

Empathische diagnose



Charlotte Visch, 2004, 2013, 2018
Zonder invoelen geen succesvolle therapie
Voorwoord

De opleiding tot integratieve kindertherapeut bestaat nu al vanaf 1997 en is zeer succesvol. Elk jaar wordt de inhoud van de lessen aangepast en verbeterd. De therapeuten in opleiding worden steeds beter begeleid, steeds meer ouders en kinderen weten wat een kindertherapeut is en kunnen een beroep doen op zo'n 'kindervriend'. Van een technisch gerichte opleiding (Zó doe je het) werd het vak meer inhoud gegeven aan de hand van de mens- en therapeutenkwaliteiten die de therapeut in opleiding al bezit (dit heb je al en zó kun je doen).

In de jaren waarin ik nu integratieve kindertherapeut ben, blijkt steeds meer hoe belangrijk het is om je in te kunnen leven in het kind dat de therapieruimte binnen komt. Het is in de loop der jaren een niet te onderschatten onderdeel geworden van de diagnose. Het 'korczakken' (een zeer specifieke manier van navoelen, inleven en doorvoelen) is een vaardigheid die naar mijn idee iedere hulpverlener dient in te zetten om het kind te begrijpen. Het werkwoord 'korczakken' is afgeleid van de Poolse pedagoog Janusz Korczak, die in staat was om zich in ieder mens, jong of oud, moeilijk of gemakkelijk in de omgang durfde te verplaatsen.

Charlotte Visch

Ontwikkelaar Integratieve Kindertherapie, 2004, 2013, 2018



Inleiding

Wanneer een cliënt over zijn therapeut zegt: “hij begrijpt mij zo goed” of “zij voelt precies aan wat ik bedoel”, is het meestal een signaal van de cliënt dat deze zeer tevreden is met de gekozen therapeut. Het kunnen inleven in de situatie van een ander mens wordt als een bijzonder belangrijke vaardigheid en zelfs als deugd ervaren. Er zijn allerlei manieren om de cliënt het gevoel te geven dat de therapeut precies begrijpt wat er aan de hand is. Het toepassen van dezelfde verbale en non-verbale communicatie (rapport maken) helpt allemaal mee om een cliënt(je) het gevoel te geven dat de therapeut zich kan inleven in de persoon die tegenover hem/haar zit. Dit artikel gaat niet over *die* manier van inleven, maar over het gebruik maken van je inlevingsvermogen om tot een empathische diagnose te komen.

De empathische diagnose is één van de vormen van diagnostiek, die wordt gebruikt in de integratieve psychotherapie. Om tot een specifiek persoonsgerichte therapie te komen heb je een totaal diagnostiek, oftewel een integratieve diagnostiek nodig. De integratieve diagnose bestaat uit de professioneel/technische en de empathische diagnose. De eerste diagnose wordt samengesteld met materiaal uit de buitenwereld, o.a. : ouders/school, DSM-V (diagnostiekboek), de nieuwste onderzoekgegevens en ervaring uit de praktijk. Voor het samenstellen van de empathische diagnose, maak je gebruik van inzichten over jouw cliënt(je), die je hebt opgeslagen in jouw *eigen* binnenwereld. Cliëntgegevens die op bewust, maar ook op onbewust niveau zijn opgeslagen. In deze diagnose verwerk je gegevens verkregen door jouw inlevingsvermogen. In het directe contact tijdens de sessies verkrijg je belangrijke informatie, maar niet alles is te vertellen, te spelen of te demonstreren door je cliënt(je).

De empathische diagnose is een wezenlijk, onmisbaar onderdeel van de diagnostiek in de integratieve kindtherapiepraktijk, omdat kinderen op zoveel meer niveaus communiceren dan via de hoorbare taal. Een aspect van de diagnose is het vaststellen of er sprake is van een stoornis of een belemmering. Een probleem dat in aanleg gegeven is, wordt door ons benoemd als stoornis. Jij helpt jouw cliënt(je) hiermee om te gaan. Alle andere in het leven opgelopen klachten vallen onder het begrip ‘belemmering’. Die problemen zijn geheel of gedeeltelijk oplosbaar. In de ‘gewone’ psychotherapie worden de begrippen ‘stoornis’ en ‘belemmering’ anders gehanteerd. Vergelijk DSM-V, waarin een verslaving zoals alcoholisme als stoornis beschreven staat, maar in de integratieve psychotherapie opgevat wordt als een belemmering.

Samenvatting

De integratieve hulpverlening gebruikt zowel de gebruikelijke professionele zowel als de empathische diagnose. De gebruikte hulpmiddelen zijn zowel in de buitenwereld (vakliteratuur) als in de binnenwereld (interne hulpbronnen bij je cliëntje) te vinden. De begrippen stoornis en belemmering worden in de integratieve psychotherapie op een heel specifieke manier uitgelegd.

1. Ontstaan van empathie

Kinderen ontwikkelen zich volgens een bepaalde route. Vele ontwikkelingspsychologen hebben getracht om de volgorde en het tijdstip van ontwikkeling vast te leggen. Zo is dat ook onderzocht met het vermogen tot inleving, empathie. Voor een geïnteresseerde is dat op te zoeken in allerlei literatuur over ontwikkelingspsychologie. Dit artikel heeft echter niet tot doel om nieuwe gegevens aan te dragen over de ontwikkeling van empathie, maar je te stimuleren onderzoek te doen naar jouw eigen mogelijkheden ten aanzien van het inzetten van je empathisch vermogen bij de integratieve diagnostiek. Aan de hand van allerlei voorbeelden zal ik illustreren wat ik bedoel en tevens aan de hand van nieuwsgierige vragen trachten je eigen proces daarin te stimuleren.

Samenvatting

Doel van dit artikel is je te stimuleren om je eigen inlevingsvermogen, empathie, te vergroten, zodat je die kunt inzetten om tot een empathische diagnose te komen.

Het ontwikkelen van je empathische vermogen

Persoonlijke herinnering: De handwerk-les op school (ik was toen 10 jaar) was voor mij een rustpunt. Tenminste wanneer we vrij mochten werken. Ik was dol op knutselen en handwerken, omdat ik dan mijn creativiteit vorm kon geven. Tijdens een les waarbij de zon in het lokaal scheen en er een heerlijk gevoel van rust in de klas hing, vroeg ik mij af hoe een bepaald meisje in de klas zich voelde. Hoe haar leven was. Hoe het was om haar naam te dragen. Ik beeldde mij in dat ik haar lichaam aantrok haar kapsel kreeg en ik merkte hoe haar krullen langs mijn gezicht streken. En plotseling voelde ik me anders. Wanneer ik mij wat meer in mijn eigen gezicht terug trok en als het ware vanuit het middelpunt van mijn hoofd naar buiten keek, kon ik haar blonde haar tegen mijn gezicht voelen kriebelen. Ik had mijzelf in haar gedraaid. Ik schrok een beetje van het gemak waarmee ik *in* haar kon komen...haar kon worden. Later werd het een soort hobby van me, wanneer ik me verveelde, gewoon nieuwsgierig was of iemand beter wilde begrijpen.

