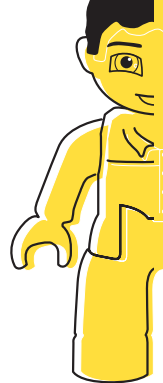


Inhoud



| | |
|---|----|
| Woord vooraf | 9 |
| 1 <i>Materiaal, grammatica en werkwijze</i> | 11 |
| 1.1 Waarom werken met Een Taal Erbij? | 11 |
| 1.2 Het materiaal, de betekenis en de grammatica | 13 |
| 1.2.1 Een overzicht van alle materialen van Een Taal Erbij en de daarbij horende grammaticaregels | 14 |
| 1.3 Werkwijze – introductie van het materiaal | 20 |
| 1.4 Kinderen en Een Taal Erbij | 28 |
| 1.5 Hulpverlener ook op tafel? | 30 |
| 1.6 Vragen en Een Taal Erbij | 32 |
| 1.6.1 Open, gesloten en keuzevragen | 34 |
| 1.6.2 Lineaire en circulaire vragen | 34 |
| 1.6.3 Strategische vraag | 35 |
| 1.6.4 Reflectieve vraag | 35 |
| 1.6.5 Doorvraag | 36 |
| 1.6.6 Prognosevraag | 36 |
| 1.6.7 Suggestieve vraag | 37 |
| 1.6.8 Hypothetische vraag | 37 |
| 1.6.9 Oplossingsgerichte vragen | 37 |
| 1.6.10 Verbindende vragen | 37 |
| 1.7 Contra-indicaties voor het werken met Een Taal Erbij | 37 |
| 2 <i>De theoretische basis</i> | 39 |
| 2.1 Transactionele analyse | 39 |
| 2.2 Van Systeemtheorie naar Systeemtherapie | 40 |
| 2.2.1 Communicatieperspectief | 40 |
| 2.2.2 Structureel perspectief | 43 |
| 2.2.3 Contextueel perspectief | 45 |
| 2.2.4 Narratief perspectief | 52 |
| 2.2.5 Oplossingsgericht perspectief | 55 |

| | | |
|----------|---|----|
| 3 | Het kind - Ontwikkeling van baby tot jongvolwassene | 57 |
| 3.1 | Van baby naar peuter – de hechting – van 0 tot 1,5 jaar | 58 |
| 3.2 | Veilige hechting | 59 |
| 3.3 | Onveilige hechting | 61 |
| | 3.3.1 De angstig vermijdende hechting | 62 |
| | 3.3.2 De angstig ambivalente hechting | 63 |
| | 3.3.3 Gedesorganiseerde gehechtheid | 63 |
| 3.4 | Van peuter naar kleuter – autonomie versus afhankelijkheid – van 1,5 tot 4 jaar | 64 |
| 3.5 | Van kleuter naar schoolkind – de wereld wordt groter – van 4 tot 6 jaar | 67 |
| 3.6 | Van schoolkind naar puber – van 6 tot 12 jaar | 69 |
| 3.7 | Van puber naar jongvolwassene – 13 tot 20 jaar | 71 |
| 3.8 | Van jongvolwassene – naar volwassene – van 20 tot ... | 74 |

| | | |
|----------|--|-----|
| 4 | De volwassene - partner en ouderschap - scheiden | 77 |
| 4.1 | Hechting in partnerrelaties | 77 |
| 4.2 | Emotionally Focused Couple Therapy | 78 |
| 4.3 | Het begin – de verliefdheid | 80 |
| 4.4 | De verliefdheid voorbij | 81 |
| 4.5 | Relatietherapie met Een Taal Erbij | 82 |
| 4.6 | Het proces | 85 |
| | 4.6.1 Beginfase | 85 |
| | 4.6.2 Analyse van het patroon | 85 |
| | 4.6.3 Voortgang van de therapie | 87 |
| 4.7 | Ouderschap | 94 |
| | 4.7.1 Van duo naar trio – een gevoelige overgang | 94 |
| | 4.7.2 Ouderschap door alle fases heen | 95 |
| | 4.7.3 Ouderbegeleiding | 96 |
| | 4.7.4 Stijlverschillen | 97 |
| 4.8 | Scheiding | 99 |
| | 4.8.1 De betekenis van scheiden | 99 |
| | 4.8.2 Vechtscheiding | 101 |
| | 4.8.3 Vechtscheiding en kinderen – ouderschap na scheiding | 102 |
| | 4.8.4 Vechtscheiding en Een Taal Erbij – werkwijze | 104 |
| 4.9 | Samengestelde gezinnen – loslaten en opnieuw verbinden | 107 |

