samen naar hetzelfde punt of naar elkaars beweging gekeken werd.

In het dansen in een kring werd er soms materiaal ingezet, zo werd er een sjaaltjesdans gedaan. *Tijdens de sjaaltjesdans waarbij het sjaaltje werd verstopt achter de rug, reageerden de ouderen met een lach. Tijdens de beweging waarbij het gezicht achter het sjaaltje werd verstopt en tevoorschijn kwam gingen de ogen van de deelnemers stralen. Er was intens oogcontact voelbaar. Ze leken hier ook moeilijk mee te kunnen stoppen.*

De sessie werd afgesloten met het aanbieden van rustige bewegingen waarbij het accent lag op ontspanning en acceptatie. Ook dit gebeurde in de kring op dezelfde muziek. Vaak werd er tot slot nog een kopje thee gedronken en gepraat over de ervaringen in de sessie.

Over het algemeen was het opvallend dat er veel verschillende werkvormen werden aangeboden. Ook nadat de diagnose gevormd was, bleef de grote diversiteit in werkvormen bestaan. Alle groepen stonden open voor het experimenteren met nieuwe bewegingen en nieuwe manieren van dansen. Dit maakte dat er werd geëxperimenteerd met spelwerkvormen (bijvoorbeeld: bal concentratiespel, vlaggenroof en teambal), werkvormen rondom integratie van dans en spel (bijvoorbeeld: stoelendans, stopdans en de nummersdans), dansante werkvormen en beeldende werkvormen.

Er werd gemerkt dat beeldende activiteiten opvallend goed aansloten. Het zorgde bij de deelnemers voor rust en concentratie. Zo werd er een masker gemaakt met de kinderen en maakten we een danskaart met de studenten.

Interventies

De interventies die werden gepleegd speelden vaak in op de psychische behoeften die er onder de Quechua's werden geobserveerd. Er waren interventies gericht op de veiligheid van de deelnemers, op hun sociale behoeften en op de behoefte om erkend te worden.

Het thema veiligheid leefde in elke groep op een andere manier.

Bij de ouderen bleef veiligheid gedurende het gehele proces belangrijk. De interventies waren echter niet specifiek gericht op de behoefte aan veiligheid. Andere methodische aspecten werden ingezet om deze veiligheid te waarborgen.

Bij de studenten werden er interventies gedaan die de deelnemers er toe brachten hun eigen veiligheid te waarborgen. Zo werd in de zevende sessie van elke deelnemer een filmpje gemaakt van een individuele frase die ze zelf in elkaar hadden gezet. In sessie acht kregen de deelnemers de kans om dit filmpje te bekijken. Hierbij werd gevraagd of de deelnemers alleen of samen met ons naar hun filmpje wilden kijken.

Bij de kinderen werden er enkel in het begin van het proces interventies gedaan die gericht waren op veiligheid. Op het moment dat de veiligheid aanwezig en voelbaar was ging hier, wat interventies betreft, minder aandacht naar toe. Er was een veilige basis aanwezig waar op verder gewerkt kon worden. Wel werd de ruimte zo ingedeeld dat de kinderen zich geen pijn konden doen. Zo werden bijvoorbeeld de stoelen, waarmee de ruimte vol stond, veilig aan de kant gezet.

Aan het begin van het therapeutische proces met de verschillende groepen waren de interventies die gericht waren op de sociale behoeften van de deelnemers talrijk. In de loop van de tijd werd de bewuste keuze gemaakt om de interventies die hierop gericht waren te verminderen. Dit omdat de aandacht verplaatst werd naar interventies gericht op andere behoeften.

De sociale interventies die gedaan werden waren gericht op het betrekken van ieder persoon bij het dansen. De bewegingen die werden aangeboden waren laagdrempelig, eenvoudig en herhaalbaar. Iedereen kon meedoen doordat de bewegingen, zodra geobserveerd werd dat iemand deze niet kon volgen, aangepast werden. Andere interventies hadden tot doel de deelnemers duidelijk te leren communiceren. Zo spraken we een deelnemer er op aan wanneer er onduidelijkheid bestond over of de sessie wel of niet door zou kunnen gaan. Verder werd er aan de deelnemers gevraagd of ze wel of niet zouden komen naar de sessie.

Contact maken was het doel van andere interventies. Bij de ouderen werd er gezocht naar oogcontact en bij de kinderen werd speelsheid en gekheid gestimuleerd in de contact name. Dit met het oog op het aanleren aan de kinderen hoe er op een positieve manier contact gemaakt kan worden, in plaats van elkaar te slaan of te duwen.

Tot slot was de groepscohesie een thema waar interventies op inspeelden. De saamhorigheid en het groepsgevoel werden gestimuleerd. Dit uitte zich bijvoorbeeld op deze manieren:

Om de kinderen bewust te maken in welke groep ze zaten riepen we: 'Wij zijn groep...'. De kinderen antwoordden door de kleur van hun groep te roepen.

Tijdens de nummerdans werden er verschillende soorten bewegingen ingebracht. Zo was er een beweging waarbij de handen van elkaar werden vastgepakt en er gezamenlijk naar het midden van de kring gelopen werd terwijl de stem betrokken werd. Andere bewegingen waren het geven van een knuffel en het dansen in tweetallen.

Vele interventies waren gericht op het geven van erkenning, dit vooral aan de kinderen en studenten. Andere interventies waren gericht op het individu, zo werden er complimenten gegeven aan het individu, werd er aan sommige deelnemers gevraagd om een spel uit te leggen en werden er korte persoonlijke gesprekjes met kinderen gevoerd.

Tijdens de opwarming in rijen, waarbij wij vooraan met het gezicht naar de groep stonden, wezen we elk kindje individueel aan. Er was oogcontact tussen ons en elk kindje en we knipoogden naar de kinderen.

In een werkvorm waarbij één deelnemer in het midden van de kring danste keken de omstanders niet naar de danser en moedigden ze deze niet aan. Hier speelden wij op in door de danser non-verbaal en verbaal aan te moedigen en hem te erkennen in zijn dans. Dit gebeurde door te klappen, te zeggen dat hij het goed deed, aanmoedigende stemgeluiden te maken, mee te zingen, rond te stappen in de kring en de rol van enthousiast publiek op zich te nemen.

Als de deelnemers tijdens de activiteiten spontane of eigen bewegingen maakten, werden deze opgepakt of mochten deze er gewoon zijn.

De behoefte aan erkenning van de Quechua kon onder andere vervuld worden door de interventies te richten op het leren erkennen van zichzelf. Deze zelferkenning kon onder andere bereikt worden door te werken rondom acceptatie van zichzelf. In de ontspanningwerkvormen die werden aangeboden

werden bewegingen ingebracht rondom zorgen voor zichzelf, acceptatie en dicht bij zichzelf zijn. Bijvoorbeeld het aanraken van het eigen lichaam, het aaien over de eigen wangen, het masseren van de nek of het omhelzen en knuffelen van zichzelf. Dit leek de Quechua's te helpen om de behoefte aan erkenning te vervullen.

Deze interventies leverden ook een bijdrage aan de diagnose van het weinig contact hebben met het eigen lichaam. Ook de volgende interventies spelen in op deze diagnose van het weinig contact hebben met het eigen lichaam. Deze interventies bevorderden en ontwikkelden de individualiteit en de identiteit van de deelnemers. Zo werd het initiatief van de deelnemers gestimuleerd door bijvoorbeeld aan de kinderen te vragen een eigen beweging in te brengen bij de nummerdans. Ook werd er fantasie en symboliek ingezet bij deze kinderen. Door fantasie en symboliek in de beweging te betrekken wordt het kind aangesproken op een aspect van het kind zijn. De fantasie ontwikkelt zich vanaf het tweede levensjaar (Feldman, 2005, p. 211). Dit wordt bijvoorbeeld zichtbaar in het spelen van fantasiespelletjes of in het hebben van fantasievriendjes. Het is opvallend dat kinderen veel profijt hebben van deze vorm van vriendschap. Vergeleken met leeftijdgenootjes zonder fantasievriendjes zijn zij minder agressief, coöperatiever, geconcentreerder en opgewekter. Uit onderzoek bleek ook dat zij zich minder vaak vervelen, dat hun taalgebruik beter is ontwikkeld en ze minder televisie kijken (Kohnstamm 2009 p. 283). Fantasie dient dus als hulpmiddel in de verdere ontwikkeling van het kind. De Russische ontwikkelingspsycholoog Lev Vygotsky meende dat fantasiespel, vooral als dat ook sociaal van aard is, een belangrijke manier is om de cognitieve vaardigheden van peuters en kleuters te verbeteren. Via fantasiespel kunnen kinderen activiteiten 'oefenen' die onderdeel zijn van hun specifieke cultuur en hun inzicht vergroten in de manier waarop de wereld functioneert (Feldman, 2005, pp. 308-309). Ook deze bewering bevestigt dat fantasie dient als hulpmiddel voor de verdere ontwikkeling van het kind. Kohnstamm (2009 p. 286) schrijft dat fantasie vrij maakt. Doordat we bewegingen in therapiesessies in brachten rondom fantasie, zoals het eten van een koekje of een instrument bespelen, werd het kind vrijer. Hiermee werd ook het vrije kind meer gestimuleerd. Er werden momenten ingelast waarbij de kinderen als een dier of als een prinses, vrij of ongecontroleerd mochten bewegen door de ruimte. Symboliek groeit in het preoperationele stadium, waarin de intellectuele ontwikkeling van het kind plaats vindt. In deze fase groeit het gebruik van symbolisch denken, ontstaat het vermogen om te redeneren en neemt het gebruik van begrippen toe. Volgens Piaget is één van de belangrijkste aspecten van dit denken het symboolgebruik. In dit stadium kunnen peuters en kleuters bijvoorbeeld een mentaal symbool voor een auto gebruiken en begrijpen ze ook dat een speelgoedautootje representatief is voor een echte auto. Dankzij hun vermogen om symbolen te gebruiken hoeven kinderen geen directe ervaring te hebben met een echte auto om het doel en het gebruik ervan in grote lijnen te begrijpen (Feldman, 2005, p. 267). Het inzetten van symbolen maakt dat kinderen een ervaring kunnen opdoen zonder dat ze deze ervaring direct in het dagelijks leven hoeven te ervaren. Deze ervaring helpt hen in de verdere ontwikkeling.

Het gebruik van fantasie en symboliek bij de ouderen had een andere functie. Er werd gemerkt dat er op deze manier makkelijk aangesloten kon worden bij de ouderen. Het symbolisch wassen van de handen was zowel voor ons als voor hen een bekende beweging. Er werd gemerkt dat de ouderen sterk ingingen op het gebruik van symbolische bewegingen en fantasiebeelden. Ze benoemden dat ze dit 'mooi' vonden.

Het contact maken met het eigen lichaam werd bij de studenten bevorderd. Er werden veel bewegingen in de verticale as ingebracht, tijdens het dansen in een Chace kring, zoals het draaien rond je as met de handen in de lucht. Ook werden er vele bewegingen met de voeten gemaakt zoals stampen en op de tenen lopen.

Het maken van keuzes werd steeds meer en meer overgelaten aan de deelnemers om de individualiteit te bevorderen. Tijdens het werken aan een groepschoreografie mochten de deelnemers kiezen welke bewegingen er in de frase moesten, welke muziek er bij de frase hoorde, de positie in de ruimte, de volgorde van de bewegingen, de telling in de bewegingen en de begin- en eindpose. Verbaal werden de deelnemers regelmatig aangemoedigd de concentratie naar zichzelf te brengen. Dit uitte zich bijvoorbeeld in het volgende voorbeeld:

In een improvisatieoefening benoemden wij dat de deelnemers zich op zichzelf moesten concentreren. Toen deze woorden niet aansloegen zeiden we dat ze voor hun, naar de grond moesten kijken. Ook benoemden we verschillende keren dat de ogen gesloten mochten worden, dat dit kon helpen om je meer te concentreren op jezelf.

De individualiteit werd verder nog gestimuleerd door samen te zoeken naar eigen bewegingen, de deelnemers alleen in de kring te laten dansen en hun te leren luisteren naar hun eigen ademhaling. Hiernaast werden er ook bewegingen ingebracht die typisch voor een jongen of meisje waren.

Hiermee werd ook de identiteit die met het geslacht gepaard gaat bevestigd. Het samen zoeken naar eigen bewegingen was te zien in het volgende voorbeeld:

Op het moment dat er met Elmer aan een individuele frase werd gewerkt, waren de interventies erop gericht deze frase tot zijn eigen frase te maken. We vroegen wat zijn lievelingsliedje was zodat daar de frase op uitgevoerd kon worden.

Tot slot werd er voorbeeldgedrag getoond naar de deelnemers toe door ook zelf de aandacht op ons zelf te richten en door minder contact te maken met de groep.

Bij de kinderen werden er een aantal interventies gedaan die niet bij andere groepen voorkwamen. Het was opvallend dat er bij de kinderen een veelheid aan diverse interventies werden gepleegd. Wij voelden ons zoekende in interventies die gericht waren op de omgang met de kinderen. Er werd gezocht naar gepaste interventies en er werden verschillende interventies uit geprobeerd om de deelnemers tot rust, stilte en orde te brengen. Zo werd er uitgetoond of het een kind hielp hem vooraan naast ons te zetten tijdens het dansen in rijen. Om de deelnemers tot rust te krijgen staken we onze handen in de lucht, wachtten we tot de deelnemers de beweging overnamen en zeiden niets meer. Over het algemeen kan gezegd worden dat het negatieve gedrag genegeerd werd tot aan een bepaalde grens waarbij onze normen en waarden overschreden werden. Op het moment dat kinderen elkaar pijn deden, elkaar zichtbaar uitsloten of vloekten werd er wel ingegrepen door de grens duidelijk te noemen en de kinderen te verplichten zich te verontschuldigen. Hiernaast werd het positieve gedrag steeds dubbel en dik bevestigd. Ook andere interventies hadden tot doel positiviteit te creëren. Zoals het aansturen op een positieve spelgeest, eerlijkheid, groepsgevoel en het stimuleren van positieve aanraking, zoals het arm in arm dansen in tweetallen. Concentratie en de opletendheid van de deelnemers was een ander doel van de interventies. *Tijdens het spel vlaggenroof moesten wij steeds een keuze maken welke deelnemer aan de beurt was, we riepen de nummers van de kinderen die de vlag mochten roven. We kozen er bewust voor om juist die kinderen te roepen die niet met het spel bezig waren, die aan het dromen of praten waren.* Er werd geïntervenieerd op de korte concentratieboog door de duur van de activiteiten korter te maken en in het zaaltje te dansen in plaats van buiten. Bovendien werden er werkvormen aan geboden in rijen in plaats van in de kring en werd de groep opgesplitst in twee of drie kleinere groepen.

De laatste sessies werd er meer verbaal geïntervenieerd. De deelnemers werden aangesproken op hun verantwoordelijkheid en volwassenheid. Aan de tieners werd bijvoorbeeld gevraagd een voorbeeld te zijn voor de jongere kinderen. Hoe er werd aangesproken op de volwassenheid en verantwoordelijkheid wordt hieronder beschreven:

Gladiz is een meisje van 12 jaar met veel kwaliteiten. Toch weigerde ze deze kwaliteiten in te zetten in de activiteiten en deel te nemen. Vaak ging ze aan de kant zitten en klaagde ze over pijntjes. Wij reageerden hier duidelijk op: 'Gladiz, we weten dat je dit kunt, je doet nu mee en als er iets is moet je dat duidelijk aangeven.'

Het uitbreiden van het bewegingsrepertoire is een interventie die gebruikt werd om vele verschillende doelen te bereiken en in te spelen op al de aspecten van de diagnose. Zo werden bestaande bewegingen vaak verkleind, versterkt en vergroot. Hierdoor konden de deelnemers bewuster van hun eigen lichaam worden en op die manier ook beter contact maken met het eigen lichaam.

Het bewegingsrepertoire werd verder ook uitgebreid door gebruik te maken van gevarieerde muziek en te interveniëren op Laban niveau.

Wij brachten tijdens een geleide improvisatieoefening bewegingen in die gericht waren op een de afwisseling in beweging tussen free flow (vrij) en bound flow (gebonden), tussen dichtbij en veraf van het lichaam bewegen en tussen met één lichaamsdeel en het hele lichaam bewegen.

6.1.4 Methoden

In deze paragraaf worden elementen vanuit verschillende methoden vanuit de literatuur beschreven. Deze methoden hebben we gebruikt en ingezet in het werken met de Quechua's.

Marian Chace

Marian Chace verrichtte baanbrekend werk in de jaren '40 en '50 met betrekking tot het gebruik van dans - bewegingstherapie (Lewis, 1986). Zij begon haar werk in 1946 als danstherapeut in een psychiatrisch ziekenhuis te Chestnut Lodge, USA. De basis veronderstelling van Chace is dat communicatie een basale menselijke behoefte is. Dans is communicatie en bied daarmee direct een

antwoord op een van de basisbehoeften van de mens (Levy, 2005). Chace was sterk beïnvloed door de theorie van Sullivanian. Hij legt grote nadruk op het respecteren van de cliënt als een uniek individu, dat waardig is voor een empathische verstandshouding en in staat is voor echt interpersoonlijk contact (Levy, 2005).

Een aantal belangrijke aspecten van Chace hebben wij ook ingezet in het werken met de Quechua's. Drie classificaties van Chace hebben wij ingezet in de sessies namelijk 'symbolism', 'therapeutic movement relationship' en 'group rhythmic movement relationship'. 'Symbolism' beschrijft het proces van verbeelding, fantasie en herinnering door een combinatie van visualisatie en actie in dans (Levy, 2005). Chace gelooft er sterk in dat problemen door middel van symboliek doorgewerkt kunnen worden, zonder dat daar woorden aan gegeven moeten worden. De 'therapeutic movement relationship' in beweging is in de basis een proces van spiegelen en reflecteren, je neemt de non-verbale en symbolische communicatie van de cliënt over en helpt deze uit te breiden, te verruimen en te verduidelijken. In essentie biedt 'group rhythmic movement relationship' structuur waarin gedachten en gevoelens vorm krijgen, georganiseerd worden en vrijgegeven worden binnen de veilige grenzen van zowel de ritmische activiteit als de groepsstructuur (Levy, 2005).

Naast het inzetten van deze classificaties hebben we verschillende interventies, elementen en technieken ingezet vanuit de methode van Chace (Levy, 2005). Een techniek die we hebben ingezet is spiegelen, dit wordt ook wel empathische reflectie genoemd. In essentie is dit eigen bewegingen spiegelen of reflecteren die worden waargenomen en ervaren in het lichaam van de cliënt. Ook de techniek uitbreiden, verduidelijken en verbreden van de beweging hebben we bij verschillende groepen ingezet.

Een basiselement, een basisformatie geïdentificeerd met de sessies van Chace was de kring. Deze kring geeft een gevoel van saamhorigheid en creëert gemeenschap in de groep. De muziek wordt gebruikt om ritmische groepsactiviteit te stimuleren (Berrol, 2006, pp. 309-310). Het staat een gelijke verdeling, visueel contact toe tussen de groepsleden en het gevoel van veiligheid in een helder gedefinieerde ruimte (Lewis, 1986). Deelnemers kunnen weg gaan en terug komen zonder dat daar de groep mee gestoord wordt. Ze kunnen naar het midden gaan dansen of in de kring, ze kunnen zich afzonderen of deelnemen aan het groepsgebeuren. De kring kan groeien en er kan gevarieerd worden in beweging met afstand en nabijheid. Leiderschap kan worden gewisseld tussen de deelnemers en ze zijn in de mogelijkheid om te kiezen wie ze willen volgen of naast wie ze wel of niet willen staan. De kring is dus een primaire structuur waarin verschillende aspecten ontwikkeld kunnen worden. Wanneer de kring een veilige plek is geworden, kunnen de deelnemers de variatie van andere formaties ook accepteren (Lewis, 1986, p. 27).

De kring sloot opvallend goed aan bij de Quechua bevolking, omdat de nadruk vooral kwam te liggen op het sociale aspect en de groep. Het biedt saamhorigheid en geeft een gemeenschapsgevoel. Deze twee thema's leven sterk bij de Quechua bevolking waardoor deze basisformatie aansloot.

In de eerste sessie met een groep studenten, gingen we de typische dansen van Peru gezamenlijk uitvoeren. We voerden wel tien verschillende Peruaanse dansen uit. In elke dans kwam de kring formatie terug. Deze kring leek de basis te zijn van de Peruaanse dansen en leek de deelnemers veiligheid en een gevoel van saamhorigheid te geven.

In deze kring kwamen in de sessies thema's als contact maken en stemgebruik naar boven. Dit kwam voornamelijk naar voren in de 'sound and movement' activiteit die werd aangeboden bij de studenten. Deze activiteit komt deels uit de dramatherapeutische methode van Developmental Transformation (DVT) van David Read Johnson. Zijn manier van werken heeft hij voor een deel gebaseerd op de methode van Marian Chace. Ook Chace werkte met haar cliënten met stem en woord gebruik (Levy, 2005, p. 26) in haar sessies. Het gebruik van stem en geluid in de sessie ondersteunt de beweging en acties (Lewis, 1986).

De kring heeft naast dat het goed aansloot in het onderzoek een nadelig aspect. Zoals in de diagnose al werd beschreven sloot de basisformatie, de kring, niet goed aan bij de doelstellingen waar erop ingespeeld werd na het vormen van de diagnose. Om deze reden werden nog wel de andere elementen van Chace toegepast maar niet meer in de kring, wel in rijen of in andere vormen en structuren. Er kon ook overgegaan worden op het werken in andere vormen omdat de kring een veilige plek was geworden, die ook weer losgelaten kon worden.

Evan Blanche

Evan Blanche begon haar carrière in dans als danser, choreograaf en performer. De laatste 30 jaar van haar leven was ze toegewijd aan de ontwikkeling van dans - bewegingstherapie. Evan's specialisatie gebied was creatief dansen met kinderen. Haar verlangen was kinderen te helpen hun verschillende gedachten en gevoelens door middel van dans te uiten, zelfs de gedachten en gevoelens die verboden zijn of doen schrikken. Evan gelooft dat kinderen kunnen uitdrukken in

beweging en metaforen, wat ze niet kunnen uiten in woorden. Evan Blanche vind creativiteit in dans veel belangrijker dan de technieken van dans die vaak in danslessen worden aangeboden. De danstechnieken forceren het kind, creativiteit stimuleert het kind (Levy, 2005).

De methode van Blanche hebben wij vooral ingezet in het werken met kinderen. Om de creativiteit meer te stimuleren hebben we gebruik gemaakt van fantasie. Dit aspect stimuleert de creativiteit van het kind net zoals vrijspel en tekenwerkvormen (Kohnstamm, 2009). In dit vrijspel is de cliënt in staat zijn zelf geschapen objectief- subjectieve werkelijkheid te veranderen. De bewegingen die de cliënt maakt zijn een vertolking van zijn persoonlijkheid. Door zijn creatieve expressie te veranderen, verandert hij zichzelf (Smeijsters, 2008).

De fantasie hebben wij ingezet in werkvormen, om te werken aan de doelstelling: 'het vrije kind stimuleren'. De methode van Evan vormde samen met fantasie een basis voor de sessies met de kinderen. De kinderen konden in de sessies zichzelf uitten ook al waren dat soms rare, gekke of vreemde bewegingen, het mocht er zijn. Het kind kon zichzelf zijn met zijn fantasie en creativiteit.