Stimulansvraag 1:

Kun jij je een voorval herinneren uit je jeugd, waarin jij je afvroeg hoe het zou zijn om dát kind, dát dier of dát ding te zijn? Weet je nog welke methode je toepaste: visualiseren, nadoen of ...?

2. Imagineren

De vaardigheid om je een situatie te kunnen voorstellen is een visuele daad. Zoals uit het voorbeeld hierboven blijkt is het heel wel mogelijk om verder te gaan dan het platte vlak van een foto. Ook de gevoelens en gedachten van de ingeleefde persoon zijn te beleven door imaginatie. Imagineren is de vaardigheid om naast het visuele zintuig ook de andere zintuigen te gebruiken: ruiken, proeven, tastzin/voelen, horen en...uw zesde zintuig. Het zesde zintuig, dat je waarschuwt voor een pluis of niet-pluis gevoel. Je sensitief vermogen, je intuïtie.

Stimulansvraag 2:

Hoe zou je er achter kunnen komen of je de gevoelens (V), gedachten (D), gedrag (G), bijbehorende beeld (I = imaginatie), lichamelijke sensatie (S) spiritualiteit (S) of sociale vermogens (S) van de ander ervaart of dat je jouw eigen GVDISSS bemerkt?

Bovenstaande vragen zijn bedoeld als stimulans. Maar ... hoeveel van jullie nemen de tijd om de vraag als stimulans voor het eigen proces te gebruiken? Hoeveel van jullie raken geïrriteerd bij vraag 2 en denken: "Nou ...eh...dat weet ik niet hoor! Zeg nou maar gewoon wat het antwoord is en wat ik dus moet doen." Het is niet verwonderlijk dat heel veel lezers, die laatste reactie ervaren. Want wanneer ik me inleef in de volwassenen van nu, dan stel ik mij zo voor (en herinner ik mij) dat we op school hebben geleerd dat het geven van het juiste antwoord heel belangrijk is. Bovendien is gesuggereerd dat alle vragen één bijpassend antwoord hebben: $1 + 1 = 2$. Het antwoord is goed of fout. De antwoorden staan centraal. Daar gaat het om in ons Nederlands onderwijssysteem.

Ik beweer het tegenovergestelde: *de vragen* zijn het meest interessant. De antwoorden (de gegevens) zijn er al, maar de juiste vraag bedenken, waardoor nieuwe gebieden worden ontsloten...dat is de uitdaging.

Stel je eens voor dat je naar een onbekend bos gaat om te wandelen. Je kunt je natuurlijk, voordat je het bos in stapt, afvragen hoeveel bospaden er in te vinden zijn. Of er wel paden in het bos zijn en welk bospad je dan in wilt gaan, op welke wijze je het bospad ingaat etc. Het denken daarover brengt je geen stap verder het bos in. En helemaal niet als het antwoord daarop een voorwaarde is om verder te mogen gaan. Is het niet veel leuker om het bos in te gaan met de vraag wat je allemaal in jouw bos wilt tegen komen, waardoor je onverwacht een bospad vindt? Natuurlijk kun je thuis in je stoel allerlei informatie opslaan over loofbossen, naaldbossen, flora en fauna van verschillende biotopen, maar dat vertelt je nog niets over de toestand en structuur van het betreffende bos op dit moment.

Je zou je cliënt(je) kunnen vergelijken met een onbekend bos. De literatuur vertelt veel over klachten, mogelijke oplossingen en aanpak, maar niets over de beleving van jouw cliënt(je) daarover. De empathische diagnose geeft informatie over de problematiek van je cliënt(je), die je niet in boeken kunt vinden. De vakliteratuur geeft je wel interessante informatie, die je bijvoorbeeld in de vorm van een wandelwaaier mee kunt nemen op jouw tocht door het bos. Wie weet begrijp je beter wat je ziet en hoort. Naast informatie over het bos en zijn

bewoners heb je een deskundige ter plaatse nodig. Gelukkig komt deze deskundige iedere keer weer je therapieruimte binnen wandelen: jouw cliënt(je).

3. Het kind als deskundige

De integratieve therapie beschouwt een cliënt(je) als deskundige ten aanzien van zijn eigen probleem. Het instrument van de professionele diagnose is de vakliteratuur. Voor de empathische diagnose is dat het inlevingsvermogen van de therapeut. “Wat kan ik allemaal ontdekken aan (onverwachte) gebieden in mijzelf om de cliënt te helpen?” is een uitdagende vraag. “Moet ik niet eerst veel ervaring opdoen en heel veel leren uit boeken en van anderen?” beschouw ik als een beperkende vraag, die geen nieuwe gebieden in jezelf doet ontsluiten. Vragen zijn de deuren naar fantastisch interessante onontgonnen gebieden in de binnenwereld.

Stimulansvraag 3:

Welke manieren heb je om je vrij te maken van vaste denk- en voelpatronen?

Het zoeken naar de antwoorden is niet het proces dat ik met dit artikel op gang wil brengen. Het vinden van de vragen is de sleutel tot misschien wel nooit eerder ontdekte antwoorden in je binnenwereld.

Jessy van 8 jaar wordt aangemeld, omdat hij te langzaam werkt in de klas, nooit zijn werk af heeft en niet weet wat de opdracht is. Vooral rekenen is een probleem. Wanneer hij zo door gaat moet hij blijven zitten, terwijl er niets mis is met zijn intelligentie. In gesprek met hem vertelt hij heel vaak weg te dromen, zodra hij denkt het antwoord niet te weten. Soms al wanneer de vraag of opdracht hem nog niet eens duidelijk is. Hij vertrekt dan naar niemandsland. Daar heerst rust. Hij wil wel heel graag zijn werk af hebben, want dan heeft hij tijd voor andere leuke dingen, maar het lukt hem niet om zijn frustratie van niet-direct-weten te overwinnen. Hij bewondert zijn vriend Abdel, want die weet de antwoorden meteen. Ik gebruik Abdel in een metafoor. “Het lijkt wel of Abdel tussen zijn antwoorden staat, net als een koe in het gras ... in zijn eigen eten.” Jessy moet lachen. Ik stel voor om een ‘kijkoperatie’ in zijn hersens toe te passen om te zien hoe het bij hem zit. Bij een kijkoperatie gebruik ik het imaginaire vermogen (= levendig ervaren) van kinderen om zich bijvoorbeeld hun hersenpan voor te stellen. Ik teken de doorsnee van Jessy’s hersenpan op een papier: een linker- en een rechter hersenhelft met de hersenbalk er tussen. Jessy tekent in de linkerkant verschillende rondjes: rekengebied, taalgebied, leesgebied, spellinggebied en het antwoordgebied. Het antwoordgebied ligt helemaal achteraan in zijn achterhoofd. In de rechterhersenhelft schrijft hij het droomgebied, knutselgebied en tekengebied.

