



Ontwerp omslag: Truus van den Boogaard | [www.ma-troeska.nl](http://www.ma-troeska.nl)

Ontwerp binnenwerk: Tabitha van Vliet | Joyful Creations

Foto's: Olga Jansen | [www.atelierJenJ.com](http://www.atelierJenJ.com)

Uitgeverij: Merweboek | [www.Merweboek.nl](http://www.Merweboek.nl)

© 2021 Hermineke Vonk | [www.Hermineke.nl](http://www.Hermineke.nl)

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleevoudigd, opgeslagen in een databank of op een of andere manier doorgegeven, elektronisch, mechanisch, gekopieerd, gescand of op enige andere wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

NUR: 711

ISBN: 978-90-5787-206-8

# Inhoudsopgave

Inleiding	4
Hoofdstuk 1: Voorbereiding	7
Hoofdstuk 2: De dimensies	10
Hoofdstuk 3: De eerste dimensie: De regisseur en de feiten	18
Verschillende verhalen	22
Hoofdstuk 4: De tweede dimensie: Het beeld van elkaar	30
Verschillende verhalen	38
Hoofdstuk 5: De derde dimensie: Wie je bent als niemand kijkt	52
Verschillende verhalen	64
Hoofdstuk 6: De plek van God	72
Hoofdstuk 7: De spelregels	76
Hoofdstuk 8: Het doel	86
Dankwoord	92
Om meer te lezen	94
Gebruikte literatuur	95



# Inleiding

*De mensen geloven hun ogen meer dan hun oren. (Seneca)*

Verbeeldtaal is een prachtige manier om zonder al te veel woorden toch heel veel te zeggen. Het visualiseren is voor veel begeleiders ((spel) therapeuten en psychologen) een beproefde manier geworden om verder te komen met de cliënt dan met slechts het gesproken woord. Het verhaal wordt verbeeld, letterlijk op tafel gezet, met poppetjes.

In dit boek wordt er gesproken over Playmobil, uiteraard is het ook mogelijk om bijvoorbeeld met Duplo of Lego te werken.

Het werken met Playmobil is uitgewerkt voor het gewone gesprek. Deze manier van werken hóeft helemaal niet therapeutisch te zijn. Ook voor mensen die vanuit hun functie kinderen, jongeren of volwassenen begeleiden is de inzet van Playmobil een waardevolle aanvulling.

Deze handleiding is geschreven vanuit Christelijke invalshoek. Het krachtige is dat vanuit deze context God als hulpbron, als steun op tafel erbij geplaatst kan worden. God kan dit al zijn of kan tot een hulpbron worden. Dat maakt dit boek zeer geschikt voor iedereen die binnen een christelijke context mensen begeleidt. Te denken valt aan Christencoaches, Pastoraal werkers, pastoraal coaches, docenten of begeleiders op een christelijke school, et cetera.

Naast de praktische voorbereiding worden de verschillende manieren van verbeeldtaal beschreven. Ik benoem dit als verschillende dimensies in het gesprek. Er worden veel verhalen vanuit de praktijk beschreven, zodat iedereen na het lezen van dit boek werkelijk weet hoe het werkt en uitgedaagd is er zelf mee aan de slag te gaan.

In het vervolg spreek ik over de confident, wanneer ik het heb over degene die begeleid wordt. In het woord confident zit het woord confidence; vertrouwen. Het is degene die zijn vertrouwen aan jou geeft. Dat maakt het in mijn ogen een prachtige term. De begeleider noem ik in dit boek de coach.

Daaronder versta ik een breed scala van functies; leerling-, studentbegeleider, pastoraal werker, pastoraal-/Christencoach, et cetera. Tot slot gebruik ik mannelijk en vrouwelijk willekeurig. Dat is gebaseerd op gevoelskeuze. Daar waar mannelijk staat, kan vrouwelijk gelezen worden of andersom.