Aerobics

De vader van de aerobics is Dr. Kenneth H. Cooper, geboren in 1931. Hij werkte als dokter bij de luchtmacht van Amerika. Eén van de vereisten tijdens de militaire training was het hardlopen van 2,4 kilometer in 12 minuten. Hij ontwikkelde een actief programma zodat iedereen in het leger deze hardloopprestatie zou kunnen halen. In 1968 schreef hij het boek 'Aerobics' en startte daarmee een wereldwijde revolutie. Op basis van het boek 'Aerobics' schreef Jackie Sorenson, een voormalig danser, in 1986 de 'aerobic dance'. 'Aerobic dance' is een training gericht op hart en bloedvaten die uitgevoerd wordt op muziek en is ontwikkeld voor niet atletische mensen (Troost, 2006, p. 11). Een aantal aspecten uit de 'aerobic dance' werden ingezet in de sessies. We werkten in rijen, waarbij de deelnemers zich opstelden in rijen achter elkaar. Hierdoor kon de aandacht ook meer naar zichzelf gebracht worden. Wij stonden vooraan met onze rug naar de deelnemers gericht en deden de bewegingen voor. De deelnemers hoefden enkel de beweging van de therapeut na te doen. Het doel van deze activiteit was vaak het opwarmen van het lichaam en contact maken met het lichaam. Doordat de bewegingen gericht zijn op hart en bloedvaten, wordt de toevoer van zuurstof in het lichaam verhoogt. Hierdoor wordt het lichaam opgewarmd en ontstaat er contact met het lichaam. De deelnemers gingen hierdoor hun lichaam meer voelen. Binnen de methode 'aerobics' bestaan er verschillende methoden en systemen (Troost, 2006). Wij maakten gebruik van de 'freestyle' methode. Deze methode is ongestructureerd. Bij deze methode wordt een beweging aangeleerd die vervolgens niet meer terug komt (Troost, 2006). Bij 'aerobics' is het verder belangrijk oog te hebben voor het individu, zodat een deelnemer zich erkent voelt (Troost, 2006). Dit aspect in de methode sloot aan bij de doelstellingen die werden opgesteld vanuit de diagnostische fase, namelijk het geven van individuele erkenning.

6.1.5 Materialen

Het was opvallend dat de deelnemers sterk reageerden op de verschillende muzieksoorten die gebruikt werden. Hoe een cliënt reageert op een muzieksoort is veelal afhankelijk van de behoeften die hij heeft. Het is de taak van de therapeut om appels aan te bieden die aansluiten bij dergelijke behoeften (Smeijsters, 1991, p. 53).

Aan het begin van het therapeutisch proces werd er regelmatig gebruik gemaakt van Peruaanse muziek. Dit verminderde in de loop van het verblijf in Peru. Er werd steeds meer westerse muziek ingebracht. Als er Peruaanse muziek opstond werd er veiligheid en soepelheid geobserveerd in de bewegingen van de Quechua's. Deze muziek deed een sterk appel op de groepscohesie. Dit omdat er op bijna op elk Peruaans liedje een groepschoreografie en vaste danspassen bestonden. Vele deelnemers kenden deze danspassen. Het viel ook op dat het moeilijk voor hen was om de danspassen los van de muziek te zien, zo konden de deelnemers niet improviseren op de Peruaanse liedjes.

Er werd gebruik gemaakt van vele soorten Westerse muziek. Hieronder worden er een aantal voorbeelden gegeven van muziek die een sterk appel deden op de deelnemers.

De trance muziek van dj Tiësto werd op verschillende momenten en verschillende keren gebruikt om bijvoorbeeld toe te werken naar een climax in beweging en emotie. Deze muziek heeft een snel tempo, wat van belang is en effect heeft in de ervaring (Smeijsters, 2006) die de deelnemers opdoen. Dit was bijvoorbeeld te zien bij het loslaten of uiten van frustraties. Deze muziek leek ook, tegen onze verwachtingen in, een appel te doen op het sociale aspect. De deelnemers zochten elkaar op vanaf

het moment dat deze muziek te horen was. Op verschillende momenten werd er ook in tweetallen op deze muziek gedanst. De muziek versterkte dan vaak het contact en het maakte het de bewegingen van de deelnemers intenser.

Dit uitte zich bijvoorbeeld op deze manier:

Op het moment dat er samen met Elmer en Diego gedanst werd op de trance muziek ging de leiding na een tijdje vloeiend en spontaan in elkaar over, zonder hier verbaal over te praten en zonder een signaal hiervoor te geven. Diego had de neiging om te gaan springen. Hij leek op te gaan in het moment. Er ontstond een climax waarbij we gingen rondrennen in een cirkel. Vervolgens kwamen we tot een einde waarbij we in een kruisvorm stonden en de handen van elkaar vasthadden en schudden.

De fantasierijke, meditatieve muziek van Loreena McKennitt deed een sterk appèl op de Quechua's. Deze muziek zorgde voor rust, ontspanning en gaf een gevoel van vrede. Smeijsters (1991, p. 135) beschrijft ook dat wanneer je ontspanning wilt creëren, meditatieve muziek hiervoor geschikt is. De muziek bracht de concentratie naar zichzelf en er ontstond vaak stilte op het moment dat de muziek werd aangezet. De fantasie wordt gestimuleerd en de deelnemers vertelden dat er beelden in hun opkwamen van een landschap, een gebed of een andere wereld.

Pricillia benoemde dat ze het dansen op het liedje 'Marco Polo' van Loreena McKennitt heel speciaal vond. Het leek voor haar een gebed. Ze benoemde dat ze gedachten aan de kant kon zetten en dat ze een gevoel van vrede ervoer.

Sommige ouderen, die nog nooit westerse muziek hadden gehoord, reageerden met enige terughoudendheid op deze muziek.

De kindermuziek van K3 deed een sterk appèl op de kinderen in Ichuña en Arequipa. Er ontstond een vrolijke sfeer een positieve energie en spontane bewegingen op het moment dat de muziek werd aangezet. Huppel- en zwaaibewegingen kwamen vaak terug en werden enthousiast uitgevoerd op deze muziek.

In de laatste sessie in Ichuña met de kinderen zong Anna uit volle borst: 'Heyoh heyah mama niyehoh' mee met het liedje van K3, terwijl ze enthousiast door de ruimte huppelde.

Deze muziek sloot goed aan omdat er in deze muziek een duidelijk ritme zit. Het ritme in de muziek structureert de tijd en maakt dat deelnemers niet verdwalen in de muziek. De kinderen die woonden in de armoedige wijk 'Juan 23', in Arequipa reageerden sterk op deze muziek. Het bood hun structuur en hielp hen niet te verdwalen in de muziek en danspasjes.

Het liedje 't smidje' van Laïs, deed een sterk appèl op de groepscohesie en de plezierbeleving. Dat komt door de structuur van de melodie, die veel herhaling kent in de afwisseling tussen couplet en refrein. Dit roept herkenbaarheid op en doet een sociaal appèl op luisteraar van de muziek (Smeijsters, 2006, p. 123). Zo gingen de Quechua's spontaan in tweetallen dansen of richtten hun aandacht op de groep.

Wanneer we in Arequipa met de gezinnen dansten, werd er vaak gebruik gemaakt van het 't smidje' van Laïs. Wanneer de muziek aanging reageerden de deelnemers met een lach hierop. Aan het einde van de week vroegen de deelnemers allemaal om dit liedje op hun USB over te zetten.

In de bovenstaande voorbeelden staat beschreven hoe de Quechua's reageerden op de verschillende muzieksoorten. Zo heerste er bij de studenten een sterke sociale behoefte. Ze reageerden op de muziek van dj Tiësto, door elkaar op te zoeken in beweging en op elkaar te reageren in beweging. Ook de ouderen hadden een duidelijke behoefte, namelijk de behoefte aan rust en ontspanning. In de muziek van Loreena McKennitt konden ze deze rust en ontspanning vinden.

De appèlwaarde (de waarde die de deelnemers aan het appèl gaven) werd dus heel sterk gekleurd door de behoeften van de deelnemers. Wij hebben op deze behoeften ingespeeld door intuïtief en gevoelsmatig muzieksoorten uit te kiezen, die uiteindelijk een sterk en positief appèl deed op de deelnemers.

Naast muziek werden er ook nog andere materialen gebruikt zoals sjaltjes, stoelen en jongleerballetjes. Het dansen met de sjaltjes gaf een gevoel van tederheid en zachtheid. Dit materiaal leek meer contact en verbondenheid te geven met de deelnemers. Het gebruik van de stoelen werd ingezet omdat de ouderen heel slecht te been waren en een stok nodig hadden om rechtop te kunnen staan. De stoelen zorgden ervoor dat er verder gedanst kon worden op het moment dat ouderen moe werden. De jongleerballetjes werden bij kinderen en studenten gebruikt om allerlei spellen te spelen. Als de kinderen deze balletjes zagen, werd hun aandacht getrokken en wilden ze hier mee spelen.

6.1.6 Onderzoeksrol

De rol van de onderzoeker in de ontwikkelfase bestond vooral uit het verder opbouwen van de therapeutische relatie met de deelnemende Quechua's en uit het verdiepen en verbreden van de therapeutische houding.

Therapeutische relatie

De therapeutische relatie met de kinderen kenmerkte zich door speelsheid en gelijkwaardigheid. De speelsheid was te zien in het feit dat er samen gespeeld werd en samen plezier werd gemaakt. De gelijkwaardigheid kwam naar boven in het spontane contact buiten de sessies. Hierin gaven de kinderen ons knuffels, liepen een eindje met ons mee naar de winkeltjes en vroegen hoe het met ons ging of wat we gingen doen. Ondanks dat de groep groot was werd er toch veel aandacht besteed aan het individueel contact met ieder kind.

Zo werd er bewust in rijen gedanst terwijl wij voor de groep stonden. Hierbij keken we de kinderen aan en gaven we in dit (oog)contact non-verbaal individuele aandacht.

De relatie met de studenten kende een duidelijke evolutie. Waar er in het begin sterk geparticipeerd en meegedanst werd, ontstond er meer afstand naar het einde van het proces toe. Dit met het oog op het vergroten van de individualiteit van de deelnemers. Dit zorgde voor een afstand in de relatie en maakte dat er op een volwassen manier met elkaar omgegaan werd.

Kort en intens zijn twee woorden die de therapeutische relatie met de ouders kenmerkten. De ouders kwamen vaak slechts één keer de sessie bezoeken. Van een relatieopbouw kan dus moeilijk gesproken worden. In deze ene sessie werd dit korte contact toch heel intens, puur en verbonden aanvoeld.

Therapeutische houding

De Rogeriaanse therapeutische principes, die de therapeutische houding vanaf het begin kenmerkte, bleven voor een groot deel bewaard maar kenden toch ook enkele veranderingen.

De openheid ten opzichte van de deelnemers komt in de latere fases van het therapeutische proces op dezelfde manier tot uiting als al eerder beschreven (5.2.2). De flexibiliteit, als kenmerk van de openheid, kreeg in de latere fases meer vorm. Mede doordat de omstandigheden vaak onverwachte wendingen kregen.

Toen we de muziekinstallatie wilden installeren vlak voor de sessie, ontdekten we dat de therapieruimte bezet was. Actief zochten we naar een oplossing en vroegen om stroom bij de burens. Zo kon de installatie buiten geïnstalleerd worden en kon er tussen de kippen en schapen van de burens gedanst worden. Helaas viel na een uur de stroom uit en kon er geen muziek meer afgespeeld worden. Wij reageerden hier flexibel op door al zingend de muziekinstallatie te vervangen.

De onvoorwaardelijke acceptatie, die de houding in het begin van het therapeutisch proces kenmerkte, werd later vervangen door een zoeken naar een evenwicht tussen acceptatie en verandering, een kenmerk uit de dialectische gedragstherapie (DGT). Marsha Linehan heeft deze behandelmethode ontwikkeld ten behoeve van de behandeling van chronische suicidale borderline cliënten. Deze therapie is een behandelmethode, die uitgewerkt is in een volledig gestructureerd en geprotocolleerd behandelprogramma dat bij de ernst van de stoornis van de individuele cliënt aansluit (Linehan, 2002). Bondig gezegd hebben wij het kenmerk van DGT, een evenwicht vinden tussen acceptatie en verandering, op een duidelijke en gerichte manier toegepast met als doel de capaciteiten en tekorten van de deelnemers in evenwicht te houden. Daarnaast hebben we op een flexibele wijze acceptatie en voedende strategieën weten te verbinden met strategieën die verandering beogen. Linehan (2002, pp. 113-117) benadrukt dat het essentieel is dat het oneindig geduld van de therapeut geïntegreerd dient te worden met de boodschap naar de cliënt dat verandering belangrijk is.

Om deze drie aspecten te kunnen toepassen zijn er een aantal kenmerken voor de therapeut noodzakelijk in de therapie. Deze kenmerken worden in bijlage negen geïllustreerd. Elk kenmerk bevindt zich op een dimentiële lijn, elke lijn of dimensie kent twee kenmerken.

In het begin van het proces stonden we als therapeut onderaan bij de dimensie 'gericht op acceptatie'. Dit hield in dat we radicaal accepteerden. Dit betekent geen acceptatie om zodoende verandering teweeg te brengen, anders zou het een veranderingsstrategie zijn. Het is eerder de bereidheid van de therapeut om de wijsheid en goedheid van het huidige moment en van de deelnemers te vinden. Het

is de bereidheid om de ervaring helemaal aan te gaan zonder oordeel, verwijt of manipulatie (Linehan, 2002, pp. 113-117).

Het therapeutisch handelen is zich langzaam aan gaan verplaatsen naar het midden, naar het centrum van elke dimensie, daar waar het woord 'therapeut' staat. Door meer een evenwicht te zoeken tussen acceptatie en verandering stimuleerden we verandering en verbetering van de ongewenste aspecten van de deelnemer zelf en de situatie.

Linehan (2002, pp. 113-117) beschrijft dat in dit evenwicht de relatie belangrijk is. Veel van het te veranderen gedrag van de deelnemer wordt bereikt door de relatie. De houding van de therapeut is in die relatie belangrijk. Zonder een houding van gelijktijdige en betekenisvolle mate van warmte en acceptatie zal de therapeut door de cliënt eerder worden ervaren als vijandig en eisend dan als zorgzaam en behulpzaam (Linehan, 2002, pp.113-117).

De andere vier kenmerken zijn reflecties van deze centrale dimensie van evenwicht tussen acceptatie en verandering. Het kenmerk 'volhardende en geconcentreerde aandacht' vormt de kwaliteit van het geloven in jezelf, in de therapie en in de cliënt. 'Milde flexibiliteit' verwijst naar het hiermee contrasterend vermogen van de therapeut om relevante informatie over de toestand van de cliënt in zich op te nemen en zijn of haar houding in overeenstemming hiermee te veranderen. Het kenmerk 'voeding' houdt in deze context het leren coachen, assisteren, versterken en helpen van de deelnemer in. 'Welwillend eisen' betekent dat de therapeut de bestaande capaciteiten van de cliënt erkent en het aanvullend gedrag en zelfcontrole bekrachtigt. Bovendien weigert de therapeut te zorgen voor de cliënt wanneer die dat zelf kan.

Het was belangrijk in ons proces gebruik te maken van zowel de harde als de zachte hand om verandering te bewerkstelligen. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

We lieten een aantal jongens aan de kant zitten als ze echt niet wilden meedoen maar stuurden er wel op aan dat deze jongens naar de activiteit keken in plaats van zich te bemoeien, de andere deelnemers uit te lachen of gekke bekken te trekken.

Toen de deelnemers niet stopten met de beeldende activiteit nadat we hadden gevraagd om te stoppen, accepteerden we dit maar begonnen toch met de opwarming. Ook al deed maar één deelnemer mee.

Een meisje deed niet mee met de activiteiten en zat aan de kant. Onze houding ten opzichte van haar kenmerkte zich door het feit dat we haar steeds opnieuw uitgenodigden deel te nemen aan de activiteit. Hierin kenden we wel een grens. Zo gingen we niet in op haar vraag naar negatieve aandacht. Op het moment dat ze niet in ging op de uitnodiging, gingen we gewoon verder met de activiteit met de andere deelnemers.

Bij de ouderen echter bleef de houding van onvoorwaardelijke acceptatie bestaan.

De echtheid die reeds hierboven in de diagnose werd beschreven werd behouden gedurende het volledige proces. In de laatste fasen van het proces werd deze echtheid nog vergroot doordat de situatie als erg vertrouwd en 'thuis' ging aanvoelen. We voelden ons steviger en veiliger waardoor we nog meer onszelf konden zijn in de sessies en in contact met de deelnemers.

Gedurende het gehele proces bleven we mee participeren in de sessies. Wel werd er steeds minder geparticipeerd, meer en meer afstand genomen en werd de leiding meer over gedragen aan de deelnemers. Zo werd er ingegaan op de voorstellen van de deelnemers, werkten de deelnemers alleen aan hun individuele frase en namen wij afstand door aan de kant te zitten.

Positiviteit was een ander kenmerk van de houding. De deelnemers werden aangemoedigd en bevestigd in beweging en met positieve woorden en complimenten.

Op het moment dat wij samen met de studenten naar het filmpje keken van hun individuele frase benadrukten we het goede in de individuele choreografie in plaats van te benoemen wat minder mooi was.

Op het moment dat deelnemers eigen bewegingen lieten zien, lieten wij verbaal en non-verbaal merken dat dit goed was. Dit door mee te gaan in de flow van de beweging en door complimenten te geven.

Hoofdstuk 7 Evaluatie

In de actiefase van het onderzoek werd de gewenste situatie gerealiseerd. Het gemaakte werkplan werd uitgevoerd. Tussentijds werd de voortgang gevolgd, werd op moeilijkheden geanticipeerd, de voortgang geëvalueerd en zo nodig werd het plan en de uitvoering bijgestuurd. De aan elkaar gekoppelde activiteiten in deze fase omvatten het handelen of de acties, het volgen of monitoren van de voortgang van de acties, het reflecteren op de acties en het evalueren van het handelen.

In dit hoofdstuk worden deze acties geëvalueerd. Evalueren is impliciet of expliciet als positief of negatief beoordelen van het handelen aan de hand van normen (Migchelbrink, 2007, p. 191). Dit onderzoek werd geëvalueerd via de dagelijkse reflecties en de data-analyses die daaruit voortkwamen. Deze data-analyses werden nagelezen. De passages die in het teken stonden van de effecten die ontstonden vanuit de toepassing van het werkplan werden geselecteerd en eruit gehaald. Over deze passages werd gereflecteerd en nagedacht. Dit was de basis voor de evaluatie van dit onderzoek en had tot doel feedback te geven op het werkplan.

Er werd geen gebruik gemaakt van ervaringsgericht zelfonderzoek, waarbij in gesprek wordt gegaan met de probleemhebbers. Dans - bewegingstherapie is een non-verbale therapie waarbij het gesproken woord geen grote rol speelt. Het was niet nodig dat de deelnemers zelf hun problemen evalueerden en verbaliseerden. De ervaringen en veranderingen waren te zien in het lichaam en werden geobserveerd.

In dit onderzoek werd gekozen voor procesevaluatie. We volgden, beschreven en beoordeelden de verschillende onderdelen en stappen van het handelen.

Migchelbrink (2007, p. 250) beschrijft vier varianten van procesevaluatie. De variant die bij de evaluatie van dit onderzoek werd toegepast was programmareview. Door de programmareview op dit onderzoek toe te passen werd er meer inzicht verkregen in de mogelijkheden en beperkingen van dans - bewegingstherapie met de Quechua bevolking.

Tijdens het evalueren van het werkplan kwamen de voordelen van het schrijven van een duoscriptie duidelijk naar boven. Doordat de evaluatie met twee personen werd geschreven, werd deze voortdurend kritisch getoetst. De evaluatie won aan diepgang doordat we elkaar voortdurend aanscherpten. De evaluatie werd nog scherper door deze te toetsen aan de mening en deskundigheid van Jef Van Den Ouweland.

Hieronder worden de mogelijkheden en beperkingen van dans - bewegingstherapie bij de ondersteuning van de psychische behoeften in Peru bij de Quechua bevolking beschreven aan de hand van positieve en negatieve effecten op het handelen vanuit het werkplan. Eerst wordt er ingegaan op de effecten met betrekking tot de drie behoeften. Vervolgens worden de effecten beschreven rondom het thema individualiteit en contact met het eigen lichaam. Tot slot worden de overige effecten, die niet onder deze thema's geklasseerd konden worden, geschetst.

Nog één belangrijk aspect is dat het opmerkelijk was dat de kinderen sterk ingingen op de interventies die werden ingezet. Op het moment dat de interventies gericht werden op het creëren van veiligheid in de groep werd al heel snel een gevoel van veiligheid geobserveerd bij de kinderen. Niet alleen op de interventies reageerden de kinderen heel sterk, ook het gehele therapeutisch handelen had een snel effect op de kinderen.

7.1 Effecten met betrekking tot de psychische behoeften

Effecten op gebied van veiligheid

Op de behoefte aan veiligheid van de deelnemende Quechua's werd ingespeeld door de creatief therapeutische en danstherapeutische werkwijze, methoden, interventies en materiaal in te zetten, zoals in hoofdstuk zes beschreven werd. Bij alle groepen werd er in het begin gewerkt aan de veiligheid.

Kinderen

Onder de kinderen ontstond er al vrij snel een gevoel van veiligheid, dat te observeren was in het vrije kind dat naar boven kon komen in de sessies. De kinderen leken zich op hun gemak te voelen, zichzelf te zijn en zich thuis te voelen. Dit was te zien in hun spontane bewegingen en de impulsen die ze volgden. Doordat het vrije kind bij de deelnemers gestimuleerd werd, kon ook het bewegingsrepertoire uitgebreid worden. In het vrije bewegen ontstonden er veel nieuwe bewegingen bij de deelnemers die nog niet eerder geobserveerd werden.

Op sommige kinderen had het stimuleren van het vrije kind en het gebruik van fantasie in beweging een positief en verrijkend effect. De kinderen gingen vrijer bewegen, gingen meer gebruik maken van hun eigen lichaam en de ruimte en hadden hier plezier in. Ze voelden zich duidelijk veilig. Bij andere kinderen zorgde het stimuleren van het vrije kind en het gebruik van fantasie voor onrust en wanorde. Deze kinderen leken nog meer rust en orde nodig te hebben.

Studenten

Bij de studenten werd er intensief aan de slag gegaan met het thema veiligheid. Ze leken tijd nodig te hebben om zich in de therapiesessies veilig te voelen. De veiligheid die na enkele weken ontstond was te merken aan een aantal effecten. De onderstaande effecten werden geobserveerd in werkvormen of waren het resultaat van interventies.

De sessie waarbij we individueel werkten met Luzmila, leerden we haar een dansfrase aan. Deze dansfrase werd verschillende keren herhaald en later uitgevoerd met verschillende emoties. Gedurende de hele werkvorm liet Luzmila non-verbaal zien dat ze zich veilig voelde. Ze ging bijvoorbeeld spontaan huppelen, maakte bewegingen groter, ging met haar armen zwaaien en klappen tijdens het uitvoeren van de frase met 'blij' als emotie. In de frase was er een beweging waarbij we met onze ruggen naar elkaar stonden en naar achteren leunden, waardoor onze ruggen elkaar raakten. Luzmila ging steeds meer gewicht geven naargelang we de frase herhaalden. Aan het einde van deze sessie boden we een ontspanningsoefening aan. In deze oefening leek Luzmila zich te ontspannen. Dit was te zien in een goede doorstroming in het lichaam tijdens een 'loslaatbeweging'. Haar armen zwierden natuurlijk heen en weer, er was een natuurlijke bounce in haar knieën waarneembaar en haar lichaam werd bij de beweging betrokken.

In een improvisatieoefening werden verschillende effecten op het gebied van veiligheid geobserveerd bij verschillende personen.

Het was opvallend hoe Diego in één en dezelfde sessie van een onveilige houding, waarbij hij onzeker was en veel contact maakte met andere deelnemers, evolueerde naar een veilige houding. Deze veiligheid kwam langzaam aan tijdens een improvisatieoefening tot stand. Hij kwam meer en meer in zijn lichaam en de bewegingen werden vloeiender. Bovendien leken blokkades weg te vallen en waren de bewegingen origineel. Verder waren de bewegingen meer geïntegreerd in het lichaam en in het ritme van de muziek. Tot slot ging hij veel experimenteren en durfde als enige in de lage laag te bewegen.