Ik reageer laconiek: “O ik zie het al. Het antwoordgebied is heel klein en het ligt achteraan. Daarom duurt het natuurlijk zo lang voordat je bij je antwoorden bent.” Jessy is verbluft, maar is het er helemaal mee eens: zo gaat het inderdaad. Ik teken met stift de route die begint bij zijn ogen (hij ziet de som) en vervolgens om allerlei rondjes heen naar de antwoorden. Jessy: “Ik heb een plan. Ik zet de antwoorden vooraan.” Jessy verandert de inhoud van de hersenpan. Hij kijkt tevreden, maar ik zeg: “Dat is een idee, maar ... Abdel heeft de antwoorden overal zitten. Zet je de antwoorden vooraan dan moet je met taal toch eerst naar achteren en dan weer naar voren. Dat duurt ook te lang.” Er valt een stilte. “Wat dan?” vraagt Jessy. Ik doe een suggestie: “Je kunt natuurlijk ook de hele basis vol met antwoorden zetten en de andere gebieden erop.”

Jessy raakt enthousiast. Hij kleurt de hele hersenpan met een potlood in. Overal kan hij nu de antwoorden tegen komen. Onverwacht vraag ik Jessy: “Kun jij tellen van 0 tot 1000?” Jessy kijkt verbaasd: “Ja, hoor”. “Nou, dat is mooi, want dan zitten alle rekenantwoorden al in je hoofd. Meer getallen heb je namelijk niet nodig tot en met groep 5.” Jessy lacht. Hij zegt: “Weet je wat ik een moeilijke som vind ... 7 keer 7.” “Hoe los jij dat dan op?” vraag ik.

“Ik doe eerst 5 keer 7 = 35...en dan 6 keer 7 = 42 ... en dan 7 erbij is 49.” “Zat dat antwoord dichtbij of ver weg?” vraag ik. “Heel ver weg,” antwoord Jessy. “Dan kun je hem beter vooraan zetten, voor als je 49 nog een keer nodig hebt. Er is toch plek zat.” We pakken in korte tijd nog 5 andere getallen, die Jessy uitzoekt. Dan gebeurt er iets waar we allebei om moeten lachen. Ik vraag: “Hoeveel is 9 keer 7?” Jessy, die nu de getallen 49, 63, 35 en 48 vooraan heeft staan, zegt: “uh 49...nee...63...uh...63.” Ik lach en zeg: “Ik zag het gebeuren...49 wilde naar voren komen, maar 63 wist dat hij werd geroepen. Ze stonden gewoon even te ruziën wie mocht komen. Maar jij bent de baas. Jij bepaalt welk getal naar voren mag komen.”

4. Jij en je binnenwereld

Op school leren de kinderen rekenen vanuit de *vraag* in plaats van uit het *antwoord*. De vraag is 'Hoeveel is x keer y?', in plaats van het getal 49 als uitgangspunt te nemen en te vragen 'Wat kun je allemaal doen met dit getal?'. Op heel veel scholen wordt daar gelukkig verandering in gebracht. Het getal-gevoel wordt daar gestimuleerd. Jessy heeft de antwoorden allang in zijn hoofd. De vragen waren te beperkt. Het 'wat is...' stond centraal in plaats van 'wat kun je met ...'. Nu kan hij zich af vragen: wat kun jij allemaal doen met het getal 49? De vragen kunnen als toegang dienen naar de wonderde wereld van de getallen en de cijfers in plaats van de toegangsdeur tot falen.

Terug naar stimulansvraag 2. In de stimulansvraag zit een vooronderstelling verborgen, namelijk dat het belangrijk is om in je eigen binnenwereld onderscheid te kunnen maken tussen de niet-eigen gegevens, die overgenomen zijn van anderen, en de eigen GVDS. Wanneer je antwoord op vraag 2 is: 'dat weet ik niet' zou je in ons oude onderwijssysteem net zolang moeten studeren in boeken totdat je het juiste antwoord gevonden hebt.

Wat een frustratie en tijd zou dat kosten, terwijl je de bron van zoveel informatie elke dag (en nacht) bij je draagt. Zet jezelf centraal in de wetenschap dat je alle antwoorden in je hebt. Vindt de ontsluitende vraag en je hebt toegang tot jouw eigen oneindige bibliotheek. In de Integratieve Kindertherapie staat het kind centraal als bron van wijsheid. Daarom heen cirkelen alle mensen, die het kind begeleiden in zijn groei en ontwikkeling.

Om *jou* heen staan alle mensen, die je verder kunnen helpen met stimulerende vragen. Ontdekken is geen lineair proces waarbij je van links naar rechts werkt. Zet jezelf in het middelpunt, draai om je eigen as, kijk om je heen en vraag je af: "Hoe kan ik mijn cliënt(je) helpen? Als ik x nog niet weet ... mijn cliënt(je) laat het me (nog) niet zien of horen...hoe kom ik dan aan mijn gegevens?" Blijf niet stil staan bij wat je niet kunt of niet weet, maar neem het besluit: "Als ik er linksom niet achter kom, dan maar rechtsom!" Aan het einde van dit artikel staan allerlei tips en manieren om in jezelf de antwoorden van je cliënt(je) te vinden.

Stimulansvraag 4:

Wat kun je doen wanneer je (nog) niet in staat bent om precies te achterhalen wat je oppikt van de cliënt en welke gevoelens en gedachten van jezelf zijn?

