

Boos!

Heb jij dat ook wel eens? Dat je alles en iedereen stom vindt? Dat je boos bent op de hele wereld en je ongelukkig voelt? Luna (7 jaar) had daar zo vaak last van dat ze naar creatieve therapie ging. Dan ga je elke week naar iemand toe, die jou helpt door met je te knutselen en te praten. Met Luna gaat het nu een stuk beter.

Wat was er met jou aan de hand?

Ik voelde me alleen en was vaak boos. Omdat ik de aarde stom vind met al die fabrieken en auto's. Ik vind het ook stom dat mensen dieren doodmaken. Als je volwassen wordt, ga je alleen maar aan jezelf denken. Daarom wil ik niet ouder worden dan zeven jaar, maar weer opnieuw bij nul beginnen. Ik wil ook niet leren autorijden, want dat is slecht voor de natuur. En ik wil ook geen baan, want ik wil geen geld. Als je heel rijk bent, doe je niet aardig. Dan ben je heel hebberig.

Wisten je ouders hoe jij je voelde?

Ja, we gingen er vaak over praten. Maar daar werd ik alleen maar bozer van. Ik kreeg geluksstenen en een boekje om op te schrijven

wat ik voelde. Soms mocht ik TV kijken zodat ik niet meer aan al die rottige dingen hoefde te denken. Maar het ging niet over.

En toen?

Toen mocht ik elke week naar een mevrouw om te knutselen. Zij heette Dieuwer. Eerst dacht ik dat ik dingen moest maken waar ik vrolijk van zou worden als ik er naar keek. Maar van het knutselen zelf werd ik vrolijk. Dieuwer vroeg vaak hoe ik me voelde. Dat vond ik niet altijd leuk. Soms zei ik dat ik niet wilde praten, maar door wilde gaan met knutselen.

Wat heb je bij Dieuwer gemaakt?

Ik heb een paashaas, een panter en een cactus gemaakt van klei. Ik heb ook een schilderij gemaakt van een



Boos



Eenzaam



Schilderij van Luna en Dieuwer



diamant en een heleboel tekeningen. Het leukste was het schilderij dat ik samen met Dieuwer maakte. Om de beurt mochten we iets verven, ik met gele en Dieuwer met rode verf. Ik heb ook een keer een houten doosje beschilderd. Daar heb ik boze gedachten in gedaan en die heb ik in de tuin vrijgelaten.

Heeft de therapie geholpen?

Ja, want ik ben nu bijna nooit meer zo boos op alles. Maar ik weet niet hoe het gaat als het weer winter wordt. Want als het slecht weer is, voel ik me vaker boos.

Heb je nog tips voor kinderen die zich ook zo voelen?

Je moet een plekje maken voor jou alleen. Daar bewaar je spulletjes die geluk brengen. Ik heb een nieuw stapelbed en onderin is mijn hut. Daar liggen geluksstenen, schelpen, een

haaiantand en een glazen piramide. Als ik boos ben, ga ik daar zitten.

Wil je nu toch wel 8 jaar worden?

Ja, en later word ik tekenaar of schilder. Dan maak ik een klein winkeltje waar ik mijn kunstwerken verkoop. Heel goedkoop, want ik wil niet veel geld verdienen.

Tekst en foto's: Esther Smid

