

# MEFAAL

*Tijdschrift Interactionele Vormgeving*

*Driemaandelijks tijdschrift  
Eerste jaargang, nummer 2  
15 april '99 - 15 juli '99*

## **INTERACTIONELE VORMGEVING**

**Interactionele Vormgeving (I.V.)** is een nieuwe, eigen vorm ontstaan uit de wisselwerking van reeds bestaande therapiestromingen. I.V. heeft haar wortels in de humanistische en transpersoonlijke psychologie, werd gevoed door stromingen als Gestalt, Psychosynthese, Psychodrama, Bio-energetica en N.L.P., en is beïnvloed door o.a. de theorie van Jung en het Systeemdenken.

I.V. sluit aan bij de vernieuwingen in de psychotherapie, omdat het de mens als geheel benadert, het lichaam als een belangrijke invalshoek gebruikt, de mens in relatie bekijkt, oog heeft voor de transpersoonlijke dimensie en aansluit bij een meersporenbeleid.

Metafoor is een uitgave van de **Vlaamse Vereniging voor Therapeuten in de Interactionele Vormgeving vzw (V.V.T.I.V.)**

De vierjarige therapeutenopleiding Interactionele Vormgeving, evenals de mogelijkheid tot supervisie en specialisatie, worden georganiseerd binnen de **Educatieve Academie vzw.**

metafood

## IN DIT NUMMER

### VOORWOORD

door *Erica Van Hylekama* 3

### ARTIKELS

#### THERAPIE BIJ VROUWEN DIE INCEST MEEMAAKTEN

door *Carine Schaep* 5

#### WEERSTAND

#### OF DE GEPROJECTEERDE ONKUNDIGHEID VAN DE THERAPEUT NAAR ZIJN CLIËNT

door *Rob Dewulf* 9

#### DE MENS ALS METAFOOR

door *Els Van Sonhoven* 17

### INTERVIEW

#### DE WAARHEID VAN HET MOMENT

#### 'JE HOEFT DE DINGEN NIET MOOIER TE MAKEN DAN ZE ZIJN EN DAARBIJ IS HET AL MOOI GENOEG'

Interview met *Riekje Boswijk-Hummel* door *Pien Savonije* 13

### COLUMN

#### BEDENKING

#### HET IN BALANS BRENGEN VAN NAGY'S CONTEXTUELE THERAPIE EN INTERACTIONELE VORMGEVING

door *Martine De Bondt* 23

### GEDICHTEN

NAAMLOOS door *Jürgen Peeters* 3

BIO-ENERGETICA door *Adrienne* 3

NAAMLOOS door *Adrienne* 8

TWEE HAIKU'S door *Chris Jonckheere* 8

NAAMLOOS door *Jürgen Peeters* 24

NAAMLOOS door *Jürgen Peeters* 24

### BOEKENRUBRIEK

EUGENE GENDLIN: FOCUSSEN EN JE DROMEN door *Els Van Sonhoven* 25

KEN WILBER: DE INTEGRATIE VAN WETENSCHAP EN RELIGIE door *Els Van Sonhoven* 25

### INFORMATIE

#### DE VLAAMSE VERENIGING VOOR THERAPEUTEN IN DE INTERACTIONELE VORMGEVING (V.V.T.I.V)

door *Bruno Van den Bosch* 4

#### PROGRAMMA 1998-1999 / 1999-2000

Informatie over de therapeutenopleiding, de introductieweekenden en de specialisaties 26

### ACHTERPAGINA

COLOFON en adressen 28

## VOORWOORD

*'Proficiat met de geboorte van jullie nieuwe geesteskind!'*

*'Professioneel en doordacht, degelijk, boeiend, warm en goed'*

*'...en die inhoud mag er zijn, van hoog niveau en inzichtelijk verrijkend'*

*'...en geeft mij als therapeut in spe een extra positieve ondersteuning om ermee door te gaan'*

Wij danken iedereen voor deze en andere blijken van waardering naar aanleiding van het verschijnen van Metafoor nummer 1, jaargang 1.

Metafoor is een uitgave van de *Vlaamse Vereniging voor Therapeuten in de Interactionele Vormgeving* vzw, afgekort V.V.T.I.V.

V.V.T.I.V. vzw ontstond in de schoot van weer een andere vzw: de Educatieve Academie (EA vzw), opgericht in 1989 als Centrum voor Vorming en Therapie. Het centrum biedt individuele, relatie- en gezinstherapie, thema- en therapiegroepen.

Vanaf 1995 bevat de Educatieve Academie ook de - inmiddels vierjarige - therapeutenopleiding Interactionele Vormgeving.

V.V.T.I.V. is de beroepsvereniging van de therapeuten in de Interactionele Vormgeving met Metafoor als vakblad.

Bruno Van den Bosch zet in deze Metafoor de doelstellingen en activiteiten van de vzw op een rijtje.

We hopen dat ook deze Metafoor, eerste jaargang, nummer 2, u kan welgevallen en herhalen dat uw reacties steeds bijzonder welkom zijn op het redactieadres.

Maart 1999, Erica van Hylckama

En toen kwamen de letters  
uit het boek  
Ze nestelden zich  
In ontvankelijke hersenkronkels  
Een mystieke ervaring

De schrijver wordt uit zijn boek getild  
De ouders drijven boven  
In het wezen van het kind

Jürgen Peeters

### Bio-energetica

Vogels pikken gaten  
in mijn hersenen -  
zwarte gaten  
verslinden Kronos.

Mijn microkosmos van  
omgevormde materie  
breekt open  
in een existentiële  
Big Bang  
Orgone.

Adrienne

# DE VLAAMSE VERENIGING VOOR THERAPEUTEN IN DE INTERACTIONELE VORMGEVING VZW (V.V.T.I.V.)

## **Wat is de V.V.T.I.V.?**

De V.V.T.I.V. is de beroepsvereniging van de therapeuten in de Interactionele Vormgeving en dient als platform voor studenten en afgestudeerde studenten in de Interactionele Vormgeving. Dit met als belangrijkste doelstelling: het registreren, informeren, beschermen en het dichter bij elkaar brengen van enerzijds de (afgestudeerde) studenten en anderzijds het beroepsveld van de psychotherapie. Door het organiseren van studiedagen, congressen, het uitgeven van een tijdschrift en andere publicaties, enz. wil de vereniging de interactie tussen zowel de (afgestudeerde) studenten en het Instituut voor Interactionele Vormgeving als de (afgestudeerde) studenten onderling levendig houden.

## **Wat biedt de V.V.T.I.V.?**

### Registratie

Wanneer een student de opleiding voleindigd heeft, biedt de V.V.T.I.V. de mogelijkheid zich te laten registreren. Registratie houdt in dat de aanvrager de gedragsregels, zoals die zijn opgesteld door het V.V.T.I.V., ondertekent en dat hij/zij akkoord is met de vooropgestelde klachtenprocedure.

### Verwijzing

De V.V.T.I.V. wil functioneren als doorgeefluik tussen zowel verwijzers als vragers, en tussen de geregistreerde leden onderling. Ook hier is het sleutelwoord Interactie. De verwijzlijst wordt regelmatig gepubliceerd.

### Kwaliteitsbewaking

Vormgeving houdt wisselwerking in.

Om de kwaliteit van de opleiding te kunnen blijven garanderen ziet de Raad van Advies toe op het theoretische kader van de opleiding, verstrekt waar nodig advies of stuurt bij. De Raad van Advies bestaat uit een aantal deskundigen met diverse achtergronden (huisarts, psychiater enz.) en functioneert als een klankbord ten behoeve van de opleiding.

### Bevordering van Interactionele Vormgeving

Via studiedagen, congressen, publicaties (denk hierbij onder andere aan de artikels die verschijnen in Metafoor) biedt de V.V.T.I.V. de kans kennis te maken met of zich verder bij te scholen in de benadering van de Interactionele Vormgeving.

## **De V.V.T.I.V. en haar leden**

De V.V.T.I.V. kent 'gewone' leden en 'geregistreerde' leden. Iedereen kan 'gewoon' lid worden. Geregistreerde leden voleindigen de therapeutenopleiding Interactionele Vormgeving en ondertekenden de gedragscode. In beide lidmaatschappen is een abonnement op Metafoor inbegrepen (een gewoon abonnement op Metafoor behoort overigens ook tot de mogelijkheden) en biedt de mogelijkheid tot kortingen op toegangs- en aankooprijzen van congressen, studiedagen, publicaties,...

Bruno Van den Bosch

**De maatschappelijke zetel van de V.V.T.I.V. bevindt zich op het volgende adres:**

*Mercatorstraat 106  
2018 Antwerpen  
tel. 03/281 38 66*

# THERAPIE

## BIJ VROUWEN DIE INCEST MEEMAAKTEN

### INLEIDING EN AFBAKENING

Incest is de laatste jaren uit de taboesfeer gekomen. Het komt in het nieuws, en zowel kranten als tijdschriften schrijven erover, maar de verhalen gaan voornamelijk over jeugdige slachtoffers en hun volwassen ouders. Deze interesse in seksuele kindermishandeling is welkom en nodig, maar er is weinig geschreven over de volwassenen die als kind misbruikt werden en de schadelijke gevolgen vaak de rest van hun leven met zich meedragen. In vele gevallen liggen de herinneringen diep begraven. Het onbewuste verleden blijft echter spoken en de aangerichte schade wordt vaak pas tien of twintig jaar na de gebeurtenissen zichtbaar.

Het niet kennen en herkennen van signalen die op een incestverleden wijzen, kan een belemmering zijn in de hulpverlening. Het lijkt mij dan ook belangrijk om als hulpverlener voldoende kennis te vergaren over de traumatische neurose die er het gevolg van is, en die tot uiting kan komen op alle niveaus van de persoonlijkheid. De wijze waarop dit syndroom zichtbaar wordt bij incestslachtoffers wordt uitvoerig beschreven in de literatuur (een literatuurlijst vindt u aan het einde van deze artikelenreeks, in de volgende Metafoor). In deze Metafoor wil ik ingaan op de hulpverlening bij de emotioneel-psychologische problemen. Later volgt een artikel over hulpverlening op het gebied van lichaamsbeleving en seksualiteit.

Ik beperk mij doelbewust tot de problematiek van vader-dochter-incest, omdat die het vaakst voorkomt. Dit wil uiteraard niet zeggen dat er geen andere vormen van seksueel misbruik bestaan.

### VERSCHIL IN REACTIE EN ERNST VAN DE GEVOLGEN

Incest heeft hoe dan ook altijd schadelijke gevolgen. Een kind bevindt zich in een positie van afhankelijkheid ten opzichte van zijn/haar ouders, en in een levensfase waarin het zichzelf, zijn/haar seksualiteit en omgeving ontdekt. Die ontdekking behoeft vrede, vriendschap en vertrouwen. Wanneer een ouder zich seksueel aan dit kind vergrijpt, schaadt hij het vertrouwen en ontnemt hij het kind groeikansen tot relatiebekwaamheid.

De problemen waar deze vrouwen mee geconfronteerd worden, vertonen vaak een opmerkelijke gelijkheid, maar

toch zijn de symptomen niet voor iedereen dezelfde en vertonen de individuele ervaringen grote verschillen. Elk geval van incest is een eigen verhaal en bij iedere persoonlijke geschiedenis spelen ontelbare combinaties van verschillende factoren mee. De ernst van de gevolgen wordt niet alleen bepaald door de seksuele handelingen op zich, maar tevens door de disfunctionele aspecten van de gezinssituatie, waarbinnen die betrekkingen konden ontstaan en voortbestaan. De gezinnen van herkomst zijn vaak sterk problematisch, worden gekenmerkt door negatieve verhoudingen tussen de ouders, communicatiestoornissen tussen de gezinsleden, een liefdeloze sfeer en er kan ook sprake zijn van emotionele kinderverwaarlozing. Naarmate deze gezinseigenschappen uitgesprokener zijn, blijkt de emotionele schade van de incest groter.

Seksueel misbruik betekent, naast de intieme lichamelijke en emotionele nabijheid, tegelijkertijd de meest extreme afwijzing als persoon, waardoor het ontwikkelen van de ego-functie ernstig belemmerd wordt, wat het persoonlijke welbevinden grondig kan aantasten. Ondanks de pessimistische resultaten, blijven de meeste incestslachtoffers het hoofd boven water houden, al is dat vaak spartelend. Sommigen ontwikkelen zelfs een sterke overlevingsdrang, niettegenstaande de voortdurende strijd die ze moeten leveren tegen de gevolgen van het hun aangedane leed. Als therapeut is het vaak verbazingwekkend om te zien hoe mooi deze mensen soms opbloeien na al de dingen die ze hebben meegemaakt, en hoe gedreven ze vaak zijn om harmonie in hun leven te brengen.

### DE STAP NAAR THERAPIE

Een belangrijke stap voor incestslachtoffers is die over de drempel van de spreekkamer van de therapeut(-e). Het aantal meldingen neemt de laatste jaren fors toe, maar toch blijft het aantal vrouwen dat nooit bij de hulpverlening terecht komt groter. Bij velen duurt het tien tot dertig jaar vooraleer de incest in enig hulpverleningscontact ter sprake komt. Vrouwen die hulp zoeken, doen dit zelden met de incestervaring als aanmeldingsklacht. Meestal worstelen ze met diverse psychosociale of psychosomatische problemen, waarvan de oorsprong voor henzelf onduidelijk is. Ook gevoelens van eenzaamheid of isolement, of problemen met de partner of de kinderen,

vormen vaak de aanleiding om zich te melden. De meeste vrouwen leggen niet direct het verband met de incest. Vaak zijn die ervaringen diep weggestopt en verdrongen, en duurt het soms jaren voordat de herinneringen terug levend worden. Ze hebben dan dikwijls al een hele hulpverleningscarrière achter de rug, waarbij signalen over incest niet werden herkend. Zo zijn zij al die tijd bezig geweest met het bestrijden van symptomen, zonder hun emoties over de incest zelf tegen te komen.