De meest geëigende manier van inleven is om de situatie op ons zelf betrekken. We vragen ons af: "Hoe zou het zijn, als *mij* dat overkwam?" Dit is een manier om gegevens te verzamelen aan de hand van het verplaatsen van *de gebeurtenis* naar onze belevingswereld. Dit is meer de vaardigheid om na te voelen wat het voor jezelf betekent om in zo'n situatie te verkeren. De empathische diagnose vraagt erom dat jij *jezelf* verplaatst naar de totale mens

tegenover je. Dat jij je in de ander plaatst en navoelt wat het voor *deze* persoon betekent. Met zijn familieachtergrond. Met zijn leeftijd. Met zijn mogelijkheden. Dat vraagt een bereidheid om in de ander te duiken. Om diens diepste gevoelens, angsten en wensen te leren kennen. In werkelijkheid kunnen wij niet in een ander duiken. Imaginair is dat wel mogelijk.

5. Bang om je helemaal in te leven?

Regelmatig worden er kinderen in de praktijk aangemeld met nachtmerries en angst om te gaan slapen. De ouders hebben voordat ze bij mij komen al van alles gedaan: monsters uit de kast gejaagd, geruststelling gegeven, uitgelegd dat er geen inbrekers binnen kunnen komen, verhaaltjes voorgelezen en nog veel meer creatieve oplossingen toegepast. Bij elke klacht luister ik naar de reacties van de ouders om te zien of zij (ongewild) de klacht verergeren door hun gedrag. Wanneer zij te weinig aandacht besteden aan de inhoud van de nachtmerries, doe ik het tegenovergestelde: ik pluis de dromen uit tot op het bot. Wanneer zij de nachtmerries te zwaar maken, doe ik luchtig en werk niet aan de inhoud van de dromen, maar aan de manier om in en uit de nachtmerrie te komen. De exacte gedachtegang en doelstelling van bovenstaande interventies, horen in een ander artikel thuis. Vrijheid zit niet in het hebben van fijne gevoelens of gedachten, maar in het vermogen om in en uit interne gebieden te kunnen gaan, wanneer je maar wilt. De beweging geeft vrijheid. Onderdeel van het empathisch diagnosticeren is het kennen van de weg naar de gevoelens van je cliënt(je), die (onbewust) opgeslagen zijn in je eigen systeem. Echter: de weg terug vinden is net zo belangrijk.

Stimulansvraag 5:

Welke gevoelens, overtuigingen of andere drempels kun je bedenken, die je kunnen tegenhouden om je totaal in te leven in een cliënt met problemen?

Er zijn therapeuten, die kinderen met seksueel misbruik niet willen helpen. Ze zeggen dan: "Dat kan ik niet." Maar eigenlijk zeggen ze: "Ik ben bang om het gebied van het seksueel misbruik in te gaan, want ik weet niet hoe ik er weer uit kom." Of ze denken: "Misschien word ik wel overweldigd door de gevoelens en na afloop blijf ik er nog mee rond lopen." En dan wordt zo'n kind niet geholpen, omdat de therapeut de eigen angst belangrijker maakt dan het leed van een kind.

Stimulansvraag 6:

Wanneer je blijft hangen in een onaangenaam gevoel ... hoe vind jij de weg dan weer terug naar een prettig gevoel?

Kinderen hebben hun eigen methode om te communiceren dat er wat met ze aan de hand is. En ze hebben ook hun eigen manier om zich van een onaangenaam naar een prettig gevoel te bewegen. Ouders proberen de gedragingen te vertalen om te achterhalen wat er aan de hand is. Ze 'vergeten' de deskundige daarover in te schakelen: hun eigen kind. Veel ouders nemen de volle verantwoordelijkheid voor het gedragsonderzoek, pijnigen hun hersens suf

en vergeten de handigste oplossing: gewoon even vragen aan het kind hoe het zich voelt en wat de oplossing is. En niet alleen ouders...ook ik als therapeut stap soms met open ogen in de valkuil van de overtuiging: "Ik ben de therapeut en dus moet ik het weten. Ik heb er toch voor gestudeerd." Een goede illustratie daarvan komt uit 'De sleutel tot je kind'. In het hoofdstukje 'Liegen of ...na-apen' beschrijf ik de sessies met Karin.

Eén van de interessantste kinderen, die ik ooit tegen kwam, was Karin (9 jaar). Ze werd aangemeld, omdat haar moeder het gevoel had dat ze niet gelukkig was. Karin kwam en vertelde meteen in de eerste sessie met een schuchter stemmetje, dat ze erg gepest werd op school. Bij navraag bleek dat niet het geval. In tegendeel...zij pestte wel eens andere kinderen. Ik was razend nieuwsgierig, wat de reden kon zijn van deze leugen.

In de sessies wil ze steeds winkeltje spelen. Allerlei knuffels worden in de hoek neergezet. Zij neemt plaats achter de toonbank van deze speelgoedwinkel. Ik word geacht iets bij haar te kopen voor mijn zieke dochter. Ik stop wat nepmuntjes in een portemonneetje en stap zogenaamd op mijn fiets. Bij de winkel aangekomen, kies ik twee mooie knuffels uit. "Wilt u ze ingepakt?" vraagt Karin. "Ja, heel graag," reageer ik. "Ze zijn voor mijn zieke dochter." De cadeautjes kosten samen 10 euro. Ik pak het geld en zeg: "Kijk, ik heb het precies gepast." En dan gebeurt er iets opmerkelijks. Karin zegt: "Nee, u krijgt nog geld terug." Opnieuw zeg ik: "Nee, mevrouw, u vergist zich ... kijk...ik heb het precies gepast." "Toch krijgt u nog iets terug," reageert Karin. In dit uur herhaalde dit ritueel zich een paar keer. Ik heb het idee dat ze iets naar me communiceert, wat ik nog niet begrijp. Het winkeltje-ritueel herhaalt zich de komende drie sessies.

Na vijf sessies volgt er zoals gebruikelijk een oudergesprek. In de vierde sessie overleg ik daarom altijd met het kind. Wat wil deze dat ik wel vertel of juist niet, in verband met het vertrouwelijke karakter van

the
Ka
en
leg

Stimulansvraag 7:

In wie zou jij je wel eens willen inleven en welke vragen wil je dan stellen?

Halverwege sessie 5 realiseer ik me dit en vraag aan Karin: "Je moeder denkt dat je ongelukkig bent...is dat zo?" Karin zit op dat moment achter een tafel, die ze op z'n kant heeft gezet. Achter het 'scherm' geeft ze meteen haar reactie: "Ik ben juist heel gelukkig, maar mijn moeder denkt van niet ... en daar word ik wel eens moe van, hoor." Ik ben met stomheid geslagen. Ik zeg: "O, ik begrijp het...en ... hoe zit het dan met dat pestverhaal?" "Ik heb dat bedacht, omdat ik iets voor haar wou verzinnen." "Hoe bedoel je dat?" vraag ik. "Als ik word gepest...dat hoort bij ongelukkig, snap je?"