Elmer ging opeens experimenteren met bewegingen die nog niet eerder bij hem geobserveerd werden.

Het gevoel van veiligheid werd ook geobserveerd als reactie op verschillende interventies.

Zo werd er bij een deelnemer geobserveerd dat zijn bewegingen steeds duidelijker werden en zijn lichaam betrokken werd bij de beweging. Het leek alsof de beweging steeds intenser werd. Dit ontstond na de interventie waarbij er op aangestuurd werd de bewegingen te herhalen. Een andere deelnemer voelde zich veilig genoeg om op de interventie van het sluiten van de ogen in te gaan, terwijl hij midden in de kring danste. Hierdoor kwam hij ook dicht bij zichzelf en ging hij eigen bewegingen maken. Een derde deelnemer durfde te vragen of hij op 'Billy Jean' van Michael Jackson mocht improviseren en of dit gefilmd mocht worden. De veiligheid was te zien in zijn durven vragen en durven improviseren.

Ouderen

Elke sessie kwamen er nieuwe deelnemers en stond kennismaking centraal. Hierdoor bleef veiligheid elke sessie opnieuw een centraal thema, waardoor het gevoel van veiligheid bij de deelnemers weinig waarneembaar of observeerbaar was. Eén deelnemer, Wilson, kwam verschillende keren naar de danssessies. Bij hem werd langzaam aan meer veiligheid zichtbaar.

De muziek die gebruikt werd had een invloed op het gevoel van veiligheid bij de deelnemers. Zo lokte de muziek van Loreena McKennitt verschillende reacties uit. Toen de muziek werd opgezet reageerden de ouderen terughoudend en waren er spanningen in het lichaam te zien. Later in de sessie lieten de ouderen nieuwe bewegingen zien en maakten ze contact met elkaar. Deze twee aspecten leken te wijzen op een gevoel van veiligheid die deze rustige muziek hen gaf.

Andere effecten

De therapeutische houding die in het werkplan werd beschreven riep ook een aantal effecten bij de deelnemers op waarin te zien was dat ze zich veilig voelden. De deelnemers namen de leiding in beweging, dansten langer alleen en maakten minder contact met andere deelnemers. Deze effecten werden ook teweeg gebracht doordat er in de therapeutische houding meer afstand werd genomen.

Wat betreft de veiligheid werden er een aantal effecten waargenomen die niet specifiek verbonden waren aan een bepaald aspect uit het werkplan. Deze effecten waren een gevolg van het inzetten van het gehele werkplan.

Zo voelde Adan zich in het begin onveilig, keek vaak naar ons en bewoog indirect. In zijn lichaam was te zien dat hij niet gewend was om op deze manier met zijn lichaam om te gaan. Later in de sessie leek er meer veiligheid te ontstaan waardoor hij durfde te verwoorden dat deze manier van bewegen nieuw voor hem was.

Hiernaast gingen de deelnemers meer en meer initiatief nemen. Zo vroeg een deelnemer om de muziek te veranderen op het moment dat hij alleen in de kring ging dansen. Een meisje die slechts twee keer naar de sessie gekomen is, nam veel initiatief tijdens het maken van een dansfrase. Ze bepaalde de beginpose, enkele bewegingen en vroeg op de man af om bewegingen meer te oefenen. Verschillende deelnemers gingen bewegingen, die in de kring aangeboden werden, omvormen. Ze maakten van deze bewegingen meer hun eigen beweging door bijvoorbeeld kleine details bij te voegen zoals een extra beweging met de knieën of de voeten.

Effecten op gebied van sociale behoeften

Enkele aspecten van het werkplan waren gericht op de sociale behoeften bij de deelnemende Quechua's. Het inzetten van het werkplan had een effect op deze sociale behoeften.

De doelstelling 'duidelijke communicatie bevorderen' werd steeds betrokken en in acht genomen. In eerste instantie werd er gemerkt dat de deelnemers hier niet op ingingen. De manier waarop ze communiceerden getuigde van weinig communicatieve vaardigheden. Zo communiceerden ze niet over hun aan- of afwezigheid in de sessies, ook al werden ze daar op aangestuurd. Ze communiceerden indirect en zonder oogcontact te maken. Ook het volgende voorbeeld getuigt van geringe communicatieve vaardigheden.

Het oefenen van de choreografie voor het verjaardagsfeest van de hogeschool, viel op hetzelfde uur als de therapiesessie. Dit wisten we al enkele dagen van te voren. Om deze reden vroegen we meerdere malen aan de deelnemers of de sessie wel of niet zou kunnen doorgaan. De deelnemers reageerden hier onduidelijk op door te zeggen dat de sessie zou kunnen doorgaan én het oefenen van de choreografie ook. Op het moment dat we Edison, een deelnemer van de groep, confronteerden met het feit dat dit niet klopte, dat dit onduidelijk was, reageerde hij door allerlei onrealistische oplossingen te bedenken en ongemakkelijk te lachen.

Na verloop van tijd waren er kleine veranderingen te zien bij de deelnemers met betrekking tot duidelijke communicatie. De meisjes van de meidengroep communiceerden dat ze in de toekomst niet meer naar de sessies konden komen wegens een verandering van hun lesrooster. Dit werd ervaren als een vooruitgang in hun manier van communiceren. Hiernaast gaf een deelnemer aan het begin van de sessie aan dat ze maar een uur kon blijven en vertelde Elmer dat hij niet goed kon meedansen omdat hij zich niet zo goed voelde.

De interventies die gericht waren op de groepscohesie en de saamhorigheid, werden positief opgepakt. Echter bleven de deelnemers hierin hangen. Zo bleven de kinderen continu hun groepsnaam roepen, gingen ze hier helemaal in op en konden ze er moeilijk mee stoppen. Dit ook na aansturing.

De interventies die gericht waren op contact maken met elkaar, hadden een gunstig effect op de deelnemers.

Met de ouderen werd een sjaaltjesdans gedaan. Hierbij werd in beweging het gezicht verstoep achter het sjaaltje. Wanneer het sjaaltje langzaam naar beneden bewoog en het gezicht te voorschijn kwam, gingen de ogen van de ouderen, in contact met ons, stralen.

Effecten op gebied van erkenning

Enkele aspecten van het werkplan waren gericht op de behoefte aan erkenning bij de deelnemende Quechua's. Het handelen vanuit het werkplan had een effect op de behoefte aan erkenning.

Door de doelstelling 'het vrije kind stimuleren' in acht te nemen, kregen de kinderen de ruimte om hun gekheid te uiten in dans. Hierdoor verminderde het negatieve gedrag, de vraag om aandacht en erkenning. Ze werden namelijk al erkend.

Het inzetten van ontspanningswerkvormen had het effect dat deelnemers zichzelf erkenning konden en leerden geven zoals in het volgende voorbeeld:

Met de vrouwen in de gevangenis deden we een ontspanningsoefening. Hierbij boden we in een kring om de beurt enkele bewegingen aan die de groep vrouwen nadeden. Op een bepaald moment deed één van ons bewegingen voor waarbij het eigen lichaam respectvol werd aangeraakt, dit met als doel de vrouwen aan te leren voor zichzelf te zorgen. De reactie van de vrouwen was gevoelsmatig en intens. De vrouwen leken emotioneel te worden en leken geraakt. Deze bewegingen leken veel op te roepen.

Het werken aan individuele frases had het effect dat de deelnemers zich meer erkend voelden. In deze frases kwamen eigen bewegingen, voorkeuren en de persoonlijkheid meer naar boven. Er kon dus rechtstreeks erkenning gegeven worden aan wie ze als persoon echt zijn.

Het werken met één persoon in een individuele sessie maakte dat er meer erkenning gegeven kon worden aan het individu.

Vele interventies hadden een effect op het gevoel van erkenning bij de deelnemers.

Nora is een meisje die vroeger door verbranding verminkt is geraakt aan haar gezicht en handen. Geen enkel kindje wilde tijdens het maken van een kring naast haar staan en haar hand vastpakken. Wij gingen naast haar staan en pakten haar handje vast. Nora leek zich erkent te voelen, want ze kneep in onze hand en wreef erover.

Tijdens de opwarming in rijen, waarbij wij vooraan met het gezicht naar de groep stonden, wezen we elk kindje individueel aan. Er was oogcontact tussen ons en elk kindje en we knipoogden naar de kinderen. De kinderen reageerden hierop met een glimlach, leken zich vereerd te voelen en toonden een grotere inzet.

In de nummerdans, waarbij een beweging aan een nummer gekoppeld werd, stimuleerden we het initiatief van de deelnemers. Zo vroegen we aan de kinderen om een nummer te zeggen of een beweging in te brengen. De kinderen reageerden hierop door steeds meer initiatief te gaan nemen. Ook werd er een trots bij de kinderen geobserveerd wanneer ze een beweging hadden ingebracht of een nummer hadden vernoemd.

Toen Daniza midden in de kring ging dansen, deed ze dit op salsa muziek. De deelnemers moedigden haar hierin aan, ze liepen rond in een kring en klaptten in de handen. Haar bewegingen waren op dat moment heel vloeiend en rond. Ze leken echt vanuit haar zelf te komen en haar ogen straalden.

Hierbij hadden we het gevoel dat er door de hele groep erkenning aan haar gegeven werd.

Leoncio lachte tijdens sessie drie andere kinderen uit en deed hen pijn. Ook trok hij de bewegingen van ons in het belachelijke en deed niet op een sportieve manier mee met de activiteiten. We spraken hem enkel aan als hij over de grens ging, maar benadrukten veelal wat hij wel goed deed. Door hem bijvoorbeeld een activiteit uit te laten leggen, ging hij positiever gedrag vertonen en leek hij zich erkend te voelen. In de zesde sessie vertoonde Leoncio voorbeeldgedrag en vroeg hij bijvoorbeeld aan de andere kinderen om stil te zijn als wij aan het woord waren.

Naast dat interventies een positief effect hadden op het gevoel van erkenning, had de therapeutische houding, zoals in het laatste voorbeeld, een goede uitwerking op de deelnemers.

7.2 Effecten met betrekking tot contact hebben met het eigen lichaam, individualiteit en identiteit

Het werkplan werd onder ander gericht op de diagnose van het weinig contact hebben met het eigen lichaam. Ook op dit vlak werden enkele effecten geobserveerd.

Door de doelstelling 'contact met het eigen lichaam bevorderen' ter harte te nemen werd de individualiteit van de deelnemers meer zichtbaar. Dit was te zien in het onderstaande voorbeeld.

Adan vroeg plots of de muziek veranderd mocht worden. Dit tijdens een 'sound and movement' activiteit, op het moment waarop hij alleen in de kring kwam te staan. Hij keek naar ons en zei klaar en duidelijk: 'Ik wil op salsa muziek dansen'.

Een ander voorbeeld van een groeiende individualiteit werd geobserveerd in het feit dat de deelnemers de bewegingen die aangeboden werden, transformeerden tot hun eigen bewegingen. De initiatiefname werd omvangrijker gedurende het proces door deze te stimuleren.

Een improvisatieoefening was een werkvorm die bijdroeg tot de individualiteit en het contact maken met het eigen lichaam. De deelnemers gingen op zoek naar hun eigen bewegingen en konden een nieuw gedeelte van henzelf laten zien.

Verschillende interventies werden ingezet met als doel het contact met het eigen lichaam en de individualiteit uit te breiden.

Toen de improvisatieoefening startte merkten we al snel dat de deelnemers geen contact maakten met hun eigen lichaam. Ze keken naar ons of naar elkaar en imiteerden de bewegingen. We intervenueerden verbaal door te zeggen dat ze zich op zichzelf moesten concentreren. Toen we dit een paar keer benoemd hadden en merkten dat deze interventie niet hielp vroegen we de deelnemers voor hen naar de grond te kijken. Vanaf dit moment begonnen ze contact te maken met zichzelf en kon de improvisatieoefening van start gaan.

Elmer maakte contact met zijn eigen lichaam tijdens het werken aan een eigen dansfrase. Dit op het moment dat we hem vroegen om op vaste momenten in zijn frase naar het denkbeeldige publiek te kijken. Hij leek hij zich meer bewust van zijn eigen bewegingen, lichaam, de ruimte en zichzelf.

Het stimuleren van het sluiten van de ogen bracht de deelnemers dicht bij zichzelf. Zo bewoog een deelnemer sierlijk en vloeiend op een karakteristieke manier.

Door dezelfde bewegingen meermaals te uit te voeren werden deze intenser en bewuster en kwamen de deelnemers dicht bij zichzelf.

Door werkvormen in te zetten rondom het thema emoties kregen de deelnemers de kans om hun eigen emoties vorm te geven en naar buiten te brengen. Ze kregen de kans om een deel van zichzelf te laten zien en hun identiteit te verruimen. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

De laatste keer dat we samen met Luzmila rondom emoties werkten observeerden we een kleine groei. Ze liet haar eigen emoties van dat moment zien en gaf er vorm aan in beweging. Ook wij voelden deze emoties aan en beleefden ze met haar mee.

In het improviseren op zijn lievelingsmuziek van Michael Jackson liet Elmer iets van zichzelf zien en kwam zijn identiteit naar boven. Er kon geproefd worden van zijn passie voor deze zanger en zijn danstalent.

Het effect van het danstherapeutisch handelen dat gericht was op het contact maken met het eigen lichaam was dat de deelnemers gingen verwoorden wat de sessie voor hen betekende, ze gingen reflecteren. Zo benoemde een vrouw dat ze het dansen heel speciaal vond. Het leek voor haar een soort gebed, vertelde ze. Ze kon haar gedachten aan de kant zetten en ervoer een gevoel van vrede. Ze gaf zelfs aan dat ze thuis, als ze problemen ervoer, zou gaan dansen om deze problemen van zich af te kunnen zetten. Andere vrouwen zeiden verschillende keren dat ze het dansen mooi vonden. Het leek hen wat op te leveren. Dit was te merken in een stralende of tevreden lach.

De studenten daarentegen bleven het moeilijk vinden om te reflecteren over de sessies en hun ervaringen hierin. Wij ervoeren de sessies verschillende keren aan als heel bijzonder en intensief. We hadden het gevoel dat de deelnemers vooruitgingen in hun persoonlijke groei. Als dit werd getoetst door middel van vragen werd er gemerkt dat de deelnemers op elke vraag 'ja' of 'goed' antwoorden. Na dit korte antwoord verlieten de deelnemers al vrij snel de sessie. Adan was de uitzondering die de regel bevestigde.

Vlak voor ons vertrek uit Ichuña hadden we een gesprek met hem waarin we spraken over de sessie die hij had bijgewoond, die op dat moment al bijna twee maanden voorbij was. Adan beschreef de sessie als erg speciaal. 'Ik verliet de sessie als een nieuw mens. Het leek alsof ik de andere kant van de wereld had gezien.' Verder gaf hij aan dat het sluiten van de ogen eerst erg moeilijk voor hem was, maar dat hij nadien, door het sluiten van de ogen, meer bij zichzelf kon komen. Op deze momenten kwamen fantasiebeelden naar boven en hielp het beeld van een uitgestrekte en rustige natuur hem om bewegingen te maken die vanuit zichzelf kwamen.

Het effect van het individueel werken met één deelnemer was dat de concentratie meer naar het individu ging. Daardoor kon er ook meer contact gemaakt worden met het eigen lichaam want er was minder afleiding en er waren minder prikkels van buitenaf. Hierdoor kon er intensiever aan de individualiteit gewerkt worden.

7.3 Overige effecten

De onderstaande effecten zijn niet duidelijk gekoppeld aan de drie behoeften of het weinig contact hebben met het eigen lichaam. Ze worden geordend onder thema's werkvormen, therapeutische technieken, interventies en therapeutische relatie die in het werkplan (6.1) ook terug kwamen.

Werkvormen

Er waren verschillende effecten zichtbaar in diverse werkvormen die aangeboden werden. In de diagnose werd beschreven dat er weinig of geen activiteiten georganiseerd worden in Ichuña of Arequipa. Het effect van georganiseerde groepsactiviteiten voor de kinderen was groot. Ze reageerden hier enthousiast op en nodigden hun vriendjes, vriendinnetjes, broertjes en zusjes uit om mee te komen naar de sessies. Hierdoor nam het aantal deelnemers elke week toe. Zo bezochten, aan het einde van het proces, ongeveer 30 kinderen de sessie. Hiernaast werd gemerkt dat de kinderen het niet gewend waren om deel te nemen aan een georganiseerde groepsactiviteit. Dit werd gemerkt in de reactie van de kinderen op waarschuwingen. Nadat er aan hen werd gevraagd om bepaald gedrag niet te herhalen bleven de kinderen dit met een grote lach op hun gezicht doen.

Het inzetten van dansante werkvormen had het effect dat de kinderen helemaal op gingen in het moment. De nadruk lag in vergelijking met spelwerkvormen minder op de structuur en meer op het therapeutische aspect. In deze momenten konden de kinderen het vrije kind zijn, mochten hun gekke bewegingen er zijn en mochten ze plezier maken. Op het moment dat er toch spontaan een balspel werd gespeeld, viel het op dat de kinderen uitgedaagd leken te worden om de grenzen af te tasten en de regels te overtreden.

Het gebruik van beeldende activiteiten sloot goed aan bij de Quechua's. Het creëerde rust en ontspanning. Dit uitte zich bijvoorbeeld als volgt:

De studenten besteedden opvallend veel tijd aan het maken van de danskaart. Ze gebruikten veel verschillende kleurtjes, hadden oog voor detail en konden moeilijk met de activiteit stoppen. Verder waren ze op zichzelf geconcentreerd en heerste er een stilte in de ruimte.

Therapeutische technieken

Het structureren had verschillende effecten. Door bijvoorbeeld in rijen te werken, in plaats van in een kring, waren de deelnemers minder afgeleid en meer geconcentreerd. De concentratieboog werd bij de kinderen vergroot door elke week in de vaste structuur te werken. Een ander effect van structureren was dat de kinderen elkaar minder pijn deden, minder contact zochten en actiever deel namen aan de activiteiten. Aan de andere kant had dit ook enkele nadelen. Zoals al bij het thema werkvormen beschreven werd, beperkte het de deelnemers in hun vrije bewegingen en spontaniteit. Het structureren hielp een student niet om zijn bewegingen, die indirect en niet herhaalbaar waren, duidelijk en helder te maken.

Interventies

De interventie 'een duidelijk doel in de werkvorm brengen' hielp de deelnemers de concentratie te verhogen.

Bij de studenten werd er een werkvorm ingezet waarbij er in tweetallen geëxperimenteerd werd met aanraking en het volgen van impulsen. De deelnemers konden zich niet concentreren op hun tweetal, zochten contact met andere tweetallen en begonnen met hen te grappen en te grollen. Op het moment dat we hen de opdracht gaven in het tweetal een dansfrase te maken rondom aanraking en het volgen van impulsen, werd het stil in de ruimte. Elk tweetal ging serieus en met volledige concentratie aan de slag om zich te storten op het maken van een frase.

Op het moment dat wij foto's gingen maken van de standbeelden, tijdens de stopdans, gingen de deelnemers zich meer concentreren op het maken van hun standbeelden.

Het positieve gedrag van de kinderen werd bevestigd en het negatieve gedrag werd genegeerd of begrensd op momenten dat het nodig was. De hiermee samenhangende interventies zorgden ervoor dat de deelnemers positiever gedrag lieten zien.

Een jongetje dat aangesproken werd op het feit dat hij een kindje op de grond had geduwd, ging zijn best doen om goed en enthousiast deel te nemen aan de werkvorm. Nadat hij hier een compliment voor kreeg fleurde hij zichtbaar op.

Therapeutische relatie

De therapeutische relatie werd geconcentreerd op het afstand nemen en op een volwassen omgang. Het effect van de studenten hierop was dat de deelnemers zich meer op zichzelf en op hun eigen bewegingen konden concentreren als er in tweetallen met ons werd gewerkt. Ze kwamen in deze samenwerking meer in hun lichaam, waren serieuzer en konden beter hun impulsen volgen in vergelijking met het werken met hun leeftijdsgenoten.

7.4 Kwaliteitscriteria

Binnen kwalitatief onderzoek spreekt men van 'trustworthiness' of kwaliteitscriteria die uiteenvallen in 'credibility', 'dependability', 'conformability', 'transferability' en 'authenticity' (Smeijsters, 2008, p. 385).

'Credibility'

'Credibility' verwijst naar het vertrouwen in de waarheid van de data en de interpretaties daarvan (Polit en Beck, 2008, p.539). De resultaten moeten voor de respondenten geloofwaardig zijn (Smeijsters, 2005, p. 48). De respondenten werden in dit onderzoek vertegenwoordigd door Jef Van Den Ouweland, die vertelde dat hij de analyse en interpretatie van de data herkende, net zoals hij de resultaten van het onderzoek bevestigde.

'Dependability'

De centrale vraag wat betreft 'dependability' is: 'Zouden dezelfde resultaten verkregen worden, in het geval dat het onderzoek in dezelfde situatie met dezelfde probleemhebbers herhaald wordt?'.

'Dependability' verwijst naar de stabiliteit van de data over tijd en omstandigheden heen (Polit en Beck, 2008, p. 539). De resultaten moeten dus zo compleet mogelijk zijn (Smeijsters, 2005, p. 48) en er mag geen belangrijke informatie ontbreken (Smeijsters, 2008, p. 385).

De resultaten van dit onderzoek voldoen aan deze kwaliteitscriteria omdat we het zelf aan de praktijk getoetst hebben en gezocht hebben naar een zo bruikbaar mogelijk werkplan voor de ondersteuning van de psychische behoeften van de probleemhebbers.

'Comformability'

'Confirmability' verwijst naar objectiviteit. De resultaten van het onderzoek mogen niet de motivaties en perspectieven van de onderzoeker vertegenwoordigen. De resultaten moeten de stem van de deelnemers en de omstandigheden van het onderzoek reflecteren en weergeven (Polit en Beck, 2008, p. 539). Buitenstaanders en externe beoordelaars moeten kunnen volgen hoe de resultaten tot stand zijn gekomen en moeten deze resultaten kunnen bevestigen (Smeijsters, 2008, p. 385; Smeijsters, 2005, p. 48).

De data-analyses, die de basis waren voor de resultaatbeschrijving van dit onderzoek, werden gebaseerd op de observaties vanuit de sessies. Bij het opschrijven van deze observaties werd er duidelijk een onderscheid gemaakt in feitelijke observaties en interpretaties of bedenkingen. De externe deskundige en danstherapeute, Claudia Crumbach, las elke data-analyse na en gaf feedback met als doel een data-analyse te creëren die objectief en duidelijk was. Zij bevestigde dat al de data-analyses, na verbetering, goed te volgen en objectief waren.

Hiernaast las de tweede externe deskundige en danstherapeut, Joris Bruneel, de beschrijving van het onderzoek en diens resultaten door. Ook hij gaf feedback met het oog op de objectiviteit van het onderzoek en de resultaten hiervan.

'Transferability'

'Transferability' verwijst in de essentie naar de generaliseerbaarheid, bruikbaarheid of benuttingswaarde van het onderzoek. Het is de verantwoordelijkheid van de onderzoekers om de resultaten zo te beschrijven en uit te werken dat de lezer de toepasbaarheid van het onderzoek kan evalueren in andere contexten (Polit en Beck, 2008, p.539; Maso en Smaling, 1998).

'Thick description' of diepgaande beschrijving is noodzakelijk om deze kwaliteitscriteria mogelijk te maken (Polit en Beck, 2008, p. 539; Maso en Smaling, 1998). 'Thick description' komt neer op het uitgebreid beschrijven van de data en de resultaten en de mogelijke betekenissen hiervan (Maso en Smaling, 1998). Zo werd er in dit onderzoek uitgebreid beschreven wat onze positie en rol was in de onderzoekssituatie van Ichuña en Arequipa. Ook werd er dieper ingegaan op de situaties, condities en sociale contexten van deze twee plaatsen. De gekozen methoden en technieken werden uitgelegd en moeilijke begrippen werden steeds verklaard. In dit onderzoek werden gemaakte keuzes en theoretische veronderstellingen steeds onderbouwd en beargumenteerd. Tot slot werden alle acties

die ondernomen werden om te komen tot de resultaten beschreven en nauwkeurig genoteerd in het werkschema. In bijlage tien is dit uitgebreide werkschema opgenomen.

