

INTERVIEW Christel Bos vestigt zich met haar team aan rand 't Waarderhout

Kaplaarzen bij de deur van de kinderpsycholoog

Nu ze verhuisd zijn naar een nieuw pand aan de landelijke Beukenlaan, kan het team van Kinderpsychologen–nhn eindelijk doen waar ze al jaren van droomden: de natuur in met hun cliënten.



Daphne Damiaans
 redactie.ac@nhd.nl

Heerhugowaard ■ Druk gebarend loopt Christel Bos door park 't Waarderhout. „Kijk, daar is een sloot. Ik vraag dan aan een kind: waar doet dit je aan denken? Ze identificeren zichzelf bijvoorbeeld met het geknakte riet, dat net als zij worstelen om omhoog te komen. Wat voor hulpmiddelen zien ze voor dat riet? Een stok, of andere elementen die ze hier in de natuur vinden?”

Natuur

Afgelopen maand verhuisden de kinderpsychologen van het Stationsplein naar een gloednieuw pand aan de Beukenlaan, aan de oostrand van Heerhugowaard. Daar zijn ze volgens Christel en haar compagnon Leontien Dirkse helemaal op hun plek, omdat ze eindelijk de natuur voor de deur hebben. Om dat te benadrukken, staat er direct bij de ingang een hele reeks kaplaarzen klaar.

Ze vertelt dat het team een aantal jaar geleden een meerdaagse buitenpsychologie cursus volgde, maar daar tot nu toe te weinig mee kon doen. „Leontien en ik zijn echte wandelaars, we weten hoe helpend de natuur kan zijn. Daarom zijn we fan van de buitenpsychologie: die gaat uit van de kracht-



Psycholoog Christel Bos in 't Waarderhout.

FOTO'S ERNA FAUST/FAY QUANT

tige combinatie van natuur, bewegen en psychologie.”

Ze legt uit hoe die kracht zich uit: „Lichaam, geest en natuur zijn een drie-eenheid. De natuur is er altijd en net als de mens steeds in ontwikkeling. De seizoenen zijn een prachtige metafoor voor ons leven. Juist daarom is het jammer dat sommige kinderen zo weinig buiten komen en vooral in nare

stenen woonwijken zijn.”

Al wandelend door 't Waarderhout legt Christel uit hoe een behandeling in de praktijk werkt. „Ik spreek met de kinderen af dat ze zich niet hoeven bezig te houden met de andere mensen en honden die hier zijn, ik scherm ze af. Zij mogen zich volledig richten op de natuur. Terwijl we lopen, stel ik ze vragen. Daarbij gebruik ik elemen-

ten die hier in het park zijn. De bomen, een bankje, een brug. Zo kan dit kleine boomblad een vader zijn en het grote boomblad een moeder symboliseren.”

Ze wijst naar twee parallel lopende paden. „Laatst was ik hier met een meisje met angstproblemen. We kozen één pad als het angstpad en een ander pad als het hulppad. Elke keer dat we hier nu zijn, vraag

ik haar te voelen op welk pad ze wil lopen en wat dat met haar doet.” Alleen al het feit dat je naast elkaar loopt en niet aan tafel zit in een behandelkamer, maakt volgens Christel dat kinderen zich rustiger voelen en makkelijker praten over hun gevoel.

Wachttijl

Ook de andere (deels GZ-)psychologen en orthopedagogen in het team van Christel en Leontien passen de buitenpsychologie nu toe in hun werk. Christel vermoedt dat het een van de redenen is dat de praktijk zo snel is gegroeid naar veertien medewerkers: „Blijkbaar slaat het concept aan bij zowel de cliënten als de medewerkers. Wij hebben nooit moeite met het vinden van psychologen, ze kiezen er bewust voor om hier te werken. En, hoe jammer ik het ook vind, nieuwe cliënten komen bij ons eerst op de wachtlijst.”

De Buitenpsychologen, waarbij Christel en haar team de cursus volgden, hebben zelfs geen kantoor meer – zij doen al hun werk buiten. Dat gaat de Heerhugowaardse psychologen nog een stapje te ver. „We vinden het toch wel fijn om een werkplek te hebben en ook binnen cliënten te kunnen ontvangen. Ik sta zelf ook niet te springen om een wandeling als het hard regent. Als een kind niet naar buiten wil, hoeft het ook zeker niet. Maar grappig genoeg is dat eigenlijk nog nooit gebeurd.”



„We zijn fan van de buitenpsychologie: die gaat uit van de krachtige combinatie van natuur, bewegen en psychologie.”

„
 Dat kleine
 boomblad kan
 je vader zijn, dat
 grote boomblad
 je moeder