



De zeggingskracht van tafelopstellingen: *Fenomeen aan tafel.*

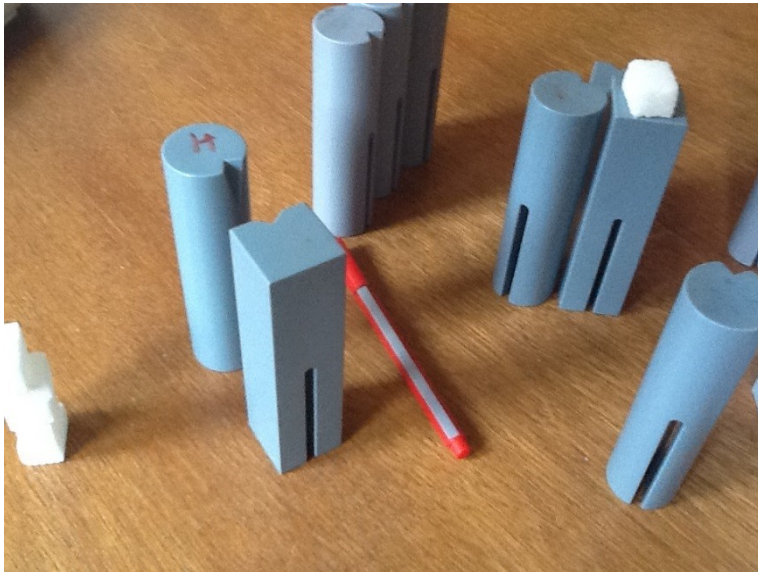


foto hijink & zo¹

*Alle vertrouwen heb ik: het zal zich hier voor ons tonen.
Dat wat zich ontvouwt binnenin de ziel van de cliënt komt in beeld met behulp van de figuren of voorwerpen, de opgeslagen lichaamsinformatie, de Gestalt die deze informatie uitdrukking geeft en met de fysieke informatie van het tafelblad en alles eromheen.
Het geeft overzicht, de onderstroom komt letterlijk boven tafel en het beeld is ijzersterk.*

Inzet in de praktijk.

In mijn praktijk als systemisch (team)begeleider, paardencoach, mediator en trainer zet ik vaak tafelopstellingen in: bij een intakegesprek, als diagnosemethode bij een adviesgesprek, bij inventarisatierondes in een team en tevens als een afgerond systemisch consult aan tafel: 1 op 1 of als duo. Het is een fijne werkwijze om de cliënt een helder onderzoeksproces aan te bieden. Vanuit een eigen beeld en in een eigen tempo, zoals de handen op dat moment de ziel uitdrukken. Precies in de energie die de beweging mogelijk en het beeld bevattelijk maakt.

Inspiratie.

In het opstellingenwerk was het echtpaar Sieglinde en Jakob Schneider voorloper met tafelopstellingen. In hun boek 'Familienaufstellungen mit Figuren in der Einzel- und Parberatung' bieden zij een kijkje in hun ervaringen met het individueel en duo-begeleiden. Het artikel 'Familienaufstellung mit Einzelklienten mit Hilfe von Figuren' dat Jakob Schneider hierover in 2000²schreef, biedt nog waardevolle achtergrondinformatie. Op een demonstratie-dvd³ zet Sieglinde Schneider de Playmobil-figuren in bij individuele consulten. De tafelopstelling wordt getoond terwijl de deelnemers aan de opleiding kijken naar degene die wordt begeleid, de begeleider, de tafelopstelling en naar het geheel. Het is spannend en informatief om te zien hoe de reflectie van wat zich afspeelt op tafel zich weerspiegelt in het lichaam van degene die over het verhaal vertelt, dat van de begeleider en in de Gestalt van alle anderen in de ruimte, in een systemische ca-dans.

¹ Voor het gebruik van foto's van tafelopstellingen is toestemming gevraagd aan de deelnemers. Mocht iemand zich daarin alsnog niet in kunnen vinden, neem dan graag contact op via info@hijinkenzo.nl

² Jakob Schneider heeft met zijn vrouw Sieglinde Schneider sinds 1985 een praktijk voor groepstherapie, coaching, supervisie en familieopstellingen in München. Dit artikel is verschenen in: Weber, Gunthard (Hrsg.) 2000): Praxis des Familien-Stellens. Beiträge zu systemische Lösungen nach Bert Hellinger. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme), 3. Überarb. Aufl. 2000: S.182-193.

³ Werkstatt-DVD: Familien aufstellen mit Figuren im Einzelsetting, ISBN 978-3-89670-263-0



Leergroepen.