‘Authenticity’

Guba & Lincoln (1989, in Maso en Smaling, 1998, p. 85) spreken over ‘authenticity’ wanneer het gaat over de participatieve waarde, de mate waarin alle participanten (onderzoekers, onderzochten, informanten, opdrachtgevers, belanghebbenden) in een onderzoek tot hun recht komen, bij het onderzoek betrokken worden. Het gaat erom dat de respondenten een eerlijke kans hebben gehad hun visie in te brengen (Smeijsters, 2005, p. 48; Smeijsters, 2008, p. 385). De objectieve en professionele houding van ons als onderzoekers zorgde ervoor dat we steeds open stonden voor de visie en ideeën van de probleemhebbers en deze ook betrokken in het onderzoek. Verder werd er veel tijd besteed aan het serieus bespreken van onze beide visies op het onderzoek. We onderhandelden gelijkwaardig en luisterden met respect naar elkaar zodat we allebei als medeonderzoekers erkend werden.

Polit en Beck (2008, p. 540) beschrijven ‘authenticity’ op een andere manier. Zij zeggen dat het verwijst naar de mate waarin het onderzoeksverslag het leven van de deelnemers op een gevoelige, eerlijke en betrouwbare manier overbrengt. In deze zin is dit onderzoek authentiek omdat er steeds voor ogen werd gehouden dat de lezer, na het lezen, beter in staat zou moeten zijn tot het begrijpen van het leven, de gevoelens, de ervaringen en het culturele systeem van de Quechua's.

7.5 Onderzoekstechnieken

De vijf hierboven beschreven kwaliteitscriteria werden gerealiseerd door gebruik te maken van de volgende onderzoekstechnieken.

‘Repeated analysis’

Dit is het voortdurend corrigeren van de analyse op basis van nieuwe data (Smeijsters, 2005, pp. 72-73). In de loop van dit onderzoeksproces werden er 37 sessies georganiseerd en beschreven. Nadat er reeds ongeveer tien sessies geweest waren werd er gestart met het analyseren van de data. Deze analyse werd aangevuld, verdiept en gecorrigeerd door de analyses vanuit de nieuwe sessies steeds op een zorgvuldige manier te betrekken.

‘Member checking’

Om de betrouwbaarheid en kwaliteit van dit onderzoek te waarborgen en te verhogen werd er gebruik gemaakt van de onderzoekstechniek ‘member checking’. Dit betekent dat de analyse van de data werd voorlegt aan respondenten met de vraag of zij zich in de analyse herkenden (Smeijsters, 2005, pp. 72-73). ‘Member checking’ kan gebeuren op verschillende momenten tijdens het proces van data verzameling en aan het einde van dit proces (Polit en Beck 2008, p. 545). Jef Van Den Ouweland, die de respondenten van dit onderzoek vertegenwoordigd, bevestigde tijdens en na het proces dat hij de Quechua's herkende in de analyse.

‘Peer debriefing’

Hierbij legt de onderzoeker zijn data-analyse voor aan onafhankelijke experts die een audit uitvoeren. Dit houdt in dat zij controleren of de dataverzameling en de data-analyse correct hebben plaatsgevonden en de conclusies voortkomen uit de analyse (Smeijsters, 2005, pp. 72-73). ‘Peer debriefing’ is een overleg met deskundigen waarin verschillende aspecten van het onderzoek bekeken en geëxploreerd worden (Polit en Beck 2008, p. 548). Naast dat Joris Bruneel de data-analyse na keek en hier feedback op gaf, las hij ook de gehele scriptie door en vertelde hij hier zijn mening en ideeën over. Zijn feedback werd overwogen en verwerkt in het verslag van het onderzoek.

Hoofdstuk 8

Discussie

8.1 Conclusies

8.1.1 Vraagstelling en doelstellingen

Met dit onderzoek willen we een antwoord geven op de vraag

Wat kan dans- bewegingstherapie betekenen voor de ondersteuning van de psychische behoeften van mensen met de Quechua-cultuur in Peru?

De resultaten laten zien dat wat het antwoord op deze vraag betreft er werd gemerkt dat dans - bewegingstherapie op verschillende manieren kan inspelen op de psychische behoeften van de Quechua's.

Vanuit de observaties, reflectie en analyse werd een werkplan gevormd. Zeker de samenvatting van dit werkplan in de bijlage kan een handleiding zijn voor het werken met deze doelgroep. Dit werkplan beschrijft een danstherapeutisch handelen dat in speelt op de behoefte aan veiligheid, de sociale behoeften en de behoefte aan erkenning. Ook is dit werkplan erop gericht contact te leren maken met het eigen lichaam en de identiteit en individualiteit hierdoor te ontwikkelen. De toepassing van dit werkplan in de praktijk had verschillende effecten. Er werd gemerkt dat dans - bewegingstherapie veiligheid bood aan de deelnemers van de sessies. Verder kon dans - bewegingstherapie een antwoord bieden op de sociale behoeften. Er werd gemerkt dat het danstherapeutisch werken met het sociale aspect de deelnemers verhinderde contact te maken met het eigen lichaam. Andere danstherapeutische handelwijzen hielpen om dit contact met het eigen lichaam te vergroten en de individualiteit en identiteit bij sommige deelnemers te ontwikkelen. Het aanbieden van danstherapeutische activiteiten bood ons de kans om de deelnemers veel individuele erkenning te geven. Verder leerden enkele deelnemers hoe ze elkaar meer erkenning konden geven.

Naast dat dans - bewegingstherapie een ondersteuning kon bieden aan de psychische behoeften, kon het ook ondersteuning geven op andere gebieden. Zo werd er door dans - bewegingstherapie rust en ontspanning gecreëerd bij de deelnemers.

Een doelstelling van dit onderzoek was het bieden van een handleiding over hoe je dans - bewegingstherapie kan introduceren in andere culturen die overeenkomsten hebben met die van de Quechua-cultuur. Het was de bedoeling informatie te geven over danstherapeutische behandelwijzen in deze context. In het werkplan werden verschillende hulpmiddelen beschreven en werd er informatie gegeven over welke danstherapeutische behandelwijzen wij hebben ingezet. Deze behandelwijzen kunnen naar onze mening danstherapeuten een beter beeld geven over hoe dans - bewegingstherapie ingezet kan worden in een ontwikkelingsland. Wij hadden van te voren geen idee over wat ons te wachten stond. Dit onderzoek geeft anderen een idee van hoe dit zou kunnen zijn, wat er allemaal op je af kan komen en hoe je hier met behulp van dans - bewegingstherapie op kan reageren.

De tweede doelstelling beoogde studenten of werkzame danstherapeuten een aanzet te geven en warm te maken om hun vak uit te oefenen in een ontwikkelingsland. Of deze doelstelling bereikt is kunnen we niet met zekerheid zeggen. Wel probeerden we ons enthousiasme dat we dagelijks in Peru beleefden in deze scriptie te leggen zodat de lezer mee kan proeven van al het goeds dat een dergelijke buitenlandse ervaring ons heeft geboden, op vlak van danstherapeutische vaardigheden en persoonlijke ontwikkeling.

Een andere doelstelling van dit onderzoek was het eigen werkmodel en het eigen handelen te verdiepen en te verbeteren. Later in dit hoofdstuk (8.6) wordt beschreven hoe deze doelstelling vorm kreeg binnen dit onderzoek.

8.1.2 Interpretatie en verklaring

Samenhang

Gedurende het gehele onderzoek voelden we op verschillende momenten duidelijk aan dat er een sterke samenhang was tussen de drie psychische behoeften onderling en tussen deze behoeften en het probleem van weinig contact maken met het eigen lichaam, individualiteit en identiteit.

Aan het begin leek er weinig veiligheid in de groepen te heersen, leek er een sterke sociale behoefte te zijn en leken de Quechua's moeilijk zichzelf te kunnen zijn. Danstherapeutische werkvormen waarbij het sociale aspect naar boven kwam sloten goed aan. Het leek alsof het gevoel van veiligheid

hierdoor geleidelijk aan kon groeien. Dit kon ook groeien doordat we als therapeuten toch erkenning gaven aan de deelnemers ook al waren ze niet zichzelf. Op een bepaald moment was deze veiligheid groot genoeg, kon het sociale aspect losgelaten worden en vielen de maskers van de deelnemers geleidelijk aan af. Met behulp van ons therapeutisch handelen gingen de deelnemers meer eigen bewegingen uitvoeren, maakten ze meer contact met het eigen lichaam en konden ze meer zichzelf zijn. Hierin konden wij erkenning geven aan wie de deelnemers écht waren. Het leek alsof de deelnemers zich ook écht erkend voelden. Vanaf dit moment kon de individualiteit en identiteit verder ontwikkeld worden.

Cultuur

Tijdens het proces van diagnosevorming twijfelden we vaak of een bepaalde observatie nu echt een probleem was van de Quechua's of eerder te maken had met iets wat eigen was aan de cultuur van de deelnemers. Ook op andere momenten tijdens het gehele onderzoeksproces werd er gemerkt dat het werken met een andere cultuur soms moeilijk of makkelijk kon zijn. We ervoeren vaak de verschillen tussen onze cultuur en de Quechua-cultuur. We vonden het moeilijk dat de deelnemers niet duidelijk communiceerden of erg gesloten waren. Het duurde een tijdje voordat we ons in de cultuur konden inleven en onderdompelen waardoor we deze dingen later meer gingen begrijpen en een plaats konden geven.

Op andere momenten ervoeren we juist heel weinig cultuurverschillen. In een sessie met de ouderen hadden we duidelijk het gevoel heel dicht bij hen te zijn, ook al zijn zij oud en wij jong en hebben zij een totaal verschillende en veel langere levensloop dan wij gehad. Op de momenten dat we samen met de ouderen dansten voelde het alsof alle barrières (taal, cultuur, achtergrond, afkomst) totaal wegvielen.

Door literatuur te lezen kwamen we erachter dat deze dualiteit (ervaren van grote cultuur verschillen – cultuur barrières die wegvallen) niet abnormaal is met betrekking tot de hulpverlening in andere culturen. Rogers beschrijft (in Egan 2004, p. 45) dat hulpverleningsmodellen slechts geaccepteerd en begrepen kunnen worden over de hele wereld als ze in functie staan van persoonlijke groei en probleemoplossing. McCrae (1997) beschrijft in Egan (2004, p. 45) dat probleemoplossing een algemeen menselijke eigenschap lijkt te zijn. De essentie van wat hulp verlenen is kent ieder mens en is dus cultuuroverschrijdend. Wel moet een hulpverlener zich ook kunnen aanpassen aan de specifieke eigenschappen die kenmerkend zijn voor de desbetreffende cultuur (Egan 2004, p. 45). Damasio (2009, p. 61) beschrijft dat emoties bepaalde gevoelens oproepen. Wij denken dat emoties ook bepaalde behoeften bij de mens oproepen. Als iemand bijvoorbeeld de emotie verdriet beleefd zal er al snel een behoefte aan troost ontstaan. Volgens Damasio (2009, p. 60) zijn er drie soorten emoties. Primaire emoties, secundaire emoties en achtergrond emoties. Primaire emoties zijn universele emoties. Secundaire emoties zijn door cultuur en omgeving bepaalde (sociale) emoties (Damasio, 2009, p. 60). Hoewel kennis en cultuur van invloed zijn op de expressie van emoties en aan emoties ook nieuwe betekenissen kunnen geven, zijn emoties biologisch bepaalde processen, berustend op aangeboren hersenmechanismen, die de uitkomst zijn van een lange evolutionaire geschiedenis (Damasio, 2009, p. 60). Parallel hiermee hebben wij gemerkt dat wanneer er in therapie ingespeeld werd op deze primaire emoties de cultuurverschillen wegvielen. Ook werd er gemerkt dat, als het methodische handelen meer gericht was op het sociale aspect, de cultuurverschillen meer aanwijsbaar werden ervaren.

Het werken met een andere cultuur brengt met zich mee dat er soms heel veel verschillen ervaren kunnen worden. Aan de andere kant heeft het bieden van hulp ook een cultuur overstijgend aspect in zich en zijn de drie behoeften universeel en voor elke mens op aarde het resultaat van de evolutie.

Methode van Chace

Voor dat het onderzoek startte werd niet vastgelegd op welke manier er gewerkt zou worden. We stapten hier open in en werkten op een intuïtieve en gevoelsmatige manier wat betreft het methodisch handelen. Zo hadden we ook niet gepland om de methode van Marian Chace te gebruiken. Tijdens het proces merkten we wel dat er aspecten van haar methode werden ingezet. Wanneer we ons later verdiepten in de literatuur kwamen we erachter dat de basis veronderstelling van Chace is dat communicatie een basale menselijke behoefte is. Dans is communicatie en biedt daarmee direct een antwoord op één van de basisbehoeften van de mens (Levy, 2005). Dit bevestigt dat het inzetten van bepaalde aspecten van de methode van Chace in de therapiegroepen logisch was. Door de methode van Chace in te zetten wordt er immers ingespeeld op de sociale behoeften van de deelnemers. Wanneer het inspelen op de sociale behoeften wat de doelstelling betreft losgelaten werd, verminderde het gebruik van aspecten uit deze methode.

Muziek

In de therapiesessies maakten we gebruik van muziek op een intuïtieve manier. Welk liedje we opzetten was vaak afhankelijk van ons eerste impuls, onze eerste gedachte. Een resultaat van dit onderzoek was dat bepaalde muzieksoorten die we gebruikten goed aansloten bij de Quechua's en hun behoeften. Dit resultaat bevestigt Smeijsters (1991, p. 53) wanneer hij schrijft dat de reactie van een cliënt op een muzieksoort veelal afhankelijk is van de behoeften die hij heeft en dat het de taak van de therapeut is om appels aan te bieden die aansluiten bij dergelijke behoeften (Smeijsters, 1991, p. 53). Deze taak hebben we onbewust ter harte genomen en vervuld met positief resultaat.

Houding

De therapeutische houding evolueerde van onvoorwaardelijke acceptatie (Rogers) naar het zoeken naar een evenwicht tussen acceptatie en verandering (Linehan) van de deelnemer. Deze verandering in de houding had, wanneer er werd terug geblikt op de resultaten, meer effect op de deelnemers dan werd verwacht. Door het aspect verandering ook in te brengen in onze houding ontstond er meer afstand tussen ons en de deelnemers. Aan het begin van het proces grepen deelnemers vaak terug naar danspassen uit de Peruaanse dansen of andere dansstijlen. Ook keken ze vaak naar de dans van de anderen. De verandering hield in dat ze werden gestimuleerd meer eigen en authentieke bewegingen te maken. Omdat ze zichzelf lieten zien konden wij hen meer erkenning geven in wie ze in wezen zijn.

Hieruit kan besloten worden dat de evolutie in de houding ervoor zorgde dat er ingespeeld kon worden op de behoefte aan erkenning.

Door literatuurstudie kwamen we er verder ook achter dat het gebruik van de principes van Rogers goed aansloot bij de doelstellingen van het werkplan. Smeijsters (2008) schrijft dat 'client-centered therapy' gericht is op een gebrekkig identiteitsgevoel. 'Client-centered therapy' ontstond vanuit het gedachtegoed van Rogers. Dit gedachtegoed werd onder andere ingezet om de identiteit van de Quechua's te ontwikkelen.

Identiteit

Gedurende dit onderzoek vroegen we ons regelmatig af vanwaar de beperkte identiteitsontwikkeling van de Quechua's vandaan zou kunnen komen. De verdieping in de literatuur van de ontwikkelingspsychologie bracht ons tot een mogelijke verklaring van deze vraag. Deze verklaring is te vinden in de theorie van Mahler. Hij beschrijft dat de identiteitsvorming ontstaat vanuit de identificatie met de ander (Smeijsters, 2008, p. 83). Omdat de nadruk in de Quechua-cultuur meer op het groepsgebeuren ligt dan op de persoon en omdat identificatie met familie en de gemeenschap als erg belangrijk wordt gewaardeerd, is er minder ruimte om de eigen identiteit te ontwikkelen. Dit zou een realistische verklaring kunnen zijn.

Voordat we naar Peru vertrokken verdiepten we ons reeds in de literatuur over de psychische basisbehoeften van een mens. Koch en Bräuninger (2006) beschrijven dat de psychische behoeften in verbinding staan met de verschillende facetten waaruit 'het zelf' bestaat. Gorham (1995) schrijft dat dans - bewegingstherapie de ontwikkeling van 'het zelf' versterkt en dus een ondersteuning biedt bij het werken aan de psychische behoeften van een mens.

Deze bevindingen vanuit de literatuur mochten we in Peru zelf ervaren in de praktijk. Zoals in de effecten te lezen staat hebben wij Quechua's met weinig identiteit zien opbloeien in de dans - bewegingstherapie. We zagen dat hun zelf stukje bij beetje ontwikkelde en vorm kreeg.

8.2 Reflectie op het onderzoek

8.2.1 Realisatie van het project

Achteraf terugblikkend op het gehele onderzoek kunnen we stellen dat het onderzoek voor het grootste deel zo verlopen is als verwacht. Het project om drie en een halve maand naar Peru te gaan, daar dans - bewegingstherapie sessies te organiseren en hier een scriptie over te schrijven is gerealiseerd. Een aantal facetten in het onderzoek kenden enkele nuance verschillen ten opzichte van de verwachtingen. Zo ging het vormen van de therapie groepen anders dan we verwacht hadden. Dit verliep veel sneller en vlotter. Er moesten geen voorfaseactiviteiten georganiseerd worden voor grote groepen waar uit kleine groepjes zouden gaan ontstaan. Drie van de vijf groepen in Ichuñá ontstonden spontaan, we kregen de vraag of we voor hen danstherapeutische activiteiten konden organiseren. De ander twee groepen ontstonden vanuit ons eigen initiatief. De groepen in Arequipa werden door

Roberto Cervantes samengesteld en/of georganiseerd waardoor wij hier geen moeite voor hoefden te doen. Van te voren hadden we een aantal activiteiten bedacht die we tijdens de eerste sessies zouden kunnen aanbieden. Hier werd echter weinig of geen gebruik van gemaakt doordat we direct konden inspelen op de behoeften van de Quechua's en hier onze werkvormen op aanpassen.

Na ongeveer anderhalve week vertrok de probleemaanbrenger Jef Van Den Ouweland onverwacht naar België. Hier verbleef hij gedurende het gehele onderzoek en kwam niet terug naar Ichuña. Dit had verschillende gevolgen. Op gevoelsmatig vlak was het een confrontatie om er als Europeanen helemaal alleen voor te staan en geen hulp te hebben van iemand die dezelfde taal spreekt. De persoon waarop we steeds zouden kunnen terugvallen, bij persoonlijke- of scriptie problemen, viel zo goed als weg. Wat het schrijven van de scriptie betreft konden we niet meer samen reflecteren en praten. We werden aan ons lot overgelaten aangaande de interpretatie van bepaalde culturele aspecten. Tijdens de diagnostische fase konden we niet tot een gezamenlijke diagnose komen. Dit doordat Jef Van Den Ouweland geen eigen diagnose kon schrijven die mee betrokken kon worden in een gezamenlijke diagnose. We konden wel nog via internet communiceren. Hierdoor kon hij ons van op een afstand steun en hulp bieden waar nodig.

Van te voren werd er niet verwacht dat het thema 'contact maken met het eigen lichaam' zo een belangrijke plaats zou krijgen in het onderzoek. Dit thema kwam reeds tijdens de voor- en oriëntatiefase naar voren en werd nog duidelijker tijdens de diagnostische fase. Dit thema heeft betrekking op en hangt samen met de drie psychische behoeften.

We verwachtten dat we tijdens het proces elk voorkeuren zouden ontwikkelen voor bepaalde groepen van deelnemers. We zouden dan, zo hadden we gepland, gaan werken met een systeem waarin één therapeut de leiding heeft en de andere ondersteunend werkt als co-therapeut en/of observator. Dit gebeurde niet. Gedurende het gehele proces hebben we steeds een even grote en gelijkwaardige rol gehad in de sessies. Wel hadden we afwisselend de leiding over de werkvormen.

8.2.2 Zwakten en sterkten

Dit onderzoek kende een aantal zwakten en een aantal sterkten.

Een tekortkoming is dat er op de sessies die in Arequipa georganiseerd werden niet gereflecteerd werd. De gebeurtenissen en observaties vanuit deze sessies werden dus ook niet betrokken in de data-analyse. Deze zwakte ontstond naar aanleiding van tijdgebrek. Omdat er Arequipa elke dag vier sessies gegeven werden en we ongeveer een uur nodig hadden om op één sessie te reflecteren, lukte het niet om dit in de tijd in te plannen. Een gevolg hiervan is de tweede tekortkoming van dit onderzoek. Er zijn geen data over danssessies met Quechua's tussen de dertig en vijftig jaar. Enkel in Arequipa en niet in Ichuña werd met deze leeftijdsgroep gewerkt. In Ichuña kwamen deze mensen niet met een hulpvraag. Ook was het moeilijk om hen te bereiken omdat ze het grootste deel van de dag werkten. Ze konden ook moeilijk tijd maken voor de sessies omdat ze na hun werk voor hun kinderen moeten zorgen. Dit onderzoek mist informatie over de volwassen Quechua en geeft in die zin geen compleet beeld van hoe een danstherapeut de gehele Quechua bevolking kan benaderen.

Een andere zwakte in dit onderzoek is het feit dat de probleemhebbers weinig betrokken werden bij het onderzoek, niet tegenstaande dat dit volgens Migchelbrink (2007, pp. 168-169) belangrijk is in actiegericht onderzoek. Zoals beschreven in de probleemstelling kozen we er bewust voor om de deelnemers niet rechtstreeks te betrekken. Wel was het de bedoeling dat Jef Van Den Ouweland hen zou vertegenwoordigen. Omdat zijn rol onverwacht wegviel komt de stem van de bevolking weinig naar boven in dit onderzoek.

Deze zwakte kan echter ook tegengesproken worden door de zienswijze die in de inleiding van de evaluatiefase verwoord werd. Hier ging het erom dat dans - bewegingstherapie een non-verbale therapie is waarbij het gesproken woord geen grote rol speelt. Het was niet nodig dat de deelnemers zelf hun problemen evalueerden en verbaliseerden. De ervaringen en veranderingen waren te zien in het lichaam en werden geobserveerd. Sterker nog noemt Smeijsters (2008, p. 211) dat er wordt verondersteld dat de expressieve beweging weerstanden die in het verbale medium bestaan, kan omzeilen.