Ja, ik begin het te begrijpen. Ze liegt om haar moeder niet af te vallen met diens gedachten over haar dochter. Toch ben ik niet helemaal tevreden.

Karin komt wel degelijk ongelukkig over en is niet alleen maar moe over de misvatting van haar moeder.

Peter kon zonder moeite met zijn poten de rits sluiten. Hij ging staan en deed een paar stappen. Wat heerlijk, om op vier zachte witte voetjes te lopen. Hij zag zijn snorharen uitsteken aan de zijkanten van zijn gezicht en hij voelde hoe zijn staart achter hem krulde. Hij bewoog zich licht en zijn vacht voelde aan als zijn lekkerste oude wollen trui. Hij kreeg er steeds meer plezier in een kat te zijn, zijn hart zwol op en hij voelde een gekriebel achter in zijn keel, dat zo sterk werd dat hij het zelf kon horen. Peter spon. Hij was Peter de Kat en daar lag Willem de Jongen.

de volwassenen uitnodigen in haar wereld.

In het oudervolgggesprek leg ik het de moeder van Karin voor. Ze begrijpt wat er aan de hand is. Ze kan haar bezorgdheid los laten en ruimte maken voor nieuwsgierigheid naar de unieke wereld van Karin. De sessies erna concentreer ik me volledig op Karin's wereld. In het laatste oudergesprek blijkt Karin veel

ge
Vo
Uit
ve
Do
Ge

De jongen-kat en de kat-jongen gingen samen in de huiskamer voor de haard liggen. Het was heel vreemd, dacht Peter, om te worden geaaid door een hand die gisteren nog van hem was geweest.(...)

Hij vroeg zich af of Willem de Jongen zijn nieuwe leven prettig vond, de school en de bus en zijn zusje en een vader en moeder. Maar Peter de Kat werd niets wijzer van het gezicht van de jongen.

Het was zo roze, zo zonder vacht en snorharen, en zijn ogen waren zo rond dat je onmogelijk kon zien wat ze dachten.

Gevoelgevoelen om verder na te denken over Karin. En de beelden die hij was laten we nog gewoon

Maar niet altijd hebben we zin om ons in te leven in de ander. Want kunnen we nog wel boos zijn op iemand als we begrijpen en navoelen wat de reden is van iemands gedrag? Empathie zou dan dat lekkere gevoel van boosheid of wraak weg nemen.

En de gedachte: "Ik heb helemaal gelijk om zo over hem te denken" verandert misschien dan ook wel. Begrip werkt verlamdend voor sommige mensen: "Als ik begrijp waarom hij dat gedaan heeft, mag/kan ik niet meer boos zijn." Naar mijn idee is dat een misverstand. Het is zoals advocaten zeggen: "Ik verdedig de mens, maar niet de daad". Juist door het vermogen van empathie kun je als therapeut respectvol ingrijpen in problematische gezinssituaties, respectloze leerkrachten en probleemgedrag van kinderen. Het eenzijdige beeld dat vóór het inleven nog bestaat wordt verruimd en geeft antwoord op vragen, die nog niet eerder bij je op konden komen. De extra informatie verkregen door empathie legt een basis van respect, waardoor zelfs daders van seksueel geweld bereid zijn om te bekennen.

Stimulansvraag 8:

Zijn er mensen waarin jij je absoluut niet wilt inleven? Wat is de reden daarvan?

Ook Peter kent die weerstand. Op een dag moet het gezin voor baby Jelle van tante Laura zorgen. Peter heeft een hekel aan de baby.

Jelle was een graaier. Als er iets binnen zijn bereik lag wat hij kon optillen, sloot zijn warme natte vuist zich erom heen en bracht hij het naar zijn mond. Het was een weerinwekkende gewoonte. Hij probeerde de piloot op te eten, die in de cockpit van het modelvliegtuig hoorde dat Peter in elkaar aan het lijmen was. Jelle beet ook de vleugels eraf. Hij at Peters huiswerk op. Hij kauwde op de potloden, op de liniaal en op de boeken. Hij kroop de slaapkamer in en probeerde de camera die Peter voor zijn verjaardag had gekregen op te knagen.

"Hij is gek!" schreeuwde Peter, zijn camera afdrogend terwijl zijn moeder Jelle wegdroeg. Niemand kon toch ontkennen dat die baby verschrikkelijk was? De maaltijden waren het ergst. Jelle speelde het klaar om al zijn eten in prut te veranderen. Hij kauwde en smakte erop tot het van zijn kin droop en hij smeerde het op zijn armen, op zijn gezicht, zijn kleren en de kinderstoel. Peter werd er misselijk van.

Hij moest met zijn ogen dicht eten. En praten was onmogelijk, want de baby krijste bij bijna iedere hap zo

Peter heeft duidelijk geen enkele behoefte om na te voelen hoe het voor Jelle is om een baby te zijn. Maar op één of andere manier wordt Peter, tegen zijn zin in, Jelle de baby.

Verschrikkelijk! Verschrikkelijk! Hij had met Jelle van lichaam geruild.(...) De tranen biggelden over zijn gezicht en hij stond op het punt om zijn longen vol te zuigen en zijn verdriet uit te brullen toen hij stevig onder zijn oksels werd vastgepakt en meer dan 10 meter omhoog vloog. Zijn mond hing open en hij kwijlde van verbazing. Hij staaarde in het gezicht van tante Laura, dat zo groot en steil als een rotswand was.

Ze leek wel één van die Amerikaanse presidenten die in de rotsen zijn uitgehouwen. Haar stem daverde vol en melodieuze als een symfonieorkest om zijn hoofd. "Vijf uur. Thee tijd, in bad en dan naar bed!"

"Zet me neer, tante Laura. Ik ben het, Peter." Maar wat eruit kwam was: "Aaaa. Agoeoeoea amama." "Heel goed, moedigde ze hem aan. "Thee, bad en bed. Hoorde je dat?" zei ze tegen iemand heel ver weg. "Hij probeert te praten." Peter begon te schoppen en te worstelen. "Zet me neer!"

Maar nu vloog hij met een angstwekkende vaart door de kamer. Dadelijk zou hij te pletter slaan tegen de deurpost. "Ie-ie-iek!" krijste hij. Net op tijd veranderde ze van richting. Toen vloog hij de keuken door en

Peter voelt zich steeds meer baby worden. Vanuit die positie lijdt hij onder het gedrag van Peter de Jongen en weet voor het eerst hoe het voor Jelle de baby moet zijn.