Alle technieken om symptomen te behandelen kunnen op korte termijn helpen. Ze kunnen tijdelijk volstaan wanneer diepgaande verkenning van de trauma's meer decompensatie zou betekenen. 'Zand erover' en het verleden met rust laten, kan dan voorlopig een goede beslissing zijn, waarbij de cliënte gesteund wordt in het oplossen van actuele problemen. Maar uiteindelijk worden zij pas echt beter als ze de incest onder ogen zien en als ze stilstaan bij die andere wonden die hen tijdens hun jeugd jaren werden toegebracht: de wonden van sterke emotionele verwaarlozing. Ze zullen moeten toegeven dat ze pijn lijden en hulp nodig hebben, en erkennen dat er een verband bestaat tussen de pijn nu en de geweldpleging toen. Wanneer ze zich bang of gekwetst voelen, is het goed dat ze kunnen zien hoe dit met hun verleden in verband staat, hoe het misbruik hen ook na hun jeugd blijft beïnvloeden.

'Lijden en weten dat we lijden,  
geeft ons de kracht  
boven ons lijden uit te stijgen'

Wanneer een hulpverlener vermoedt dat er bij een bepaalde cliënte van incest sprake geweest is, dan is het in het belang van deze vrouw dat zij/hij dit vermoeden uit. Doch altijd uitsluitend door het stellen van een 'open' vraag en nooit de suggestie gevend dat er vroeger iets moet gebeurd zijn. Wanneer een bevestigend antwoord achterwege blijft, is het beter er voorlopig niet meer op terug te komen. Bovendien is er steeds een kans dat het vermoeden niet strookt met de werkelijkheid. Onnodige verwarring zou dan het gevolg zijn. Het verband leggen

met het verleden neemt tijd in beslag en is een pijnlijk proces. De herinneringen hebben de neiging om pas boven te komen wanneer de cliënte eraan toe is, de waarheid komt pas aan het licht als ze de pijn aankan.

### HULPVERLENING BIJ EMOTIONEEL- PSYCHOLOGISCHE PROBLEMEN

Incestslachtoffers zijn sterk geneigd zichzelf negatief te beoordelen. In therapie leren zij begrijpen dat hun klachten niet zómaar ontstaan zijn. Door hun klachten te benoemen en te plaatsen in het kader van de traumatische gebeurtenissen, hoeven zij deze niet langer op te vatten als karakterafwijkingen of persoonlijke eigenaardigheden. Het zoveel mogelijk positief benadrukken van hun gedrag zal zelfacceptatie bevorderen. Door de bevestiging van de therapeut(-e) krijgen ze het gevoel dat ze geaccepteerd worden zoals ze zijn, dat wil zeggen mét hun vaak afwijkende gedrag. Zo kan hun gevoel voor eigenwaarde toenemen en gaan ze zich minder schuldig en eenzaam voelen over hun functioneren. Een vrouw vertelde dat ze altijd heel verbaasd opkeek wanneer haar therapeute haar reacties en gedragingen 'normaal' vond. Ze kreeg steeds weer het gevoel dat ze onvoorwaardelijk aanvaard werd, waardoor haar zelfvertrouwen kon toenemen.

Hun vertrouwen in de wereld en in zichzelf is diep is aangetast, en zij moeten dat stukje bij beetje weer trachten op te bouwen. Het vertrouwen in anderen komt samen met het besef dat de dader maar één persoon was en kan verder ontwikkeld worden in de veilige relatie met de therapeut. Nadat ze samen met de therapeut(-e) hun zelfvertrouwen voldoende geoefend hebben, wordt het terrein langzaam uitgebreid. Om dit vertrouwen in zichzelf te bestendigen en te versterken, moeten zij erkennen dat ze gevoelens hebben en deze aanvaarden, én de onaantrekkelijke schaduwkantjes van hun persoonlijkheid onder ogen zien.

Zij dienen hun schuldgevoel, hun gevoel van waardeloosheid en alle andere disfuncties te herkennen en te bekijken. Pas door er naar te kijken, kunnen zij erkennen dat hun gevoelens niet bedreigend zijn en krijgen ze meer vertrouwen in zichzelf. Daarbij kan uitleg

### HET VERSCHIL TUSSEN DESTRUCTIEVE EN CONSTRUCTIEVE BOOSHEID

#### **destructieve boosheid**

naar binnen gericht of verplaatst, leidend tot depressie, zelfhaat, schuldgevoel of automutilatie  
naar buiten gerichte machteloze woede, leidend tot schaamte en schuldgevoel

#### **constructieve boosheid**

een emotie die tot daden aanzet. Er wordt kracht gemobiliseerd in jezelf om door te zetten. Je tracht duidelijk te maken aan de ander dat die rekening met je moet houden. Je zet als het ware een stap naar voren waarmee je aangeeft wie je bent, en dat je niet over je heen laat lopen. Je bent zelf de baas over je boosheid, je wordt er niet door overweldigd.

over emoties en gedragingen hun gevoel van controle verhogen en het schaamtegevoel verminderen. Het werkt bevrijdend wanneer woede, schuld, schaamte, walging en allerlei verwrongen gedachten benoemd en geuit worden. Ventilatie van gevoelens is noodzakelijk voor genezing. Steeds hebben zij al het mogelijke gedaan om deze te ontkennen, ze te rationaliseren of te verdringen. Het betekent dan ook een keerpunt in hun leven wanneer zij het er allemaal beginnen uit te gooien.

*'Wat je onder ogen ziet,  
lost op in het licht van bewustzijn'*

Hun schuldgevoelens hebben vaak een beschermende functie tegen het ervaren van ondraaglijke emoties, zoals angst voor grenzeloze agressie. Ze voelen zich schuldig over hun kwaadheid tegenover diegenen die hen schade hebben berokkend. Ze zijn bang deze mensen te kwetsen en te verliezen, én zichzelf te verliezen in hun boosheid. Bovendien kennen ze vaak alleen de destructieve kant van boosheid, wat maakt dat ze er helemaal niets meer mee te maken willen hebben. De kwaadheid die ze niet mogen voelen, maar die er wel is, gaan ze verplaatsen naar anderen, of ze richten die naar zichzelf, waardoor zelfdestructief gedrag kan ontstaan.

Het is belangrijk dat de therapeut(-e) hen duidelijk maakt hoe helend het kan zijn als ze hun kwaadheid een plek geven. Ze moeten zich in de eerste plaats bewust worden van dit gevoel, en het leren aanvaarden en toelaten. Als ze verder ontdekken hoe ze hun boosheid op een constructieve manier kunnen uiten, kunnen ze daarmee aangeven dat er voortaan met hen rekening moet worden gehouden.

Hun schuldgevoel kan alleen verdwijnen als niet te snel alle schuld weggenomen wordt, en als ze stilstaan bij het gevoel medeverantwoordelijk te zijn. Met het verstand leren ze wel aanvaarden dat hen geen schuld treft, maar die wetenschap is abstract en het doorvoelen ervan is veel moeilijker. Schuldgevoelens laten zich niet wegpraten met morele of rationele argumenten. Bovendien hebben schuld- en verantwoordelijkheidsgevoelens wel degelijk hun functie. Het zijn manieren waarmee ze proberen hun leven in eigen hand en onder controle te houden. Hun schuldgevoel biedt eigenlijk een schijnzekerheid. De verantwoordelijkheid wordt gedeeld, en op die manier verzachten zij het gevoel dat hen oneindig veel leed werd aangedaan.

Ze moeten doordringen in hun gevoel medeplichtig te zijn, waarbij hun eigen seksuele gevoelens ten opzichte van de dader naar boven komen en besproken worden. Ze leren begrijpen dat alle kleine meisjes seksuele gevoelens ten aanzien van hun vader hebben, maar dat die kinderlijke

seksualiteit erg verschilt van de volwassene, én dat gevoelens nog geen daden zijn. Uiteindelijk zullen ze de verantwoordelijkheid moeten leggen waar die hoort: bij de dader in plaats van bij zichzelf. Alleen hij had ervoor moeten zorgen dat de relatie met z'n dochter niet seksueel kon worden. Als ze leren begrijpen dat hun eigen macht om de situatie te veranderen maar heel beperkt was, kan de betekenis van het misbruik anders worden. Ze gaan beseffen dat hun behoefte aan aandacht en warmte hen niet medeschuldig heeft gemaakt aan hun eigen misbruik.

Door de overmacht van de dader en hun eigen gevoel van nietigheid, zijn macht en controle erg belangrijk voor hen geworden. Het is goed dat ze met hulp van de therapeut trachten te herkennen hoe ze reageren op hun gevoel van machteloosheid. Men kan drie manieren onderscheiden waarop mensen met macht omgaan: onmacht, almacht en machtsstrijd. Sommigen zetten zich voornamelijk vast op één van deze posities. Anderen doorlopen ze meer op een flexibele manier. Door het pad van almacht, onmacht en machtsstrijd op een flexibele en minder extreme wijze te doorlopen, kan men uiteindelijk uitkomen bij z'n kracht. Het is onmogelijk om voortdurend in deze kracht te blijven, er is eerder sprake van een voortdurend proces van onmacht, almacht, machtsstrijd en kracht.

*'Van jezelf houden betekent  
afstappen van schuldgevoel'*

Een goede interventie door een therapeut(-e) kan er uit bestaan dat hij/zij hen uitnodigt te onderzoeken hoe ze met macht omgaan, waarbij ze leren begrijpen hoe ze deze overlevingsstrategieën in het leven hebben moeten roepen. Daarbij is belangrijk dat ze in al deze posities het goede proberen te zien, en dat ze beseffen dat deze allemaal kwaliteiten hebben. Een kwaliteit van onmacht zou bijvoorbeeld kunnen zijn: het durven kwetsbaar zijn. De positie die ze vooral vermijden, is het terrein dat ze voorzichtig kunnen leren ontwikkelen bij zichzelf.

Vrouwen die zich machteloos voelen en geleerd hebben zich te onderwerpen, kunnen zich ervan bewust gaan worden dat ze zelf keuzes kunnen maken, dat ze eigen grenzen, waarden en keuzemogelijkheden hebben. Ze leren nee zeggen, wat betekent dat hun gevoelens en hun eigen ik belangrijk worden. Wanneer eisen en verwachtingen van derden naar voren komen, zal de therapeut(-e) deze afremmen en de aandacht richten op wat zij zelf willen, denken, voelen en waarnemen. Hij/zij zal hen voldoende autonomie geven, opdat zij stilaan hun eigen, wat I.V. de regisseursfunctie noemt, kunnen opnemen en zo de kwaliteit kunnen ontwikkelen om hun leven te leiden, te sturen en te bezielen. Hij/zij leert hen dat strijd nodig kan zijn om tot innerlijke kracht te komen.

Vrouwen die alle macht in handen willen houden en alles willen sturen, kunnen hun innerlijke kracht verwerven door hun voortdurende strijd en controle wat lossier te laten. Ze kunnen kiezen voor meer overgave en hun beeld van perfectie wat relativeren, zodat ze minder streng leren worden voor zichzelf.

Met begeleiding van de therapeut(-e) kunnen zij zich tevens gaan realiseren hoe ook de andere overlevingsstrategieën, die hen nu hinderen, in hun jeugd onmisbaar waren om te kunnen overleven.

Het benoemen ervan (rationalisatie, dissociatie, aanpassing, vluchtgedrag, identificatie met dader, seksualiserend gedrag e.d.) maakt dat ze zich bewuster worden van de momenten waarop ze die strategieën toepassen. Hebben ze daar meer controle over, dan kunnen ze kiezen tussen handhaven of loslaten.

Wordt vervolgd

Carine Schaep

### HET VERBAND TUSSEN INCEST EN MACHT(-ELOOSHEID)

1. Door het machteloze gevoel dat deze vrouwen hebben meegekregen, worden sommigen opstandig en gaan snel in de verdediging, wat kan beschouwd worden als **MACHTSSTRIJD**.
2. Sommigen gaan op hun beurt domineren en willen anderen in hun macht hebben. Autoriteit van een ander verlamt hen. Zij zetten zich voornamelijk vast in de **ALMACHT**-positie.
3. Anderen geloven niet dat ze ook maar iets te zeggen hebben. Zij hebben geleerd zich te onderwerpen. Ze blijven hulpeloos en passief en voelen zich duidelijk **ONMACHTIG**.

Koperen woorden  
weven spiralen  
in mijn universum  
van semantische lijnen.

Gebroken zinnen kwetsen  
mijn lemen voeten.

Op mijn tocht naar  
een vergeten verleden  
roept Eresjkigal  
tot leven.

Adrienne

Twijfels van weleer  
Elke dag sterf ik verder  
Vragen vervagen

K.J. Antwerpen '96

Eeuwige twijfel  
Brug tussen mijn ik en zelf  
Goed dat je er bent

K.J. Antwerpen '98

# WEERSTAND

## OF DE GEPROJECTEERDE ONKUNDIGHEID VAN DE THERAPEUT NAAR ZIJN CLIËNT

Ik heb in de therapiewereld al allerlei vreemde dingen horen verwoorden rond het begrip 'weerstand', gaande van het volledig ontkennen ervan tot het aanbinden van een machtsstrijd met dit fenomeen. Tijd om ze eens naast elkaar te leggen.

