

## Rapport en I.V.: een verhaal over fysica en liefde

### De grond(houd)ing van de therapeut

Op 16 juni studeerde ik af aan de Educatieve Academie met een eindwerk over rapport. Ik vond het een aanmoedigende gedachte dat ik er ook nog een artikel over kon schrijven omdat ik het nog dieper wil verwerken en in me laten bezinken. Ik wist zeker dat ik een eindwerk wilde maken over "de grond onder mijn voeten" als therapeut. En die grond onder mijn therapeutenvoeten, dat is de grondhouding in haar essentie.

Misschien komt het door mijn onzekerheid en angst om te "vallen", gelinkt met mijn verlangen om het allemaal zo goed en foutloos te doen. Anderzijds geloof ik dat het ook goed is, om de grond onder mijn voeten te voelen, en er contact mee te maken. Ik wil als het ware onderzoeken waar ik op sta. Sta ik op een rots of op drijfzand, sta ik stevig zodat ik kan springen, bewegen en me veilig voelen, of sta ik te dansen van ongemak, van het ene been op het andere.

Als therapeut wil ik me veilig en comfortabel weten, anders verlies ik mijn ruimte en rust om te werken. Steeds meer maak ik contact met mijn eigen zekerheid en onzekerheid, waar begint en eindigt ze, en hoe beïnvloedt dit mijn therapeutische (on)zekerheid.

### De aantrekkingskracht van de aarde

De aantrekkingskracht van de aarde is dat wat ons (hard en pijnlijk) kan doen vallen, en tegelijk is het de kracht die zorgt voor gronding. Gronding is contact met de aarde, en het zorgt voor de beweging naar beneden, de ontlading.

Het komt precies door deze kracht dat de mensen en de dingen gehoorzamen aan een aantal natuurwetten. Een van die natuurwetten die ik mooi te vergelijken vind met wat ik meemaak in mijn therapiekamer is de wet van de communicerende vaten.

### Communicerende vaten

Communicerende vaten zijn iets heel bijzonders. Het is een toestand van verbinding van inhouden die bijzondere eigenschappen heeft. Een van deze bijzondere eigenschappen is: het waterpeil in deze communicerende vaten blijft altijd gelijk. Of nog: wanneer er iets verandert, ontstaat er een stroming van het hogergeplaatste naar het lagere vat.

### Ontlading via aarding

Indien ik verbinding maak met de cliënt en hem beluister, kan hij zich ontladen, aarden als het ware door wat ik hem aanbied. In dit geval maak ik contact: er is een communicerend vat, tussen de twee is er stroming. Wanneer ik me lager zet (ik luister) gebeurt er het volgende:

Het neerstromen, het leegstromen, het uitgieten, het delen aan de ene kant, het opvangen, behouden, omvatten, mee dragen aan de andere kant. Ik laat het in me binnenkomen, ik vang het op, ik luister, ik draag, ik aanhoor, ik aanschouw, ik neem in me op, ik neem het, ik ontvang. De cliënt grondt zich, ontlaaft. Ik laad op (en kan volgeraken of overstroomen indien ik zelf niet goed kan ontladen). De stroming gaat van cliënt naar de therapeut. De cliënt geeft negativiteit, en raakt ze kwijt. De therapeut helpt dus de cliënt dieper te zakken, contact maken met de grond door de negativiteit de delen en te laten wegstromen. De therapeut is hier aarding voor iemand. Dit noemen we ook: draagkracht vergroten, of de kom geven. De cliënt krijgt hierdoor meer ruimte en plek voor zichzelf. Alsof hij meer de aarde kan raken en zijn draagoppervlak groter wordt. De cliënt ontvangt door te geven.

### Oplading via voeding

Wanneer ik me hoger zet, gebeurt er het volgende: Het geven, het delen, het meedelen, het spreken, het huiswerk, het gebiedend, het suggereren, het leiden, het begeleiden. Ik ontlad. De cliënt laadt op. Ik ontlad geen negativiteit, maar positiviteit: erkenning, begrip, voeding. De stroming gaat van therapeut naar cliënt. Dit is de cliënt voeding geven, daadkracht. Hij kan kiezen en handelen. Leven dus. Hij mag nemen. Hij leert ook nemen. Hij geeft door te ontvangen. Hij krijgt het zwaard aangereikt.

Deze natuurwetten kunnen niet werken zonder echt contact. Zonder rapport. Rapport zorgt ervoor dat we die communicerende vaten hebben. Rapport is dus onze beginsituatie zo beïnvloeden, dat het communicerende vaten worden.

### De verbinding maken

Ik breng mezelf emotioneel in verbinding met iemand door te luisteren. Het is heel moeilijk om emotioneel in verbinding te komen door meteen te geven. Daardoor komt iemand snel in een minderwaardigheidsgevoel: de therapeut weet het beter dan ik. Ik zal wel incompetent zijn. Of hij vraagt zich af wie je bent en of je advies wat waard is, dus of hij zich wel kan en mag openstellen. Dan gaat hij in de weerstand.

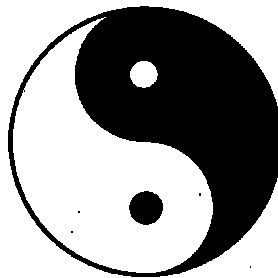
Door een luisterend oor krijg ik eigenwaarde: ik ben het waard om beluisterd te worden. Ik mag ruimte en tijd vullen, ik krijg hier een plek. Ik mag hier aarden. Dat is een houding die mij helpt ontladen, dus leeg worden, en daarna volgt het vullen en voeden bijna vanzelfsprekend.