| | | |
|----------|---|-----|
| 5 | <i>De hulpverlener als instrument</i> | 111 |
| 5.1 | Overdracht en tegenoverdracht | 111 |
| 5.2 | Voorbeelden van tegenoverdracht – bewust en onbewust | 114 |
| 5.3 | Parentificatie | 116 |
| 5.3.1 | Voorbeelden van parentificatie | 119 |
| 5.4 | Het drieroollenmodel van de systemische hulpverlener | 121 |
| 5.4.1 | De rol van expert | 122 |
| 5.4.2 | De rol van procesbewaker | 122 |
| 5.4.3 | De rol van authentieke persoon | 124 |
| 5.5 | Therapeutic use of self – het inzetten van de eigen emoties | 125 |
| 5.6 | Supervisie | 128 |
| 6 | <i>Verlies, rouw en trauma</i> | 131 |
| 6.1 | De hoogbejaarde vader, Anton | 132 |
| 6.2 | De dood van een jonge vrouw, Karin | 135 |
| 6.3 | Kinderen en rouw | 138 |
| 6.4 | Trauma | 142 |
| 6.5 | De hulpverlener en trauma | 146 |
| | <i>Nawoord</i> | 149 |
| | <i>Literatuur</i> | 151 |

1

Materiaal, grammatica en werkwijze

In dit hoofdstuk geef ik een overzicht van het materiaal, de grammaticaregels en de manier waarop de poppetjes meewerken in het proces van de therapie. Ik beschrijf ook welke vragen ingezet kunnen worden om inzicht te krijgen en verandering in gang te zetten.

1.1 Waarom werken met Een Taal Erbij?

Werken met [Een Taal Erbij](#) geeft inzicht en overzicht, en is daardoor verhelderend. Door de opstellingen wordt orde aangebracht in de soms verwarrende innerlijke wereld van een cliënt. Dit is zowel voor de cliënt als voor de hulpverlener belangrijk.

De hulpverlener focust op het beeld en wordt hierdoor geleid. Zij volgt de cliënt in zijn verhaal en bedenkt haar vragen mede aan de hand van de opstelling. Samen het leed overzien is het doel. Daarnaast bevordert dit met elkaar kijken de gelijkwaardigheid in de relatie. [Een Taal Erbij](#) zorgt ervoor dat hulpverlener en cliënt samen puzzelen en aan het werk zijn.

Voor de cliënt is het neerzetten van het materiaal op zich al erkenning. De opstelling verbeeldt zijn verhaal, zijn mogelijke schade. Hij kan de poppetjes aanraken, verplaatsen en zelf actief zijn om met het materiaal zijn verhaal te vertellen. Hij kan het materiaal wegzetten of de opstelling veranderen. Hij kan er naartoe of van weg kijken.

Door op deze manier te werken wordt het contact veiliger, omdat de cliënt zelf de controle en de regie heeft. Dit heeft tegelijkertijd ook een helende werking.

De cliënt kan zich bovendien als het ware in zichzelf verplaatsen en opnieuw de emoties voelen die bij de opstelling opgeroepen worden. Het verhaal wordt gevoeld en niet alleen bekeken of in woorden gevat.

Bij het maken van een opstelling doen meerdere zintuigen mee. Beelden blijven langer op het netvlies hangen, maar ook het aanraken heeft meerwaarde. Spreken, zien en voelen worden tegelijkertijd ingezet.