### VERSCHILLENDE CONTEXTEN - EERDER DEZELFDE BETEKENIS

In de *mechanica* en de leer van de beweging leren we dat als we een voorwerp willen verplaatsen of in beweging brengen, er een 'traagheidskracht' opkomt die weerstand biedt tot de bewegingskracht groter wordt en het voorwerp in beweging komt. Of anders vertaald: er gebeurt in eerste instantie iets 'tegengestelds' wanneer een voorwerp in beweging wordt gebracht. Kracht en tegenkracht komen tegelijkertijd op.

In de *elektriciteitsleer* en de hydraulica staat weerstand voor een beperkende of vernauwende eigenschap: iets dat de stroom in een leiding minder doet stromen. Als men de spanning (druk) zou opdrijven zou dezelfde stroom wel kunnen blijven bestaan en blijven stromen. Als wij een warm en ingeschakeld strijkijzer uit het stopcontact trekken zullen wij een vonk opmerken. Dit is de zogenaamde zelfinductie: de stroom biedt weerstand om te kunnen blijven bestaan, en daardoor ontstaat er een vonk. Totaal geen weerstand bestaat niet, want dan ontstaat er kortsluiting: alles valt uit. Zonder tegenkracht is ook geen kracht.

Vanuit de *biologie* weten we dat ons lichaam weerstand biedt aan allerlei vreemde invloeden (virussen, bacillen...) die ons lichaam binnendringen. Deze worden uitgeschakeld nadat er een systeem is ingeschakeld om te kijken of de indringer bij het eigen lichaam hoort (histocompatibiliteit). Soms zijn er vreemde lichamen (kankercellen) waartegen een gevecht wordt begonnen, een gevecht dat niet altijd wordt gewonnen.

Als we ons midden in een massa bevinden en we krijgen een forse duw, dan is het eerste dat ons lichaam doet: opvangen en reageren. Reageren door kwaad te worden, weg te lopen, te brullen. Alles wat binnendringt wordt gepareerd en eventueel terug buitengezet. Alles wat onze grenzen overschrijdt, wordt beantwoord met agressie.

Sommige mensen die schijnbaar 'niet-reageren' reageren ook wel, maar dan naar binnen toe: de agressie zoekt zijn weg in het lichaam en komt er later op een soms vreemde manier uit (psychosomatiek, allergie, astma).

De *weerstand* in de oorlog bood tegengewicht tegen de bezetters, een ondergrondse beweging die hier in België 'het verzet' genoemd werd. In andere landen heb je bijvoorbeeld de Partizanen, guerrillastrijders, enz. ... Ook hier zien we weer een tegenkracht die alleen bestaat vanuit een andere kracht. Een overwinning op een vijandelijk land of leger geeft niet die genoegdoening als er geen weerstand wordt geboden. Het gaat te gemakkelijk als er geen strijd is. De reactie van mensen op het huidige vluchtelingenprobleem zou best wel eens een uiting van weerstand kunnen zijn tegen het nieuwe, het overrompelende, het bedreigd worden van de eigen cultuur, de angst voor het onbekende.

Rossi:

'weerstand  
is gewoonlijk een uitdrukking  
van de eigen aard van de cliënt'

We kunnen weerstand dus formuleren als de kracht die verandering tegengaat, zowel vanuit stilstand naar beweging als van beweging naar stilstand. Weerstand kan dus nooit op zichzelf voorkomen, zij is een reactie op actie, zij wordt geactiveerd, zij is één pool van een twee-eenheid. Het is een poging van een systeem om zijn eigenheid en integriteit te bewaren.

Vanuit de *communicatieleer* kunnen we weerstand nog verder benoemen. De leer der systemen duidt het begrip van de homeostase aan: elk systeem streeft naar een evenwicht, een soort van bestendigheid. Een centrale verwarming en zijn thermostaatsysteem maken het mogelijk dat het systeem werkt tussen een onder- en een bovenceltemperatuur. Deze geven de grenzen (regels) aan waartussen de gevraagde temperatuur zoveel mogelijk dezelfde zal zijn.

Ook een gezin is een systeem: het is een verzameling van individuen en nog iets meer dan dat. Ook een gezin streeft naar evenwicht en bestendiging. Ouders streven naar evenwicht door regels en gedragswijzen in te voeren waar iedereen zich aan houdt. Normaal gezien kan een gezin wel een zekere verandering aan (ouder en rijper worden) en kan op die manier evolueren. Een probleemgezin kan moeilijk veranderingen aan en probeert dus alle veranderingen teniet te doen om niet te moeten veranderen. Weerstand komt hier weer kijken als 'niet kunnen of (nog niet) willen veranderen'. Weerstand kan hier zowel positief als negatief gebruikt worden: positief vanuit het gezichtspunt dat weerstand negatieve invloeden van buitenaf kan weren (een jalouse echtgenote kan door haar eigen gedrag het gedrag van haar man corrigeren), negatief vanuit natuurlijke veranderingen en processen die in een gezin gebeuren (een puber die groeit en meer vrijheden wenst en de ouders die dit niet opmerken of het er niet meen eens zijn).

Daarmee belanden we bij een volgend aspect van onze definitie: weerstand is *interactief*. Hij bestaat niet op zichzelf. Hij is verbonden met medemensen, hij is *intermenselijk*.

#### WEERSTAND IN DE THERAPIEKAMER

Weerstand in de therapiekamer wordt vanuit de communicatieleer op de volgende wijze geformuleerd: de tegenmanoeuvres van een cliënt om de relatie uiteindelijk als symmetrisch (gelijk) te kunnen formuleren. Moest de cliënt zomaar luisteren naar de therapeut en altijd doen wat hij zegt, dan zou de relatie complementair (ongelijk) zijn.

Als mensen in moeilijkheden geraken zoeken ze vaak hun vrienden op om bij hen hun leed kwijt te kunnen. Sommige van die vrienden zijn dan geneigd om te zeggen 'wat ze in dit geval beter zouden doen'. Door raad te geven plaatst men zich in de functie van raadgever en zegt men wat de andere moet doen (complementair). Dit kan helpen als de persoon inderdaad doet wat hem wordt opgedragen. Maar soms helpt het niet omdat er weerstand is, meestal omwille van het feit dat men niet akkoord is met de code: de opdracht wordt geïnterpreteerd als een bevel, en dan reageert men met 'ik heb geen raad van jou aan te nemen' (symmetrisch). Mensen komen dikwijls in therapie met de boodschap: 'verander eens even de wereld voor mij, dan hoef ik niet te veranderen'.

Elke therapierichting heeft zijn eigen manier om met weerstand om te gaan. In vroegere Gestalt- en Encountergroepen benaderde men weerstand op een nogal vreemde manier. Als een groepsleider of één van de deelnemers bemerkte dat een groepslid 'stilviel' op een interactie van een ander groepslid, zei men gemakkelijk 'hij/zij zit in zijn weerstand'. Hetgeen men dan vervolgens deed was 'inbeuken' op die weerstand om door te dringen naar de kern van het probleem. Men deed dat door zo'n

groepslid te confronteren met zijn gedrag, door hem te spiegelen, door te spotten en hem te frustreren.

*Jan, zo kunnen we niet verder!*

*Annemie, als je denkt dat je verder gaat, laat het ons dan weten!*

*Jef, we zullen ondertussen een pint gaan drinken, dan hoeven we onze tijd niet te verdoen met dit gewacht!*

DOET GIJ DIT OVERAL?

De bedoeling was waarschijnlijk wel goed, maar de interventies hadden soms het tegengestelde effect: in plaats van 'door' de weerstand heen te gaan werd er vaak nog meer weerstand opgebouwd. Het groepslid kreeg nog meer schrik en zijn negatieve zelfbeeld werd nog maar eens versterkt. Begeleiders en deelnemers beschouwden zichzelf als het 'neutrale deel': groepsleden die niet aan het werk waren en de andere het werk lieten doen. Ze beseften niet dat de invloed van hun eigen gedrag rechtstreeks te zien was in het gedrag van de andere. Of anders herkenden ze alleen de negatieve aspecten van hun eigen gedrag niet. Men deed uiteindelijk aan 'heropvoeding' en vormde braaf en aangepast gedrag.

Therapeuten die mensen persé willen veranderen krijgen mensen die hetzelfde blijven

Bandler en Grinder zeggen: '*De reactie die je krijgt is de betekenis van de communicatie*'. Of anders gezegd: het is het effect dat je bereikt bij je medemens dat betekenis geeft, en niet je eigen bedoelingen. Weerstand is een reactie op... Mensen veroorzaken weerstand bij elkaar. Therapeuten veroorzaken weerstanden bij hun cliënten. Cliënten produceren ook weerstanden bij hun therapeuten: als de therapeut steeds maar blijft vasthouden aan dezelfde methodes of technieken, dan heeft de therapeut op zijn beurt weerstand tegen verandering...

Meer en meer is men ervan overtuigd dat er weerstand 'is' en dat je hem ook kan gebruiken als iets wezenlijks in de therapie. 'Cliënten hebben geen weerstand', zegt Grinder, 'cliënten demonstreren dat je hen niet begrijpt'. Dit klopt niet helemaal. Wat hij misschien wil zeggen is: als je je werk goed doet zou weerstand eigenlijk niet moeten bestaan. Dat is een gemakkelijke uitspraak voor iemand die niets anders doet dan voorkomen dat er inderdaad weerstand ontstaat. Niettegenstaande dat, is het fenomeen nog altijd iets heel menselijks, en hoort het bij de paradox: *ik wil veranderen door eigenlijk niet te veranderen*. Het is en blijft een uiting van communicatie tussen mensen. Erickson gebruikte weerstand in zijn voordeel (en die van de cliënt) en maakte het tot een

onderdeel van de therapie. Anderen beschouwen weerstand als een overlevingsmechanisme, dan wel een verdedigingsmechanisme.

Ook in I.V. zien we het zo en hebben we bovendien respect voor dit eigenaardige en toch wezenlijke iets van onze cliënten. Het maakt deel uit van onze strategie om mee te gaan met water is of water zich voordoet. Weerstand zien we als 'weer-staan' of 'weer-gaan-staan' tegenover de therapeut of de omringende wereld. Deze energie kan benut worden als een potentie en een positieve kracht.

### WEERSTAND ALS NUTTIGE KRACHT

Bij de Como-stam in het noorden van Kongo bestaat een puberteitsritueel waarbij de jongens vier maanden op een heilige plek in het woud moeten verblijven, weg van de moeders, vrouwen en zussen. Dit is voor hen een noodzakelijke fase in het volwassen worden. Voor deze jongens is dit een stap weg van hun moeder, een stap naar de andere wereld. Tevens is het voor de moeders een ritueel van afstand nemen van hun zonen. In plaats een abrupte scheiding zonder meer en zonder rekening te houden met de gevoelens van de moeder, wordt hen de kans gegeven om gedurende een dag te weeklagen, te jammeren, te dansen en te zingen om op die manier ook zelf afscheid te nemen. De weerstand die de moeders tegen het gedwongen afscheid hebben wordt omgezet in een beeldend ritueel, waarbij de 'vaders' de jongens op het dorpsplein uit de handen van de moeders komen halen. De vaders moeten hun zonen losrukken en de moeders doen alsof ze zich verzetten en weerstand bieden. De hele verdere dag moeten de vaders en de mannen van het dorp het geweeeklaag en de kritiek van de vrouwen aanhoren. Hun weerstand mag er zijn, wordt aanvaard en krijgt een plek. Eigenlijk doet men hier iets dat haaks staat op wat men zou verwachten: een kort en hevig afscheid zodat men er vlugger 'over' zal geraken. Bij de Como's intensiveert men echter het tegengestelde: geef kans aan alle heersende gevoelens en gedachten en begin dan pas afscheid te nemen: stilstaan bij wat er werkelijk is en niet bij wat er zou moeten gebeuren.

Mensen veranderen alleen  
als ze mogen zijn wie ze zijn.

Haley beschrijft een andere manier van omgaan met weerstand. Door als het ware een hypnotische suggestie te geven aan een cliënt met de mededeling dat er in de loop van de therapie wel eens weerstand zou kunnen optreden, schrijft hij als het ware voor wat er gaat gebeuren. Hierdoor krijgt de cliënt de boodschap dat die weerstand wel oké is

en dat hij geen weerstand tegen de weerstand hoeft te hebben, en daardoor verdwijnt de weerstand dikwijls. Op deze manier kan het voor cliënten heel uitnodigend zijn om hen in een eerste gesprek te zeggen dat het oké is dat ze niet alles vertellen. Mensen zeggen in een eerste gesprek toch nooit alles, ze houden altijd pikante en te zware onderwerpen achter. Doordat zij dat mogen doen gaan ze zich gemakkelijker uiten en minder achterhouden.

Perls:

'don't push the river, it flows by itself!'

Als ouders met hun pubers komen dan vraag ik dikwijls: 'hoe hebt ge hen/haar meegekregen?' Daardoor geef ik de boodschapp: pubers zijn moeilijk, ze bieden weerstand, het is niet gemakkelijk om met die leeftijd om te gaan, ik weet dat pubers niet gemakkelijk zijn en dus ook hier niet gemakkelijk zijn. Daarna zeg ik dat ook aan de puber: 'Ik weet van andere van uw leeftijdsgenoten dat ge hier niet graag komt. Toch zijt ge meegekomen. Wat maakt dat ge toch zijt gekomen? Ge had evengoed het hoekske kunnen afdraaien en daardoor niet moeten binnenkomen.' Of anders: 'als het voor jou OK is dan wil ik een paar vragen stellen, ge hoeft helemaal niet op alles te antwoorden, als ge vindt dat ik met bepaalde zaken geen zaken heb dan zegt ge dat maar!'. Eigenlijk geef ik allerlei boodschappen: ik heb respect dat ge hier niet graag komt, ik heb respect voor uw weerstand. Ik geef aan dat er toch een persoonlijke keuze is geweest, dat hij hier dus niet alleen zit omdat zijn ouders dat hebben bevolen, maar dat hij dat misschien toch een beetje zelf wil. Daardoor krijg ik natuurlijk evenzeer een complementaire situatie en dus heb ik de leiding van het gesprek. En dat is de bedoeling. Gestalttherapeuten vragen hun cliënten soms hun weerstand in een andere stoel te zetten. De cliënt mag er dan zijn met zijn weerstand en deze wordt zelfs apart gezet. Voor cliënten is dit soms een verademing en een weldoende ontspanning. Veelal kan er dan gemakkelijker over gepraat worden, zoals: wat zijn de voordelen van je weerstand, wat kan je ermee bereiken,... . Op die manier kan weerstand benut worden in de therapie.