Op dat ogenblik viel zijn blik op de jongen aan de overkant van de tafel. Jelle in Peters lichaam en in Peters schoolkleden. De blik waarmee hij Peter aanstaarde was zo vol walging en afkeer dat het leek alsof hij de lucht om hem heen verduisterde. De jongen keek de andere kant op. Hij duwde zijn bord weg, stond op en liep de kamer uit. Peter voelde een koude golf van afwijzing. Hij begon meteen te huilen.

Peter heeft genoeg geleerd en wil weer terug in zijn eigen lichaam. Hij vindt de weg weer terug.

Toen hij naar de deur kroop, zag hij aan zijn linkerkant twee voeten in bekende schoenen – zijn schoenen. Zijn blik gleed langs de benen omhoog naar het gezicht van de jongen in de leunstoel. De jongen keek kwaad. Deze keer onderdrukte Peter zijn angst. Hij wist dat dit maar op één manier kon worden opgelost. Hij kroop naar de benen toe, trok zich op, en begon nog hijgend van inspanning meteen tegen Jelle te praten. “Hoor eens even. Je moet niet zo kwaad naar me kijken. Ik heb je niets misdaan. Er is niets mis met mij. Ik ben best een aardige ...” Terwijl hij dit zei, begon de kamer te glanzen, te draaien en te krimpen. Plotseling ontdekte Peter dat hij in de stoel zat en baby Jelle tussen zijn knieën stond, en dat die probeerde hem iets te vertellen. Peter tilde de baby op en zette hem op schoot. (...) Peter keek over het hoofd van de baby heen naar Karin, die aan de andere kant van de kamer zat. “Ik vind hem niet echt een monster, hoor. Eigenlijk vind ik hem best aardig.”

Samenvatting

Navoelen is de vaardigheid om na te gaan wat het voor jezelf betekent om in zo'n situatie te verkeren. In voelen is het zich identificeren in de persoon tegenover je. Doorvoelen is het ervaren van alle consequenties, die het 'zijn' van deze persoon met zich mee brengt.

7. Je empathie voor de ouders ten bate van hun zoon of dochter

In de Integratieve Kindertherapie is het gebruikelijk om in de eerste sessie van de therapie alleen met de ouders een intakegesprek te voeren zonder hun kind daarbij, zodat zij zonder enige inhouding over hun kind en de klacht kunnen praten. Dezelfde ruimte is er voor de therapeut, die niet hoeft op te letten wat een kind eventueel kan concluderen uit de (non)verbale reacties van de therapeut. Daarna volgen de kindersessies waarbij de ouders het kind brengen en de kamer verlaten.

In het oudergesprek zijn er ouders die direct mijn sympathie winnen, doordat ze bijvoorbeeld heel liefdevol over hun kind praten, of omdat ze open staan voor de uitleg over de therapie. Elke therapeut heeft zo zijn eigen (voor)oordelen, die vóór of juist tegen een goed contact met de ouders kunnen werken. Ik herinner mij een ouderpaar dat naar Amsterdam kwam voor hun zoon Bastiaan, 10 jaar. Hij werd aangemeld omdat hij 's ochtends, 's avonds en 's nachts veel last had van buikpijn. Tot overgeven aan toe. Hij had toen al 10 (!) therapeuten versleten met weinig tot geen resultaat. Tijdens het gesprek zaten ze in mijn beleving voornamelijk te zwijgen (met name vader) of al mijn voorbeelden te torpederen (vooral moeder): "Dat doet Bastiaan niet (scheef lachje)" of "Hij gaat ook niet met u praten, want dat kan hij niet goed". Meteen bij het eerste oudergesprek raakte ik al van de leg en ervoer ze als irritante, moeilijk-doenerige mensen. Moeder vertelde ook nog dat Bastiaan absoluut niet alleen in de therapieruimte zou durven blijven: "Hij wordt angstig zonder mijn aanwezigheid." De therapie zou plaats moeten vinden met haar erbij in de kamer. "En, oh ja ... ik durf niet te rijden over de snelweg en daarom rijdt mijn man ook mee." Ik zag het helemaal voor me: ik met Bastiaan aan het werk, moeder en vader in een hoek van de kamer!! Het blije vooruitzicht om met Bastiaan aan de slag te gaan in de therapie was door het contact met deze ouders verdwenen. In mijn verslag over het eerste oudergesprek met Bastiaan is het volgende te lezen.

Na het eerste oudergesprek voel ik me beroerd. Wat een vreselijke mensen! Nogal logisch dat het kind angstig en steeds misselijk is. Ik word zelf ook misselijk van deze mensen en angstig. Straks zitten ze bovenop mijn lip, om te kijken of ik het wel goed doe. Het is duidelijk dat ik nu contact moet zoeken met de kleine in mezelf (= het innerlijke kind), anders loopt er van binnen iets uit de hand. Na intern onderzoek blijkt de kleine (voor het gemak gevisualiseerd in de kamer) een hekel te hebben aan haar "want zij kent mij niet en begint meteen met wantrouwen naar mij." Verder bemerk ik nogal wat agressie naar de vader van Bastiaan: "Hij is een slappe lul, een stompzinnige zak, die niet voor zichzelf kan opkomen en alleen maar doet wat zij wil." O help dat heeft natuurlijk weer met iets uit mijn eigen jeugd te maken. Dat zoek ik later uit. Eerst bedenken hoe ik Bastiaan volgende week ga ontvangen. Ik vertel mijn kleine dat ik zeker deze waarheid over de vader zal onderzoeken, maar ...ik ben de baas en moet de jongen Bastiaan helpen. Ik hoor de kleine zeggen: "Je moet gewoon zeggen dat hij alleen in therapie komt, en dat ze naar de markt moeten gaan of zo." Bij verder uitvragen van deze kleine, blijkt het om de oude angst voor het maken van fouten te gaan en de daarbij behorende misprijzende blikken van de ouders. Ik stel de kleine gerust: ik ben de therapeut, zij mag lekker gaan spelen met Bastiaan of wat wegdromen in haar imaginaire zandbakje.

De volgende dag onderzoek ik de stelling: *Het grootste probleem ligt bij de ouders.*

Hoe maak ik optimaal contact met Bastiaan en help hem de baas te zijn over zichzelf, zonder dat ik contact verlies met zijn ouders? Ik besluit om een drempel op te werpen als voorwaarde om therapie te krijgen, zodat wanneer Bastiaan de stap maakt om beter te worden, hij dat bewust doet. De kleine roept juichend: "En dan zeg je heel streng: je mag alleen naar boven als je echt wilt. En dan blokkeer je de deur met je arm." Ik ben het eens met het doel, maar de methode kan wat vriendelijker, vertel ik aan de 'kleine' in mijzelf, waardoor die zich ontspant en de verkapte wraakgevoelens los kan laten.