Susanne Haeyen zegt in haar promotieonderzoek (2018) over het effect van beeldende therapie:

“ *Beeldende therapie biedt een wezenlijk andere therapeutische ingang dan praten. Mensen die goed kunnen praten over hun problemen, kunnen soms met woorden hun gevoelens niet bereiken. Door het beeldend werken krijgen zij meer contact met hun gevoelens en met wat hen doet vastlopen. Anderen hebben juist moeite met praten over wat hen bezighoudt. Dan kunnen het beeldend werken en de beelden die ontstaan helpen om zich uit te drukken. Door beeldende therapie aan te bieden worden deze patiënten bereikt waar zij anders mogelijk onvoldoende geholpen worden.*

Cliënten zijn positief over de methodiek. Uit hun feedback valt op te maken dat zij zich makkelijk vereenzelvigen met de poppetjes op tafel en ze door de opstelling overzicht krijgen over hun leven. Ze beschrijven hoe het hen helpt om ook zichzelf beter te begrijpen doordat ze letterlijk meer zicht hebben op hun geschiedenis en hoe deze nog bepalend is voor het hier en nu.

W. Klijn en S. Scheller-Dijkers (2006) vermelden in hun boek *Waar woorden tekortschieten. Praktijk en theorie van beeldende systeemtherapie* het volgende:

“ *Experimenten hebben aangetoond dat na afloop van het werken met visualisaties er een toegenomen activiteit wordt geregistreerd van de linker frontale cortex (hersengebieden waar taal en denken zijn gelokaliseerd) en dat er tevens sprake is van een toegenomen informatie-uitwisseling tussen de beide hersenhelften. Dat zijn aanwijzingen voor een betere informatieverwerking overall in de hersenen als beelden opgeroepen zijn.*

Dit zou ook tot meer ontspanning leiden.

Niet alleen de relationele werkelijkheid van de cliënt komt op tafel, maar ook zijn innerlijke worsteling. De dialoog met zichzelf wordt op gang gebracht. Tegelijkertijd worden de intergenerationele invloeden zichtbaar op tafel; iets wat met alleen woorden te complex en weinig toegankelijk zou zijn.

Bij het maken van een genogram wordt de geschiedenis in kaart gebracht met een getekende stamboom. Een poppetjesopstelling is driedimensionaal: afstand en nabijheid zijn nauwkeurig te verbeelden. Een opstelling biedt bovendien de mogelijkheid om bij nader inzien nog zaken te veranderen of neer te zetten zoals je het gewild zou hebben. Omdat een poppetjesbeeld in beweging gebracht kan worden geeft het meteen richting aan verandering.

Het werken met deze methodiek helpt de hulpverlener om beter achterover te leunen en te kijken naar wat er staat. Het brengt haar op ideeën en vragen die gesteld zouden kunnen worden.

Het helpt om te volgen, minder in het hoofd te zitten en te denken al te weten wat er speelt. Het maakt oprecht nieuwsgieriger.

1.2 Het materiaal, de betekenis en de grammatica

In het werken met **Een Taal Erbij** gebruiken we vooral Duplo-poppetjes in allerlei soorten en maten. Kinderen, jongens- en meisjespoppetjes, Playmobil-poppetjes voor pubers, volwassen poppetjes, mannen en vrouwen, opa's en oma's, poppetjes met een donkere of lichte huid. Alle generaties zijn in de therapiepraktijk of in de koffer van de hulpverlener aanwezig. Ze kunnen allemaal staan, liggen en zitten. Hun hoofden zijn draaibaar, zodat ze kunnen wegstaren. Hun armen en benen zijn beweegbaar. Ze kunnen met hun handen naar een ander poppetje reiken.

Naast de poppetjes wordt divers klein materiaal gebruikt om meer uitdrukking en accenten te leggen in het verhaal van de cliënt. Bij het kiezen van een poppetje is het niet de bedoeling te expliciet te zijn. Liever geen prinsessenpoppetjes of poppetjes met een boevenuiterlijk.

Een Taal Erbij is een taal en is niet bedoeld om specifieke eigenschappen van iemand in een poppetje te verbeelden; het is dus niet bedoeld als projectief materiaal, maar de cliënt moet zich wel kunnen identificeren met het poppetje. De grammatica van de taal is leidend. We stellen de beelden in systemen op, waardoor ook de intergenerationele context zichtbaar kan worden.

1.2.1 Een overzicht van alle materialen van Een Taal Erbij en de daarbij horende grammaticaregels



In *Een Taal Erbij* wordt een persoon als een drie-eenheid verbeeld met verschillende bewustzijnsniveaus: **het volwassen poppetje, het kindpoppetje op het witte vlakje en het kindpoppetje met het witte kapje op het rode vlakje**. De gele schijf waarop de poppetjes staan, visualiseert autonomie.