'Meegaan' met de cliënt heeft vooral als doel zoveel mogelijk de 'weerstand tegen' te omzeilen. Je kan als therapeut ondermeer meegaan in taal, woordkeuze, manier van spreken, kleding en zithouding. Elke cliënt zal gemakkelijker over zijn problemen praten als er een soort 'thuisgevoel' in de therapiekamer aanwezig is.

In een echtpaartherapie zal de man eerder diegene zijn die het minst gemakkelijk meekomt. Dat wordt dan verwoord in termen van: 'we moeten onze vuile was niet buitenhangen'. De vrouw heeft vaak alle moeite van de wereld om haar man mee te krijgen. Dikwijls zeg ik dan tegen de vrouw: 'als ge het goed vindt dan wil ik wel eens proberen om uw man naar hier te krijgen, zo onder mannen, gaat dat soms iets gemakkelijker!' Als ik dan de man aan de telefoon krijg dan stel ik mij voor en zeg hem dat zijn vrouw al enkele malen bij mij is geweest en dat ik hem ook eens graag wil zien, kwestie van ook zijn klok eens te horen. Zo maak ik duidelijk dat ik hem ook als partij zie, en dat hij een eigen mening en zicht heeft op de zaak. Of anders zeg ik hem dat zijn vrouw inderdaad met een probleem zit en dat ik mij afvraag op welke manier hij zou kunnen helpen om haar er vanaf te helpen, tenslotte kent hij haar 1000 maal beter dan ik. (ik bevestig dat hij niet het probleem heeft, ik bevestig dat hij mogelijkheden heeft om zijn vrouw te helpen, ik bevestig dat hij zijn vrouw beter kent). Op die manier kan hij meekijken naar en iets 'doen' voor zijn vrouw in plaats van naar zichzelf te moeten kijken.

Een vrouw klaagt dat haar man geen initiatief neemt. Ik moet altijd, vindt ze, de leiding nemen. Zij vindt hem niet 'mans' genoeg, hij heeft precies geen kracht. Dan doe ik een lichamelijke oefening met hen. Ik laat hen rechtstaan tegenover elkaar, vraag ze om de handen tegen elkaar te plaatsen en langzaam druk uit te oefenen zodat ze zich na een tijd wat schrap moeten zetten om niet achterover geduwd te worden. Wat in het werkelijke leven gebeurt zal ook hier gebeuren: de vrouw duwt op haar gemak de man tegen de deur. De man geeft geen tegendruk of weerstand. Ik vraag aan de vrouw hoe het is om dit te ervaren. Dikwijls is de reactie zoiets als: 'ik word hier razend van'. Hierna nodig ik de man uit om wél tegendruk te geven en vraag aan hen beiden hoe dit voelt. Voor de

man is het iets nieuws, voor de vrouw geeft het een veilig gevoel om 'tegegehouden' te worden en om kracht bij haar man te voelen. En de vraag daarop is dan dikwijls: 'hoe zou je deze vorm kunnen omzetten in jullie leven?'

'De ouders van een drugverslaafde jongen kwamen in een centrum hun zoon bezoeken. Daar kregen ze te horen dat hun zoon niet meewerkte en dat ze dus niet 'vooruitkwamen'. De repliek van de zoon daarop was: 'als ik meewerkend was geweest zou ik niet in een centrum hoeven te verblijven'. Men hield hier duidelijk geen rekening met de weerstand en wat hij te betekenen zou kunnen hebben in het kader van het centrum. De zoon kon de paradoxale situatie wél ontcijferen (maar dit was duidelijk nog niet genoeg om zichzelf te helpen).

### WEERSTAND IS...

Weerstand vermindert als er wordt stilgestaan bij het probleem, bij wat er is, hoe het toch zo ver is kunnen komen, wat de positieve bedoelingen zouden kunnen zijn, wat de effecten op andere mensen zijn.

Weerstand geeft ons informatie over een cliënt, over een systeem, over een gezin, over een groep. Het geeft ons richtlijnen en laat de regels zien die er heersen.

Weerstand noopt ons te gaan kijken naar een hogere orde, die van betekenissen, waarden en overtuigingen, waardoor we ons van oppervlakte- naar dieptestructuur begeven.

Weerstand is te ontcijferen en te plaatsen in de juiste context (die van de cliënt).

Weerstand is te verwelkomen.

Weerstand is!

Rob Dewulf

### LITERATUUR

Watzlawick: De pragmatische aspecten van de menselijke communicatie.

Haley: Strategieën in de psychotherapie.

Wauthier de Mahieu: Qui a obstrué la cascade?

Palazolli: Psychotische processen in het gezin.

Bandler en Grinder: In trance-formatie.

Erickson en Rossi: Exploraties in hypnotherapie.

G. Lambrechts: Het eigen gezicht van de Gestalttherapie.

# DE WAARHEID VAN HET MOMENT

INTERVIEW

## 'JE HOEFT DE DINGEN NIET MOOIER TE MAKEN DAN DAT ZE ZIJN EN DAARBIJ IS HET AL MOOI GENOEG'

Ze studeerde Nederlands, huwde met psycholoog Jan Boswijk, werd moeder van twee dochters, en deed ervaring op met Bio-energetica; Neo-reichiaanse therapie, Bio-release massage en Gestalttherapie. Zo'n vijftien jaar geleden zette ze haar eerste stappen als psychotherapeute, en kwam zo vanuit haar ervaring tot een eigen visie op de energie- en bewustzijnsstructuur van mensen. Nu leidt ze, samen met haar man, een eigen therapeutisch centrum waar men ook een driejarige therapeutische opleiding kan volgen: Transpersoonlijke Psychotherapie. En alsof het nog niet genoeg is: ze is ook de schrijfster van o.a. de gewaardeerde boeken 'Revolutie binnen het huwelijk' en 'Liefde in wonderland'. Metafooringing op zoek naar de 'waarheid' van **Riekje Boswijk-Hummel**. Een bezielde vrouw die veel stil staat, maar toch niet stil stond.

Als ik Riekje voor de tweede keer ontmoet in haar landelijk gelegen huis in Gameren raakt ze me, net als de eerste keer, in het diepste van mijn ziel. Haar 'waarachtigheid' triggert mijn 'waarachtigheid', maar omdat 'mijn pijn van de afwijzing' mijn waarachtigheid nog regelmatig gevangen houdt, ben ik blij dat zij mij met gemeende warmte omhelst. Mijn 'muur', die gelukkig steeds sneller kan verdwijnen, brokkelt af door de oprechtheid van de vrouw tegenover me waardoor ik de uren die volgen intens kan genieten van de taal die wordt gesproken. Het leven is rijk als bezieling in het daglicht staat.

**Over bezieling gesproken. Ik las dat jij weinig boeken leest. Waar haal jij je voeding dan vandaan?**

*Riekje:* "Klopt. Ik heb al die moderne psychologen niet gelezen. Ik ben er wel achter gekomen dat ik door introspectie op dezelfde dingen uitkom dan wanneer ik mijn zoektocht via de literatuur had laten plaatsvinden. Ik sla de literatuur er alleen als een soort van toetssteen op na. De meesters binnen het Boeddhisme lees ik om die reden wel. Als alle Boeddhisten zouden zeggen 'het is geel' en ik ben tot de conclusie gekomen 'dat het groen

is', dan zou ik beseffen dat er misschien iets niet deugt aan mijn conclusie. Ik zou 'het geel' niet klakkeloos overnemen, maar ik zal mijn conclusie wel aan verder onderzoek onderwerpen."

**Die meesters dienen voor jou als een soort van bevestiging voor datgene dat jij via introspectie al hebt gevonden?**

*Riekje:* "Dat gebeurt vaak, ja. Tijdens mijn zoektocht voor 'Revolutie binnen het huwelijk' kwam ik tot het idee dat 'Hoop, Illusie en Angst' de drie grootste tegenwerkende krachten zijn om tot groei en eigenliefde te komen. Dat had ik dus zelf bedacht, en pas later kwam ik erachter dat binnen de Boeddhistische psychologie deze drie pijlers de 'drie ministers' worden genoemd. Wat dat betreft voel ik me ook heel erg verwant aan het Boeddhistische denken. Het is een vrij wetenschappelijke manier van denken. Oorzaak en gevolg, het gewoon kijken naar wat er is. Een boerennuchterheid waar ik erg van hou. Je hoeft de dingen niet mooier te maken dan dat ze zijn en daarbij is het al mooi genoeg. Mijn eigen introspectie getoetst aan het Boeddhistische denken is dus mijn voedingsbron. Als ik die bron, te lang verwaarloosd heb door de drukte, dan voel ik me ook erg ongelukkig worden."

**En jouw boeken zijn dan weer de veruiterlijking van de opgeslagen voeding?**

*Riekje:* "Mijn boeken lopen synchroon met mijn leven. Alles wat ik meemaak schrijf ik een paar jaar later op. Ik ben nu bezig met een boek over 'moeten en willen' en dat is echt heel confronterend voor mezelf. Ik ben nu aan het uitzoeken hoe 'Het Moeten' zich verhoudt tot 'Het Willen' en ik probeer een antwoord te vinden op de vraag wat 'De Wil' nu eigenlijk is. Iedereen praat over 'De Wil', maar definieert het slecht. Daar zit ik dan uren op te mediteren. Dat zoek ik in mijn binnenwereld uit en ik put natuurlijk ook uit mijn ervaring met cliënten. Want als therapeut help ik immers om de cliënt zijn eigen binnenwereld te leren verkennen."

### Riekje over Psychotherapie en Boeddhisme (citaat)

"Therapie beperkt zich tot het op orde brengen van de levenssituatie op relatief niveau, terwijl het Boeddhisme ook en vooral bezig is met het overstijgen van dat niveau en een relatie probeert te leggen met het absolute. Anders gezegd: therapie houdt zich bezig met denken en voelen (en lichaam) en het Boeddhisme houdt zich daarnaast ook nog bezig met het absolute, datgene wat het denken en voelen overstijgt. Ik zie ze daardoor echter nog niet als strijdig aan elkaar. Integendeel, ze vullen elkaar op een prachtige manier aan."

#### **Wat maakt dat je nu aan de slag bent met dit thema?**

*Riekje:* "Ik heb het gevoel dat ik in deze periode van mijn leven mijn eigen 'Ik' moet opgeven en 'de Goddelijke Wil' moet volgen, en dat confronteert me met heel tegengestelde gevoelens. Wat is mijn 'Ik' eigenlijk? Wie bepaalt wat ik moet doen? Ik kom er namelijk achter dat 'Mijn Wil' helemaal niet van mij is. Ik ben van 'De Wil'. Iedereen die zegt dat de wil van hem is, die praat op een relatief niveau. Ik vermoed dat ik momenteel moet overgaan van een relatief naar een absoluut niveau. Ik denk dat ik daarom dit boek aan het schrijven ben."

#### **Dat zou inhouden dat zelfs dit boek niet je eigen wil is maar wordt gestuurd door hogere krachten?**

*Riekje:* "Dat wat ik doe is al lang niet meer mijn eigen Wil, maar ik moet het nog kunnen toegeven."

#### **Want dat betekent dat je leven in het teken staat van 'dienstbaarheid'?**

*Riekje:* "Precies en ik weet helemaal niet of ik dat wel zo leuk vind. Terwijl ik dacht dat het schrijven juist was ontstaan vanuit mijn eigen wens en verlangen. Ik vroeg mezelf wel af waarom ik zo nodig moest schrijven, want ik schrijf helemaal niet makkelijk. Het is elke keer een heel ingrijpend en vermoeiend proces. Ik dacht dat ik schreef omdat ik, Riekje, dat wil en nu begin ik te vermoeden dat ik 'moet'. Om dat te kunnen accepteren ga ik door een heleboel lagen en ik weet nu nog niet waar dat proces zal eindigen."

#### **Zolang je dacht dat het schrijven jouw hartenwens was, had je nog een vrije keuze, maar nu blijkt het een opdracht waardoor jouw 'Ik' blijikbaar zeer relatief wordt en zich dient over te geven aan iets hogers?**

*Riekje:* "Zoets ja. Ik voel het aan als een worsteling. Ik heb altijd al het gevoel gehad dat mijn boeken niet door mij geschreven waren. Ik werkte er altijd wel hard aan, maar toch had ik nooit het idee dat ik het had geschreven. Mijn boeken zijn ver boven mij uitgestegen. Ik ben geen

medium of zo en ik wil ook geen medium zijn. Ik denk er niet aan, want dan schuif ik mezelf helemaal opzij. Het is op zijn minst nog mijn lijf. Maar ik vang wel een wijsheid op die ik als Riekje kan onthouden en doorgeven, maar waar ik niet altijd vat op heb. Ik kan er ook niet altijd naar handelen. Het is alsof het niet echt mijn eigen wil is, maar dat ik enkel gelukkig kan zijn als ik schrijf. Dan is het dus ook geen vrije keuze meer, maar lijkt het er meer op dat ik dit moet doen, dat het mijn bestemming is."