Wie het hele verhaal van Bastiaan (en zijn liefdevolle ouders) wil lezen kan zijn sessie-verloop terug lezen in

roerselen van de therapeut, worden de problemen en de wensen van het kind het uitgangspunt voor de therapie. Eén van de Rechten van het Kind (verdrag door Nederland in 1995 ondertekend) is het recht op goede ouders. Als therapeut sta je dus voor de taak om goed ouderschap te helpen ontwikkelen ten bate van het kind. Je empathisch vermogen zal je moeten inzetten om de binnenwereld van het kind te onderzoeken, maar ook om de mogelijkheden (verandervermogen en veranderbereidheid) van de ouders te leren kennen.

Sommige ouders wekken weerzin, agressie of angst op. Een oprechte integratieve psychotherapeut zal het naleven, inleven en doorvoelen in deze ouders als uitdaging ervaren. Het motief is natuurlijk het welzijn van het kind. De meeste ouders blijken buitengewoon goede observatoren te zijn, maar uiteraard beperkt in hun diagnostisch vermogen. De taak van de kindtherapeut is het plaatsen van de observatie van de ouders in een groter verband. Veel ouders beginnen bij hun eigen conclusies: "Ons kind heeft X". De therapeut zal dus moeten door vragen naar de GVDISSS van hun kind. Met behulp van je empathisch vermogen, de observatie van de ouders en de GVDISSS van het kind maak je een totaalbeeld. Wat zien de ouders bij hun kind? Klopt die met de beleving van het kind over zichzelf?

Aanbod-gestuurd of vraag-gestuurd

De meeste therapieën zijn aanbod-gestuurd (= de methode of de therapeut is leidend), waardoor er therapeuten zijn die de neiging hebben om bepaalde gegevens (verstrekkt door ouders) te negeren: het past niet in hun diagnostisch plaatje. De integratieve therapie is vraag-gestuurd (= de wens van het kind is leidend). Elke informatie wordt gebruikt.

Stimulansvraag 9:

Met wat voor ouders kun jij je moeilijk of juist gemakkelijk identificeren?

De meeste kinderen hebben een vader en een moeder. Al dan niet gescheiden. Stel jij je eens voor: beide ouders zitten voor je. Je zit daar om de belangen van het aangemelde kind te behartigen. Het volgende kan gebeuren. Je hebt 5 therapie sessies met Karel gedaan en het tweede oudergesprek (gebruikelijk na 5 kindersessies) is in volle gang. Tijdens het gesprek begrijp je ineens heel goed waarom deze ouders het zo zwaar hebben met hun kind: het is gewoon een ettertje, dat nooit luistert!! Tijdens de sessies had je er ook al zo de pest in dat hij alles uit de kast trok en niks wou opruimen. Maar je hebt ook gehoord van Karel dat zijn moeder aan de ene kant overdreven streng is en aan de andere kant zijn kleren voor hem klaar legt (hij is nota bene al 10 jaar!) en hem daarmee heel klein en afhankelijk houdt. Sommige therapeuten ervaren zo'n moment als bijzonder lastig: wat te doen wanneer je beide partijen heel goed begrijpt?

Stimulansvraag 10:

Welke manieren heb je ontwikkeld in je leven om met twee partijbelangen om te gaan?

9. Eén partij: het kind

Binnen de Integratieve Kindertherapie zijn er geen partijen. Het kind is de enige partij. De empathische diagnose toegepast op de ouders (of andere volwassenen en kinderen in de wereld van het kind) staat in dienst van het kind. De gegevens daaruit worden gebruikt om het kind (en zijn recht op goede ouders) verder te helpen. Er zijn verschillende aspecten van de ouders waarin jij je inleeft: het ouderschap, het partnerschap, de individuele groei binnen het gezin of hun persoonlijk verleden. Je kunt je inleven in de ene ouder en de andere ouder. Daarnaast bestaat er zoiets als sfeer waarin een kind opgroeit. Er is een specifieke sfeer tussen de ouders onderling en de sfeer die ze neerzetten naar hun kind.

Stel ...ik vergelijk de moeder met een glas water en de vader is de siroop, dan hebben ze ieder hun eigen mogelijkheden en persoonlijke sfeer. Wanneer de siroop en het water zich mengen, vormen ze limonade. De limonade heeft weer andere eigenschappen. De empathische diagnose kent verschillende gebieden, waarin jij je kunt verdiepen. Daardoor ontstaat een totaal (integratief) beeld over de ervaringswereld van:

- het kind
- de ene ouder
- de andere ouder
- de sfeer tussen beide ouders
- de veranderingen in sfeer onder bepaalde omstandigheden

Stimulansvraag 11:

Wanneer jij je een complexe gezinssituatie voorstelt ... hoe ziet zo'n gezin er dan uit? Welke elementen zou het inleven in de ouders bemoeilijken?

Tijdens een oudergesprek imagineer ik het kind schuin achter mij. Ik voel het handje op mijn schouder. En wanneer ik het contact verbreek of mij dreig te verliezen in de empathie voor de ouders, dan voel ik heel even het handje van het kind dat in mijn schouder knijpt, waardoor ik me de vraag stel: "Is wat ik doe nog steeds in het belang van dit kind?"

De kunst om op meer sporen tegelijk te werken, en kind-partijdig te zijn ... dat is integratieve therapiekunde. Respect voor iedereen, ten bate van het kind.

Herinnering. Mijn eigen eerste bewuste herinnering rond meer-sporen empathie heeft te maken met een rupsje. Ik was vier of vijf jaar. In ieder geval was het op het schoolplein van de kleuterschool. Ik zat op mijn hurken naar een rupsje te kijken dat net uit de struiken op de grond was gevallen. Mijn aandacht was volledig op het bewegen van dit beestje gericht. Hoe zou dat zijn om zo in alle rust tussen en over de zandkorrels te kruipen? Ik zag het rupsje, ik voelde het rupsje ik werd het rupsje. Zonder enige twijfel wist ik hoe het was om rupsje te zijn. Plotseling stond er naast mij een jongetje. Hij had een schep in zijn hand en riep iets. Tegelijkertijd stootte hij met zijn schep, gemaakt van ijzer, in het lijfje van mijn rupsje. Hij raakte hem in de volle lengte. Het beestje kronkelde en ik zag het bloed. Ik voelde hoeveel pijn het deed en kon alleen maar in verbijstering toekijken. Ik begreep niet waarom hij het deed en op hetzelfde moment wist ik

10. Persoonlijke gevoelswoorden

Eskimo's kennen onnoemelijk veel woorden voor 'sneeuw'. Alle kleurschakeringen en structuur van sneeuw kunnen zo worden gevangen. Soms schieten woorden tekort en dan zullen we ze zelf moeten maken. Woorden helpen om structuur te geven en ons denken over allerlei zaken te vergemakkelijken. Gek eigenlijk dat er zoveel volwassenen moeten lachen wanneer kinderen eigen woorden maken.