Deze opdeling, die zich vaak aan onze bewuste waarneming onttrekt, helpt te verduidelijken hoe en waarom we ons gedragen zoals we doen. Het doel is samenwerking tussen deze verschillende delen, onder leiding van de coördinator (het volwassen poppetje). Deze coördinator is de cliënt in de kamer, die we willen activeren. Zij heeft de regie in het veranderingsproces.



Volwassen poppetjes, man en vrouw

Een volwassen poppetje verbeeldt het volwassen deel, de coördinator – ook wel de regisseur genoemd; dit is een bewust deel. De coördinator heeft de regie en geeft richting aan het gedrag van de persoon. Als de coördinator in contact is met het kindpoppetje op het witte vlakje en het kindpoppetje met het witte kapje op het rode vlakje is er afstemming en kunnen we spreken van integratie en balans.



Oma en opa



Bovenstaande **kindpoppetjes** (foto rechts) verbeelden een kind maar in combinatie met je volwassen poppetje verbeelden ze ook je geschiedenis en alles wat je tot nu toe in je leven hebt meegemaakt. Dit poppetje wordt ook wel 'geschiedenispoppetje' of 'kleintje' genoemd.

Het is een deels bewust en deels onbewust deel; het betreft wat we nog weten en wat we al niet meer weten.



Twee puberpoppetjes worden met Playmobil gevisualiseerd



Als een **kindpoppetje (geschiedenispoppetje) op een wit vlakje** (zie foto rechtsboven) geplaatst wordt verbeeldt dit dat het kind copingstijlen (wit vlakje) heeft ontwikkeld in zijn geschiedenis. Dit poppetje heeft overlevingsstrategieën bedacht om het kindpoppetje met witte kapje op het rode vlakje te beschermen.

Dit kindpoppetje met wit kapje op een rood vlakje is het oorspronkelijke en kwetsbare kind. Het staat op een rood vlakje, omdat rood in [Een Taal Erbij](#) de kleur is van voelen en emoties. We gebruiken in [Een Taal Erbij](#) de witte vlakjes exclusief om coping te verbeelden, dat wil zeggen niet voelen en controle (wit), en de rode vlakjes voor voelen en kwetsbaarheid (rood). Dit is een belangrijke grammaticaregel. We gebruiken deze rode en witte vlakjes nooit om iets anders dan deze betekenis te visualiseren.



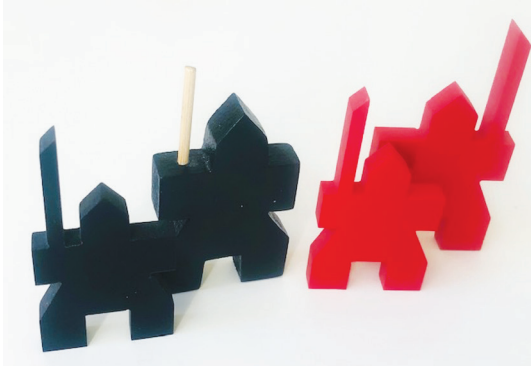
Een kind- of geschiedenispoppetje op een verhoginkje of een melkcupje met een wit vlakje erop verbeeldt dat het kind geparentificeerd is. Het verhoginkje visualiseert dat het kindpoppetje op een iets hoger niveau staat dan de volwassenen poppetjes van de ouders. Het verbeeldt daarmee dat het kind zorg draagt voor zijn ouders of het gezin. In hoofdstuk 5 wordt het begrip parentificatie verder toegelicht.



Het cupje maakt deel uit van de ontstaansgeschiedenis van [Een Taal Erbij](#). De cupjes deden al dienst toen ze op de ronde, hoge therapietafel stonden tussen de koffiekopjes, suikerzakjes, pennen en potloden. Behalve als melk voor de koffie kregen ze al snel een aanvullende rol in de gesprekken, namelijk bij het visualiseren van kinderlijke zorg. Ze waren handig omdat ze de juiste hoogte

Afbeelding van een geparentificeerd meisje

hadden en stabiel waren. Uiteraard kun je ook andere soorten verhoginkjes inzetten.