#### **Dat betekent ook dat je geen ander keuze hebt en dat je niet zomaar kunt beslissen om het schrijven los te laten?**

*Riekje:* "Dat is ook zo. Mijn Wil is van God, en dat veroorzaakt een enorme worsteling, want ik heb ook nog het verlangen dat mijn wil van mij is. Dat ik er controle over heb en dat ik erover kan beslissen. Het is dus ook een heel moeilijk boek. Ik probeer het uit te pluizen, maar uiteindelijk kom ik terecht in het mysterie en dan heb ik niets meer te zeggen. Ik heb ook geen oplossing, maar ik probeer de dynamiek tussen het willen en het moeten duidelijk te maken."

#### **Een bewust mens is dus eerst pakweg tien of twintig jaar bezig om de opgelegde 'moetens' uit de jeugd weg te werken om tot een zogenaamde authentieke 'Wil' te komen, en komt er vervolgens achter dat hij uiteindelijk toch 'moet'?**

*Riekje:* "Als je al die gekke boodschappen hebt teruggegeven, dan kom je volgens mij uit op een soort intrinsieke moraal en dan is er een heel ander instituut dat jou gaat leiden. Daar kan je, denk ik, ook pas op uitkomen als al die voorgaande fases zijn doorlopen. Die fases, al die stemmen en de druk van de omgeving die tot 'moetens' leiden en hoe je daar mee om kan gaan, omhelzen het grootste gedeelte van het boek, maar ik vind die laatste fase het boeiendst. Want wat betekent authenticiteit dan nog? Dat is het punt waarop ik momenteel in mijn leven ben aanbeland."

**In hoeverre heeft deze 'waarheid' die je nu tegenkomt invloed op je therapeuschap?**

*Riekje:* "Ik zie nu een andere waarheid en ik kan nog niet goed inschatten wat voor consequenties dat nog voor me zal hebben als therapeut. Ik werk nu al totaal anders met mensen dan enkele jaren geleden. Als ik met iemand werk rond een bepaalde problematiek kan ik door de manifestatie van het nu heen kijken naar de kindertijd en gaan werken aan blokkades en frustraties, maar ik merk dat ik de laatste jaren veel meer oog heb voor het verlangen of de behoefte tot positieve motivatie. Ik merk dat ik steeds minder bezig ben met agressie, maar steeds op zoek ga naar wat er aan 'parel' te vinden is. Zo bekeken is de waarheid die je ziet rechtstreeks verbonden met de diepte die je in jezelf ervaart. Soms moet je wel rond agressie en weerstand werken, maar vaak kan je vrij rechtstreeks naar die diepe lagen toe gaan en die gewoon naar voren halen. Dat werkt heel vervullend. Ik probeer steeds vaker van binnenuit een vuur te ontsteken en dan schijnt het licht wel door de muren heen."

**Loop je dan niet het risico dat het 'valse vervuldheid' wordt?**

*Riekje:* "Die valkuil is er zeker. In Psychosynthese schuilt dat gevaar ook. Dat is zo. Maar als je het hebt over de 'Waarheid van het Moment' dan merk ik dat ik vaak dwars door de dingen heen kijk, recht in de ziel van de cliënt. Je zicht op wat er is, verandert gewoon naarmate je jezelf verdiept."

**Hoe ga jij om met je wijsheid? Ik heb het gevoel dat je daar heel nederig mee om gaat, maar ondertussen heb je het wel.**

*Riekje:* "Grappig dat je daarover begint. Dat is dus één van die dingen waar ik de laatste tijd mee geconfronteerd word. Dat ik denk: wie schrijft er zulke boeken? Er zijn inderdaad weinig mensen die dat verwezenlijken. Als persoon durf ik daar bijna niet naast te gaan staan. Daar heb ik een soort van nederigheid in die niet helemaal past bij het verwezenlijkte. Wat is wijsheid? Ik kijk door de uiterlijke vorm heen naar wat er echt is, omdat ik dat belangrijk vind in het leven. Ik merk dat ik me door een heleboel dingen niet meer laat opwinden, ik vind een heleboel dingen ook echt niet belangrijk. Ik stel mijn prioriteiten en richt me daar naar."

**En hoe veranderlijk zijn die prioriteiten in de loop van je leven geweest?**

*Riekje:* "Ik ben vaak veranderd, maar het was wel altijd de echtheid van dat moment. Het woord 'waarheid' staat voor mij voor 'echtheid'. Ik heb in het onderwijs gezeten, ik heb in een schouwburg gewerkt, ik ben boerin geweest, ik heb in de politiek gezeten, ik heb me met de vrouwenbeweging bezig gehouden. Ik heb allerlei vormen gehad en daar ben ik nog steeds blij mee. Al die dingen deed ik op dat moment uit pure overtuiging. De reden waarom ik me voor iets inzette was altijd echt, maar de reden waarom ik er weer uitstapte was even echt."

## CENTRUM BOSWIJK

### EN DE OPLEIDING TRANSPERSOONLIJKE PSYCHOTHERAPIE (T.P.)

De Transpersoonlijke therapie gaat er (net als Interactionele Vormgeving) van uit dat ieder mens beschikt over een zelfhelend vermogen. Dit vermogen wordt echter vaak onderschat en niet vertrouwd. Transpersoonlijke Therapie probeert niet de cliënten hun problemen uit handen te nemen, maar is er vooral op uit om de cliënten te helpen zich ervarenderwijs van de obstakels die het zelfhelend vermogen in de weg staan, bewust te worden en ze weg te nemen. T.P. gaat er vanuit dat als je weet hoe je jezelf in de weg staat, je ervoor kunt kiezen daarmee op te houden. Transpersoonlijke Psychotherapie werkt in drie lagen:

1. De psychologische laag: met behulp van Gestalttherapie en lichaamswerk worden onafgewerkte zaken uit het verleden onder ogen gezien.
2. De laag van het wezen: door middel van o.a. Gestalt, lichaamswerk, holotropie en vormen van meditatie wordt getracht een weg te vinden naar het thuiskomen bij je Zelf.
3. De transpersoonlijke of spirituele laag: het stadium van één te zijn met het grote geheel. Hier wordt niet meer met therapeutische technieken gewerkt, maar worden er meditatieve en daaraan verwante methoden gebruikt.

**Het één volgt het ander op zoals je boeken elkaar opvolgen?**

*Riekje:* "Ik blijf voortdurend in beweging. Als ik een stuk heb afgerond dan dient er zich alweer een nieuw stuk aan. Het is nooit af. Ik denk dat ik bij mijn dood nog niet klaar ben. Alhoewel, ik weet het niet, maar daar ben ik nog niet."

**Wat is jouw motivatie om te blijven streven naar compleetheid?**

*Riekje:* "Ik denk dat de behoefte om compleet en gelukkig te zijn, de mens is aangeboren. Zoals een zaadje zich ook wil ontplooiën tot de bloem die al in het zaadje aanwezig is. Zo denk ik dat iedereen wil blijven zoeken totdat hij zijn eigen vorm heeft gevonden. Volgens mij is het ook inherent aan de Goddelijke Wil dat je volmaakt wil zijn in het Hier en Nu."

**Hoe kan je streven naar volmaaktheid als het leven vol pijnlijke incidenten zit? Het accepteren van goed en kwaad en het naast elkaar leggen van kracht en nietigheid? Pijn is er, maar het lijden kunnen we vermijden?**

*Riekje:* "In het Boeddhisme wordt dat de pijn van de pijn genoemd. Het leven geeft pijn, maar mensen verdubbelen die pijn door ze niet te aanvaarden of door er tegen te vechten. In zekere zin zijn we allemaal in eerste instantie 'slachtoffer' van water ons in dit leven aan pijn overkomt.

Je kan dat beschouwen als een onrecht dat je wordt aangedaan, maar dan kom je terecht in de slachtofferrol. Als je die pijn echter beschouwt als een stuk dat bij het leven hoort, dan blijf je open staan. Niemand heeft ons beloofd dat het leven alleen maar geluk zou brengen. Die illusie maakt dat je je veel ongelukkiger voelt dan je zou hoeven te zijn. Leven in de aardse dimensie levert per definitie pijn en beperking op. Als je die nietigheid kan voelen, dan doet dat ontzettend veel pijn, maar omdat je aanvaardt dat de pijn bij het leven hoort, kan je vanuit die wetenschap gaan leven. Dan ontstaat er weer ruimte voor een heel ander type van geluk."

**Wanneer vecht je dan nog voor iets en wanneer geef je je over aan datgene dat je overkomt?**

*Riekje:* "Op relatief niveau kan ik zo goed mogelijk mijn best doen, maar op absoluut niveau weet ik dat ik niet zo veel te zeggen heb. Ik streef ernaar om zoveel mogelijk positiviteit bij te dragen, maar tegelijkertijd weet ik ook dat ik de wijsheid niet altijd in pacht heb. Ik denk dat iedereen zijn best doet, alleen zijn een heleboel mensen onwetend over wat wel en wat niet goed is."

Pien Savonije

## RIEKJE EN HET SCHRIJVERSCHAP

De boeken van Riekje Hummel-Boswijk zijn erg verrijkend voor iedereen maar zeker voor studenten in de therapie en therapeuten in het algemeen. Een greep uit het oeuvre:

### *Revolutie binnen de relatie*

Over de krachten tussen partners, waar die vandaan komen, hoe ze in elkaar kunnen haken en hoe de partners de patronen kunnen doorbreken door te groeien naar zelfstandigheid en volwassenheid.

### *Liefde in Wonderland*

Over overdracht en tegenoverdracht in de hulprelatie. De verwarring die kan ontstaan tussen de hulpverlener en cliënt. Er kan niet zorgvuldig worden omgegaan met de cliënt als de therapeut niet zorgvuldig is omgegaan met zijn eigen pijn en het daarmee gepaard gaande verwerkingsproces.

### *De anatomie van liefde*

Over de energie van het hart in relaties. Over vreugde, extase, mededogen, opofferingsgezindheid, verlangen, troost, vertrouwen, geduld, wanhoop, stoutmoedigheid, tederheid, ontroering en verontwaardiging.

### *Afscheid nemen (NIEUW sinds november '98)*

Over loslaten wat dierbaar is. Dit boek geeft een helder en compleet beeld van de emoties waarmee mensen te maken krijgen, wanneer er sprake is van verlies (van een dierbare, scheiding, verhuizing enz.) Ook de emoties die de voortgang van het rouwproces verhinderen worden besproken, en daarnaast geeft Riekje concrete aanwijzingen om het rouwproces te helpen volbrengen. 'Afscheid nemen' gaat uit van de hoopgevende gedachte dat ieder verlies goed kan worden verwerkt.

# DE MENS ALS METAFOOR

## WAT IS EEN METAFOOR?

Als iemand ons vertelt dat hij gisteren 'de 100' heeft gebeld voor zijn buurvrouw, dan weten we allemaal wat hij daarmee bedoelt. Een buitenlander die niets van België afweet, zal de uitspraak begrijpen als 'deze persoon heeft gisteren de telefoon genomen en het nummer 100 gebeld', maar geen idee hebben dat het hier om een ziekenwagen gaat. Hij weet immers niet dat het getal 100 in ons land de metaforische betekenis 'ziekenwagen' kan hebben. Zo wordt meteen ook duidelijk wat een metafoor is: een overdrachtelijke uitdrukking, die vorm kan krijgen via een woord of een beeld, een gezegde of een tekening, een verhaal of een schilderij. Als een oningewijde een metaforische afbeelding ziet, denkt hij deze te begrijpen, omdat de betekenis die het beeld voor hem heeft ondubbelzinnig, en dus duidelijk lijkt te zijn. Maar voor een ingewijde zitten er achter diezelfde afbeelding nog één of meerdere andere beelden verborgen, die alleen zichtbaar zijn omdat ze hun eigen betekenis hebben overgedragen aan het uitgedrukte beeld.

## METAFOREN ALS SPIEGELS VAN DE REALITEIT

Metaforen kunnen ons helpen de realiteit te ontsluiten, zodat we haar beter begrijpen. Vroeger werd vaak gebruikt gemaakt van metaforische afbeeldingen om abstracte begrippen te verduidelijken. Zo herkennen we in de (gestileerde) afbeelding van een kloppend hart ook nu nog de metafoor voor de liefde. Als een kind op school leert rekenen met breuken, tekent de leraar een taart op het bord en verdeelt die vervolgens in stukken. Vaak kost het wat tijd vooraleer het kind de abstracte betekenis van de breuk uit de metaforische afbeelding van de taart kan distilleren. Maar wanneer dit hem lukt, wordt hij een ingewijde. Vanaf nu bezit hij de sleutel tot het begrijpen van de metafoor.

Als we niet in het bezit zijn van de sleutel, of we vergeten hem te gebruiken, kunnen metaforen de realiteit echter ook versluieren. We vergeten dat het om een figuurlijke uitdrukking gaat, gaan de metaforische afbeelding letterlijk nemen, en haar zo verwarren met de realiteit zelf. De schilder Magritte wees ons daar al op toen hij een schilderij van een pijp maakte, met daaronder de tekst 'Ceci n'est pas une pipe'.

Omdat een groot deel van onze belevingswereld zich afspeelt binnen de semantiek, vergeten we soms dat taal, net zoals alle andere vormen van afbeelding, slechts een metaforische weergave van de werkelijkheid is. Elk woord dat we uitspreken is een afspiegeling van een realiteit, die in wezen mysterieus en ongrijpbaar is. Elke gedachte die vorm krijgt in ons bewustzijn is een onuitgesproken woord.

