

# EEN TAAL ERBIJ

*“Een taal erbij” is een andere manier om tot een werkelijke ontmoeting en dialoog te komen”.*

## Casus

Johan (40) is zakenman in goeden doen. Trees (45) zorgt dat thuis de huishouding op rolletjes loopt en draagt zorg voor hun drie kinderen: Wendy van 14, Joost van 10 en Job van 7 jaar oud.

Trees heeft zich aangemeld met de hulpvraag: “Wil je me helpen om te overleven, ook als Johan weg zou gaan?” Johan is iemand die zijn eigen gang gaat, regelmatig met vrienden uitgaat en los is in de omgang met andere vrouwen. Trees wil op deze manier niet verder. Ze is erg bang dat Johan iemand anders leuker zal vinden en raakt in paniek, als zij eraan denkt dat hij bij haar weg zal gaan.

Na het eerste gesprek heb ik Trees gevraagd of ze Johan wil uitnodigen om met haar mee te komen voor een vervolggesprek. Haar vraag heeft betrekking op de relatie en dan is het fijn, als ook de partner aanwezig is.

Johan zit er wat afwijzend en afwachtend bij. In een later gesprek vertelt hij dat hij bang was om op zijn kop te krijgen. Trees reageert tijdens het eerste gesprek boos op Johan. Ze verwijt hem dat hij nooit thuis is en haar alleen op laat draaien voor de opvoeding en het huishouden.

Ik pak een vrouwelijk volwassen poppetje en zet dat op tafel en zeg: “Dit is een manier om de dingen die spelen, zichtbaar te maken. Mag ik laten zien hoe het werkt?” Trees kijkt geïnteresseerd en Johan afwachtend. Ik vraag Trees hoe het bij haar vroeger thuis in het gezin ging. Ze vertelt en ik zet een grijs mannelijk en vrouwelijk poppetje neer voor haar ouders en een klein meisjespoppetje voor haarzelf. Het blijkt dat Trees’ moeder ziekelijk was (het moederpoppetje wordt gebogen neergezet) en Trees runde als klein meisje van 8 jaar het hele huishouden.

Het kleine meisje wordt op een verhoging neergezet als beeld dat zij een aantal copingstijlen heeft ontwikkeld om te leren omgaan met het feit dat zij voor haar moeder zorgde in plaats van andersom. Op mijn vraag hoe dat was voor haar, haalt ze haar schouders op. Ze zegt: “Het was zoals het was.” Ik leg een wit viltje onder het meisjespoppetje op de verhoging (het witte viltje staat voor niet-voelen). Trees vertelt dat zij gehoopt had dat, als ze getrouwd was, er voor haar gezorgd zou worden en dat ze hierin teleurgesteld is. Voor Johan, haarzelf en de kinderen komen nu ook poppetjes op tafel. Ze zet zichzelf en de kinderen dicht bij elkaar en Johan heel ver ervan af, met de rug naar hen toe. Ik zie Johans ogen groot worden. Ik vraag Trees: “Voelt het zo?” Ze knikt en kijkt verdrietig....

Door: Anja Kruijsbergen

## Theorie

De methodiek “Een taal erbij” richt zich op het visualiseren van de interne en externe werkelijkheid van een cliënt. Duplo-poppetjes en ander materiaal verbeelden het probleem van een cliënt en maken de innerlijke dialoog zichtbaar en stimuleren deze.

Relaties in het heden kunnen bekeken worden door de beleving van de cliënt concreet op tafel te zetten. Tegelijkertijd wordt het verleden erbij geplaatst vanwege de onontkoombare verbondenheid tussen heden en verleden.

“Een taal erbij” is ontwikkeld vanuit het theoretische gedachtegoed van I. Boszmenyi – Nagy, een Hongaars–Amerikaanse psychiater en gezinstherapeut, die uitgaat van een contextueel mensbeeld, waarin de begrippen relationeel en intergeneratieel centraal staan.

“Een taal erbij” is inzichtgevend en verhelderend. Het structureert de soms verwarrende werkelijkheid van een cliënt en werkt als zodanig ook ordenend voor de therapeut. Door de sterke identificatie van een cliënt met het materiaal komt hij dicht bij zijn gevoel en kan hij erkenning krijgen voor zijn leed. Deze erkenning krijgt hij op deze manier niet alleen met woorden, maar ook door er samen naar te kijken.

De meerwaarde hiervan is dat het beeld langer op het netvlies blijft hangen, dat therapeut en cliënt zich samen kunnen buigen over wat er te zien valt en dat opstellingen die de cliënt samen met de therapeut gemaakt heeft, ook veranderd kunnen worden.

De methodiek is goed te gebruiken in echtpaartherapie, omdat de verschillende belevingen van de partners naast elkaar opgesteld kunnen worden, waarbij ook gekeken wordt naar beider verwachtingen.

Ook heeft zij haar kracht bewezen in het werken met getraumatiseerde cliënten. Je kunt letterlijk samen het leed overzien.

De methodiek is toepasbaar vanuit diverse theorieën en bij verschillende therapiestijlen. De mogelijkheden van “Een taal erbij” zijn talloos en nog steeds in ontwikkeling.

## Geschiedenis

De methodiek is ontstaan in praktijk “De Kontekst” in Amsterdam. Eén van de therapeuten (Marleen Diekmann 1949-2007) werkte voor Artsen zonder grenzen in Afrika en de Balkan en in de VS na 9/11. Zij integreerde het contextuele denken van Nagy met de Transactionele Analyse van Berne. Wat bemoedigt werd door cultuur en tolk, werd mogelijk door het gebruik van de Duplo-poppetjes.