Schadeteken in verschillende kleuren en groottes

**Een gestileerd krijgsman-
netje, het schadeteken ge-
noemd,** staat voor de kwetsu-
ren zoals ernstig verlies, rouw
en trauma, geweld, agressie,
kortom alle schade die iemand
tijdens zijn of haar geschiede-
nis heeft opgelopen. Angst,
eenzaamheid, een pestver-
leden, ongewenste kinder-
loosheid of, op macroniveau,
oorlogen, pandemieën, als-
ook intergeneratiele scha-

de. Hierbij valt te denken aan destructief recht zoals dat vaak het geval is bij misbruik of mishandeling. In de opstelling wordt de herhaling van destructief recht zichtbaar omdat het schadeteken in de verschillende generaties (lagen) geplaatst kan worden.

Schades hebben verschillende afmetingen en de hulpverlener probeert aan de hand van het verhaal van de cliënt te bepalen hoe groot de schade moet zijn. Het neerzetten ervan is een interventie die erkenning geeft.

Bij twijfel kan eventueel aan de cliënt gevraagd worden of het teken wel groot genoeg is, maar alleen als het al neergezet is, dus niet van tevoren, omdat dit de erkenning tenietdoet.

Het neerzetten van de schade vraagt sensitiviteit en timing van de hulpverlener, omdat cliënten doorgaans loyaal zijn aan hun gezin van herkomst en soms terugschrikken om de schade in hun geschiedenis onder ogen te zien. Vaak voelt dit als deloyaal. Het neerzetten van een schade wordt niet uitgelegd aan de cliënt maar eenvoudigweg gedaan. De hulpverlener benoemt wel de pijn of het verdriet van de schade.

Terwijl hij de schade neerzet naast het kindpoppetje van de cliënt zegt de hulpverlener: "Ik begrijp dat je het erg moeilijk gehad hebt door het overlijden van je moeder toen je nog zo jong was. Wat een verdriet moet jij gehad hebben over haar dood."

De schadetekens zijn er ook in twee verschillende kleuren: zwart en rood. Zwart wordt doorgaans gebruikt voor schade en wordt geplaatst bij het poppetje waar de schade bij hoort. Dat kan zowel het kleine als het volwassen poppetje zijn.

Een rood schadetekken wordt vaker ingezet bij ruzie of conflict. Het wordt dan tussen de poppetjes geplaatst, omdat beide bij de ruzie betrokken zijn.

Een **schatkistje** betekent kracht, bron en/of talent; het kan bij het oorspronkelijke kind worden geplaatst en betekent dan dat de schatkist in aanleg gegeven is.



Schatkistjes van verschillende afmetingen

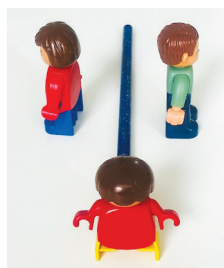
Vaker wordt de schatkist echter naast de schade bij het kleine (geschiedenis)poppetje geplaatst en soms ook erop. Dit visualiseert de overtuiging dat mensen als kind al copingstijlen en vaardigheden ontwikkelden die hen hielpen om met een moeilijke situatie om te gaan. De schatkist visualiseert dan de oplossingsstrategieën en dit maakt de schade direct meer acceptabel. De gedachte dat een mens kracht ontwikkelt vanuit verdriet of pijn ligt hieraan ten grondslag.

Een schatkistje kan ook bij een ander, doorgaans volwassen poppetje geplaatst worden om aan te geven dat deze persoon steunde en kracht gaf. Dan heeft het schatkistje meer de betekenis van een hulpbron. Denk daarbij bijvoorbeeld aan een leerkracht, een buurvrouw of de moeder van een goede vriendin.



Pennen, potloden, een toverstokje of simpelweg een satépen kunnen worden gebruikt om grenzen te visualiseren. Ze zijn bedoeld om bijvoorbeeld een scheiding te visualiseren, een uit het oog verloren familielid, of breuk in gezinnen.

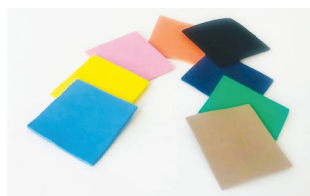
Bij kinderen kan het toverstokje gebruikt worden om te toveren, bijvoorbeeld in combinatie met de wondervraag: “Als dit toverstafje zou werken en je zou kunnen toveren... Wat zou er morgen anders zijn als je wakker wordt?”