## MENSEN EN DIEREN ALS METAFOOR VOOR HET LEVEN

Het vermogen om dingen af te beelden en de ontwikkeling van de taal gaan hand in hand. De vroegste vormen van afbeelding die men ontdekt heeft, zijn tekeningen van dieren in grotten en stenen beeldjes van vruchtbaarheidsgodinnen. Deze hangen samen met de wereld waarin de makers van deze afbeeldingen leefden, en hoe ze deze beleefden. De grotschilderingen werden aangebracht door jagers, die voor hun voortbestaan afhankelijk waren van het doden van dieren. Voor deze mensen was een tekening van een stier niet zomaar gewoon een afbeelding van een stier. Het was een metafoor die stond voor leven en dood (door het dier te doden en op te eten konden zij immers leven), voor kracht en moed (het was een levensgevaarlijke onderneming om op grote dieren te jagen, en de jager had dan ook veel respect voor de kracht van het dier), en voor de mens zelf (want ook hij kon gedood worden tijdens de jacht). Zowel de jager als zijn prooi werden gezien als metaforen voor het mysterie van het 'zijn'.

De vrouwen hadden hun eigen kennis van dat mysterie. Vanaf het moment dat een vrouw voor de eerste keer het verband legde tussen zaad dat ontkiemde, en de vruchtbaarheid van haar eigen lichaam, werd zij een metafoor voor de aarde die leven schenkt, maar het ook weer terugneemt. Zo vereerde men de levenskracht in elke vorm waarin ze zich manifesteerde: in het water dat hij dronk, in de dieren die de toenmalige mens at, in de planten waarmee hij zich voedde, in bomen die hem vruchten schonken, maar ook in de man en de vrouw zelf.

## DE VERSCHILLENDE METAFOREN

Een metafoor is een afbeelding van de werkelijkheid. We kunnen verschillende soorten metaforen onderscheiden:

### **De tweedimensionale afbeelding**

Tekeningen, schilderijen, foto's. Dit zijn 'platte' afbeeldingen van de realiteit.

### **De driedimensionale afbeelding**

Beeldhouwwerken uit steen, hout of andere materialen, kleibeelden, poppen.

### **Gesproken taal**

Een woord is een klankweergave van de realiteit. Omdat toonhoogte en ritme belangrijk zijn in de communicatie, vooral dan met betrekking tot emoties, horen ook muziek en zang hier thuis.

### **Geschreven taal**

Hoewel de eerste vormen van geschreven taal uit vereenvoudigde tekeningen bestonden (Egyptische hiërogliefen, nu nog het Chinees), zijn de meeste moderne talen een afbeelding van de gesproken taal. Onze schrijftaal is dus een metafoor van onze spreektaal.

### **Rituelen en verhalen**

Een ritueel is een metaforische handeling. Een verhaal is de vertelling van een ritueel of een metaforische verklaring van de realiteit. Oorspronkelijk hadden alle rituelen en verhalen een religieuze betekenis. Later maakten theater, dans en literatuur zich los van hun oorspronkelijke context en werden zij beschouwd als uitingen van cultuur. Film is een 'gefotografeerde' vorm van theater en dus ook een metafoor.

## TAAL GEEFT CONTROLE OVER DE REALITEIT

In een gemeenschap leven brengt een sociale orde en organisatie met zich mee. Het is de ideale omgeving voor het ontstaan van een gesproken taal. De eerste vormen van taal waren waarschijnlijk gewoon klanknabootsingen. Misschien deden de jagers het geluid van een dier na om het in de val te lokken. Op een bepaald moment moet iemand dan het inzicht hebben gekregen dat het mogelijk was om via zo'n klanknabootsing de aanwezigheid van het dier in kwestie op te roepen, terwijl het er eigenlijk niet was. Dat was het begin van de taal zoals wij haar nu kennen. Door aan elk ding een klank (naam) te geven, kon hij wanneer hij maar wilde de 'geest' van dat ding oproepen, en die ervaring delen met de anderen. Door aan iets of iemand een naam toe te kennen kreeg hij er macht over, en op die manier kreeg hij ook grip op de wereld waarin hij leefde.

## SCHEPT TAAL ONZE REALITEIT?

Naarmate het taalvermogen van de mens groeit en er steeds meer woorden komen, kan de mens de realiteit steeds meer gaan indelen, waardoor hij haar ook steeds beter gaat begrijpen. Taal evolueert mee met veranderingen in de menselijke omgeving en de behoeften

die daaruit voortkomen. In de taalwetenschap wordt vaak het voorbeeld aangehaald van de eskimo, die meer dan tien termen voor sneeuw heeft. Die verschillende woorden zijn ontstaan, omdat eskimo's in hun leefwereld de behoefte hadden onderscheid te maken tussen de verschillende vormen van sneeuw. Aangezien bij jonge eskimo's die verschillende woorden gewoon deel uitmaken van hun taal, zullen zij gemakkelijker het onderscheid zien tussen de verschillende vormen van sneeuw, dan kinderen die er in hun taal geen woorden voor hebben.

Ook in het geval van kleuren is dit erg duidelijk. Vroeger was het niet gemakkelijk om zelf kleuren te produceren en dus bleef het aantal kleurnamen beperkt. Turkoois, bijvoorbeeld, was oorspronkelijk de naam van een gesteente en de kleur ervan werd beschouwd als inherent aan dat gesteente. Pas toen de mens in staat was om zelf deze kleur te produceren, werd de term 'turkoois' de naam van een kleur, los van het gesteente. Hetzelfde is gebeurd voor 'bordeaux' (de kleur van wijn), 'fuchsia' (de kleur van een bloem), en 'terracotta' (de kleur van aardewerk).

#### TAAL SPLITST DE WERKELIJKHEID OP

De eerste woorden die de mens kende waren de namen die hij aan objecten gaf. Maar hoe meer zijn bewustzijn groeide, hoe meer woorden er kwamen. Er werden eigenschappen toegekend aan dingen: groot, klein, mooi, lelijk, sterk, zwak. Zo ontstonden er dualiteiten. Toen de mens zijn omgeving meer en meer begon te beschrijven door middel van eigenschappen, werd de kans dat hij het geheel uit het oog verloor steeds groter.

Mensen kregen namen afhankelijk van de functie die zij in de samenleving hadden: priester(-es), jager, herder, moeder, jongeling, jong meisje, . . . Zo werd hun identiteit meer en meer bepaald door hun eigenschappen (mooi, dapper) en de rol die zij vervulden in de maatschappij, en steeds minder doordat zij levende wezens zijn, en dus manifestaties van het mysterie van de levenskracht.

#### BESTAAN EN BEZITTEN

Ook aan activiteiten werden namen gegeven: de werkwoorden. In elke taal zijn 'zijn' (dat het bestaan uitdrukt) en 'hebben' (dat bezit uitdrukt) de belangrijkste werkwoorden. Ze behoren tot de kern van een taal en worden daarom ook gebruikt om andere werkwoorden te vervoegen en eigenschappen aan dingen of mensen toe te kennen: 'Ik ben geweest', 'Ik heb gedaan', 'Ik ben groot', 'Ik heb een beroep'.

Als iemand zegt (of denkt) 'ik ben bankbediende', gebruikt hij een grammaticale constructie waarbij 'zijn' in de eerste plaats een hulpwerkwoord is, en staat hij vaak niet stil bij de oorspronkelijke betekenis van dit woord. Toch werkt de existentiële betekenis van 'zijn' door, en eigenlijk zegt hij dus: 'Mijn identiteit, mijn wezen is bankbediende.' Als hij dan zijn werk verliest, kan het gebeuren dat hij in een identiteitscrisis terechtkomt. De

identiteit die hij zichzelf toekende is immers maar een fragmentje van wie hij als mens werkelijk is, maar hij is vergeten dat er achter dat ene stukje spiegel waar hij zich lang op blind gestaard heeft, nog een hele realiteit verborgen ligt. Voor zo iemand kan de Psychosynthese-oefening waarbij systematisch het werkwoord 'hebben' in plaats van 'zijn' gebruikt wordt ('Ik heb het beroep bankbediende' in plaats van 'Ik ben bankbediende', 'Ik heb geen werk' in plaats van 'Ik ben werkloos'), een ruimere blik op zijn persoonlijkheid bieden.

#### ARCHETYPEN ALS GIDS

Doordat de taal zo ontwikkelde dat ze de werkelijkheid steeds fijner kon beschrijven en indelen, ontstonden er ook meer gespecialiseerde metaforen voor de 'goddelijke' levenskracht. Er ontstonden verschillende types van goden en godinnen, die elk een ander aspect van het 'goddelijke' in de mens gestalte gaven. We vinden ze terug in de vorm van de archetypes die ons collectief geheugen bevolken. Als we er via de diepere lagen van ons geheugen in slagen contact met hen te maken, kunnen zij een gids zijn om dichterbij de kern te komen van wie we echt zijn, en ons zo helpen om 'heler' te worden. 'Heler' betekent in dit geval zowel 'vollediger mens' als 'genezer, zowel van onszelf als van anderen'.

#### RITUELEN ALS BEGELEIDING

Vanaf het moment dat mensen zich gingen vestigen op één plaats om er van de landbouw te leven, werden zij zich ook meer bewust van het voorbijgaan van de tijd. Er werden methodes bedacht om de tijd op een regelmatige manier in te delen en aan elk van die periodes werd een naam toegekend. Er ontstonden termen voor momenten die voorbij zijn ('gisteren', 'vorig jaar') en voor momenten die nog moeten komen ('morgen', 'volgende week').

#### TAAL ALS NABOOTSIJNG

De eerste vormen van gesproken taal waren klanknabootsingen van dierengeluiden. Nu is het moeilijk om ons dat nog voor te stellen, omdat er in elke taal verschillende woorden voor dieren bestaan. En toch. . . .

Neem de woorden koe, schaap, geit en ezel. Behalve het woord koe, lijken die op het eerste zicht niet zoveel te maken te hebben met het geluid dat elk dier voortbrengt. Spreek de woorden nu een voor een uit, terwijl je telkens het geluid van het bijbehorende dier nadoet: koe zeg je al loeiend, schaap al blatend, geit al mekkerend, en ezel al balkend. Je merkt direct het verband. Probeer nu het woord ezel al blatend te zeggen en je merkt het verschil.

Hier wordt ook meteen duidelijk hoe taal als metafoor werkt. De vorm is in elke taal anders, en toch verwijst elk van die vormen naar hetzelfde object (ding, dier of persoon) in de realiteit.

Op die manier kregen ze meer controle over de tijd, ze leerden bijvoorbeeld wat het beste ogenblik is om te zaaien. Anderzijds bracht dit ook het besef met zich mee dat er voor iedereen een moment komt waarop hij zal sterven. Zo ontstonden de eerste overgangsrituelen. Overgangsrituelen zijn rituele handelingen die mensen voorbereiden op, en begeleiden bij, de overgang naar een nieuwe fase van hun bestaan. Daarbij horen afscheidsrituelen, zoals begrafenissen, maar ook rituelen die de overgang naar de volwassenheid inluiden, of het huwelijk als verbond tussen twee partners. In deze tijd blijft er van de oorspronkelijke betekenis van deze rites soms weinig over. Dit is deels te wijten aan het feit dat steeds minder mensen zich herkennen in het traditionele geloof, maar ook omdat bij de nog overblijvende rituelen de vorm belangrijker is geworden dan de betekenis ervan. Zo is het vormsel in oorsprong het ritueel dat jongeren naar de volwassenheid leidt. Maar omdat in deze tijd jongeren op hun twaalfde nog minstens zes jaar afhankelijk blijven van hun ouders, rest er van het vormsel weinig meer dan een uitgeholde structuur. Het gevolg van dit alles is dat sommige mensen blijven steken in een overgangsfase. Er is niemand meer om hen te begeleiden bij het nemen van de volgende stap in hun leven. Therapie kan dan een manier zijn om via eigen gecreëerde en diep doorleefde rituelen afscheid te nemen van een voorbije levensfase en ten volle te kiezen voor het leven dat nog voor hen ligt.