De volgende vier sterkten van dit onderzoek hingen samen met het feit dat dit een duoscriptie is. Dat we met twee personen waren zorgde ervoor dat ons werkmodel verbreed en verdiept werd, op veel verschillende manieren. We daagden elkaar uit om werkvormen aan te bieden die we nooit eerder aanboden. We prikkelden elkaar om eens een totaal andere houding ten opzichte van de

deelnemers te overwegen en uit te proberen. Door samen te reflecteren maakten we elkaar bewust van de interventies die we deden of andere acties die we als therapeut tijdens een sessie uitvoerden. Tijdens het samen schrijven van de reflecties, data-analyses en de scriptie zelf werden we onophoudelijk gemotiveerd te zoeken naar een zo juist mogelijke beschrijving. Er waren steeds twee visies en twee meningen die door middel van reflectie, overleg en discussie geïntegreerd werden. We werden geprikkeld onze eigen meningen en gevoelens te expliciteren en te verwoorden naar elkaar toe. We zochten naar de achterliggende argumenten die onze eigen mening onderbouwden. Hierdoor werd de objectiviteit van het onderzoek verhoogd en werd het onderzoek inhoudelijk verdiept. De kwaliteit van dit onderzoek werd ook verhoogd doordat we op elkaar konden terugvallen als we het persoonlijk moeilijk hadden in Peru. We vertrokken samen naar het verre en eenzame Ichuñā en leefden samen in een hard en zwaar klimaat. Ziek zijn, heimwee en confrontatie met een nieuwe cultuur waren persoonlijke problemen die af en toe de kop op staken. Als we niet hadden terug kunnen vallen op elkaars helende steun en troost zou dat effect hebben gehad op de kwaliteit van het onderzoek. Dit omdat een ziek persoon geen sessies kan aanbieden, een verdrietig iemand er niet kan zijn voor de bevolking en wrijving met de cultuur het enthousiasme kan verminderen. De sessies werden op verschillende vlakken kwaliteitsvoller doordat we met twee personen waren. Er was meer mogelijk met betrekking tot de organisatie van de sessies. Zo konden we met de kinderen in kleinere groepen werken waarbij elk van ons een groep begeleidde. Bij het werken in tweetallen kon één iemand participeren wanneer het aantal deelnemers oneven was. De andere kon blijven observeren. Wat dit observeren betreft werd er gemerkt dat er met vier ogen meer gezien wordt dan met twee ogen. Soms verrasten we elkaar tijdens het reflecteren met onverwachte observaties. Verder kon er meer individuele aandacht en erkenning aan de deelnemers gegeven worden en konden probleemsituaties gemanaged worden. De sterkten die hieronder beschreven zullen worden hebben verband met het feit dat er twee onderzoekssituaties waren, namelijk die van Ichuñā en die van Arequipa. Door de twee situaties te onderzoeken werden we bewuster van een aantal aspecten die we in elke afzonderlijke situatie niet zouden zien. Ten eerste werden we bewuster waar van uit de geobserveerde behoeften ontstonden. Doordat de deelnemers van Arequipa allen in uitzonderlijke probleemsituaties leven uiten zij zowel behoeften vanuit hun psychische problematieken als vanuit hun cultuur. De inwoners van Ichuñā leven in een meer 'normale' situatie. De behoeften die zij uiten hangen meer samen met de Quechua-cultuur. Ten tweede werden we, door de twee onderzoekssituaties, bewust van het feit dat veel Quechua's in armoede leven. We werden op verschillende manieren geconfronteerd met de schrijnende socio-economische situatie van deze bevolkingsgroep. Ten derde waren de twee onderzoekssituaties een sterkte van dit onderzoek omdat er hierdoor verschillende Quechua's werden aangesproken. We doen onderzoek naar de Quechua mens. De Quechua mens leeft in verschillende situaties, we hebben deze verschillende situaties onderzocht. Er werd gewerkt met gezinnen, kinderen, tieners, studenten, ouderen, gevangenen, dorpsbewoners en stedelingen. We kregen hierdoor een goed beeld van de Quechua in verschillende situaties. Met deze sterkte wordt de zwakte die hierboven werd beschreven voor een deel weerlegd. Deze zwakte benoemde dat er een leeftijdsgroep van de Quechua's niet werd aangesproken. De laatste sterkte heeft te maken met ons relatief lange verblijf in Ichuñā. Doordat we hier elf weken verbleven konden er veel sessies georganiseerd en geanalyseerd worden. Dit maakte van het onderzoek een onderbouwd onderzoek. Een ander gevolg van dit lange verblijf was dat we tijd hadden om te integreren in de cultuur, waardoor de kwaliteit van het onderzoek werd bevorderd.

8.2.3 Aanbevelingen voor vervolgonderzoek

Er zijn vier aanbevelingen voor vervolgonderzoek.

Onze entree in Ichuñā kenmerkte zich door het feit dat wij ons voorstelden als dansleerkrachten. We vertelden dat we onderzoek kwamen doen om onze scriptie voor deze opleiding te schrijven. In Arequipa stelden we ons voor als dans therapeuten en kondigden we aan dat we dans - bewegingstherapie gingen aanbieden. Dat we ons voorstelden als dansleerkrachten had te maken met het advies van Jef Van Den Ouweland en Annelies de Tempelaere. Zij vertelden ons dat het gegeven 'therapie' de mensen in Ichuñā zou afschrikken omdat de psyche en de hiermee samenhangende problemen taboe zijn. In Arequipa stelde Roberto Cervantes ons spontaan voor aan de groepen als danstherapeuten. Hierdoor merkten we dat de drempel om te werken aan en te praten over psychische behoeften en problemen kleiner was.

We vragen ons af of het in vervolgonderzoek niet beter zou zijn om ons in Ichuñā ook als danstherapeuten voor te stellen, in plaats van als dansleerkrachten.

Moest er binnen twee maanden een studente creatieve therapie dans en beweging naar Peru vertrekken om onderzoek te doen omtrent de drie psychische behoeften, zouden we haar het volgende adviseren. Ga voor het onderzoek voor de helft van de tijd in Ichuñā wonen en werken en voor de andere helft in Arequipa. We adviseren dit omdat het werk in Arequipa ons sterk heeft aangegrepen. De noden van de Quechua's zijn hier hoog en er heersen veel psychische behoeften waar met danstherapie op ingespeeld kan worden. Door Arequipa voor een groter deel in het onderzoek te betrekken wordt het beeld van de Quechua mens completer, is het onderzoek meer onderbouwd en kent het meer draagwijdte.

Het opstarten van individuele dans - bewegingstherapie met de Quechua's zou in onze ogen erg interessant zijn. Dit adviseren we omdat we, in de weinige individuele sessies die we gehad hebben, merkten dat de nadruk minder lag op het groepsgebeuren en het sociale aspect. Het ingaan op het sociale aspect hield de Quechua's in dit onderzoek af van het individuele proces. In individuele therapie kan het contact maken met het eigen lichaam volgens ons sneller bereikt worden waardoor er intensiever gewerkt kan worden aan de behoeften van veiligheid en erkenning. Wij twijfelden tijdens het verblijf in Ichuñā vaak of we iemand konden aanspreken en uitnodigen voor individuele therapie. Dit had te maken met het feit dat de mensen dachten dat we dansleerkrachten waren. We kenden de cultuur nog niet in voldoende mate om er van uit te gaan dat deze vraag gepast zou zijn. Ook misten we de hulp van Jef Van Den Ouweland die de bruggen zou kunnen leggen tussen ons en mensen met een behoefte aan individuele therapie.

Een volgende aanbeveling heeft betrekking op beeldende therapie. Tijdens dit onderzoek merkten we dat de Quechua's een affiniteit hebben met beeldend werken. Ze lijken dit graag te doen, lijken hierdoor tot rust te komen en het verhoogt hun concentratie. Dit merkten we op de momenten dat we een combinatieactiviteit aanboden tussen beeldend werken en dansen. Het zou interessant zijn als een beeldend therapeut zou onderzoeken wat zijn medium kan betekenen voor de ondersteuning van de Quechua. Naar onze mening is het beeldend werken een stuk veiliger omdat er geen rechtstreeks contact wordt gemaakt met het eigen lichaam, er wordt gewerkt met beeldend materiaal. Dit maakt dat de drempel om deel te nemen aan een activiteit kleiner is. Verder zijn wij ook nieuwsgierig naar hoe dit afstudeerproject vorm zou krijgen wanneer een danstherapeut samen met een beeldend therapeut naar Ichuñā en Arequipa zou gaan.

De laatste aanbeveling komt vanuit onze ondervinding dat dit onderzoek erg breed en groot is. We merkten dat de drie psychische behoeften een heel breed thema zijn. Ook omdat we zochten naar de toepasbaarheid van danstherapie in het algemeen verkregen we erg veel informatie. We adviseren een volgende onderzoeker in deze situatie om zich te concentreren op specifiekere thema's. Dit op vlak van danstherapie maar ook op vlak van het doel van de ondersteuning. Zo kan er gekozen worden voor één van de drie behoeften of voor een ander thema zoals bijvoorbeeld identiteit. Wat danstherapie betreft zou er gekozen kunnen worden voor specifieke methoden of technieken die ondersteuning kunnen bieden aan deze doelgroep.

8.3 Werkmodel

Eén van de doelstellingen van dit onderzoek was, zoals al eerder werd beschreven, het eigen werkmodel en het eigen handelen te verdiepen en te verbeteren.

Werkmodellen zijn denkmodellen en doemodellen, aan de hand waarvan de professional in de praktijk denkt en handelt. Werkmodellen hebben allemaal met elkaar gemeen dat het systematische 'hulpmiddelen' zijn waarvan de professional bij het denken en doen in de praktijk gebruik maakt en die uit de praktijk voortkomen en niet uit theorie of onderzoek. De werkmodellen bepalen het vakmanschap van de professional (Vernieuwen van werkmodellen en uitvoeren van praktijkonderzoek, 2007, p. 5).

8.3.1 Nicole

Vergelijking oud met nieuw werkmodel

Daar waar ik vorig jaar de cultuurverschillen en de effecten hiervan moeilijk kon plaatsen kan ik dit aspect nu beter begrijpen. In het contact met cliënten van mijn stage confronteerde ik de cliënten, liet me vaak overvallen door onverwachte en boze reacties. Ik had het gevoel dat cultuurverschillen deze reacties veelal veroorzaakten. Ik dacht dan dat ik als Nederlander te direct zou zijn of dat Marokkaanse mannelijke cliënten de leiding van een vrouw niet konden verdragen. Door tijdens dit afstudeerproject te werken met een andere cultuur heb ik ontdekt dat die conflicten en reacties toen niet te maken hadden met cultuurverschillen, maar veelal met mijn therapeutische houding. Mijn therapeutische houding heb ik vorig jaar in de praktijk vrij onbewust ingezet. Nu is mijn houding veel bewuster geworden doordat ik heb kunnen proeven hoe het is om te werken met een andere cultuur en een andere houding. Door te werken met een andere cultuur ben ik een nieuwe en andere therapeutische houding gaan ontwikkelen die een plaats zal krijgen in mijn nieuwe werkmodel. Tijdens mijn stage, vorig jaar stonden woorden als directief, confronterend en structurerend centraal in mijn houding als therapeut wat samenging met een gerichtheid op verandering. In het contact met cliënten reageerde ik vaak directief, confronteerde ik ze met hun gedrag en bood ik een heldere en concrete structuur aan. Dit bood de cliënten duidelijkheid maar zorgde in het contact ook regelmatig voor conflicten en onverwachte reacties. Deze houding sloot bij sommige cliënten niet goed aan en riep boosheid, frustratie en irritatie op. Dit was niet bevorderend voor de therapeutische relatie en het contact. Het blokkeerde uiteindelijk mij maar ook de cliënt en had een afbrekend effect. In Peru heb ik kunnen experimenteren met een nieuwe en een hele andere therapeutische houding, doordat Sofia mij hierin uitdaagde. Namelijk een houding die gebaseerd is op de principes van Rogers, waar de woorden onvoorwaardelijke acceptatie, echtheid en empathie de ingrediënten van zijn. Deze woorden staan in contrast met mijn oude werkmodel maar voelden voor mij vertrouwd en als een verrijking aan. Ik kon merken dat deze houding aspecten teweeg bracht die ik niet kon bereiken met een directieve, confronterende en structurerende houding. Het had ook een effect op mij. Ik stond meer open, was meer mezelf en accepteerde de cliënt zoals die was. Vorig jaar was ik zo gefocust op verandering, dat het een blokkerend effect had. Er ontstond vaak geen verandering want er kan ook pas verandering ontstaan wanneer je de cliënt eerst volledig accepteert met zijn goede en mindere goede kanten. In mijn oude werkmodel was mijn houding aan het begin van het therapeutisch proces al gericht op verandering maar riep vaak weerstand op en kwam ik vaak tegen een muur te staan.

Een ander aspect van mijn oude werkmodel is dat ik veelal met sport en spel werkte en vooral bezig was met dans en bewegingstherapie te profileren binnen de stage instelling waar sport en spel meer geaccepteerd en gewaardeerd werden. Hierdoor bood ik weinig dansante werkvormen aan en werkte ik ook niet diepgaand met dansante werkvormen, omdat dit vaak te confronterend was voor de cliënten. Vanuit de instelling lag er ook de verwachting voornamelijk te werken met sport en spel daardoor vond ik het erg moeilijk danswerkvormen aan te bieden en hierin mezelf te zijn. Door de vele weerstanden, verdween het vertrouwen in mezelf en in mijn eigen vak. Door te werken met de Quechua bevolking is mijn werkmodel verbreed. Ik heb namelijk kunnen zien en ervaren hoe je dansante werkvormen kunt aanbieden, hoe je hier dieper op in kunt gaan en hoe je dans - bewegingstherapie kunt profileren op een andere manier. Dit alles in een situatie waar dans - bewegingstherapie nog niet bekend was. Verder heb ik kunnen voelen door dit nieuwe werkmodel dat het werken met dansante werkvormen veel vrijheid biedt aan de cliënt maar ook bij mezelf. Gevoelsmatig kan ik met dansante werkvormen meer kanten op en biedt het voor de cliënt ook meer mogelijkheden. Zijn bewegingen worden niet beperkt tot gestructureerde bewegingen in een sport of spel werkvorm, maar de cliënt kan bewegingen uitvoeren die hij op dat moment prettig vindt, zonder beperkt te worden door een structuur. Creatieve therapie dans is het werken met creatieve mogelijkheden in een vrijplaats waar functioneel bewegen niet nodig is en dans kan ontstaan. Het gaat om een unieke manier van bewegen als uitdrukking van iemands persoonlijkheid (Smeijsters, 2008).

Ook heb ik kunnen zien in dans - bewegingstherapie bij de Quechua's dat het lichaam niet liegt en het lichaam niets verbergt. Waar ik vorig jaar in mijn oude werkmodel startte met een groepsgebesprek om de doelen te bespreken en eindigde met een groepsgebesprek om te reflecteren over de sessie, heb ik in Peru beide aspecten niet toegepast. We begonnen direct in beweging en eindigden ook in beweging.

Vorig jaar was ik van mening dat het reflecteren, bewustmaken en nabespreken essentieel en noodzakelijk waren in therapie. Nu heb ik kunnen merken dat dit niet noodzakelijk is en er grote

effecten kunnen ontstaan zonder woorden te geven aan het proces. Daarnaast heb ik veel meer non-verbaal geïntervenieerd in plaats van verbaal waardoor mijn vaardigheden als therapeut zich ook hebben uitgebreid. Dit wordt bevestigd door Nijenhuis en Bekkum (2009). Zij beschrijven namelijk dat therapeuten die in het buitenland hebben gewerkt beter leren non-verbaal te werken en dat hiermee de vaardigheden van de therapeut worden verbreedt. Het effect van het werken in een ander land met een andere taal, hielp mij positief te excelleren in mijn non-verbale vaardigheden.

Nieuw werkmodel

Met de resultaten van dit onderzoek kom ik tot een vernieuwd werkmodel. Zowel mijn denkmodel als doemodell met betrekking tot mijn therapeutische houding, het werken met dansante werkvormen en mijn non-verbale kant, is vernieuwd.

Een belangrijk verschil is nu dat ik me in het nieuwe werkmodel van bewust ben dat mijn gerichtheid op verandering onprettig kan zijn voor de cliënt. In het oude werkmodel, hield ik hier vrijwel bijna geen rekening mee. Dat ik me er bewust van ben, maakt dat ik hier in het nieuwe werkmodel beter op observeer en hier ook adequater in kan handelen want ik heb geleerd een andere houding aan te nemen. Ik kan adequater handelen want ik kan nu mijn houding als therapeut beter afstemmen op de behoeften van de cliënt en op wat goed is voor de cliënt. Ik zal namelijk moeten blijven zoeken naar een balans tussen acceptatie en verandering, wat een blijvend proces is in het werken met cliënten. In dit nieuwe werkmodel wil ik mijn confronterende, directieve en structurerende houding combineren met empathie, echtheid en onvoorwaardelijke acceptatie.

In mijn nieuwe werkmodel zal ik mij in het begin van het therapeutisch proces richten op onvoorwaardelijke acceptatie. Het is belangrijk dat de cliënt zich geaccepteerd voelt en zichzelf kan zijn, dat is namelijk een belangrijke basis in therapie. Van daaruit kan er eventueel gewerkt worden aan verandering, een gerichtheid op verandering zal niet in het begin van het proces centraal moeten staan.

Door te leren werken met dansante werkvormen is mijn aanbod van werkvormen uitgebreid waardoor ik me ook beter zal kunnen afstemmen op de cliënt. In mijn nieuwe werkmodel zal ik de aandacht ook meer leggen op het dansant werken, omdat dit een beroep doet op de authentieke manier van bewegen van de cliënt en waarbij die ook meer zichzelf laat zien.

In mijn nieuwe werkmodel heb ik meer vertrouwen gekregen in mezelf en in het vak en weet ik dat ik dans - bewegingstherapie kan profileren op een manier die bij mij past namelijk doormiddel van dansante werkvormen aan te bieden.

In mijn nieuwe werkmodel zal ik minder de nadruk leggen op het verbale en zal er meer aandacht gaan naar het non- verbale want via de weg van beweging vind men de weg naar het woord. Wel is het belangrijk ruimte te laten voor het verbale. Een cliënt mag de ruimte krijgen om zich verbaal uit te drukken of verbaal aan te geven wat die tegen komt of waar die mee zit. In mijn nieuwe werkmodel wil ik mij niet verliezen in het verbale en zal ik de nadruk steeds blijven leggen op het non-verbale, want dat is immers de kracht van dans - bewegingstherapie!

8.3.2 Sofia

Vergelijking oud met nieuw werkmodel

Voordat ik aan dit onderzoek begon beschreef ik mijn werkmodel als volgt:

Als danstherapeut wil ik graag de attitudes en posities aannemen die Winnicott beschrijft.

Deze drie posities of attitudes zijn de 'holding of environmental mother', 'the good enough mother' en de faciliterende omgeving en werden beschreven in de probleemstelling. Als danstherapeut sta ik dus open voor wie de cliënt in wezen is en wil ik datgene geven aan de cliënt wat hij nodig heeft. Ik schep als therapeut in de sessie een situatie waarin de cliënt steeds met een vraag kan komen en aanwezig kan zijn zoals hij is.

Dit was heel vaak de basis voor mijn therapeutisch handelen tijdens de therapie sessies op mijn stage in fase drie van de opleiding.

Het volledige onderzoek en de ervaringen die daarmee gepaard gingen heeft invloed gehad op dit werkmodel. De ervaring in Peru heeft veel voor mijn denken, handelen en voelen betekend. Zowel ik

als persoon, mijn therapeutisch handelen en mijn omgang met het medium dans zijn hierdoor gegroeid en veranderd. Op deze manier ontstond er een nieuw werkmodel.

De afgelopen jaren twijfelde ik er vaak aan of de hierboven beschreven houding wel goed was. Vaak kreeg ik van klasgenoten of docenten te horen dat deze houding achterhaald is. Ook zeiden zij dat deze houding niet voldoet aan de eisen van onze maatschappij en de zorginstellingen die een snelle en doelgerichte behandeling als norm stellen. Door in Peru als danstherapeut te werken werd bevestigd dat deze houding erg goed bij mij aansluit. Ik won het vertrouwen in deze houding helemaal terug omdat ik merkte dat deze houding universeel is en de ontmoeting met de mensen faciliteerde. Doordat deze ontmoeting met de Quechua mens ongedwongen kon verlopen, kreeg ik de kans om ook hun eigen cultuur te 'ontmoeten'. Door enkele stappen te mogen zetten in deze wereld van de Quechua's werden bepaalde aspecten van mijn eigen cultuur duidelijker en werd mijn eigen handelen, voelen en denken als persoon en als therapeut helderder. De Quechua-cultuur hield me, door haar anders zijn, als het ware een spiegel voor die me bewuster maakte van mijn eigen werkmodel. Zo ontdekte ik dat ik een erg enthousiast en open persoon ben. Dit merkte ik niet alleen in het dagelijkse leven in Ichuñá of Arequipa, maar ook in de sessies. De combinatie van deze twee eigenschappen maakte dat ik nieuwsgierig was naar hoe de mensen zijn en hoe ze leven. Ik ging graag naar de mensen toe, dit letterlijk door op uitnodigingen in te gaan, maar ook figuurlijk in de sessies. Hier ging ik naar de mensen toe in die zin dat ik hen wilde leren kennen en accepteren hoe ze zelf op dat moment zijn en zich op dat moment voelen. In een later stadium van het onderzoek kwamen de Quechua's ook naar mij toe. Ze vertelden mij hun belevingen in de sessies en praatten over hun persoonlijke leven. Dit was naar mijn aanvoelen een bevestiging van mijn enthousiasme en openheid, als persoon en als therapeut.

Een andere eigenschap die zowel bij mijn persoon aansluit als bij mijn 'therapeut zijn' en die ik gereflecteerd zag in de spiegel van de Quechua's was mijn geduld en mijn onvoorwaardelijke acceptatie naar anderen toe. In het grootste deel van de situaties in Peru merkte ik dat ik vanuit mezelf zelden een oordeel voelde opkomen. Ik vond sommige dingen wel moeilijk en lastig maar ging hier niet over oordelen. Ik accepteerde vaak heel snel, zonder hier bij stil te staan, dat mensen te laat kwamen, dat ze niet meededen met activiteiten of tegendraads gedrag lieten zien. Ik had niet de neiging om hier tegen in te gaan. Ik voelde sterk de overtuiging in me dat ik als danstherapeut op dat moment daar was om hen te accepteren in wie ze zijn, ook al vroeg dit veel geduld van me. Ook ontdekte ik mijn eigen voorkeuren in het werken met het medium. Zo merkte ik dat ik zowel graag in de breedte als in de diepte werk. Ik werk graag in de breedte omdat ik graag veel verschillende werkvormen bij een groep inzet en dat ik graag met verschillende methoden en doelen aan de slag ga. In de diepte werken vind ik interessant en kwam terug in het samen dansen met de deelnemers in tweetallen waar ik samen met hen op zoek ging naar mogelijkheden in het lichaam en naar de gevoelsdementie of symboliek in de bewegingen.

Naast dat ik mezelf als persoon en therapeut beter leerde kennen, leerde dit afstudeerproject me ook enkele dingen bij die van te voren nog geen plaats hadden in mijn eigen werkmodel.

Zo leerde ik in het hier en nu te leven en te handelen. Het ideeëngoed van de Quechua's rond 'Kaypacha' hielp me hierbij. 'Kaypacha' betekent, zoals in de domeinverkenning beschreven, de wereld waarin tijd en plaats samenvallen. In deze wereld waarin het 'nu' en het 'hier' de belangrijkste aspecten zijn leerde ik de gehele Peru ervaring op te slaan in mijn gedachten en gevoelens en te genieten van het eenvoudige dagelijkse leven. Hiernaast hielp dit me in de therapiesessies. Ik leerde hierdoor te vertrouwen op wat mij in het moment ingegeven werd. Ik leerde vertrouwen op mijn intuïtie. Ik leerde de vragen 'Wat zou ik nu doen?' en 'Waarom zou ik dit nu doen?' los te laten. Ik merkte dat ik dit denken niet nodig heb, dat mijn lichaam al veel sneller weet welke interventies, op welk moment en in welke situatie passen. Door hierop te vertrouwen konden deze impulsen ook omgezet worden in daadwerkelijke interventies.

Ik leerde dat het werken met dansfrases en choreografieën in dans - bewegingstherapie erg waardevol is. Ik won zelfvertrouwen door dit ook zelf te doen en hierin te slagen.

Ik leerde dat dans - bewegingstherapie ondersteuning kan bieden aan de psychische behoeften van een mens.