Mijn ervaring is dat begrenzing belangrijk is. In het begin liet ik mensen kiezen uit wel honderd poppetjes, maar door de grote hoeveelheid duurde het heel lang voordat er gekozen werd. Perfectionisten zoeken dan het best passende poppetje op, maar laten daarvoor soms één voor één alle poppetjes door hun handen gaan. Het ene poppetje heeft geel haar en dat moet eigenlijk bruin zijn; bij de ander had de rok eigenlijk een broek moeten zijn. Dit kostte veel tijd en leverde niets op. Anderen zien de grote hoeveelheid poppetjes en kijken vervolgens helemaal niet zorgvuldig en pakken er willekeurig eentje uit. Een bewuste keuze maken is belangrijk en dat werkt beter wanneer het begrensd is. Nu werk ik met ongeveer twintig volwassen poppetjes en dat is het. De perfectionist heeft dan niet al te veel tijd nodig en de snelle kiezer kiest in elk geval.

Het positioneren van Playmobil werkt het beste aan een hoge tafel, zoals een eettafel, waarbij de hoek van negentig graden het meest prettig is voor beide partijen. Soms gebruik ik een salontafel, omdat ik de gesprekken graag vanuit de zithoek voer. Bij uitzondering zet ik de poppetjes (noodgedwongen) op de grond, maar dat is niet zo prettig. In een gesprek wordt er vaak tegenover elkaar plaatsgenomen, maar met Verbeeldtaal is dat niet ideaal, want dan zie je slechts de achterkant van wat je gesprekspartner op tafel plaatst. Naast elkaar voelt voor sommigen wat bedreigend, dus vandaar de keuze voor negentig graden. De coach aan de korte kant van de tafel en de confident aan de lange zijde of andersom natuurlijk. Uiteraard is een ronde tafel ook prima. De poppetjes en attributen liggen binnen handbereik op tafel, zodat deze makkelijk uit te zoeken en te pakken zijn.

Tot slot is een schrijfblokje en foto toestel (telefoon) wenselijk om bij de hand te hebben. Opstellingen kunnen zich stevig in het geheugen nestelen, maar een foto maken is feitelijk correcter, zeker voor de begeleider.

Ik maak vaak een foto van de beginopstelling. Wanneer ik deze dan na enige tijd weer laat zien aan de confident is concreet zichtbaar wat er al veranderd is. Ik maak bijna altijd een foto van de eindopstelling.

Dit is handig wanneer het gesprek een vervolg krijgt.

Het is een goede geheugensteun en het maakt het eenvoudiger om er de volgende keer mee verder te gaan. Ik adviseer de ander ook een foto te maken, zodat er thuis verder met de situatie gegaan kan worden.

Wanneer de confident de volgende keer weer aan tafel zit, kan het zijn dat de eindsituatie van het vorige gesprek toch al weer anders is dan de beginsituatie van het nieuwe gesprek. De tijd tussen de gesprekken zet vaak al veel in beweging. Het behoeft weinig toelichting dat het gesprek aan dient te sluiten bij de situatie van dat moment en niet bij de foto.

De confident mag altijd als eerste de plek aan tafel kiezen. Zo kunnen zij kiezen of ze graag met het de rug tegen een muur zitten of graag de deur in het oog willen hebben. Het is een eerste uitnodiging om tegen de ander te zeggen: “Je mag hier jezelf zijn, kies maar de plek die voor jou prettig is.” Ik plaats me vervolgens op de plek die daarbij passend is, het liefst dus in die hoek van 90 graden, met voldoende afstand en nabijheid. Dat kan per confident verschillend zijn. Kop koffie of thee? We zijn er klaar voor. Mijn introductie is nooit zo lang, ik steek graag snel af naar datgene waar de ander voor komt. Meestal begin ik met een korte vraag: “Hoe is deze week geweest?” “Wanneer ben je tevreden, wanneer je hier de deur weer uitstapt?” “Welk stukje uit het vorige gesprek, is bij je blijven haken?”

In veel hulpverleningstrajecten worden de gesprekken tweewekelijks gepland. Afhankelijk van de casus, kan dit meer of minder frequent zijn. Ik werk tegenwoordig veel met korte intensieve trajecten: ‘24-uurscoaching’. Afhankelijk van de coachvraag, plan ik een, twee of drie overnachtingen in onze Bed & Breakfast<sup>1</sup> en voer een of twee gesprekken per dag. Doordat de confident niet in de eigen context zit, heeft hij dus alle ruimte om met zijn eigen vraag bezig te zijn; dit werkt zeer effectief. Uiteraard geldt dit niet voor hulpvragen waar langdurige processen voor nodig zijn, te denken valt aan traumaverwerking. Voor dergelijke problematiek is dit boek niet geschreven, maar staan leestips achterin dit boek.