#### VERHALEN ALS LEIDRAAD

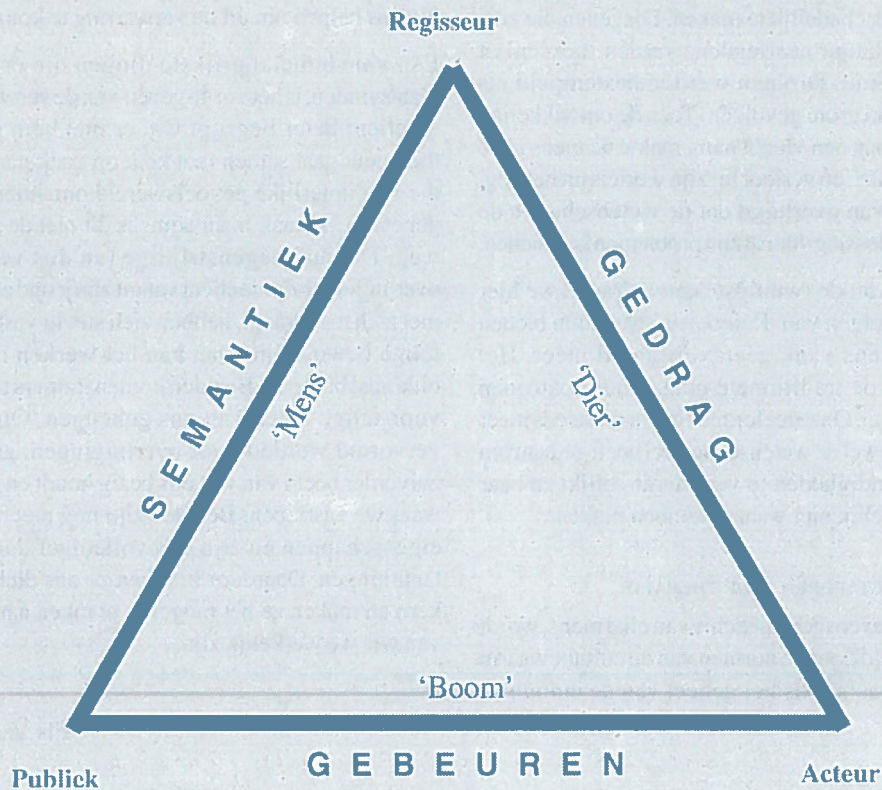
In de loop der geschiedenis en samenhangend met de ontwikkeling van zijn taalvermogen, werd de mens zich steeds bewuster van zichzelf en zijn omgeving. Via de taal had hij een instrument om de realiteit te beschrijven. Maar tegelijkertijd begon taal meer en meer een scherm te vormen tussen de mens en de werkelijkheid. De bewuste mens kon niet meer zomaar aanvaarden wat hem overkwam, hij wou be-grijpen hoe de wereld in elkaar zit, en vooral, waarom de wereld zo in elkaar zit. Zijn pogingen om het bestaan te verklaren, en die kennis over te dragen naar de volgende generaties, vinden we terug in mythen en sprookjes. Hoewel deze verhalen door de moderne mens vaak worden afgedaan als bijgeloof en maar net goed genoeg geacht worden om kinderen mee te vermaken, zijn zij eigenlijk de kiemen van waaruit de moderne wetenschappen en de filosofie ontstaan zijn. Mythen zijn immers een mengeling van geschiedkundige feiten, en pogingen van de toenmalige mens om, vanuit het wereldbeeld en de kennis die er toen beschikbaar waren, het leven te verklaren en er zin aan te geven. De vorm waarin dit alles gegoten werd, was die van een metafoor in verhaalvorm. Naarmate de mens de ratio, die de nadruk legt op het 'letter-lijke', steeds meer ging opwaarderen ten nadele van het symbolische, verloor hij de sleutel tot het ontcijferen van deze metaforische verhalen. En dat is

jammer, want achter de beeldspraak bevindt zich enorm veel kracht en wijsheid. In haar artikel 'Verhalen als medicijn', dat in het eerste nummer van Metafoor verscheen, vertelde Hilde Vleugels ons al over de genezende werking die verhalen op ons kunnen hebben. Als we het aandurven ons te vereenzelvigen met de helden van de oude sprookjes en mythen, hen volgen op hun zoektocht en niet terugschrikken voor de opdrachten en de beproevingen die ze op hun weg ontmoeten, dan worden we tegelijkertijd de helden van ons eigen verhaal en van ons eigen leven. Helden worden vaak voorgesteld als een soort bovenaardse wezens zonder vrees, in het bezit van krachten die de onze ver te boven gaan. Dat is echter maar één kant van het verhaal, want helden zijn immers altijd mensen van vlees en bloed, en dat betekent dat ze soms bang zijn en zich soms eenzaam en verloren voelen. Maar ondanks al die angst hebben ze toch de moed om voor zichzelf en de mensen die ze liefhebben op te komen in een wereld waarin dat niet altijd even gemakkelijk is. Zelfs al moeten ze daarvoor een moeilijke en soms beangstigende tocht ondernemen naar de onderwereld. En dat is wat van hen echte helden maakt.

#### DE RATIO BESTIJGT DE TROON

Via de taal kreeg de mens de mogelijkheid om wanneer hij daar zin in had (in zijn geest) naar het verleden en de toekomst te reizen. In zijn verbeelding kon hij (subjectieve) werelden scheppen die vaak aantrekkelijker waren dan de (objectieve) realiteit. Zo ontstonden het verlangen, de wil en de keuze, maar daarbij hoorden ook pijn en frustratie omdat sommige verlangens nu eenmaal niet vervuld konden worden. De ergste bron van lijden was het besef dat elk levend wezen ooit moet sterven. Voor de mens, die in de ban was van de scheppende kracht van zijn eigen intellect, was dit idee onaanvaardbaar. Zo ontstond in de Griekse filosofie, en dan vooral onder invloed van Plato, het idee van een onsterfelijke ziel. Het lichaam, dat bij de eerste mensen nog vereerd werd als manifestatie van de levenskracht, werd vanaf dan gereduceerd tot 'voertuig van de ziel', en dus minderwaardig bevonden. Het Christendom werd sterk beïnvloed door deze benadering van de mens. Seksualiteit en 'primitieve' emoties zoals agressie, moesten aan banden gelegd worden, en zelfs onderdrukt worden. Ze verlaagden de mens immers tot het niveau van een dier en verwijderden hem van de onsterfelijke, goddelijke ziel. Naast een aantal prachtige waarden, zoals gelijkheid, mededogen en vergeving, werd via de verspreiding van het Christendom het idee dat lichamelijke en het ongeremd uiten van emoties verderfelijke zijn, één van de pilaren van het Westerse denken. De mate waarin iemand zijn 'lagere gevoelens' kon onderdrukken en de dissociatie tussen hoofd en lichaam kon doorvoeren, werd een maatstaf voor zijn of haar morele en intellectuele hoogstaandheid.

## DE I.V.-DRIEHOEK EN DE VERSCHILLENDE NIVEAUS VAN HET LEVEN



Ook de I.V.-driehoek is een metafoor. Hij geeft een model voor de interactie die in het theater plaatsvindt. De regisseur is degene die alles overschouwt en instructies geeft, de acteur is degene die handelt, het publiek kijkt toe en laat het hele gebeuren over zich komen. In de driehoek vinden we echter ook de verschillende niveaus van leven terug. Het gebeuren vindt zijn uitdrukking in de boom, die in aarde geworteld is en groeit. Hij maakt deel uit van de ruimte, maar kan er zich niet in verplaatsen en dus ook niet actief op zoek gaan naar voedsel. De handeling uit zich in het dier, dat zich over de aarde voortbeweegt en actief op zoek gaat naar voedsel. Het neemt beelden waar, maar is niet in staat om zelf beelden te 'fantaseren'.

De mens kan dan gezien worden als de metafoor voor het laatste niveau, dat alle voorgaande lagen omvat. De mens heeft het vermogen om door middel van metaforen de realiteit en zijn beleving daarvan, af te beelden. Via zijn taal kan hij zich, in zijn geest, verplaatsen door de tijd. Doordat hij het vermogen en de woorden heeft om zelf beelden te creëren, heeft hij de mogelijkheid tot keuze en wil. Dieren en kleine kinderen beseffen niet dat ze zichzelf zien wanneer ze in de spiegel kijken. Vanaf het moment dat een kind zichzelf in zijn spiegelbeeld herkent, zal hij zich als individu van de groep leren onderscheiden en zullen zijn ego en zijn zelfbewustzijn zich ontwikkelen.

#### DE RATIO ONTPOPT ZICH TOT TIRAN

Gedurende tweeduizend jaar heeft de rede in het Westen hoog op zijn troon gezeten en probeerde hij de niet-rationele, en voor hem bedreigende, kanten van de mens opgesloten te houden in de duistere kerkers van zijn versterkte burcht. Alles wat aan zijn controle ontsnapte probeerde hij onschadelijk te maken. Diegenen die zich niet bij zijn dictatuur neerlegden, werden 'heksen' of 'kettlers' genoemd. Dromen werden bestempeld als 'bedrog'. Dat had grote gevolgen. Toen de ontwikkeling van de wetenschap een vlucht nam, raakte de mens in de ban van de techniek en verloor hij zijn wortels uit het oog. Hij geraakte ervan overtuigd dat de wetenschap in de toekomst een oplossing voor al zijn problemen kon bieden.

Aan het einde van de twintigste eeuw dragen we hier allemaal de gevolgen van. Religieuze structuren bieden de moderne mens vaak geen veiligheid meer. Het wegvallen van de traditionele man-vrouw-patronen schept verwarring. Onze leefomgeving raakt steeds meer vervuild. En hoewel de wetenschap veel heeft gedaan om onze leefomstandigheden te verbeteren, blijkt ze haar beloften uiteindelijk niet waar te kunnen maken.

#### METAFOREN IN DE THERAPIE

De individuele levensgeschiedenis van elke mens, wordt altijd mee bepaald door de normen van de cultuur waarin hij is grootgebracht. Als het geheel van de cultuur in

verwarring geraakt, zal ieder van ons daar de sporen van dragen. En dat maakt de kans dat we op een bepaald moment vastlopen extra groot. Onze omgeving biedt ons immers nauwelijks voorbeelden die ons tonen hoe het anders kan. Dus is het nodig andere manieren te vinden die ons helpen om uit de verwarring te komen.

Eén van de belangrijkste dingen die er in therapie plaatsvinden, is het vorm-geven van de verwarring, zodat de cliënt beter begrijpt wat er met hem gebeurt. De therapeut gaat samen met hem op zoek naar metaforen die zijn innerlijke gevoelswereld ontsluit. Dat kan gebeuren via taal, maar soms is dit niet de aangewezen weg. De vaak tegenstrijdige (en dus verwarrende) overtuigingen die de cliënt vanuit zijn jeugd en zijn cultuur met zich meedraagt, hebben zich stevig vastgezet in zijn talige bewustzijn. Dan kan het werken met beelden uitkomst brengen. Beelden komen immers uit de diepere voor-talige lagen van ons geheugen. Omdat ze niet vervormd worden door overtuigingen, geven ze een zuiverder beeld van wat ons bezig houdt en tonen ze ons waar we vastlopen. Beelden zijn nog niet opgedeeld in eigenschappen en zijn dus vollediger dan de meeste taaluitingen. Daardoor brengen ze ons dichter bij onze kern en maken ze het mogelijk te raken aan de essentie van wie we werkelijk zijn.

Els Van Sonhoven

#### LITERATUUR

- Roberto Assagioli: Psychosynthese.
- Carl Gustav Jung: De mens en zijn symbolen.
- Carl Gustav Jung: Psychologie en religie.
- Arthur J. Deikman: Mystiek en psychotherapie.
- Pieter Middelkoop: De oude wijze man. Genezen door innerlijke beelden.
- Jean Shinoda Bolen: Godinnen in elke vrouw.
- Jean Shinoda Bolen: Goden in elke man.
- Clarissa Pinkola Estés: De ontembare vrouw als archetype in mythen en verhalen.
- Robert Bly: De wildeman.
- K. Langloh Parker: Wise women of the dreamtime. Aboriginal tales of ancestral powers.
- Norma Lorre Goodrich: Mythen uit de oudheid.
- Sir James Frazer: The golden bough.
- Ulrich Libbrecht. Inleiding comparatieve filosofie.
- Roger Lewin: De ontwikkeling van de moderne mens. 200 000 jaar evolutie.

## BEDENKING

### HET IN BALANS BRENGEN VAN NAGY'S CONTEXTUELE THERAPIE EN INTERACTIONELE VORMGEVING

Tijdens mijn therapeutenopleiding aan het instituut voor Interactionele Vormgeving waren er soms momenten dat ik moeite had de verschillende waarheden binnen de psychotherapie in balans te brengen. Mijn mentor wees me er op dat ik Nagy - in dit geval was hij het die verwarring veroorzaakte - misschien beter op papier zou plaatsen in plaats van hem proberen te bevatten en te beoordelen in mijn hoofd. Door zijn theorie en mijn eigen leringen naast elkaar te leggen kon ik voortbouwen op volgende bedenking.

Telkens als ik weer iets van Nagy lees word ik geboeid door zijn therapie, vooral omdat hij het terrein van psychotherapie aanzienlijk verruimd heeft. Hij maakt de overstek van het intropsychische naar de interacties van een verticale, gekoppeld aan een horizontale context. Hij plaatst het individu in een groter geheel. De constante wisselwerking tussen generatieve overlevering (binnen drie generaties) verbindt hij rechtstreeks met het herhalings-effect op huidige relaties. Als vertrekpunt naar verandering van zowel individuele als relationele therapie, gaat contextuele therapie op zoek naar verborgen relationele hulpbronnen. Ik kan niet anders dan dit standpunt ondersteunen door alle bouwstenen die tot nu toe mijn eigen externe en interne wereld hebben beïnvloed. Maar door mijn ervaringen met cliënten krijg ik toch steeds weer het gevoel dat er iets elementairs ontbreekt.

Als ik bijvoorbeeld kijk naar een destructief geparentificeerde cliënt die zijn generatieve leefomstandigheden rationeel correct inschat, vermoed ik dat dit in een geïsoleerd contextueel gesprek zou kunnen duiden op het feit dat hij een positief gerechtvaardigde aanspraak op zijn wortels maakt. Een cliënt die als kind de rol van ouder op zich moest nemen kan op volwassen leeftijd de leefomstandigheden en de

overleveringen van diens grootouders naar zijn ouders toe vatten. Hij kan zo zijn herkomst kennen, erkennen en er zijn eigen verantwoordelijkheid in zien. Anderzijds kan dit geïnterpreteerd worden als gemaskeerde loyaliteit, dit zie je voornamelijk bij cliënten die afgesneden zijn van hun waarachtige gevoel, 'het gebeuren' binnen de I.V.-theorie. Het 'ondergaan' van gevoelens gebonden aan de gegeven situatie.