Sinds 2013 heb ik Leergroepen Tafelopstellingen opgezet en begeleid. We starten met een onderzoek van de persoonlijke leerdoelen en het is bijzonder om te volgen hoe de deelnemer *het gaan zien*. Dat elke keus voor een figuur of voorwerp de 'juiste' keus is, lijnen op tafel onbewust grenzen aangeven, figuren in hun grootte en de schaduw die zij werpen het beeld verhelleren, een losliggend snoer op tafel een functie krijgt of hoe via theezakjes het lot of een opdracht in een systeem wordt geadresseerd. En hoe ook het lichaam van de begeleider resoneert op de informatie van de cliënt en daarmee de begeleidingsantenne vormt.



Deelnemers Leergroep Tafelopstellingen

Kracht.

Waarin zit de kracht van tafelopstellingen?

1. **Vingers en handen van de cliënt zetten het innerlijke beeld neer** en maken zo eerst contact met de oude en steeds meer met de nieuwe werkelijkheid. Deze tactiele actie geeft een wederkerige fysieke doorwerking: de lichaamsinformatie komt vrij voor de tafelopstelling en de tafelopstelling werkt weer door in het lichaam. Dit proces geeft de signalen waarmee je als begeleider actief en in het moment kunt werken. Qua inwerking en doorwerking is een tafelopstelling vergelijkbaar met een opstelling met representanten.
2. **Een tafelopstelling geeft een te bevatten beeld**; de situatie is letterlijk overzichtelijk geworden door het uit jezelf te brengen en op tafel te zetten. Een eigen ziele-stripverhaal en vaak is in een split second bij de start de belangrijkste beweging al gemaakt.
3. **De beelden zijn sterk en gaan leven**. Er is afstemming tussen de cliënt en de informatie die de figuurtjes of voorwerpen uitdrukken: in kleur, vorm, grootte, tempo, blik. De figuren drukken alles zonder oordeel uit: abstract begrip, persoon, situatie, woord, emotie. Sommige figuurtjes uit mijn materiaalverzameling zijn veelgekozen omdat zij in zichzelf bijvoorbeeld triangulering weergeven. Ze bieden een brug naar inzicht (*ik houd het niet meer vol om tegelijkertijd naar twee kanten te kijken*) of voor de begeleider naar een volgende onderzoeksvraag of interventie.



Figuren die vaak gekozen worden bij onbewuste triangulering

4. **Als begeleider laveer je tussen de systemische informatie, de energetische informatie en de feiten.** Er komt een informatieveld op gang rondom de tafel, je zoomt tijdens de begeleiding in en uit en ziet steeds meer. Daar kun je met een goede basis aan systemisch begeleiderschap op vertrouwen.
5. **Alles is informatie**, net als bij opstellingen met representanten. De aarzeling als een hand een figuur zoekt, het zoeken naar een figuurtje en dat niet vinden, de expliciete keus voor een bepaald figuur, de energie waarmee dit op tafel belandt. Vervolgens de afstand tussen de figuren, de kijkrichting, het formaat, de plek op tafel, het beeld van bovenaf, de kleuren, de schaduwen, de lijnen op tafel. En wat zich afspeelt in het lichaam van de cliënt en tegelijkertijd bij de begeleider; het wetende veld dat zich ontvouwt tussen hen.
6. **Het is een autonome onderzoeksmethode.** Door het zelf neer te zetten wordt het een proces met precies *jouw waarheid als cliënt* en de op-de-millimeter-kloppende invalshoek of richting. Figuurtjes en voorwerpen interpreteren niet, ze staan daar met hun eigen beeld en energetische informatie. Voor de begeleider geeft dit de mogelijkheid om in het domein van de vrije waarneming te verblijven of er soms naast te zitten met checkvragen. No harm done.

Praktijkvoorbeelden.

*Groot en klein.

Tijdens een intake met een deelnemer aan mediation (medewerker) vraag ik aan hem om een figuur neer te zetten voor zichzelf en voor zijn leidinggevende, met wie hij een conflict heeft. Hij kiest voor een kleine figuur: dat is de leidinggevende en voor een grote figuur: zichzelf. Als hij ze vlak tegenover elkaar heeft neergezet zeg ik: 'Jij bent de grote en hij is de kleine'. Ja, is zijn reactie en hij laat het beeld op zich inwerken. Ik vraag hem of ik iets mag toevoegen en als ik toestemming heb, zet ik een groot figuur bij de kleine figuur en een klein figuur bij de grote figuur. Dan zeg ik: 'Stel dat hij een grote naast zich heeft en jij hebt een kleine naast je'. Dan betreft zijn gezicht, hij is geraakt en zegt: '*Dit gaat over mijn vader, ik zie nu wat ik aan het doen ben, ik zorg voor hem, net als toen*'. Technisch gesproken is daarmee de verstrikking van verleden en heden helder (dubbelbeeld vader en leidinggevende) en de parentificatie in beeld gekomen. Dit brengt een innerlijke verschuiving teweeg. Deze mediation was met één gezamenlijk gesprek opgelost.