## Hoofdstuk 2

# De dimensies

*Inzicht hebben is meer waard dan een sterke arm. (Euripides)*

Ik heb mijn basisinput ontvangen bij Gerrie Reijersen van Buren<sup>ii</sup>. Daarna heb ik het eigen gemaakt en verder laten groeien door er regelmatig mee te werken. Gerrie spreekt over ‘de volwassen ik’, ‘de kwaliteiten’ en ‘het eigenlijke ik’ als de drie lagen in een gesprek. Ik heb deze herwoord in dimensies. Zo kom ik tot drie dimensies, die als verschillende lagen in een gesprek aan te brengen zijn.

- In de **eerste dimensie** worden de feiten verbeeld met de regisseur aan het roer. De regisseur is het poppetje dat de confident uitkiest voor zichzelf. Het poppetje dat verbeeldt hoe hij zichzelf ziet.
- In de **tweede dimensie** worden kwaliteitpoppetjes geplaatst. Deze staan symbool voor hoe de confident denkt dat hij door de ander gezien wordt of hoe hij de ander ziet. Kwaliteitpoppetjes zijn vaak typische poppetjes. Deze poppetjes verbeelden namelijk een kwaliteit. Iets wat kenmerkend is bij iemand of waar iemand goed in is en (dus) laat zien.
- De **derde dimensie** verbeeldt de minst zichtbare laag. Het geeft beeld aan wie je bent wanneer je 100% jezelf bent. Wanneer ik de confident uitnodig dit poppetje te plaatsen, vraag ik vaak: “Wie ben je wanneer er niemand kijkt en waar sta je dan hier op tafel? Dit wordt verbeeld met het jezelf-poppetje. Hiervoor wordt een baby-poppetje gebruikt.

Iedere dimensie heeft zijn eigen unieke waarde. Het is dan ook niet nodig dat bij ieder gesprek alle dimensies op tafel komen. Soms geeft de eerste dimensie al zoveel duidelijkheid dat dat genoeg is. Soms komen er twee dimensies langs en blijft een derde achterwege. De methodiek dient het doel en niet andersom.

De verschillende dimensies werk ik verder uit aan de hand van de logische niveaus van Bateson en Dilts.

## De dimensies en Bateson

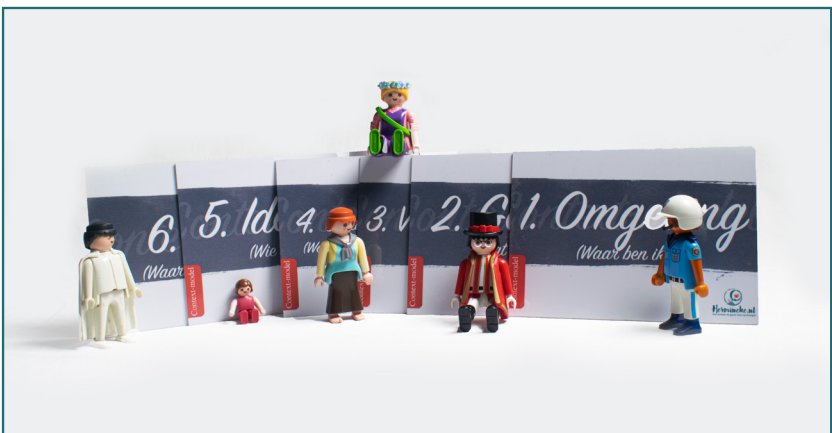
De logische niveaus van Bateson en Dilts worden veelvuldig gebruikt in de coachingspraktijk. Er zijn ook allerhande variaties te vinden hoe dit model ingezet kan worden. Zelf gebruik ik het model bijvoorbeeld ook bij het werken met vloermodellen. Bij vloermodellen<sup>iii</sup> worden er PVC kaartjes op de grond gelegd, aan de hand waarvan ik met de confident het gesprek voer. De confident gaat bij dit kaartje staan en we spreken dan over datgene wat er op de kaart staat en op deze manier wordt er een model op een actieve manier eigen gemaakt.

Ook op internet of in boeken is veel te vinden over de logische niveaus. In het boek 'In Ontwikkeling' (2016:99-112) heb ik dit model, geïnspireerd door Arie de Rover (2012), aangepast naar een christelijk identiteitsmodel.