Hier treedt volgens mij binnen het contextuele een discrepantie op die Interactionele Vormgeving ondervangt. Allereerst wil ik hier opmerken dat Nagy de fase van het gebeuren wel degelijk herkent in het bewustzijnsproces, maar hij gaat hier, om de totaliteit van het proces in zijn gedeeltelijkheid gelijkwaardig te laten bewegen, niet diep genoeg op door. Hij beschrijft dat emoties herbeleefd en gewijzigd kunnen worden door de gerechtigde aanspraak bij de cliënt te herkennen onder de vorm van het recht op therapie. Dit om de balans van geven en nemen in interactie te corrigeren. Door dit belangrijke aandachtspunt ruimer te exploreren, biedt Interactionele Vormgeving extra bewegingsvrijheid om volledig contact te maken met de van de context afhankelijke affecten, om vervolgens op een later tijdstip in de therapie de verantwoordelijkheid tot beweging bij de cliënt te plaatsen. De cliënt wordt na verloop van onbepaalde tijd op dit patroon (geïntrojecteerde boodschappen die worden geprojecteerd naar de buitenwereld of naar zichzelf), dat zich in de horizontale context vertaalt, gewezen. De drie lijnen van de I.V.-driehoek moeten gelijkwaardig bewandeld worden tijdens het totale verloop van de therapie, zonder uitsluitel van de anderen.

(vervolg op de volgende pagina)



Mensen gaan hun eigen weg, en naargelang de fasen die ze doormaken is een soepele interactie tussen de I.V.-ingangen aangewezen alvorens de cliënt de inzichten en mogelijkheden kan verwerven om effectieve verandering aan te brengen. Een van die fasen is voor mij ontegensprekelijk het (her)beleven op de lijn van 'het gebeuren', door puur zichzelf en het affect ruimte geven. Voor elke cliënt is deze periode variabel, zowel in tijdsduur als in chronologie. Dit geldt eveneens voor het doorstromen naar de I.V.-lijn van de semantiek, de rationele structuur. De ene cliënt heeft behoefte aan een therapeutisch kader en weer een ander ervaart kadering als een inbreuk op het mogen voelen. Deze flexibiliteit geldt uiteraard ook voor het overstappen naar nieuwe gedragspatronen. Was het Perls niet die zei: 'Don't push the river'.

Vervolgens wil ik er nog op wijzen dat, in tegenstelling tot wat Nagy stelt, er situaties zijn waarin het niet mogelijk is om samen met de ouders te werken aan het geleden verlies. Bovendien is dit niet altijd bevorderlijk voor het welzijn van de cliënt. Hiermee bedoel ik niet dat het herstellen van verticale banden niet relevant zou zijn of moet worden verwaarloosd. Uiteraard geldt hier ook dat in de totaliteit van een proces de balans tussen het relationele geven en nemen zo accuraat mogelijk moet worden geijkt.

Los van wat ik hier aanhaal volg ik Boszormenyi-Nagy volledig. Hij completeert, samen met de andere vertakkingen waar I.V. op steunt, de stappen naar een bevredigende (bewust-)zijnstoestand.

Martine De Bondt

#### EPO

Ammy van Heusden en ElseMarie van den Eerenbeemt: Balans in beweging. Ivan Boszormenyi-Nagy en zijn visie op individuele en gezinstherapie. De Toorts, Haarlem. 1983. - 139 blz. - 670 bfr.

#### EPO

Ivan Boszormenyi-Nagy: Tussen geven en nemen. De Toorts, Haarlem. 1994. - 493 blz. - 2000 bfr.

Terugkijkend  
Zien we  
Waar we vandaan komen

Terwijl we verbinding maken  
Tussen heden en verleden  
Vinden we onze toekomst

De wortels voeden de boom  
Met een duidelijke voorwaarde

Te worden  
Waartoe hij is voorbestemd

Jürgen Peeters

Het hemelse pad  
Ligt hier en nu vlak voor mij  
Ik kan het niet zien  
Het duivelse spoor  
Ligt hier en nu vlak voor mij  
Ik wil het niet zien  
De weg des mensen  
Ligt hier en nu vlak voor mij  
Ja, die wil ik gaan

K.J. Hallaar '98

## BOEKENRUBRIEK

### Eugene Gendlin: Focussen en je dromen

Focussen is een psychotherapeutische techniek die ontwikkeld werd door Eugene Gendlin. Het is een manier om mensen in staat te stellen hun lichamelijke reactie op een bepaalde situatie waar te nemen. Via een passend symbool kan deze reactie op elk gewenst moment weer opgeroepen worden. Dan kunnen we met behulp van gerichte vragen de lichaamsbeleving veranderen, waardoor een andere benadering van de situatie mogelijk wordt.

Deze methode werd al uitvoerig beschreven in het eerste boek van de schrijver: 'Focussen. Gevoel en lijf'. In zijn meest recente werk 'Focussen en je dromen' leert hij ons hoe we via het focussen op de schatkamer van ons eigen dromenrijk, kunnen peilen hoe het er met ons voorstaat, en wat de volgende 'groeistap' zou kunnen zijn. Dromen ontstaan immers vanuit de situatie van het moment, waarbij alle vroegere ervaringen impliciet aanwezig zijn, en vormen daarom een onuitputtelijke bron van zelfkennis. Verscheidene therapeutische richtingen, zoals de psychoanalyse, werken al jaren met droominterpretaties. Hun theorieën over de droom geven vaak een interessante invalshoek, maar zijn tegelijkertijd beperkt door hun visie op de mens. Focussen combineert al deze benaderingen, waarbij de lichaamservaring van de dromer geldt als fundamentele toetssteen voor de juistheid van de interpretatie.

Gendlin's poging om de sterkste kant van de verschillende stromingen in de therapiewereld samen te brengen, sluit nauw aan bij de benadering van Interactionele Vormgeving. Het is niet alleen de unieke kijk op dromen dat het boek zo interessant maakt. Het biedt ook concrete vragenlijsten waar we als therapeut mee kunnen werken, en legt ons uitvoerig uit hoe we kunnen controleren of een droominterpretatie juist is. Via kleine 'doe-stapjes' wordt het dan mogelijk om concreet iets aan onze situatie te veranderen.

Een echte aanrader!

Els Van Sonhoven

*EPO Eugene Gendlin: Focussen en je dromen. Laat je lichaam je dromen interpreteren. De Toorts, Haarlem. 1991. - 228 blz. - 800 bfr:*

*EPO Eugene Gendlin: Focussen. Gevoel en je lijf. De Toorts, Haarlem. 1996. - 189 blz. - 850 bfr:*

### Ken Wilber: De integratie van wetenschap en religie

De voorbije eeuw heeft de wetenschap grote vorderingen gemaakt. Door de groeiende kennis op het gebied van fysische verschijnselen en levensprocessen, wordt het mogelijk in te grijpen in het leven zelf. Genetische manipulatie stelt de mens in staat om groenten te kweken die resistent zijn tegen een heleboel ziekten. Na het klonen van het eerste schaap, ontstond er een heftige discussie over de ethische aspecten van het klonen van mensen. De wetenschap vertelt ons immers enkel wat is, en niet hoe het zou moeten zijn. Ze openbaart ons waarheden, maar zwijgt als het graf over de juiste manier om er verstandig gebruik van te maken. In dit grote zwijgen laat de religie haar stem horen. Religie, onder welke vorm dan ook, verschaft mensen richtlijnen over wat goed is en wat niet.

In 'De integratie van wetenschap en religie' gaat de transpersoonlijke psycholoog Ken Wilber op zoek naar de gemeenschappelijke grondslag voor wetenschappelijke disciplines en religieuze tradities. Hij stelt dat beide werelden kunnen samenkomen wanneer we de verwondering als uitgangspunt nemen. Verwondering is de basis voor wetenschap en opent de poorten voor een zoektocht naar het goddelijke. Beiden hebben volgens Wilber een cruciale rol te vervullen, als we ervan uitgaan dat het onze bestemming is om tot een waarlijk geïntegreerd leven te komen.

Dit boek behandelt, in tegenstelling tot de meeste andere werken van Wilber, eerder de cultuur dan het individu. Toch vond ik het als I.V.-student zeker de moeite waard om te lezen, aangezien het de twee uitersten waar de hedendaagse Westerse mens mee worstelt, probeert samen te brengen.

Els Van Sonhoven

*EPO Ken Wilber: De integratie van wetenschap en religie. Servire, Utrecht. 1998. - 332 blz. - 990 bfr:*

# PROGRAMMA 1998-1999 / 1999 - 2000

## THERAPEUTENOPLEIDING INTERACTIONELE VORMGEVING

Het nieuwe cursusjaar van de vierjarige therapeutenopleiding Interactionele Vormgeving start in oktober 2000. Structuur per jaar : 14 zaterdagen of zondagen, één tweedaagse, één weekend, oefengroep, intervisie en zelfwerkzaam (in totaal 151 uur per jaar).

### INTRODUCTIEWEEKENDEN

(niet verplicht, wel aan te raden, zeker voor mensen die ons Instituut en manier van werken niet kennen)

**DOELGROEP:** mannen en vrouwen die kennis willen maken met I.V., die belangstelling hebben voor levensprocessen en het begeleiden hiervan en die bereid zijn een eigen leerproces aan te gaan.

**BEGELEIDING:** beide weekenden worden begeleid door Bruno Van den Bosch en Rob Dewulf, psychotherapeuten en docenten I.V.

**PRIJS:** 1.500 bef. voorschot plus 1.500 bef. bij aanvang

**PLAATS:** Educatieve Academie, Patriottenstraat 35, 2600 Berchem (Antwerpen)

**DATUM:** twee mogelijkheden : Zaterdag 3 en zondag 4 juli '99, steeds van 10u. tot 17u.

of Zaterdag 28 en zondag 29 augustus '99, van 10u. tot 17u.

**Uitgebreide informatiebrochure op aanvraag verkrijgbaar !**

**Voor inschrijvingen en inlichtingen over de therapeutenopleiding, de introductieweekenden en de specialisaties, kan je terecht op het volgende adres:**

**Educatieve Academie  
Patriottenstraat 35  
2600 Berchem  
tel. 03/ 281 21 67  
fax 03/ 281 21 71**

## SPECIALISATIES

### WERKEN MET PLEGER VAN SEKSUEEL GEWELD BEGELEIDING: ROLAND MARTEIN EN MARC LUYTEN (INSTITUUT JOS VAN USSEL)

DATUM: Zaterdag 8 mei 1999 van 10u. tot 21u.

DOELGROEP: (Toekomstige) therapeuten en hulpverleners

PRIJS: 3.500 bef. (waarvan 700 bef voorschot/annulatievergoeding)

Studentenprijs: 3.000 bef. (waarvan 600 bef voorschot)

#### Opzet

- theoretisch kader
  - ontwikkelen van therapeutische vaardigheden
- Er wordt geput uit verschillende psychologische strekkingen

#### Dagdeel 1: theoretisch kader

- achtergronden, verklaringen en karakteristieken van plegergedrag
- typologie van plegers
- geïntegreerde theorie
- vier-factoren-model van Finkelhor
- hechtingspatronen en delictkenmerken

#### Dagdelen 2 en 3: bijzondere interventies

- doorbreken van ontkenningen
- cognitieve distorties
- analyse misbruikketting
- kettinginterventies
- empathieontwikkeling
- herstelbemiddeling

Roland Martein (°1953) is van opleiding maatschappelijk assistent. Hij volgde daarnaast opleidingen in relatie- en gezinstherapie, seksuologie, gedragscognitieve, interactionele psychologie, hypnotherapie en caecydiaanse sofrologie. Momenteel werkt Roland Martein als coördinator van Leerprojecten voor daders van seksueel geweld. Dagdeel 1 wordt begeleid door Roland Martein

Marc Luyten (°1955) is eveneens van opleiding maatschappelijk assistent. Hij volgde daarnaast opleiding rond relatie-, gezins- en Gestalttherapie. Marc Luyten werkt momenteel als psychotherapeut in het ABC-Gent en in een privépraktijk vanuit een contextuele en experiëntelevisie. Dagdelen 2 en 3 worden begeleid door Marc Luyten.

### TE VERWACHTEN AANBOD

#### **Theater en therapie** o.l.v. Hilde Vleugels

Een lange reeks van 7 dinsdagen van 10u. tot 17u.  
(tussen oktober '99 en februari '00)

#### **Lichaamswerk** o.l.v. Bruno Van den Bosch

Een lange reeks van 7 donderdagen van 10u. tot 17u.  
(tussen oktober '99 en april '00)

## REACTIES

Wil je reageren op een artikel, of wil je graag een tekst insturen? Ben je een probleem tegengekomen tijdens een therapieessie en zou je daar graag de mening van meer ervaren therapeuten over hebben? Dan kan je contact met ons opnemen op één van de onderstaande adressen. Alvorens een ingezonden tekst gepubliceerd wordt, bekijken de redactie en de eindredactie de kwaliteit naar vorm en inhoud.

mEtAfoor  
p/a Educatieve Academie  
Patriottenstraat 35  
2600 Berchem (Antwerpen)  
tel. 03/281.21.67  
fax 03/281.21.71  
e-mail: ea@dma.be

mEtAfoor  
p/a Els Van Sonhoven  
Van Schoonhovenstraat 49  
2060 Antwerpen  
03/226.32.48

© V.V.T.I.V. vzw, Bruno Van den Bosch, april 1999.

## COLOFON

### VASTE REDACTIE

Martine De Bondt  
Pien Savonije  
Els Van Sonhoven

### EINDREDACTIE

Bruno Van den Bosch  
Hilde Vleugels  
Rob Dewulf  
Erica van Hylckama Vlieg

### VORMGEVING

Els Van Sonhoven

### MEDEWERKERS AAN DIT NUMMER

Carine Schaep  
Adrienne  
Christiaan Jonckheere  
Jürgen Peeters

### VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Els Van Sonhoven,  
Patriottenstraat 35, 2600 Berchem



V.V.T.I.V.

*Mercatorstraat 106 - 2018 Antwerpen - tel. 03/ 281 38 66 - rek. 404-5086781-56*