Vanuit de resultaten van dit onderzoek leerde ik dat veiligheid een aspect is dat steeds in alle dans - bewegingstherapie sessies aanwezig hoort te zijn. Het gevoel 'veilig te zijn' is echter iets anders. Dit gevoel ontstaat langzaam in de loop van het therapeutische proces. Dit door het therapeutische

handelen af te stemmen op het hier en nu en datgene aan de deelnemer te geven wat hij nodig lijkt te hebben. Ook helpt het accepteren en erkennen van de deelnemer op elk moment hem een gevoel van veiligheid te geven. Dit gevoel van veiligheid komt tot uiting in vrije en spontane bewegingen. Het was een ontdekking voor mij, te zien dat het sociale aspect in dans een erg waardevolle ingang kan zijn in het begin van een proces. Tevens merkte ik ook dat het belangrijk is dit aspect los te laten om verder te gaan in het proces naar persoonlijke ontwikkeling van de deelnemer. In mijn oude werkmodel kon ik werkvormen of thema's die goed aansloten moeilijk loslaten wanneer de tijd daar rijp voor was.

Ik leerde dat erkennen van de deelnemer enorm sterk en waardevol is. Naar mijn aanvoelen had het erkennen van de Quechua's een grotere impact dan het inspelen op de andere behoeften. Vorig jaar in stage besteedde ik nooit bewuste aandacht aan het geven van erkenning aan de cliënten. Deze erkenning was in dit onderzoek echter cruciaal, hierdoor konden de Quechua's hun aarding, verbondenheid met de aarde, waarin een wijsheid uit het verleden, het heden en de toekomst verboden ligt, terugwinnen. Dat de dans hierbij kon helpen motiveert me te dansen met mensen die daar nood aan hebben, het helpt me in te zien dat danstherapie meer is dan zomaar een leuke opleiding of een tof beroep.

Nieuwe werkmodel

Nu, drie weken na mijn aankomst in België vanuit Peru probeer ik mijn nieuwe werkmodel te beschrijven.

De therapeutische houding, gebaseerd op de drie houdingen/attituden die Winnicott beschrijft, krijgt een belangrijke plaats in mijn nieuwe werkmodel. Naar mijn aanvoelen zit deze houding geworteld in mij als persoon. Door de Peru ervaring zijn de wortels nog dieper kunnen groeien en is er voldoende zelfvertrouwen in mezelf aanwezig waardoor deze attituden ook rijp zijn om zich boven de grond te begeven en zichtbaar te worden in therapiesessies. In de loop van de tijd zal deze attitude nog meer vorm gaan krijgen in concrete handelingen en interventies en zullen mijn cliënten en ik de vruchten hiervan kunnen plukken.

Mijn openheid en enthousiasme krijgen ook een plaats in mijn nieuwe werkmodel. Ik wil in de toekomst proberen bewust om te gaan met deze twee zaken en hun kracht. Ze zullen ingezet worden wanneer het creëren van een gelijkwaardig en open contact met mijn cliënten belangrijk is in hun proces.

Geduld en onvoorwaardelijke acceptatie zijn eigenschappen die ik doelbewust wil inzetten in mijn nieuwe werkmodel. Ik zal vertrouwen op mijn gevoel dat me zal zeggen in welke situaties onvoorwaardelijke acceptatie en oneindig geduld noodzakelijk zijn voor de groei van de cliënten.

In mijn nieuwe werkmodel zal 'in de breedte werken' gecombineerd worden met 'in de diepte werken'. Ik wil me er in mijn therapeutisch handelen bewust van zijn welke keuze ik op welk moment maak wat betreft deze twee manieren van werken. Ik wil ze afwisselen en elkaar laten aanvullen.

In de toekomst zullen mijn interventies gebaseerd zijn op mijn aanvoelen en mijn intuïtie van het moment zelf. Ik zal tijdens het werken met cliënten niet steeds hoeven teruggrijpen naar wat mijn gedachten over een bepaalde situatie zeggen. Ik zal meer vertrouwen op mijn eigen ingevingen en gevoelens van het hier en nu. De volgde spreuk die boven het bed van mijn grootmoeder hing begrijp ik nu beter dan ooit en krijgt nu een plek in mijn werkmodel. *'Alleen in het nu-moment wil ik leven!'*

Wat de werkvormen in mijn nieuwe werkmodel betreft zal ik meer werken met dansfrases en choreografieën en zal ik deze inzetten in functie van het proces van de cliënt.

Ik heb gemerkt dat de drie psychische behoeften enorm brede en wezenlijke thema's zijn. In mijn nieuwe werkmodel zullen mijn observaties en therapeutisch handelen vaak gericht zijn op de psychische behoeften van de cliënt. Ik heb gemerkt dat het mijn taak als therapeut is in te spelen op deze behoeften, dat hierdoor acceptatie of genezing bij de cliënt tot stand kan komen.

In contact met cliënten zal ik hen steeds proberen te geven wat ze nodig hebben om hun behoefte aan veiligheid te vervullen. Ik zal het sociale aspect en zijn waarden meer doelbewust inzetten. Ook zal ik in de therapie thema's los laten wanneer dat nodig is. Dit ook wanneer deze thema's goed

aansluiten. Mijn nieuwe werkmodel gaat onder andere uit van het principe dat het vlot lopen van de therapie niet belangrijker is dan de persoonlijke groei van iedere cliënt.

In mijn nieuwe werkmodel zal ik bewuster omgaan met het geven van erkenning. Ik zal ook meer erkenning geven, dit omdat erkenning krijgen broodnodig is voor elke mens op aarde.

Tot slot wil ik nog noemen dat dit nieuwe werkmodel nog niet af is. Ik voel sterk aan dat de Peru ervaring erg veel met me gedaan heeft op verschillende vlakken. Al deze ervaringen hebben nog tijd nodig om te landen, aan vele aspecten kan ik op dit moment nog geen betekenis verlenen. In deze zin moet dit nieuwe werkmodel nog groeien en zal het de komende maanden meer vorm krijgen.

Op dit moment echter is het hierboven geschrevene datgene wat het geheel van dit afstudeerproject betekent voor mijn denken, voelen en handelen met betrekking tot het medium dans, mijn danstherapeutisch handelen en mezelf als persoon.

Samenvatting

Vanuit onze eigen nieuwsgierigheid naar de toepassing van danstherapie in een ontwikkelingsland werd gezocht naar projecten waar actiegericht onderzoek kon worden gedaan. Ons onderzoek kende twee onderzoekssituaties met de Quechua bevolking. De eerste onderzoekssituatie was Ichuñā, een klein dorpje in het Andes gebergte van Peru. Hier konden we drie en een halve maand leven en danstherapeutische activiteiten organiseren voor de kinderen, studenten en ouderen van Ichuñā. Het project in Arequipa, een stad in het zuiden van Peru, was de tweede onderzoekssituatie. Hier konden we één week werken met jongeren en volwassenen in de gevangenis en met kinderen die leiden onder verscheidene psychische problemen.

Onder de Quechua bevolking in Ichuñā en Arequipa leven er een aantal psychische behoeften. Het probleem is dat er geen ondersteuning wordt geboden aan de behoefte aan veiligheid, de sociale behoeften en de behoefte aan erkenning bij de Quechua's.

Danstherapie kan inspelen op deze universele menselijke behoeften en dans ligt ingebed in de Quechua cultuur. Deze twee redenen maken het relevant als danstherapeuten in deze onderzoekssituaties onderzoek te doen.

Vanuit de probleemstelling is de volgende vraagstelling geformuleerd:

Wat kan dans – bewegingstherapie betekenen voor de ondersteuning van de psychische behoeften van mensen met de Quechua-cultuur in Peru?

Om een antwoord te kunnen geven op deze vraag is er een ontwikkelend en actiegericht onderzoek uitgevoerd. Er werden elke dag van de week danstherapeutische activiteiten aangeboden. In deze sessies werd gebruik gemaakt van de onderzoekstechnieken ongestructureerde observatie, participerende observatie en onverhulde observatie. Elke avond werd er schriftelijk op de sessies gereflecteerd. Deze reflecties vormen de data voor dit onderzoek. Door reflectie en analyse van de data is er een diagnose van de onderzoekssituatie gevormd. Vanuit de diagnose is een werkplan geschreven over hoe de Quechua's ondersteund kunnen worden in hun psychische behoeften. Dit werkplan werd toegepast in de praktijk en werd geëvalueerd. Deze evaluatie vormt de resultaatbeschrijving van dit onderzoek.

Om tot onderbouwde resultaten te komen verdiepten we ons in de cultuur van de probleemhebbers. Dit door van te voren gesprekken te voeren met mensen die de onderzoekssituaties kenden, door drie en een halve maand te leven onder de Quechua bevolking en door middel van literatuuronderzoek.

De resultaten van dit onderzoek geven de effecten van het danstherapeutisch handelen volgens het beschreven werkplan weer. Een resultaat van dit onderzoek is dat er op de drie thema's, behoefte aan veiligheid, sociale behoeften en de behoefte aan erkenning een antwoord geboden kan worden door het inzetten van specifieke werkwijzen, doelen, methoden en materialen. Ook werd duidelijk dat deze drie thema's sterk samen hangen. Het thema 'contact maken met het eigen lichaam' is verweven met deze drie behoeften. Het is een signaal van veiligheid en een voorwaarde voor het geven van erkenning aan hoe iemand in wezen is. Door aan het begin antwoord te bieden op de dringende sociale behoefte van de Quechua's werd er snel aansluiting bij hen gevonden en kon een gevoel van veiligheid onder de deelnemers ontstaan. Later in het proces is er gekozen voor meer afstand nemen en kwam de focus meer te liggen op de doelstelling van contact leren maken met het eigen lichaam. Hierdoor ontwikkelden de deelnemers meer individualiteit en identiteit, mede aangemoedigd door de erkenning die gegeven werd op de momenten dat de deelnemers zichzelf in beweging lieten zien. Ook wat de therapeutische houding betreft is er een overgang gemaakt van onvoorwaardelijke acceptatie naar het balanceren tussen acceptatie en verandering.

De conclusie van dit onderzoek is dat danstherapie cultuuroverschrijdend een ondersteuning kan bieden aan de psychische behoeften van mensen uit culturen die overeenkomen met die van de Quechua's. Doormiddel van danstherapie kregen de Quechua's de kans opnieuw contact te maken met hun identiteit en werd hun persoonlijke identiteit versterkt. Door hen te erkennen in wie ze als persoon zijn, konden ze als danser weer aarden en contact maken met hun moeder aarde.

Literatuuropgave

Boeken

- Beemen, L. (2006). *Ontwikkelingspsychologie*. Houten: Wolters-Noordhoff.
- Berg, van den, H., Meijer, B. (2006). *Zakwoordenboek van de psychiatrie*. Doetinchem: Elsevier Gezondheidszorg.
- Buikema, R.L., Meijer, M.J.H. (2003). *Kunsten in beweging 1900-1980: Cultuur en Migratie in Nederland*. Den Haag: SDU Uitgeverij.
- Damasio, A.R. (2009). *Ik voel dus ik ben: hoe gevoel en lichaam ons bewustzijn vormen*. Amsterdam: Uitgeverij Wereldbibliotheek.
- Egan, G. (2004). *Deskundig hulpverleners: een model, methoden en vaardigheden*. Assen: Koninklijke van Gorcum.
- Evers, J. (2007). *Kwalitatief interviewen: kunst én kunde*. Den Haag: Uitgeverij Lemma.
- Feldman, R.S., (2005). *Ontwikkelingspsychologie*. Amsterdam: Pearson Education Benelux.
- Galeano, E. (1991). *De aderlating van een continent: vijf eeuwen economische exploitatie van Latijns – Amerika*. Amsterdam: Van Gennep/Novib.
- Geerts, G., Heestermans, H. (1992). *Van dale, groot woordenboek, der Nederlandse taal*. Utrecht: Van Dale Lexicografie.
- Koch, S.C., Bräuninger, I. (2006). *Advances in dance/movement therapy: theoretical perspectives and empirical findings*. Berlijn: Logos Verlag.
- Kohnstamm, R., (2009). *Kleine ontwikkelingspsychologie: het jonge kind*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Kusters, M., (2008). *Dominicus Peru*. Haarlem: Uitgeverij J.H. Gottmer.
- Levy, F. (2005). *Dance movement therapy: a healing art*. USA: The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.
- Lewis, P. (1986). *Theoretical approaches in dance-movement therapy*. Dubuque: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Linehan, M., M. (2002). *Dialectische gedragstherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis: theorie en behandeling*. Lisse: Swets & Zeitlinger.
- Maso, I., Smaling, A. (1998). *Kwalitatief onderzoek: praktijk en theorie*. Amsterdam: Uitgeverij Boom.
- Meekums, B. (2002). *Dance Movement Therapy*. London: Stage Publications.
- Miesen, B. (1987). *Gehechtheid in relaties en Cahiers in perspectief*. Den Haag: Van Loghum Slaterus.
- Migchelbrink, F. (2007). *Actieonderzoek voor professionals in zorg en welzijn*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Migchelbrink, F. (2008). *Praktijkgericht onderzoek in zorg en welzijn*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.

- Moore, C.L., Yamamoto, K. (1992). *Beyond words: movement observation and analysis*. Philadelphia: Gordon and Breach Science.
- Otter, E. (1985). *Music and dance of indians and mestizos in an andean valley of Peru*. Delft: Uitgeverij Eburon.
- Polit, D.F., Beck C.T. (2008). *Nursing research: generating and assessing evidence for nursing practice*. New York: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.
- Rigter, J. (2002). *Ontwikkelingspsychopathologie bij kinderen en jeugdigen*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Smeijsters, H., (1991). *Muziektherapie als psychotherapie*. Maastricht: Van Gorcum Assen.
- Smeijsters, H. (2005). *Praktijkonderzoek in vaktherapie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Smeijsters, H. (2006). *Handboek muziektherapie: evidence based practice voor de behandeling van psychische stoornissen, problemen en beperkingen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Smeijsters, H. (2008). *Handboek Creatieve therapie*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Stanton- Jones, K. (1992). *An introduction to dance movement therapy*. Routledge, London.
- Steward, I., Joines V. (1996). *Transactionele analyse: het handboek voor persoonlijke en professioneel gebruik*. Utrecht: Uitgeverij SWP.
- Troost, J.,G. (2006). *De werkwijze aerobics bij depressie*. Niet- gepubliceerde scriptie, Heerlen, Hogeschool Zuyd, Faculteit Gezondheidszorg.
- Vandereycken, W., Hoogduin, C.A.L., Emmelkamp, P.M.G. (2006). *Handboek psychopathologie: Deel 2 Klinische praktijk*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Visser, M., de Jong, A. (2005). *Cultuur en zorg: een interculturele benadering van zorg in de verpleging*. Bussum: Uitgeverij Coutinho
- Wijsman, E. (2005). *Psychologie en Sociologie: Basiscursus*. Groningen: Wolters-Noordhoff.
- Willems, D. (1987). *Dossier Broederlijk Delen: Andes, Pachamama, de aarde als moeder*. Meise: Uitgeverij Marcel de Pauw.
- Winnicott, D.W. (1971). *Playing an reality*. London: Tavistock Publications.
- Wolf, M. (2002). *Inleiding in de psychoanalytische psychotherapie: Ontwikkeling, diagnostiek en behandelvormen*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Wolffers, I., Kwaak van der, A. (2004). *Gezondheidszorg en cultuur*. Amsterdam: VU Uitgeverij / VU University Press.

Artikels uit wetenschappelijke en vaktijdschriften

- Berrol, C. (2006). Neuroscience meets dance/ movement therapy: Mirror neurons, the therapeutic process and empathy. *The Arts in Psychotherapy*, 33 (2006), 302- 315.
- Bouwman, H. (1997). Een westerse therapie in een oosterse cultuur.... *Tijdschrift voor creatieve therapie*, (4), 7-11.
- Buwalda, H. (1997). Creatieve therapie met oorlogskinderen in de Filippijnen. *Tijdschrift voor creatieve therapie*, (4), 3-6.

Curling, P. (2000). Speltherapiegroepen in de derde wereld. *Tijdschrift voor creatieve therapie*, (4), 22-26.

Darghouth, S., Pedersen, D., Bibeau, G., Rousseau, C. (2006). Painful languages of the body: experiences of headache among women in two peruvian communities, *Culture, Medicine and Psychiatry*, 30 (3), 271-297.

Gorham, L.J. (1995). Dance therapy and self psychology. *Clinical Social Work Journal*, 23 (3), 361-372.

Mikx, M. (1997). Als er een volk is dat kan spelen... *Tijdschrift voor creatieve therapie*, (4), 31-35.

Mikx, M. (1997). Nieuwsgierigheid naar dramatherapie in Costa Rica. *Tijdschrift voor creatieve therapie*, (4), 17-20.

Nijenhuis, D., Bekkum, O. (2009). Terug naar de kern van vaktherapie: vaktherapeuten in het buitenland. *Tijdschrift voor vaktherapie*, 5 (3), 19-26.

Rivas, R. (2006). At highest risk: Maternal health in the high Peruvian Andes. *MIDIRS Midwifery Digest*, 16 (1), 46-50.

Samaritter, R. (1994). Niet om de vorm alleen: Vormgeving in dans - bewegingstherapie, *Tijdschrift voor Creatieve therapie*, 13 (3), 81-84.

Samson, S. (1997). Nieuw Zeeland: De kunst is niet werk te vinden, maar werk te weigeren. *Tijdschrift voor creatieve therapie*, (4), 36-38.

Treurniet, N. (1993). Wat is psychoanalyse nu? *Tijdschrift voor psychotherapie*. 19 (2), 65 – 84.

Ongepubliceerde werken

Deconinck, K., Willekens, L. (1999). *Peru: Project andere culturen*. Ongepubliceerd eindwerk.

Faculteit Gezondheid & Zorg (2007). *Vernieuwen van werkmodellen en uitvoeren van praktijkonderzoek*. Niet- gepubliceerd naslagwerk, Heerlen, Hogeschool Zuyd, faculteit Gezondheid & Zorg.

Loenen, S., (2010). *Gezien worden: De danstherapeutische techniek spiegelen in de justitiële jeugd inrichting en gesloten jeugdzorg*. Niet- gepubliceerde scriptie, Heerlen, Hogeschool Zuyd, Faculteit.

Ouweland, J. (2004). *Identiteit en 'cosmovisión' van de Quechua's*. Ongepubliceerd.

Smeijsters, H. (2007). *Vernieuwen van werkmodellen en uitvoeren van praktijkonderzoek*. Hogeschool Zuyd.

Websites

Human Development Reports (2009). *Human Development Report 2009, Peru, the Human Development Index - going beyond income*. Geraadpleegd op 19 augustus op http://hdrstats.undp.org/en/countries/country_fact_sheets/cty_fs_PER.html.

Bijlagen

Bijlage 1: Contact personen

In deze bijlage staat informatie over de personen met wie we spraken voordat we naar Peru vertrokken. Zij hielpen ons bij het voorbereiden van en oriënteren op, de grote reis naar uiteindelijk het kleine dorpje Ichuñā.

Lowisa Van Den Ouweland

Lowisa is de zus van Jef Van Den Ouweland. Samen met haar man, **Engelbert Krijnen**, ging ze verschillende keren naar Ichuñā om haar broer en de bevolking te bezoeken.

Cecile Hennissen

Cecile is oprichter van het Latijns- Amerikaanse deel in het kinderwereldatelier in Brussel. Dit atelier is een inleefatelier. Hier worden educatieve programma's voor kinderen van de lagere school gegeven. Deze educatieve programma's zijn opgebouwd rond een lespakket en een inleefspel: Een beklijvende kennismaking met de leefwereld van mensen in het Zuiden. DE kinderen kunnen in de huid van een Peruaan, Congolees, Guatemalteek, Indiër of Filippino. In levensechte decors ervaren de leerlingen het dagelijkse leven in een ander land.

Verder heeft Cecile veel contact met Jef Van Den Ouweland en begeleidt elk jaar een groep Belgen door Peru. Het doel van deze reizen voor de deelnemers is het ervaren van de levenswijze van de Peruanen. Tijdens deze reizen maken ze steeds een grote tussenstop in Ichuñā waar ze Jef Van Den Ouweland bezoeken.

Mark Vranken

Mark is een Belgische priester die de taken van Jef Van Den Ouweland vervulde op de momenten dat Jef niet aanwezig kon zijn. Daarnaast heeft Mark in 2009 één volledig jaar in Ichuñā gewoond en gewerkt.

Annelies de Tempelaere

Annelies is orthopedagoge. Zij heeft als een jaar als docent in Ichuñā gewerkt op de hogeschool. Ze gaf hier Frans en Engelse lessen aan de studenten.

Mark Rosseeuw

Mark is een Belgische priester en journalist. Hij heeft verschillende reportages voor de Belgische Katholieke zender gemaakt over ontwikkelingswerk en culturen, samen met zijn assistente **Greet Cassier**. Zo heeft hij een reportage gemaakt over rituelen bij de Quechua indianen in Ichuñā. Daarnaast helpt hij Jef regelmatig met het pastorale werk en ondersteunt hij het werk van Jef doormiddel van projecten.

Bijlage 2: Foto's van domeinverkenning



Machu Pichu



Muren van Cusco

Bijlage 3: Foto's van de benefiet



Volleybaltoernooi



Kijk kamer



Eten van Peruaanse of Belgische maaltijd



Optreden van woord kunstenaars



Tombola

Bijlage 4: Uitnodiging Benefiet

Peru Benefiet

Zaterdag 3 april 2010

1

Berckhovenstraat 23

2390 Westmalle

Ten voordele van het Project 'Alianza Ichuña - Belgica'

14:00 Volleybaltoernooi

18:00 Belgische en Peruaanse maaltijd

20:00 Feestelijke avond (optreden, muziek, dans, drankje...)

Er is een namiddag programma (start 14:00) met een volleybaltoernooi. Hiervoor kan u zich inschrijven met een team dat u zelf kiest. Er is ook nog de mogelijkheid om ter plaatse een team te vormen. Voor de prijs van 20 euro kan u zich inschrijven met een ploeg van 5 tot 7 spelers. Er is een avond programma (start: 18:00) waarbij u voor de prijs van 10 euro à volonté kunt genieten van:

3

- Belgische schotel: stoofvlees met frietjes
En/Of

- Peruaanse schotel:
 - o Vegetarische quinoa wok
 - o Quinoa wok met vlees

En een dessertenbuffet

Beste familie, vriend, sympathisant,

2

Vanaf 18 april tot en met 31 juli zal ik in het Peruaanse Andesdorpje Ichuña verblijven. Ik mag hier, samen met Nicole, een klasgenootje en goede vriendin, werken aan ons afstudeerproject voor onze opleiding tot danstherapeut. We zullen in Ichuña actief onderzoeken hoe danstherapie een bijdrage kan bieden aan ontwikkelingssamenwerking. We krijgen de kans om samen te leven en te werken met de Quechua indianen in het project 'Alianza Ichuña – Belgica' met als bezieler Jef Van Den Ouweland.

Voor mezelf is dit niet alleen een enorme uitdaging en een avontuur, maar ook een droom die in vervulling gaat. Altijd droomde ik ervan om letterlijk een handje toe te steken voor mensen die het minder hebben dan mezelf. Ik ben ervan overtuigd dat niet alleen ik kan bijdragen, maar dat ook vele anderen dit kunnen doen. Daarom organiseer ik op zaterdag 3 april in Westmalle een Peru – benefiet. Hierop wil ik u graag uitnodigen.

Verder zal er een benefietoptreden zijn, is er mogelijkheid om een dansje te placeren en kan u non stop genieten van een drankje.

4

Twijfel niet om kindjes mee te nemen. Er is een speeltuintje en een kinderhoekje voorzien.

Als u verhinderd bent op 3 april en dit project toch wilt steunen kan u uw bijdrage storten op het rekening nummer 833-3353145-16 van Jef Van Den Ouweland (geen fiscaal attest). Voor giften vanaf 30 euro, met fiscaal attest, kan u storten op het rekening nummer 736-4020399-07. Steeds met vermelding "Ichuña Peru Benefiet Sofia".

In de bijlage van deze mail vindt u een inschrijvingsformulier voor het toernooi en de maaltijd. U kan dit invullen en terugsturen naar 'sofiavanneste@hotmail.com', vóór maandag 29 maart. Op hetzelfde e-mail adres kan u steeds terecht voor vragen en info. Ook kan u bellen naar het volgende telefoonnummer: 0484745706.