Op deze wijze helpt de grondhouding, die vaak start met een luisterhouding, ons om bodem te creëren. Wanneer de cliënt weet dat hij het waard is om beluisterd te worden, kost het ook geen moeite voor hem, om te luisteren naar die persoon die hem dat gevoel heeft gegeven. Hij stelt zich als het ware open, omdat hij respect kreeg, omdat hij zich veilig weet.

### Dit is rapport

Een therapeut kan dan voorzichtig en respectvol geven. Hij weet dat de cliënt het zal ontvangen, want deze stelt zich nu helemaal open. In feite is dit een heel kwetsbaar gegeven. Wanneer er werkelijk rapport is, is er veiligheid en respect, en is de ander kwetsbaar open voor je. Nu is de therapeut ook volledig vrij. De liefde kan stromen. Dan weer eens in de ene, dan weer eens in de andere richting.

Het is volgen om te kunnen leiding geven, en dus zit zelfs het leiden al aanwezig in het volgzame luistergedrag. Ook in het leiden zit het volgen al vervat, omdat het geen leiden is om je wil op te leggen, maar leiden uit zorg om iemand, dus leiden om ten dienste te staan. Ik vind het mooi gesymboliseerd in het yin-yang symbool van het oosterse taoïsme.



### Therapeutische vormgeving in dialoog

De kwestie van empathische directiviteit is op deze wijze ook een beetje ontkracht, en van haar tegenstelling ontdaan. Rogers sprak over empathie als iets dat niet directief

zou zijn, maar in feite werd het hem zelf later duidelijk dat zelfs de empathie een doel en richting heeft en in deze aangewend wordt om iets te bereiken.

Terwijl de Miltoniaanse suggestie lijkt directief te zijn en niet altijd empathisch, maar uiteindelijk gaat het ook om richting ten dienste van de cliënt.

De essentie van de vormgeving in therapie, ten dienste van de vooruitgang van de cliënt, en in interactie met die cliënt, is een essentiële I.V. gedachte. Ik ben als I.V. therapeut niet gedwongen in een keurslijf van me altijd bovenaan te plaatsen om de cliënt op te laden, en ook niet gedwongen van me altijd onderaan te plaatsen en receptief te zijn, de cliënt te laten ontladen. In wezen ben ik volledig dynamisch en vrij. In de leegte.

Fysische kenmerken van de leegte

Ook leegte heeft enige fysische wetten waar het aan gehoorzaamt. In het luchtledige is er namelijk minder wrijvingskracht die vat heeft op de beweging, en is er dus geen weerstand, of een weerstand die gelijk is aan nul. Een beweging die bezig is stopt niet, een beweging die ontstaat, gaat door tot in het oneindige. Er is stilte en oneindigheid.

Ik ben als therapeut in die vrije leegte wanneer er niets is dat ik meen te moeten. Ik wil de cliënt niet uit de put, ik ben natuurlijk ook niet blij dat hij erin zit, maar hij moet er niet noodzakelijk door mijn inspanning uit. Dan zitten we wel niet zo comfortabel, maar toch zijn we vrij. Ik hoef ook niet vanuit I.V. bepaalde interventies voorop te stellen, ik heb de keuze. Het kan stoelenwerk zijn, maar ik heb ook andere opties. Ik kies, in interactie met de cliënt. Dus in feite kies ik ten dienste van die cliënt, vanuit zijn/haar gegevenheid. Niet vanuit een therapeutische school of richting. Ik kies, en neem verantwoording, maar ik kies en beslis om het proces te dienen. Ik zit als therapeut samen met de cliënt in de leegte van het niet weten, en we komen er samen uit door het paradoxale dialektische proces. Ik volg degene die het niet bewust weet, en ik geef leiding terwijl ik het bewust niet weet. En zo stroomt het...

Wijze onwetendheid

Dit is de vorm die de therapeutische leegte aanneemt: de vorm van de docta ignorantia. Ik ben wijs want ik kan luisteren, me aanpassen, de ingang van de cliënt vinden, zien waar het om gaat, begrijpen, en ook interveniëren wanneer ik zie waar naartoe. Ik ben onwetend over de diepere zin van het leven van de cliënt, ik weet niet waar hij/zij naartoe moet, dus ik maak verbinding en geef me over aan het proces. Ik laat het stromen, zonder dat ik op voorhand weet waar het me naartoe brengt. Dus in feite bevindt zich hierin verbinding en overgave.

Het verloren paard

Ik kan het niet beter verzinnebeelden dan met een verhaal van Milton Erickson:

"In dit verband vertelde hij een verhaal over een paard dat het erf van de boerderij van de familie Erickson was komen oplopen toen hij een jongen was. Het paard droeg geen enkel herkenningsteken. Erickson bood aan het paard terug te brengen naar zijn eigenaar. Om dit te bereiken klom hij simpelweg op het paard, leidde het naar de weg en liet het paard beslissen welke kant het opwilde. Hij greep alleen in wanneer het paard van de weg afging om te grazen of door een akker wilde lopen. Toen het paard uiteindelijk het erf van een buurman verscheidene kilometers verder opliep vroeg de buurman aan Erickson: 'Hoe wist je dat het paard hier vandaan kwam en ons paard was?' Erickson zei: 'Ik wist het niet – maar het paard wist het. Het enige wat ik heb gedaan, is hem op de weg houden.' " (Erickson, M., 1987, p. 40)

Christel Brughmans