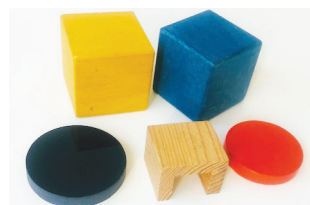
Bij een opstelling waarin iemands geschiedenis op tafel staat, verbeeld door het kindpoppetje en de ouders, kun je je rechtstreeks richten tot het kindpoppetje, bijvoorbeeld door te vragen: “Hoe voelde zij zich toen haar ouders uit elkaar gingen?”

Met deze vraag ga je naar de emoties van het kind, dat zij toen was.

Vierkante foamvlakjes in verschillende kleuren (niet rood en wit) kunnen onder andere processen, symptomen, cultuur en opvoedingsstijlverschillen symboliseren.



Houten blokjes, verhoginkjes of schijven, waarop poppetjes kunnen worden gezet, kun je inzetten om verschil in macht en dominantie te visualiseren of ter vervanging van het cupje om parentificatie te verbeelden.

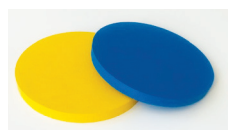


Casus

Lieve, een meisje van 7 jaar, was lange tijd het middelpunt van het gezin geweest omdat ze ernstig ziek was en daarmee veel aandacht nodig had. De hulpverlener plaatst Lieve op een blokje en de andere gezinsleden eromheen. Terwijl ze het kindpoppetje van Lieve aanraakt, vraagt ze hoe ze zich daarboven voelt. Vervolgens vraagt ze aan de andere gezinsleden hoe dit destijds voor hen is geweest. Het gesprek over de gevoelens met betrekking tot Lieves ziekte is begonnen.

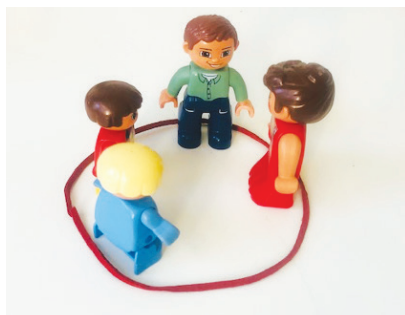


Grote schijven kunnen gebruikt worden om autonomie of opvoedingsstijlen te verbeelden.



Glazen of doorzichtige stolpen worden vaak gebruikt om over een poppetje heen te plaatsen, bijvoorbeeld bij mensen met een stoornis in het autismespectrum of mensen met een depressie. De visualisatie maakt duidelijk dat deze personen wellicht wel zichtbaar zijn maar men er niet makkelijk mee in contact kan komen.

Draadjes en veters zijn handig om loyaliteit tussen mensen zichtbaar te maken (bij voorkeur rode draadjes voor loyaliteit). Ze kunnen ook coalities en bondjes (om een groepje poppetjes heen) zichtbaar maken of eenzaamheid en isolatie (draadje rondom één poppetje) verbeelden.



Deze opstelling zou gebruikt kunnen worden voor een gesloten gezin en/of om hun verbondenheid te visualiseren.



Deze opstelling kan eenzaamheid of ontoegankelijkheid verbeelden.



De biologische ouders zijn hier deels niet zichtbaar doordat ze onder de papieren zakdoek zitten.

Een papieren zakdoek wordt vaak gebruikt om poppetjes toe te dekken, zodat ze niet zichtbaar zijn. Bij adoptiekinderen kan dit gebruikt worden als biologische ouders niet bekend zijn. Het is voor adoptiekinderen een troostende gedachte dat deze ouders er wel zijn en ze kunnen hun loyaliteit op deze manier makkelijk verbeelden door de rode draad erbij te plaatsen.



Een spookje (van Playmobil of Duplo) visualiseert geheimen en angst

Dit spookje wordt soms ingezet als er sprake is van een gezinsgeheim of een geheim in de geschiedenis. Denk daarbij bijvoorbeeld aan een oorlogsverleden of iets wat voelbaar is maar niet uitgesproken wordt. Het staat soms letterlijk in de weg tussen poppetjes en kan ook weggehaald worden met de vraag wat dat oplevert.