Persoonlijke herinnering. Ik ben een jaar of drie en we zijn op de hei op een open zandvlakte. Mijn vader en zusje vermoed ik in de buurt. Mijn moeder is er zeker. Ik lig op het zand en voel me uitermate één met alles. Het lijkt wel of ik overga in het zand en het zand in mij. De aarde draagt me. Er is geen zwaartekracht. Ik ben gelukkig en eindeloos. Dan hoor ik mijn moeder zeggen: "Wat zullen we eten vanavond?" De schok. Er bestaat zoiets als 'tijd'. Hoe vreselijk voor haar. Ze leeft niet nu, maar straks. Ik voel een intens medelijden. Ik ken het 'zandgevoel'. Ik ben het zandgevoel. Zij kennelijk niet. Of niet meer...

Stimulansvraag 12:

Welke woorden ken je voor de verschillende sferen tussen mensen? Welke sfeer was er bij jou thuis als kind?

Stimulansvraag 13:

*Voor welke gevoelens zou jij andere, nieuwe woorden willen hebben?
En welke eigen woorden gebruikte je als kind? Kun je de betekenis daarvan beschrijven?*

Ken je de sfeer van kinderboeken? De geur? De structuur van de dikke bladzijden? Een goede schrijver kan kinderen helpen om hun empathisch vermogen te ontwikkelen en uit te

breiden. Soms is het zelfs onderwerp van het boek zoals in 'De dagdromer' of in 'De wonderlijke draaimolen' van Lisa-Marie Blum.

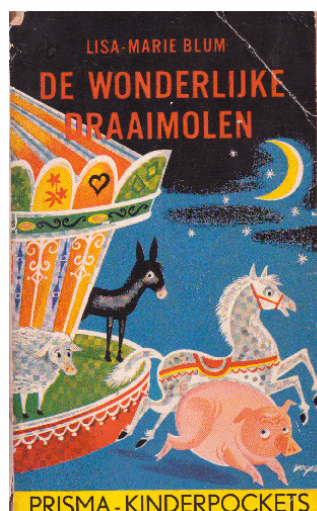
In haar boek verhaalt ze van een draaimolen waarop een aantal houten dieren bevestigd zijn, die zo mooi gemaakt zijn dat ze net echt lijken, als in een sprookje. Met de wonderlijke draaimolen uit dit verhaal is iets geheimzinnigs. 's Avonds, als het gordijn om de draaimolen dicht getrokken is, worden de dieren levend. Dan komt de oude draaimolenbaas en geeft hen te eten. En het paardje, het ezeltje, het varken, de tijger, de zwaan en het schaap zijn tevreden, totdat ... er een nieuwe draaimolenbaas komt die niet in het sprookje gelooft en hen verwaarloost. Nu beginnen de dieren te mopperen en zij verdwijnen één voor één door de liefde van een kind, naar een nieuwe toekomst.

Dit meisje uit het boek stelt in een oogwenk via haar empathie de diagnose dat het paardje treurig is. Alle kinderen in dit boek stellen feilloos de empathische diagnose en vervolgens handelen ze er naar: ze geven alle liefde die ze hebben...onvoorwaardelijk.

Ach, als wij therapeuten dat ook eens zo snel en onvoorwaardelijk konden...

Een man in een bruin pak hield het paard bij de teugels. (...) De vader draaide zich om. Toen zag hij het kleine, houten paardje bruin en glanzend met zijn ruige manen op de draaimolen in het volle zonlicht staan. Ook het grote paard draaide zich om en keek naar de overkant. En het grote levende paard dacht: "Wat lijkt het op me, het zou mijn kind kunnen zijn, mijn veulentje."

En het houten paard schrok op. "Wat is dat grote paard mooi," dacht het, "en het leeft echt. Het lijkt op mijn moeder." (...) Zonder antwoord af te wachten, liep het meisje naar de draaimolen, klom erop, sloeg haar armen om het houten paardje en drukte haar gezicht in zijn dikke manen. "Wat ben jij lief," fluisterde ze het paardje in het oor. "Waarom, ben je zo treurig?" Toen het houten paardje de armen om zich heen voelde en de stem hoorde, begon het te trillen. Zijn hart begon onrustig te kloppen, de slanke poten bewogen, de oren spitsten zich en de lange staart zwaaide heen en weer. (...) Toen gooide het paardje opeens de kop in de nek, schudde zijn donkere manen en sprong van de draaimolen af. Sierlijk en snel draafde het naar het grote paard en bleef er met trillende flanken dicht naast staan.



Begrippen

De empathische diagnose. Er is de empathische diagnose, waarbij je gebruik maakt van gegevens van de cliënt, die je (onbewust) hebt opgeslagen in jouw eigen binnenwereld. Bij het ontsluiten van die gegevens heb jij jouw eigen inlevingsvermogen nodig.

Het inlevingsvermogen. Het inleven in een ander mens vergt durf om in die wereld te stappen. Wanneer jij je doel helder hebt, vind je altijd de weg weer terug. Een middel om je inlevingsvermogen wakker te maken is 'imagineren'.

Imagineren. Het gebruik maken van alle vijf zintuigen en het zesde zintuig om je in te leven in de belevingswereld van de cliënt. Je ontdekt daar de storende of belemmerende factoren en tevens alle hulpbronnen, die je nodig hebt om de therapie te ontwikkelen die bij deze persoon past.

Stoornis of belemmering. Bij een stoornis (in aanleg gegeven) help je de cliënt om te gaan met zijn klacht. Bij een belemmering help jij de cliënt om de klacht op te lossen.

De empathische diagnose helpt je daarbij.

Hulpbronnen. Je kunt gebruik maken van professionele hulpbronnen (vakliteratuur) en interne hulpbronnen van jezelf en het kind (mogelijkheden uit de binnenwereld).