De logische niveaus van Bateson en Dilts pellen je als het ware af van de buitenkant naar de binnenkant.

### NIVEAU'S

- |                        |              |                 |
|------------------------|--------------|-----------------|
| 1 omgeving             | 2 gedrag     | 3 vaardigheden  |
| 4 drijfveren/motivatie | 5 identiteit | 6 zingeving/God |



De buitenste twee niveaus hebben een andere lading. Deze staan als het ware buiten de persoon zelf. De 'omgeving' is de context. Meestal spreek ik van 'tegenover'. Deze 'tegenover' bepaalt voor een belangrijk deel het gedrag. 'Zingeving' verbind ik aan God, diegene die het leven zin en betekenis geeft. De drie dimensies van Verbeelding bevinden zich in de middelste vier niveaus. De basisregel van Batesons model van de logische niveaus is:

*Veranderingen op een lager niveau kunnen leiden tot een verandering op een hoger niveau. Veranderingen op een hoger niveau zullen altijd leiden tot veranderingen op een lager niveau.*

Het is waardevol om deze regel in gedachten te houden. Dus hoe hoger het niveau is waarop je opereert, hoe groter de kans op verandering op de lagen eronder. Deze stelregel gaat ook op bij het werken met de dimensies van Verbeeldtaal.

## Niveau 1 – Omgeving

Bij het neerzetten van Verbeeldtaal benoem ik deze omgeving meestal als 'de tegenover'. Al is dat niet in de negatieve zin van het woord. Het is niet diegene die tegenover je staat, maar het is diegene die invloed heeft op jouw gedrag: je baas, meester, moeder, grote broer, partner. Meestal is deze 'tegenover' een persoon, maar het kan ook iets anders zijn; het bedrijf, religie, (top)sport of hobby. Door een 'tegenover' te plaatsen wordt een situatie concreet gemaakt; dat spreekt en verbeeldt makkelijker..



### De tweede dimensie

Het niveau van gedrag is zichtbaar naar de omgeving. Dat is wat anderen zien, maar ook wat je anderen laat zien. Het is immers net zo goed mogelijk om bepaald gedrag bewust of onbewust níet te laten zien. Er zijn vaardigheden nodig voor dit gedrag; daarom verbind ik bij Verbeeldtaal de niveaus van gedrag en vaardigheden aan elkaar. Vanuit de vaardigheden, ook wel kwaliteiten(!), talenten of competenties genoemd, volgt het gedrag. Wanneer de kwaliteiten niet aanwezig zijn, zul je het gedrag niet laten zien. In Verbeeldtaal worden hiervoor de kwaliteitpoppetjes gebruikt. Ieder mens heeft meerdere kwaliteiten. Er kunnen in deze dimensie dan ook verschillende poppetjes neergezet worden, die op die manier de verschillende kwaliteiten verbeelden. Persoonlijk vind ik het woord kwaliteiten passender dan het woord vaardigheden dat Bateson gebruikt. Vaardigheden zijn aangeleerd. Natuurlijk kan het door kwaliteiten komen, maar dat hoeft niet. Ik heb ooit akkoorden geleerd, waardoor ik gitaar kan spelen. De vaardigheid heb ik, het gedrag (gitaarspelen) kan ik laten zien. Helaas heb ik geen groot muzikaal talent, daardoor gaat gitaarspelen mij nooit gemakkelijk af. De gitaar staat inmiddels op zolder. Wanneer je een vaardigheid hebt, wil dat dus niet zeggen dat je ook de kwaliteit bezit, maar vanuit kwaliteiten volgt gedrag haast automatisch. Deze passen naadloos bij elkaar.



Deze tweede dimensie gaat dus over het zichtbare gedrag en de kwaliteiten die je daarvoor inzet. Gedrag kan passend zijn of niet-passend. Bij passend gedrag doe je jezelf en de ander recht. Niet-passend gedrag geeft vroeg of laat problemen. Dat kan zich uiten door bovenmatig te reageren (vechten in de letterlijke of figuurlijke zin) of door zich onzichtbaar te maken en gedrag niet te laten zien, zelfs wanneer iemand het wel in zich heeft (vluchten, bevriezen).