Iedereen is welkom, neem gerust familie, vrienden en kennissen mee.

Tot dan!

Sofia

Bijlage 5: Voorbeeld voorbereiding therapiesessie

Sessie 3
Datum: 21-05-10 Doelgroep: Kinderen Ichuña
Voorbereiding
Activiteit 1: <u>Activiteit:</u> Stopdans. Deelnemers dansen op de muziek door de hele ruimte. Als de muziek stopt maken de deelnemers een standbeeld, gaan in een 'freeze houding' staan. <u>Interventies/varianties:</u> Verschillende muzieksoorten gebruiken. Standbeeld maken in tweetallen of in de groep. Interventies op lichaamsniveau: groot, klein en breed. Therapeuten dansen mee. <u>Materiaal:</u> Muziek van de dansspetters.
Activiteit 2: <u>Activiteit:</u> Danstekening. We leggen een aantal grote papieren op de grond in een grote rechthoek. De kinderen dansen hier omheen als de muziek aan staat. Als de muziek stopt, blijven de kinderen staan op de plaats waar ze zijn uitgekomen. Vanuit deze plaats tekenen ze op het papier met de materialen die op dat moment in hun buurt liggen rondom het thema natuur (planten en dieren). <u>Interventies/varianties:</u> Aanvullend tekenen op hetgeen wat er al staat op het papier. Als therapeuten doen we mee, stimuleren we de kinderen tot expressie, in dans en beeldend werk. <u>Materiaal:</u> Grote papieren die aan elkaar zijn vastgemaakt in een grote rechthoek, kleurpotloden, verf, penselen, potjes om de verf in te doen, pennen en potjes met water.
Activiteit 3: <u>Activiteit:</u> Rijdans. De deelnemers en therapeut staan in een lange rij achter elkaar. De voorste persoon start met een beweging door de ruimte de anderen doen deze beweging na. Na verloop van tijd sluit de eerste persoon achteraan in de rij en dan is de volgende aan de beurt die vooraan staat. <u>Interventies/varianties:</u> Ritmische actieve bewegingen, makkelijk herhaalbare bewegingen. Variatie in beweging aanbrengen. Creativiteit stimuleren. <u>Materiaal:</u> Muziek van de dansspetters.
Activiteit 4: <u>Activiteit:</u> Dansen in de kring. Aanbieden van rustige bewegingen. De therapeut doet de bewegingen voor. De deelnemers doen de bewegingen na. <u>Interventies/varianties:</u> Wiegen, lichaamsdelen doorlopen en ademhaling <u>Materiaal:</u> Rustige muziek.

Bijlage 6: Voorbeeld reflectie therapiesessie

Reflectie Sessie 3
Datum: 19-05-10 Doelgroep: Studenten Ichuña van het eerste jaar
Beschrijving van gebeurtenissen en gespreksinhouden Edison was de enige die op tijd was. Frank was een kwartier te laat. Juanna en Olga waren een half uur te laat. We startten met een Chace kring samen met Frank en Edison. Op het moment dat Juanna en Olga er waren zijn we verder gegaan met een bal- concentratie spel. Vanuit dit spelen werden de balletjes aan de kant gelegd en gingen we bewegen door de ruimte en ontstond er contactimprovisatie. We werkten in tweetallen met contactimprovisatie. Frank werkte samen met Nicole, Olga werkte samen met Juanna, Edison werkte samen met Sofia. Er werd een dansfrase in twee tallen gemaakt, gepresenteerd en aangeleerd aan de andere groepjes. We eindigden met een Chace kring waarbij rustige bewegingen op de voorgrond stonden.
Theoretische notities over de feitelijke observaties Tijdens de eerste Chace kring viel het op dat Frank weinig gevoel voor ritme had. Ook tijdens het samenwerken met Nicole tijdens de contactimprovisatie was dit waarneembaar. Tijdens het balconcentratie spel hadden de deelnemers veel plezier maar konden zich goed concentreren. Ze maakten spontaan en op een functionele manier contact met hun medespelers. Zo gingen ze bijvoorbeeld de namen noemen van de persoon naar wie ze gooiden. Tijdens het lopen door de ruimte kwam de concentratie van de deelnemers snel bij de voeten. Bij het schaatsen over de grond maakten de deelnemers makkelijk en spontaan contact met elkaar. Op een bepaald moment gingen Frank en Edison spontaan samen bewegen, alsof 1 van de voeten van beide personen aan elkaar vastgebonden zat. Hierbij omarmden ze elkaar. Iedereen experimenteerde met deze beweging. Hierbij spiegelde de paren het tweetal van Nicole en Olga. De deelnemers waren creatief in het experimenteren met contactimprovisatie. Frank maakte contact met Nicole. De houding van Frank dwong Nicole er toe leiding te nemen. Nicole probeerde de leiding over te geven, maar Frank zorgde ervoor dat Nicole de leiding bleef houden. Hij hield dit zelf in stand. Edison maakte contact met Sofia. Hij was heel creatief in de bewegingen en voelde de muziek echt goed aan. Hij nam de leiding in beweging en leidde Sofia door de lagen van de ruimte heen. Aan de danspresentatie van Olga en Juanna was te zien dat zij ook echt contact maakten en de bewegingen van elkaar aanvoelden. Het lichamelijk contact van Nicole en Sofia met Frank en Edison was soms heel dichtbij in de ruimte. Toch voelde dit contact heel respectvol aan en waren er geen seksuele bijbedoelingen voelbaar of waarneembaar. Er was een beetje verlegenheid en spanning bij de deelnemers te zien aan het begin en aan het einde van de danspresentatie. Tijdens de presentatie zelf waren de deelnemers heel aanwezig in het moment, in de beweging en in het contact met hun partner. In de frase van Frank en Nicole kwam een oefening van Sherborne naar voren. Namelijk de oefening waarbij je rug tegen rug probeert op te staan. Deze beweging verliep heel vloeiend zonder te oefenen en ontstond spontaan. Tijdens het aanleren van de frasen aan elkaar hadden de andere groepjes wat meer moeite met de beweging en verliep die minder soepel. Tijdens het oefenen van de frasen vroeg Nicole aan Olga en Juanna of ze klaar waren met de frase maken. Ze reageerden onzeker en zeiden: 'No falta tiempo (nee ik kom tijd tekort)'. Toen de tijd voorbij was hadden ze toch een frase. Alle deelnemers luisterden goed naar de muziek en paste hun bewegingen hierop aan. De deelnemers gaven geen antwoord op de vraag naar wat ze van iets vonden.

Tijdens de laatste Chace-kring waren de deelnemers gericht op henzelf. Edison maakte van de beweging die aangeboden werd door de therapeut, zijn eigen persoonlijke beweging. De deelnemers benoemen de sessie als mooi en leuk. Ze bedankten ons.

Methodische notities

We besloten al te beginnen met Edison en Frank en niet meer te wachten op de andere deelnemers. Dit bij wijze van beloning voor hun 'op tijd zijn'.

Het bal concentratie spel lukte goed met 3 balletjes in de kring. Daarom koos de therapeut ervoor om deze oefening te herhalen met 3 balletjes maar dan lopend door de ruimte.

Nicole legde de balletjes op een bepaald moment weg en gaf de opdracht aan de deelnemers verder rond te blijven lopen en naar de voeten te kijken, je te concentreren op je voeten.

De therapeuten gingen in op het contact dat de deelnemers in het schaatsen maakten.

Nicole merkte de synchrone beweging van Frank en Edison op en ging deze nadoen, samen met Olga. Ook Sofia en Juanna gingen dit nadoen.

De therapeuten deden verschillende interventies:

- Contact maken met een ander lichaamsdeel en samen bewegen, experimenteren met deze bewegingen en lichaamsdelen.
- Van partner wisselen.
- Het contact van lichaamsdelen in elkaar laten overvloeien zodat er een vloeiende beweging ontstaat. Hiermee experimenteren.
- Een dansfrase maken in tweetallen waarbij drie bewegingen vanuit het experimenteren achter elkaar worden gezet.
- De dansfrase aan elkaar presenteren.
- De dansfrase aan de andere groepjes aanleren en deze samen doorlopen.
- De deelnemers hun frase laten uitleggen tijdens het aanleren/doorlopen. Op deze manier wordt de leiding aan hun over gegeven.

Reflectieve notities

In het vervolg willen we altijd al starten met degenen die op tijd zijn. Anderen kunnen dan later aansluiten. Op die manier belonen we steeds de personen die op tijd zijn.

Het contact met Edison voelde voor Sofia heel echt en intens aan. Het was heel puur.

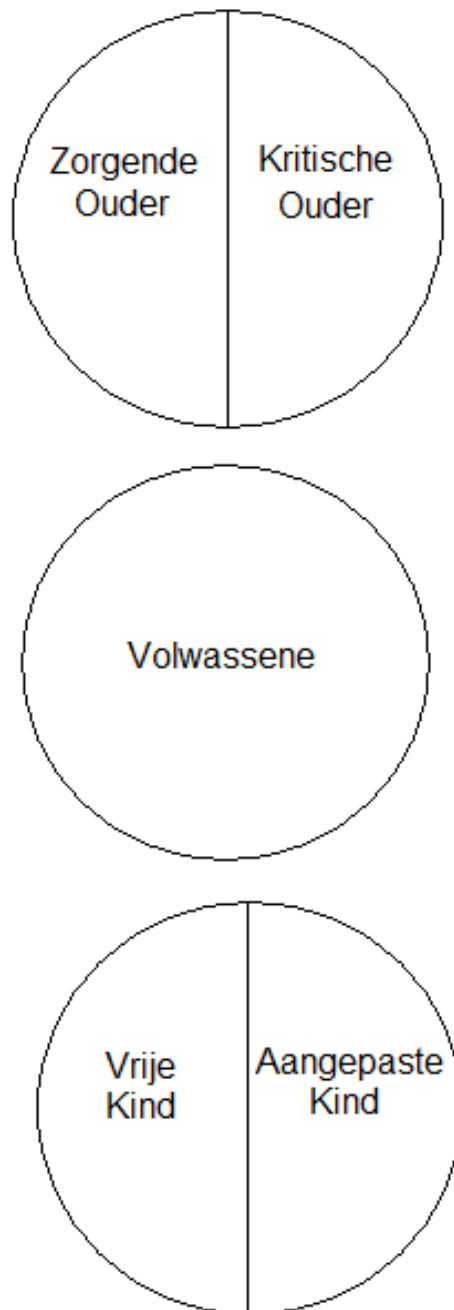
Idee: iets doen met leiden en volgen terwijl er contact is met een lichaamsdeel.

Frank lijkt ons een persoon met veel kwaliteiten en positieve aspecten in zich. Het lijkt alsof nog enkele drempels van verlegenheid en weinig zelfvertrouwen hem tegen houden om zijn kwaliteiten uit te stralen. Hopelijk kunnen wij hem helpen de drempels te overwinnen.

Tijdens de laatste Chace kring leken de deelnemers de bewegingen goed aan te voelen en mee te genieten. Ook het meedoen met de ademhaling leek hun goed te doen.

Het geheel voelde voor ons heel prettig aan. We kregen er veel energie van en voelde ons er blij door. We vinden het echt mooi hoe deze groep zo kan opgaan in de beweging en in het respectvolle contact met elkaar.

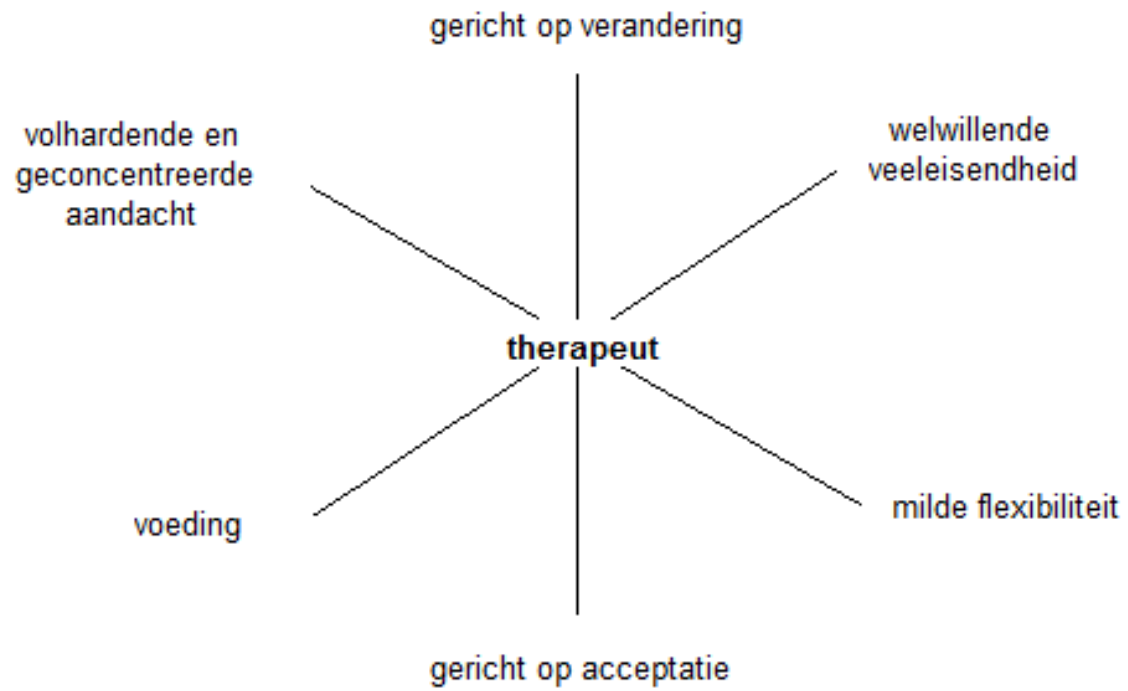
Idee: volgende keer zouden we iets kunnen doen rondom de methode van Sherborne, omdat in het contact met Frank en Nicole deze methode naar voren kwam.

Bijlage 7: Model ego-toestanden

Bijlage 8: Samenvatting werkplan

Danstherapeutisch werkplan ter ondersteuning van psychische behoeften van Quechua's	
Creatief therapeutische werkwijze	Supportieve werkwijze
Doelen	Algemene doelen - Erkenning geven - Punctualiteit en duidelijke communicatie bevorderen - Contact met het eigen lichaam bevorderen - Uitbreiden van het bewegingsrepertoire Specifieke doelen - Kinderen: Stimuleren van vrije kind - Studenten: Identiteit en individualiteit - Ouderen: Contact, veiligheid en ontspanning
Danstherapeutische werkwijze: Fasering	Algemeen - Kennismaking - Door middel van werkvormen inspelen op behoeften - Afsluiten van het proces Specifiek - Kinderen - o Korte veiligheidsfase - o Lange fase waarin vrije kind centraal stond - Ouderen - o Steeds kennismaken - o Fasering in elke sessie ▪ Veiligheidsfase ▪ Sociale fase ▪ Afsluitingsfase
Danstherapeutische werkwijze: Therapeutische technieken	Spiegelen Structureren Verbredende technieken Ontlokkende technieken Thematische technieken
Danstherapeutische werkwijze: Werkvormen	Kinderen: Vaste structuur - Opwarming: In rijen - Midden: Stimuleren van vrije kind - Afsluiting: Ontspanningsoefening Studenten - Individuele frase maken - Improvisatie oefeningen - Danskaart - Sound and movement activiteit - Stopdans Ouderen: Vaste structuur - Opwarming: Thee en koekjes - Midden: - o Formatie: Kring – tweetallen. - o Muziek: Peruaanse – Westerse - Afsluiting: - o Formatie: Kring - o Thema's: Ontspanning, acceptatie
Methoden	Marian Chace - Symbolism - Therapeutic movement relationship - Group rhythmic movement relationship

	Evan Blanche - Werken met kinderen - Creativiteit stimuleren Aerobics - Gestructureerd in rijen - Freestyle methode - In het lichaam komen
Materialen	Muziek - Trance muziek (DJ Tiesto) - Meditatieve muziek (Loreena McKennitt) - Vrolijke kinder-muziek (K3) - Volksmuziek ('t smidje van Laïs) Andere - Sjaaltjes - Stoelen - Jongleerballetjes
Therapeutische houding	Rogers: - Echtheid Dialectische gedragstherapie van Linehan: - Balans acceptatie – verandering Openheid Gelijkwaardigheid Positiviteit

Bijlage 9: Kenmerken voor de therapeut vanuit DGT

Bijlage 10: Werkschema

Wat?	Met wie?	Door wie?	Hoe?	Wanneer
Week 17				
Gesprek over groep kinderen in Arequipa	Roberto Cervantes	Sofia en Nicole	Voorbereiding Gesprek Notities Afspraken	Vrijdag 30 april. 09.30 – 11.00
Week 18				
Gesprek over groep kinderen in Ichuña	Freddie	Sofia en Nicole	Gesprek Afspraak Bezoek locatie	Maandag 3 mei. 12.00 – 12.30
Gesprek over groep studenten Technische Inst.	Ines en Guadalupe	Sofia en Nicole	Gesprek Afspraken	Maandag 3 mei. 17.00 – 17.30
Voorstellen aan studenten Technisch Inst.	Studenten 1 ^{ste} jaar van de opleiding toerisme	Sofia en Nicole	Voorstellen Afspraken	Dinsdag 4 mei. 09.40 – 10.00
Sessie 1 studenten Technisch Inst.	Studenten 1 ^{ste} jaar van de opleiding toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 4 mei 10.00 – 11.00 Woensdag 5 mei. 16.00 – 18.00 Woensdag 5 mei 20.00 – 21.30
Bijwonen muziekactiviteit voor kinderen Ichuña	Kinderen Ichuña, muziekgroep	Sofia en Nicole	Meedoen en observeren Dansactiviteit aanbieden Reflectie	Vrijdag 7 mei. 15.30 – 18.30 Vrijdag 7 mei 20.00 – 21.30
Helpen in de lessen Frans	Faustino	Sofia	Lesgeven en helpen	Iedere dinsdag en vrijdag 08.00 – 09.30
Helpen in de lessen Engels	Elmer	Nicole	Lesgeven en helpen	Iedere donderdag 08.00 – 09.30
Week 19				
Bezoek aan Pedagogisch Instituut	Leerkrachten, leerlingen, coördinatrice	Sofia en Nicole	Bijwonen van openingsceremonie Praten met directeur en coördinatrice Ons zelf voorstellen aan de verschillende klassen en hen uitnodigen voor een dansactiviteit. Inschrijvingsformulier maken. Contact met meneer E.	Maandag 10 mei 08.00 – 15.00
Gesprek met schoolpsychologe	Isabel	Sofia en Nicole	Praten over organisatie en invullen van therapeutische activiteiten	Maandag 10 mei 10.30 – 11.00
Gesprek met leerkracht toerisme.	Ines	Sofia en Nicole	Vragen over Abel. Praten over Doris	Maandag 10 mei 14.00 – 14.30

			Praten over verloop van sessie	
Sessie 1 studenten stage Pedagogisch Instituut		Sofia en Nicole	Voorbereiden Geen uitvoering	Maandag 10 mei 15.00 – 16.00
Praten over vorming van universiteitsgroep	Benita	Sofia en Nicole	Praten en overleggen	Maandag 10 mei 10.30 – 10.45
Praten over vorming van ouderengroep	Cecile, Beltran	Sofia en Nicole	Praten en overleggen. Vragen stellen	Maandag 10 mei 10.00 – 11.00 Dinsdag 11 mei 09.00 – 10.00
Bericht Radio uitnodiging ouderen	Benita	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Dinsdag 11 mei 10.00 – 11.00
Gaan kijken naar voorbereiding van dansconcours	Kinderen lagere school	Sofia en Nicole	Uitgenodigd worden Mee gaan naar de school Toekijken tijdens het oefenen van de dansen	Dinsdag 11 mei 15.00 – 17.00
Dansen met de mensen	Inwoners van Ichuña.	Sofia en Nicole	Aantrekken van traditionele kleren Mee feesten en dansen met de mensen op het feest van Santa Cruz, Moederdag, Virgen de Fatima...	Maandag 3 mei en woensdag 12 mei
Sessie 2 studenten Technisch Instituut	Studenten 1 ^{ste} jaar van de opleiding toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 11 mei 13.00 - 14.00 Woensdag 12 mei 16.00 – 18.00 Woensdag 12 mei 20.00 – 21.00
Sessie 1 studenten meidengroep	Studenten van het 1 ^e jaar van het Pedagogisch Instituut	Sofia en Nicole	Voorbereiden Geen opkomst Reflecteren	Woensdag 12 mei 10.00 – 11.00 Donderdag 13 mei 14.00 – 16.00 Donderdag 13 mei 20.00 – 21.00
Sessie 2 kinderen Ichuña	Kinderen Ichuña Muziekgroep	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Donderdag 13 mei 11.00 – 12.00 Vrijdag 14 mei 16.00 – 18.00 Vrijdag 14 mei 20.00 – 21.00
Voorfase schrijven	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Schrijven Lezen Bespreken en overleggen	Zaterdag 15 mei 14.00 - 17.00
Organisatie activiteiten toerisme 5 semester	Wilson	Sofia en Nicole	Afspraken maken Vragen stellen Praten en overleggen	Zaterdag 15 mei 13.00 – 13.30
Voorfase schrijven	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Schrijven Lezen Bespreken en overleggen	Zondag 16 mei 09.00 – 14.00
Week 20				
Voorstellen aan studenten van het Technisch Instituut het 3 ^e	Studenten van het 3e jaar van de opleiding toerisme	Sofia en Nicole	Voorstellen Afspraken	Maandag 17 mei 08.00 – 08.30

jaar				
Bericht radio uitnodiging ouders herhaling	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Voorbereiden en uitvoeren	Maandag 17 mei 09.00 – 09.30
Organisatie therapiegroep Pedagogisch Instituut	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Affiche maken en ophangen	Maandag 17 mei 09.30 – 10.00
Met school psychologe praten over gezondheidszorg en studenten	Isabelle	Sofia en Nicole	Vragen stellen Antwoorden ontvangen Verslag schrijven	Maandag 17 mei 10.00 – 12.00
Sessie 1 Ouderen	Ouderen mensen van Ichuña	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 17 mei 09.00 – 10.00 Maandag 17 mei 15.00 – 17.30 Maandag 17 mei 20.00 – 21.00
Bericht radio de ouders bedanken voor hun komst en opnieuw uitnodigen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Dinsdag 18 mei 10.00 – 10.30
Sessie 1 studenten van Technische Instituut	Studenten van het 3e jaar Toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 17 mei 10.00 – 11.00 Dinsdag 18 mei 16.00 – 18.00 Dinsdag 18 mei 20.00 – 21.30
Sessie 3 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester Toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 18 mei 09.00 – 10.00 Woensdag 19 mei 16.00 – 18.00 Woensdag 19 mei 20.00 – 21.00
Sessie 2 studenten meidengroep	Studenten van het 1 ^e jaar van het Pedagogisch Instituut	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Woensdag 19 mei 09.00 – 10.00 Donderdag 20 mei 14.00 – 16.00 Donderdag 20 mei 20.00 – 21.30
Data-analyseren van de sessies van 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Coderen Bespreken Lezen	Donderdag 21 mei 20.00 – 22.00
Sessie 3 kinderen Ichuña	Kinderen Ichuña Muziekgroep	Sofia en Nicole Sofia Sofia	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Donderdag 21 mei 09.00 – 10.00 Vrijdag 22 mei 16.00 – 18.00 Vrijdag 22 mei 20.00 – 21.00
Week 21				
Muziek zoeken voor oudere mensen	Samen met winkelhulp	Nicole	Zoeken Vragen stellen Kopen	Maandag 24 mei 09.00 – 09.30
Data-analyseren van de sessies van de groep kinderen van Ichuña op vrijdag	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Coderen Bespreken Lezen	Maandag 24 mei 09.30 – 11.00
Bericht radio uitnodiging ouders herhaling	Sofia	Sofia	Voorbereiden en uitvoeren	Maandag 24 mei 11.00 – 11.30