*“Het hart van de contextuele therapie ligt in de gedachte dat pijn en vreugde in een mensenleven samenhangen met banden en loyaliteiten die van generatie op generatie onze relatie met onszelf en met onze omgeving bepalen.” (Marleen Diekmann, Scheiden en Verbinden met “een taal erbij”, 2005)*

Na haar overlijden hebben Ady van Doornik en Els Ydo de praktijk en de opleidingen voortgezet.

*“Blokjes en koffiemelkkuipjes kunnen iemand “groot” maken en gebruikt worden als symbolen voor bijvoorbeeld agressie en geheimen.”*

## Werkwijze

Bij “Een taal erbij” wordt gebruik gemaakt van Duplo-poppetjes, Playmobil in allerlei maten, soorten, generaties en culturen en andere materialen. De poppetjes zijn er in verschillen huidskleuren en in alle leeftijden, van baby’s tot grootouders. Ze kunnen staan, zitten en in verschillende houdingen bewogen worden. Andere materialen zijn plastic blokjes, vierkantjes, koffiemelkkuipjes en kindertoverstokjes. De toverstokjes worden bijvoorbeeld gebruikt om grenzen aan te geven en gekleurde plastic vierkantjes staan symbool voor processen, symptomen en problemen. Blokjes en koffiemelkkuipjes kunnen iemand “groot” maken en gebruikt worden als symbolen voor bijvoorbeeld agressie en geheimen. Al deze hulpmiddelen fungeren als een visualisering van de werkelijkheid van de cliënt.

Tijdens de therapie wordt de geschiedenis van een cliënt neergezet en met de gekleurde plastic vierkantjes worden symbolen verzameld. Ook familieleden kunnen neergezet worden. Ieder individu wordt uitgebeeld met een groot en een klein poppetje: het volwassen deel (de coördinator) en het innerlijke kind. Dit schouwspel vertegenwoordigt de emotionele en relationele geschiedenis van een cliënt. De poppetjes helpen om deze tot een gevoelde werkelijkheid te maken. Ze zetten de geschiedenis en de context ervan op tafel. Stukjes uit het verleden worden zichtbaar in hun gecompliceerdheid en dit kan veel teweegbrengen. Een cliënt wordt geconfronteerd met zijn innerlijk kind dat (mogelijk) schade heeft opgelopen en geneeld moet worden. Het innerlijk kind, of hoe je het ook noemen wilt, loopt altijd met ons mee, of we dit nu willen en merken of niet. Allemaal hebben we onze eigen relatie met dit innerlijke kind en niet altijd staan we ermee op goede voet. Het is gevormd door onze relationele geschiedenis en ons welbevinden wordt bepaald door de relatie die we ermee hebben.



Het vergt vaak veel woorden om een cliënt duidelijk te maken hoe zijn relatie met zijn innerlijk kind eruitziet. Door het neerzetten van een groot en een klein poppetje en de vraag te stellen of het grote poppetje het kleine zou kunnen helpen, kan een cliënt verbinding maken met zijn innerlijk kind. Dit levert krachten,



## Vervolg van de casus

Nadat ik Trees heb gevraagd: “Voelt het zo?” maakt Johan een beweging naar de tafel om het poppetje dat voor hem symbool staat, te verplaatsen. Ik houd hem tegen en nodig hem uit zijn eigen opstelling te maken. Zo komt er ook voor Johan een groot en een klein poppetje op tafel en hij zet zijn ouders neer en de broer met wie hij samen in de zaak zit. Zijn ouders zet hij heel dicht bij zichzelf en zijn broer op handafstand. Hij vertelt dat de zaak altijd heel erg aanwezig was en is in zijn leven en ik vraag hem daarvoor een symbool neer te zetten. Hij kiest een hoog en breed blok uit en zet dat midden in zijn kerngezin neer. Niemand kan er omheen. Hij vertelt dat hem geleerd is, dat zaken voor het meisje gaan. Hij zet Trees en de kinderen achter zich neer. “Dat is”, zegt hij, “om ze te beschermen.”

Samen kijken ze naar hun leven op tafel, vanuit hun beider perspectief. En al puzzelend en schuivend met de poppetjes, maken zij samen een nieuwe opstelling op tafel, eentje waarin ze samenwerken aan een beeld hoe ze graag zouden willen dat het er uit zou gaan zien.

Er worden afspraken gemaakt over de invulling van hun relatie en over de manier waarop ze samen op een betere manier het gezinsleven kunnen beleven. Trees krijgt bloesjes als ze daarmee bezig zijn en ik zie hoop in haar ogen. Johan kijkt trots naar zijn huidige gezin en lijkt door het zien van de opstellingen meer te begrijpen waar Trees mee worstelt. We spreken af dat Trees individueel gaat kijken naar haar eigen trauma’s en dat ze samen komen om naar hun gezamenlijke verhaal te kijken.

Iedere keer als ze komen, worden de poppetjes op tafel gezet en gaandeweg verandert het beeld en komt er meer rust in de situatie.

talenten, capaciteiten en vaardigheden op die, verzameld in een schatkistje, naast de poppetjes neergezet worden. Ook voor een trauma of kwetsuur opgelopen tijdens de vroege jeugd en het verleden van een cliënt, kunnen poppetjes of andere materialen gebruikt worden. 🌱

Anja Kruijsbergen is maatschappelijk werker, systeemtherapeut, supervisor, Gestalt-therapeut en Gestalt-coach en werkzaam bij Ikos training en hulpverlening in Harderwijk.

[www.ikos-harderwijk.nl](http://www.ikos-harderwijk.nl)