## **Niveau 4 – Drijfveren, motivatie, waarden en overtuigingen**

### **De eerste dimensie**

Op dit niveau van de drijfveren en motivatie wordt de richting bepaald. Dit is het niveau waar je wil aan verbonden is. Door bepaalde overtuigingen doe je iets wel of niet. Een overtuiging is bijvoorbeeld dat je vindt dat je nooit rood mag staan of dat je wekelijks bij je oma op visite moet gaan. Maar een overtuiging kan ook een idee zijn dat je iets niet kunt, dat iets jou nooit gaat lukken, dat anderen iets altijd beter kunnen of dat anderen veel knapper zijn. In beide gevallen doet het een beroep op je gedrag. In het eerste geval zet het je aan om dingen wel te doen, omdat je dat van jezelf moet. In het andere geval, met alle leugens die je bent gaan geloven, kun je ervan overtuigd zijn iets niet te kunnen en daarom ga je het dus niet doen.

De talenten blijven als het ware in de grond zitten, omdat je zelf denkt dat het niets oplevert om ze te gebruiken. Deze overtuigingen werken dus belemmerend om bepaald gedrag te laten zien.

Motivatie en drijfveren zitten dichtbij elkaar en deze kunnen je stimuleren tot ander gedrag of tot bepaalde keuzes. Zelf stel ik mij zeer regelmatig de vraag naar motivatie: Voor wie doe ik dit? Voor mijn moeder? Voor mijn baas? Voor mijn eigen ego? Voor God? Voor de natuur? Voor de toekomst?



In deze stuurhut past de regisseur. Dit is het niveau waarop de beslissingen gemaakt worden. De plek waar je kiest welke kwaliteiten je inzet en welk gedrag je laat zien. Op deze laag wordt beslist wat er op de lagen eronder gebeurt.

Bij Verbeelddtaal noem ik dit de eerste dimensie, omdat vanuit dit punt de Playmobil-opstelling opgebouwd wordt. “Kies een poppetje wat past zoals jij bent en plaats dat op tafel”. Over het algemeen wordt dan de regisseur op tafel gezet en van daaruit kun je dan de opstelling verder uitbouwen. Hierbij passen de (subjectieve) feiten. Wanneer de regisseur op tafel staat kan een volgende vraag zijn: “Wie spelen er nog meer een rol in deze situatie en wil je deze ook op tafel plaatsen?” Of: “Zou je je baas hier bij willen plaatsen?”

Deze overtuigingen werken dus belemmerend om bepaald gedrag te laten zien.

Regelmatig wordt er op deze vraag een kwaliteitspoppetje neergezet en niet de regisseur. In de beginfase van een gesprek ga ik daar niet op in, maar er wordt op die manier al wel een glimp van een andere dimensie zichtbaar.

### De derde dimensie

Wanneer ik in lessen met dit model van Bateson en Dilts werk, vraag ik bij dit niveau van identiteit wel eens: kun je iets over jezelf zeggen vanuit dit niveau? Dit is heel ingewikkeld. Je kunt iets zeggen over gedrag, zoals werk, gezinssituatie, vrijwilligerswerk. Je kunt iets zeggen over vaardigheden, al is dat vaak al lastiger (een Nederlander zegt niet makkelijk waar hij goed in is). Er valt iets te zeggen over waarden en overtuigingen. Maar het niveau van identiteit maakt onze uniciteit. 'Je bent uniek' wordt nogal eens gezegd, maar uniciteit is niet in woorden te vangen, want zodra je er woorden aan verbindt, zijn er ook anderen die zich hierin herkennen. Identiteit is dus wie je bent, zonder de voorgaande niveaus. Het wordt dus (als het goed is!) niet bepaald door je werk of je opleiding, noch door je overtuigingen. Het is in zekere zin iets onzichtbaars en daarom wordt er een klein poppetje, een babyoppetje, gekozen om deze dimensie te symboliseren. In dit babyoppetje zit ook het kwetsbare, pure. Gewoon zoals je bedoeld bent en zoals je ten diepste bent. Vandaar dat ik het vaak verwoord met 'wie je bent als niemand kijkt'. In dit stukje zit je eigenwaarde, mag je jezelf zijn! Om deze reden noem ik dit poppetje het 'jezelf'oppetje.

Je zult begrijpen dat wanneer je niet jezelf durft te zijn of mag zijn, dat dit invloed heeft op de regisseur en ook op de kwaliteiten. Dit heeft dus invloed op de lagere niveaus in het model van Bateson en Dilts.