Sessie 2 Ouderen	Ouderen van Ichuña	Sofia en Nicole	Uitvoeren Reflectie	Maandag 24 mei 16.00 – 18.00 Maandag 24 mei 20.30 – 21.30
Sessie 2 Studenten van Technisch Instituut	Studenten van het 3e jaar	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 24 mei 13.00 – 14.00 Dinsdag 25 mei 16.00 – 18.00 Dinsdag 25 mei 20.00 – 21.30
Data-analyse 1 van de sessies van 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren en parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Woensdag 26 mei 08.30 – 11.00
Sessie 4 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester Toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 25 mei 09.00 – 10.00 Woensdag 26 mei 16.00 – 18.00 Woensdag 26 mei 20.00 – 21.30
Data-analyse 1 van de sessies van de groep kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren en parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Donderdag 27 mei 11.00 – 14.00 Vrijdag 28 mei 10.00 – 12.00
Sessie 3 studenten meidengroep	Studenten van het 1 ^e jaar van het Pedagogisch Instituut	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Donderdag 27 mei 10.00 – 11.00 Donderdag 27 mei 15.00 – 17.00 Donderdag 27 mei 20.00- 21.30
Sessie 4 kinderen Ichuña	Kinderen Ichuña Muziekgroep	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Vrijdag 28 mei 09.00 – 10.00 Vrijdag 28 mei 16.00 – 18.00 Vrijdag 28 mei 20.00 – 21.30
Werken aan scriptie	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Werken aan oriëntatie fase Invullen van de 5xW+H-formule	Zaterdag 29 mei 08.30 – 12.30 15.30 – 18.30
Werken aan scriptie	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Afwerken van oriëntatie fase	Zondag 30 mei 10.00 – 13.30 20.00 – 21.30
Week 22				
Email opstellen voor externe deskundigen	Jef Van Den Ouweland, Marc Roseeuw, Cecile Henissen, Ina van Keulen en Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Zondag 30 mei 21.00 – 22.00 Maandag 31 mei 09.30 – 10.00
Werken aan scriptie	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Literatuur lezen Voorbereiden diagnostische fase	Maandag 31 mei 10.30 – 13.00
Bericht radio uitnodiging ouderen herhaling	Sofia	Sofia	Voorbereiden en uitvoeren	Maandag 31 mei 11.00 – 11.30
Sessie 3 Ouderen	Ouderen van Ichuña	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zondag 30 mei 09.00 – 09.30 Maandag 31 mei 16.00 – 18.00 Maandag 31 mei 20.00 – 21.00
Schema's bestuderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Stappen van idee naar verkenning lezen en bespreken	Dinsdag 01 juni 11.30 – 12.30

			Reflectie formulieren bestuderen	
Sessie 3 Studenten van Technisch Instituut	Studenten van het 3e jaar	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 31 mei 09.30 – 10.30 Dinsdag 1 juni 16.00 – 18.00 Woensdag 02 juni 09.00 – 10.30
Sessie 5 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 1 juni 10.00 – 11.30 Woensdag 2 juni 16.00 – 18.00 Woensdag 2 juni 20.00 – 21.00
Bericht opstellen voor externe deskundige	Annelies de Tempeleare	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Woensdag 02 juni 11.30 – 11.45 Donderdag 3 juni 17.00 – 17.15
Sessie 4 studenten meidengroep	Studenten van het 1 ^e jaar van het Pedagogisch Instituut	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Woensdag 02 juni 10.30 – 11.30 Donderdag 3 juni 15.00 – 17.00 Donderdag 3 juni 19.00 – 20.00
Data-analyseren van de sessies van studenten meidengroep	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Coderen Bespreken Lezen	Donderdag 3 juni 20.00 – 21.30
Feedback externe deskundigen verwerken in data-analyse	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Lezen Verwerken	Donderdag 3 juni 13.00 – 15.00
Sessie 5 kinderen Ichuña	Kinderen Ichuña Muziekgroep	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Donderdag 3 juni 10.00 – 11.30 Vrijdag 4 juni 16.00 – 18.00 Vrijdag 4 juni 19.30 – 20.30
Data-analyseren van de sessies van studenten meidengroep	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Coderen Bespreken Lezen	Vrijdag 4 juni 11.30 – 12.30
Data-analyse 1 van de sessies van studenten meidengroep	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren en parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Vrijdag 4 juni 20.30 – 22.00 Zaterdag 5 juni 09.00 – 10.30
Email opstellen voor externe deskundige	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Zaterdag 5 juni 09.00 – 10.00
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	De 5XW+H formule aanpassen met de feedback van Jef Van Den Ouweland	Zaterdag 5 juni 10.30 – 12.00 Zaterdag 5 juni 17.00 – 18.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Reflectie volgens het STARR model	Zaterdag 5 juni 19.30 – 21.00
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Reflectie volgens het STARR model	Zondag 6 juni 09.30 – 12.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	STARR- model analyseren en hier van uit een besluit schrijven.	Zondag 6 juni 16.00 – 18.30
Week 23				
Bericht radio uitnodiging ouderen herhaling	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Uitvoeren	Maandag 7 juni 09.00 – 09.30

Sessie 4 Ouderen	Ouderen van Ichuñā	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zondag 6 juni 09.00 – 09.30 Maandag 7 juni 16.00 – 18.00 Maandag 7 juni 20.00 – 21.00
Data-analyse 1 ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Maandag 7 juni 14.00 – 15.00 21.00 – 21.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Het model van Korthagen toepassen op besluiten van het STARR model	Maandag 7 juni 14.30 – 15.30
Sessie 4 Studenten van Technisch Instituut	Studenten van het 3e jaar	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 7 juni 09.30 – 10.30 Dinsdag 8 juni 16.00 – 18.00 Dinsdag 8 juni 19.30 – 20.30
Data-analyse 1 Studenten Technisch Instituut 3e jaar	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Dinsdag 8 juni 11.00 – 12.00
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Het model van Korthagen toepassen op besluiten van het STARR- model	Dinsdag 8 juni 13.30 – 15.30
Data-analyse 1 studenten van het 3e jaar toerisme	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Dinsdag 8 juni 20.30 – 21.30
Sessie 6 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 8 juni 10.00 – 11.00 Woensdag 9 juni 16.00 – 18.00 Woensdag 9 juni 19.30 – 20.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Het model van Korthagen toepassen op besluiten van het STARR- model	Woensdag 9 juni 13.00 – 14.30
Data-analyse 1 ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren en parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Woensdag 9 juni 14.30 – 15.30
Data-analyse studenten van het 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Donderdag 9 juni 11.30 – 12.00
Feedback externe deskundigen verwerken in data-analyse	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Data-analyse ouderen aanpassen en herschrijven	Donderdag 10 juni 13.00 – 14.30
Sessie 5 studenten meidengroep	Studenten van het 1 ^e jaar van het Pedagogisch Instituut	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Woensdag 2 juni 10.30 – 11.30 Donderdag 10 juni 15.00 – 17.00 Donderdag 10 juni 19.30 – 20.30
Feedback externe deskundigen verwerken in data-analyse	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Data-analyse ouderen aanpassen en herschrijven	Vrijdag 11 juni 10.00 – 11.00
Data-analyse 1 ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Vrijdag 11 juni 11.00 – 12.00 14.30 – 15.30
Sessie 6 kinderen Ichuñā	Kinderen Ichuñā Muziekgroep	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Donderdag 10 juni 10.30 – 11.30 Vrijdag 11 juni 16.00 – 18.00

			Reflectie	Vrijdag 11 juni 19.30 – 21.00
Data-analyse 2 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Vrijdag 11 juni 21.15 – 21.45
Data-analyse 1 ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Zoeken naar relaties	Zaterdag 12 juni 09.15 – 09.45
Data-analyse studenten 3e jaar toerisme	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Zaterdag 12 juni 10.00 – 12.30 14.30 – 18.00
Email opstellen voor externe deskundige	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Zaterdag 12 juni 18.00 – 18.30
Activiteiten Arequipa	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Brainstormen Neerschrijven	Zaterdag 12 juni 17.45 – 21.30
Data-analyse 2 studenten 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Zondag 13 juni 8.30 – 12.00 16.00 – 18.00
Data-analyse 2 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Zondag 13 juni 20.00 – 21.00
E mails	Ina van Keulen Roberto Cervantes	Sofia en Nicole	E-mails opstellen en versturen	Zondag 13 juni 21.00 – 21.30
Week 24				
Sessie 5 Ouderen	Ouderen van Ichuña	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 14 juni 09.00 – 09.30 Maandag 14 juni 16.00 – 18.00 Dinsdag 14 juni 11.00 – 12.00
Bericht radio uitnodiging ouderen herhaling	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Uitvoeren	Maandag 14 juni 09.00 – 09.30
Data-analyse 2 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Maandag 14 juni 10.30 – 12.00 Maandag 14 juni 14.00 – 15.30
Sessie 5 Studenten van Technisch Instituut	Studenten van het 3e jaar	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 14 juni 09.30 – 10.30 Dinsdag 15 juni 16.00 – 18.00 Dinsdag 15 juni 19.30 – 20.30
Data-analyse 2 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Dinsdag 15 juni 09.00 – 10.30
Sessie 7 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 15 juni 14.00 – 15.00 Woensdag 16 juni 16.00 – 18.00 Woensdag 16 juni 19.30 – 20.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Lezen van data-analyses en selecteren van problemen	Woensdag 16 juni 10.30 – 12.00
Sessie 6 studenten meidengroep	Studenten van het 1 ^e jaar van het Pedagogisch	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Woensdag 16 juni 09.30 – 10.30 Donderdag 17 juni 15.00 – 17.00

	Instituut		Reflectie	Donderdag 17 juni 19.45 – 21.00
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Diagnose vanuit de data-analyse	Donderdag 17 juni 08.15 – 11.00 Donderdag 17 juni 15.00 – 17.00
Week 25				
Sessie 1 Gevangenis	Vrouwen in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zondag 20 juni 20.00 – 22.00 Maandag 21 juni 09.00 – 11.00 Maandag 21 juni 20.00 – 21.00
Sessie 1 Gevangenis	Tieners in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zondag 20 juni 20.00 – 22.00 Maandag 21 juni 12.00 – 13.00 Maandag 21 juni 20.00 – 21.00
Sessie 1 Juan 23	Verwaarloosde kinderen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zondag 20 juni 20.00 – 22.00 Maandag 21 juni 16.00 – 17.30 Maandag 21 juni 20.00 – 21.00
Sessie 1 wijk Congata	Gezinnen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zondag 20 juni 20.00 – 22.00 Maandag 21 juni 18.30 – 19.30 Maandag 21 juni 20.00 – 21.00
Sessie 2 Gevangenis	Vrouwen in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 21 juni 22.00 – 22.45 Dinsdag 22 juni 09.00 – 11.00 Dinsdag 22 juni 21.00 – 22.00
Sessie 2 Gevangenis	Tieners in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 21 juni 22.00 – 22.45 Dinsdag 22 juni 12.00 – 13.00 Dinsdag 22 juni 21.00 – 22.00
Sessie 2 Juan 23	Verwaarloosde kinderen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 21 juni 22.00 – 22.45 Dinsdag 22 juni 16.00 – 17.30 Dinsdag 22 juni 21.00 – 22.00
Sessie 2 wijk Congata	Gezinnen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 21 juni 22.00 – 22.45 Dinsdag 22 juni 18.30 – 19.30 Dinsdag 22 juni 21.00 – 22.00
Sessie 3 Gevangenis	Vrouwen in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Woensdag 23 juni 07.30 – 08.00 Woensdag 23 juni 09.00 – 11.00 Woensdag 23 juni 20.00 – 21.00
Sessie 3 Gevangenis	Tieners in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Woensdag 23 juni 07.30 – 08.00 Woensdag 23 juni 12.00 – 13.00 Woensdag 23 juni 20.00 – 21.00
Sessie 3 Juan 23	Verwaarloosde kinderen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Woensdag 23 juni 07.30 – 08.00 Woensdag 23 juni 16.00 – 17.30 Woensdag 23 juni 20.00 – 21.00
Sessie 3 wijk Congata	Gezinnen	Sofia en Nicole	Voorbereiden	Woensdag 23 juni 07.30 – 08.00

			Uitvoeren Reflectie	Woensdag 23 juni 18.30 – 19.30 Woensdag 23 juni 20.00 – 21.00
Sessie 4 Gevangenis	Vrouwen in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Donderdag 24 juni 07.30 – 08.00 Donderdag 24 juni 09.00 – 11.00
Sessie 4 Gevangenis	Tieners in de gevangenis	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Donderdag 24 juni 07.30 – 08.00 Donderdag 24 juni 12.00 – 13.00
Sessie 4 Juan 23	Verwaarloosde kinderen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Donderdag 24 juni 07.30 – 08.00 Donderdag 24 juni 16.00 – 17.30
Sessie 4 wijk Congata	Gezinnen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren	Donderdag 24 juni 07.30 – 08.00 Donderdag 24 juni 18.30 – 19.30
Week 26				
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Diagnose vanuit data-analyse	Maandag 28 juni 08.45 – 12.00
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Inleiding diagnostische fase Therapeutisch handelen	Dinsdag 29 juni 08.30 – 12.00 Dinsdag 29 juni 14.00 – 18.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Onderzoekstechnieken	Woensdag 30 juni 08.30 – 12.00
Werken aan voorfase en oriëntatiefase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	De entree in Arequipa en Ichuña herschrijven	Woensdag 30 juni 13.30 – 16.00
Werken aan probleemstelling, vraagstelling en doelstelling	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Herlezen en verbeteren	Woensdag 30 juni 16.00 – 19.30
Werken aan Voorfase en Oriëntatiefase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Actie onderzoeksnetwerk herlezen en verbeteren	Donderdag 1 juli 09.00 – 18.00
Sessie 7 groep kinderen Ichuña	Kinderen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflecteren	Donderdag 1 juli 18.00 – 18.30 Vrijdag 2 juli 16.00 – 18.00 Zaterdag 3 juli 09.00 – 10.00
Verslag Arequipa	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Neerschrijven van ervaringen, observaties, werkvormen, houding, interventies en doelen.	Vrijdag 2 juli 10.00 – 12.00
Data-analyse van studenten meidengroep	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Zaterdag 3 juli 14.00 – 17.00
Bericht radio uitnodiging ouders herhaling	Nicole	Nicole	Uitvoeren	Zondag 4 juli 10.00 – 10.30
Week 27				
Sessie 6 Ouderen	Ouderen van Ichuña	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflectie	Zaterdag 3 juli 10.00 – 11.00 Maandag 5 juli 16.00 – 18.00 Maandag 5 juli 20.00 – 21.00
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Schema's diagnostische fase	Maandag 5 juli 09.30 – 12.00

			samenvoegen	Maandag 5 juli 14.00 – 15.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Nood aan veiligheid	Dinsdag 6 juli 14.00 – 15.30
Sessie 6 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 3e jaar	Sofia en Nicole	Vorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 5 juli 08.30 – 09.30 Dinsdag 6 juli 16.00 – 18.00 Woensdag 7 juli 08.30 – 09.30
Sessie 8 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Vorbereiden Uitvoeren Reflectie	Dinsdag 6 juli 08.30 – 09.30 Woensdag 7 juli 16.00 – 18.00 Donderdag 8 juli 09.00 – 09.30
Data-analyse studenten Technisch Instituut 3e jaar	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren, parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Woensdag 7 juli 09.30 – 11.15 Woensdag 7 juli 14.30 – 15.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Nood aan veiligheid	Donderdag 8 juli 09.30 – 11.30
Sessie 8 groep kinderen Ichuña	Kinderen	Sofia en Nicole	Vorbereiden Uitvoeren Reflecteren	Donderdag 8 juli 18.00 – 18.30 Vrijdag 9 juli 16.00 – 18.00 Zondag 11 juli 10.00 – 10.30
Werken aan diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Nood aan erkenning	Vrijdag 9 juli 08.30 – 11.30 Vrijdag 9 juli 14.00 – 15.30
Feedback van Claudia verwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Data-analyse 2 Pedagogisch Instituut aanpassen	Zondag 11 juli 10.30 – 11.30
Data-analyse 2 studenten Technisch Instituut 3e jaar	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren, parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Zondag 11 juli 17.00 – 18.30
Week 28				
Sessie 7 Ouderen	Ouderen van Ichuña	Sofia en Nicole	Vorbereiden Uitvoeren Reflectie	Maandag 12 juli 08.30 – 09.30 Maandag 12 juli 16.00 – 18.00 Woensdag 14 juli 09.00 – 10.00
Data-analyse 2 studenten Technisch Instituut 3e jaar	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren, parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Maandag 12 juli 09.30 – 12.30
Email opstellen voor externe deskundige	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Maandag 12 juli 12.30 – 12.45 Dinsdag 13 juli 10.00 – 10.30
Sessie 9 studenten Technisch Instituut	Studenten van het 1 ^e semester toerisme	Sofia en Nicole	Vorbereiden Uitvoeren Reflecteren	Woensdag 14 juli 10.00 – 11.00 Vrijdag 16 juli 11.30 – 13.30 Zaterdag 17 juli 09.00 – 10.30
Data-analyse 2 Ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Woensdag 15 juli 11.00 – 12.30
Data-analyse 3 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Woensdag 15 juli 12.30 – 13.30
Data-analyse 2 Ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren, parafraseren, categoriseren, thematiseren en	Donderdag 15 juli 16.00 – 19.30

			zoeken naar relaties	
Sessie 9 kinderen Ichuña	Kinderen	Sofia en Nicole	Voorbereiden Uitvoeren Reflecteren	Vrijdag 16 juli 14.30 – 15.15 Vrijdag 16 juli 16.00 – 18.00 Zaterdag 17 juli 16.30 – 18.30
Data-analyse 2 Ouderen	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Zoeken naar relaties	Zaterdag 17 juli 20.30 – 21.30
Email opstellen voor externe deskundige	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Zaterdag 17 juli 21.30 – 21.45
Feedback verwerken van Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Data-analyse 2 van studenten van het 3e jaar verbeteren	Zaterdag 17 juli 21.45 – 22.15
Data-analyse 3 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren	Zaterdag 17 juli 22.30 – 23.30
Email opstellen voor externe deskundige	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Zondag 18 juli 16.00 – 17.30
Week 29				
Data-analyse 3 studenten Technisch instituut	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren, parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Maandag 19 juli 08.30 – 13.00
Data-analyse 3 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Selecteren, parafraseren, categoriseren, thematiseren en zoeken naar relaties	Maandag 19 juli 14.00 – 16.00 Maandag 19 juli 18.00 – 19.00 Maandag 19 juli 20.00 – 21.30
Data-analyse 3 kinderen Ichuña	Sofia en Nicole		Zoeken naar relaties	Dinsdag 20 juli 09.00 – 10.00
Data-analyse 3 studenten Technisch Instituut	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Zoeken naar relaties	Dinsdag 20 juli 10.30 – 11.45
Email opstellen voor externe deskundige	Claudia Crumbach	Sofia en Nicole	Bericht schrijven Versturen	Dinsdag 20 juli 11.45 – 12.15
Week 32				
Werken aan de diagnostische fase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	De diagnose van de deelnemer	Maandag 9 augustus 10.00 – 16.00
Bespreking werkplan	Jef Van Den Ouweland	Sofia en Nicole	Evalueren	Maandag 9 augustus 16.00 – 19.00
Werken aan ontwikkelingsfase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Data-analyses onderzoeken Reflecteren over data-analyse en vormen van het werkplan	Maandag 9 augustus 19.00 – 22.00 Dinsdag 10 augustus 09.00 – 19.00 Woensdag 11 augustus 09.00 – 16.00 Donderdag 12 augustus 10.00 – 17.00
Maken van de uitnodiging voor	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Maken en versturen	Woensdag 11 augustus 21.30 –

de projectpresentatie				23.30
Werken aan de evaluatiefase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Hoe en met wie? Literatuur onderbouwing	Donderdag 12 augustus 17.00 – 23.00
Werken aan de evaluatiefase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Effecten zoeken in data-analyse en classificeren	Vrijdag 13 augustus 09.00 – 13.00
Week 33				
Werken aan de evaluatiefase	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Beschrijven en ordenen van de effecten	Maandag 16 augustus 09.00 – 23.00
Verschillende aspecten afwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Afronden evaluatiefase, voorkant scriptie, feedback van Ina van Keulen afwerken	Dinsdag 17 augustus 09.00 – 16.00 Dinsdag 17 augustus 20.00 – 23.00
Literatuur zoeken en verwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	In de bibliotheek van Hogeschool Zuyd zoeken naar literatuur en deze verwerken	Woensdag 18 augustus 09.00 – 13.30 Woensdag 18 augustus 15.30 – 23.00
Literatuur verwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	In de bibliotheek werken aan hoofdstuk over methoden en de kwaliteitscriteria verwerken	Donderdag 19 augustus 09.00 – 13.00 Donderdag 19 augustus 15.30 – 23.00
Literatuur onderzoek bekijken en feedback verwerken			Feedback geven aan elkaar over literatuur onderzoek en feedback van Ina verwerken	Vrijdag 20 augustus 09.00 – 15.00
Week 34				
Gesprek over scriptie en discussie	Ina van Keulen	Sofia en Nicole	Feedback krijgen over scriptie en tips en adviezen voor discussie	Maandag 23 augustus 09.00 – 11.00
Discussie schrijven	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Doelstelling reflecteren Motivatie over project behaald is Sterkten en tekortkomingen Interpreteert resultaten	Maandag 23 augustus 11.00 – 13.00 Maandag 23 augustus 15.30 – 23.00
Discussie schrijven	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Integratie resultaten werkmodel Vergelijking van werkmodel Aanbevelingen voor vervolg onderzoek	Dinsdag 24 augustus 09.00 – 13.00 Dinsdag 23 augustus 15.30 – 23.00
Afronden en afwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Samenvatting, voorwoord, inleiding, inhoudsopgave, lay-out en scriptie nalezen	Woensdag 24 augustus 09.00 – 23.00
Feedback verwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Feedback van Joris Bruneel	Donderdag 25 augustus 09.00 –

			verwerken	13.00
Gesprek	Ina van Keulen	Sofia en Nicole	Gesprek en feedback op over discussie	Donderdag 26 augustus 13.00 – 14.30
Afronden en afwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Scriptie afwerken	Donderdag 26 augustus 16.00 – 23.00
Afronden en afwerken	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Scriptie nalezen en afwerken Afdrukken van scriptie	Vrijdag 27 augustus 09.00 – 15.00
Inleveren van scriptie	Sofia en Nicole	Sofia en Nicole	Inleveren op Hogeschool Zuyd	Donderdag 2 september

Bijlage 11: Foto's van het leven en werken in Peru

Het dorp Ichuña



Ichuña, gelegen in de vallei van de Tambo, beschermd door de Apu's of goden van de bergen.

De traditionele klederdracht van Ichuñā.



Het werken met de kinderen in Ichuña



Fantasierijk dansen in de schapenstront



Accepteer jezelf. Wie het hardst kan knuffelen!

Het werken met de studenten in Ichuñā



Een standbeeld uit de individuele frase van Edison.

Het werken met de ouderen in Ichuñā



Twee werelden gaan hand in hand.

Het werken met de vrouwen in de gevangenis



Van binnen naar buiten!



Roberto, enkele vrouwen en wij in de gevangenis.

Het werken met tieners in de gevangenis in Arequipa



Rust en ontspanning door aanraking van je lichaam.



Leg jezelf, je kracht en je expressie in de dans.

Het werken met de gezinnen in Arequipa



Van jong naar oud, van klein naar groot

Het werken met de verwaarloosde kinderen in Arequipa



Iedereen is welkom in onze kring.



Geven wordt nemen en nemen is geven...



Wat is het koud, zo dicht bij de Misti!



Kiekeboe! Ik ben er voor jou!