

Samenvatting

In de media komt in toenemende mate naar voren dat kinderen het steeds drukker krijgen, meer verplichtingen hebben en onder grote druk moeten presteren. Kinderen krijgen te maken met uiteenlopende problemen die terug te brengen zijn naar de thuis-, school- of sociale situatie. Deze situaties kunnen al op zeer jonge leeftijd stressgevoelens tot gevolg hebben. Deze stressgevoelens kunnen invloed uitoefenen op de manier waarop een kind het dagelijks leven ervaart en beleeft. In dit onderzoek wordt gekeken op welke manier en in welke mate fantasiegebruik ingezet kan worden om stressgevoelens bij kinderen te verminderen en de beleving van kinderen te optimaliseren. De keuze voor fantasiegebruik als interveniërende factor is wetenschappelijk onderlegd en afkomstig van de bewezen verwerkende-, ontwikkelende-, ontsnappende- en ontspannende werking ervan.

Gedrag kan veranderd worden door een persoon bloot te stellen aan een transformerende beleving. Binnen deze beleving moet een persoon het nieuwe gedrag ten opzichte van het oude gedrag als positief ervaren, waardoor dit nieuwe gedrag zal toenemen. De transformerende beleving wordt geregisseerd met behulp van de instrumenten thematiseren, zintuiglijke prikkels, storytelling, spel en animatie. Om extra niveau aan te brengen binnen deze beleving wordt ook het hoogste niveau van gemoedstoestand nagestreefd, namelijk een flowervaring. Een beleving blijft langer hangen wanneer een kind binnen deze beleving zelf ervaring op heeft kunnen doen en hier zal de transformerende beleving dan ook mogelijkheid toe moeten bieden.

Daarnaast kunnen ook succeservaringen fijne gevoelens bij kinderen oproepen die binnen de transformerende beleving dan ook nagestreefd worden.

Uit dit onderzoek blijkt dat fantasiegebruik stresssymptomen tijdens en na deelname aan de fantasietherapie reduceert, waarbij de resultaten weliswaar iets sterker zijn tijdens deelname aan de fantasietherapie dan achteraf aan deelname. Daarnaast bereikt fantasiegebruik ook een (bepaalde mate van een) flowervaring, die in direct verband staat met het laten afnemen van stresssymptomen. Er is een direct verband geconstateerd tussen het ervaren van een hogere mate van een flowervaring en een mindere aanwezigheid van stresssymptomen.

Als in het leven van een kind een vast terugkomend fantasie-element toegevoegd wordt, wordt fantasiegebruik in het levenspatroon geïmplementeerd. Hierdoor kan constante tegenstand geboden worden aan stress. Door een andere manier van denken aan te leren en kinderen anders tegen bepaalde situaties aan te laten kijken, zou op lange termijn zelfs het proces waarin stress ontstaat beïnvloed kunnen worden.