*Sweet love.

In de familiegeschiedenis van deze cliënte is veel gebeurd. Telkens is weer de uitdaging om in het eigen leven en het hier en nu te blijven en de loyaliteit van het patroon te (h)erkennen. De oplossing blijkt om in suikerklontjes de grens aan te geven: 'Ik zie mijn eigen loyaliteit als kind. Als volwassene baken ik hierin mijn deel en jullie deel liefdevol af'.

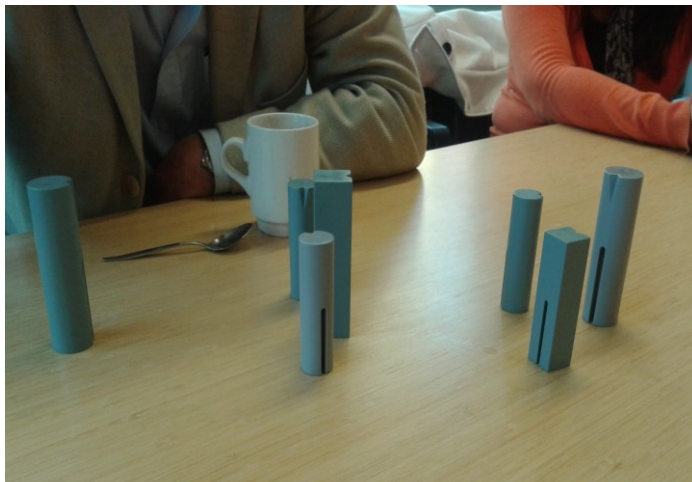


***Samen-gesteld.**

In een partnerrelatie waar eerdere relaties nog invloed hebben en het een zoektocht is in het samengestelde gezin, komt een stel als duo aan tafel.

Door van elkaar te zien wat het innerlijk beeld is, komt er begrip bij de partners en kan er meer waardenvrije waarneming plaatsvinden. De kracht van systeemdynamieken (zoveel groter dan wij) kan helpen om te ontschuldigen en te adresseren waar er in het hier en nu wél verantwoordelijkheid te nemen valt.

In deze situatie ben ik gestart waar de druk het hoogst was: de man had een dringende vraag. De vraagsteller staat hier letterlijk tussen het oude en nieuwe systeem in en zijn partner ziet dit tijdens deze begeleiding aan. Aansluitend is er ruimte voor haar verhaal en beweging.



***Velden.**

Ook op tafel tekenen zich diverse velden af; in de tekening of de structuur van het tafelblad. Daarin toont zich bijvoorbeeld het onderscheid of begrenzing tussen toen en nu, tussen gezondheid en ziekte, tussen mannen en vrouwen, tussen teamleden en management, tussen leven en dood. Alles is hier informatie: dus ook waar het op tafel staat.



Smaakt het naar meer?

Er is veel meer te vertellen over en te ervaren met tafelopstellingen: de diversiteit aan materiaal, een begeleidingsscript, de registratie van een sessie, vergroten van het vakmanschap, reacties van cliënten. De diversiteit aan toepassingen: van een licht gespreksinstrument tot een compleet consult.

Past deze aanpak wellicht bij jouw praktijk als begeleider, coach, mediator, adviseur, therapeut, HR-professional of voor een intervisie-, studiegroep of opleiding?

Meer informatie:

- Een eigen consult ervaren? <http://www.hijinkenzo.nl/begeleiding/individu>
- Een workshop tafelopstellingen voor collega's, intervisie-/studiegroep? <http://www.hijinkenzo.nl/training/workshop-tafelopstellingen>
- Tafelopstellingen toepassen in je eigen praktijk? Welkom bij de Leergroep: <http://www.hijinkenzo.nl/training/meerdaagse-leergroepen/leergroep-tafelopstellingen>



Annemieke Hijink is systemisch (team)begeleider, trainer, paardencoach & mediator. Meer artikelen over systemisch werken: www.hijinkenzo.nl/publicaties

© Annemieke Hijink