

Bijgewoond: Clean Space

Workshop begeleid door James Lawley en Michael Oskam

Madelon Sinnige

Madelon is haptonomisch counselor en heeft haar opleiding gevolgd bij Synergos en ITH, aangevuld met Ambachterijen in Doorn. Ze werkt als integraal therapeut/natuur-geneeskundig therapeut (aangesloten bij VBAG/RBCZ) in Centrum NLD3 in Delft.



Afstand, nabijheid, beweging, posities innemen. Als haptonomen kennen we het belang ervan en onderzoeken we het middels positiebepalingen en naderingsoefeningen. Zo helpen we cliënten deze interactie-aspecten concreet te ervaren.

Clean Space werkt ook met het vinden van posities. Deze posities representeren aspecten van de belevingswereld van de cliënt. Zo wordt de belevingswereld naar buiten gebracht en wordt een netwerk van mogelijkheden gecreëerd om problemen op te lossen of nieuwe ideeën te genereren.

Wat is Clean Space precies? Wat doet het in de begeleiding van cliënten? En biedt het mij meerwaarde als haptonoom?

Kennismaking

In 2012 maak ik kennis met Clean Language - een vriend bevaart me middels deze methode. Wat een verademing, zo zonder oordeel uitgenodigd te worden mijn eigen belevingswereld te verkennen! Hier wil ik meer van. Ik bestudeer boeken en volg een Clean Language training. En vandaag ben ik bij deze workshop.

James Lawley, een autoriteit binnen Clean Language, begeleidt deze dag samen met Michael Oskam. Michael werkt als organisatiepsycholoog en geeft Clean Language trainingen in Nederland. James kwam als psychotherapeut in

1995 in contact met David Grove, die Clean Language en Clean Space ontwikkelde om trauma te helen. Samen met zijn partner Penny Tompkins heeft James de werkwijze van David bestudeerd en er een model van gemaakt. Met dit model - teruggebracht tot de essentie om het simpel te kunnen overdragen - gaan wij vandaag aan het werk.

Clean Language en Clean Space

Vooraf hebben we informatie toegevoerd gekregen; delen uit het boek Insights in Space (James Lawley en Marian Way, 2017). Clean Space is onderdeel van de methodiek van Clean Language. Clean Language is het eerst ontwikkeld en daarom naamgever van de methodiek. Clean Language is erop gericht de belevingswereld van de ander te onderzoeken zonder als begeleider eigen ideeën en overtuigingen in te brengen. Clean Language biedt hiervoor standaard vragen, waarin de exacte woorden van de cliënt verweven worden. Dit biedt erkenning voor de belevingswereld van de cliënt en de mogelijkheid deze wereld verder te onderzoeken. Zo kom je snel en met minimale ruis bij de kern van de problematiek én bij de oplossingswens van de cliënt.

Het 'clean' aspect is ook de kern van Clean Space: de cliënt krijgt alle ruimte om, mét de steun van de begeleider, maar zónder inbreng van diens belevingswereld, de eigen belevingswereld te onderzoeken.

In de praktijk

Na een korte demonstratie van een Clean Space begeleiding krijgen we de methode op papier. Inderdaad, teruggebracht tot de essentie: alle processtappen, met standaardinstructies en -vragen zijn nog geen A4-tje tekst. In tweetallen gaan we aan de slag. Ik werk met iemand die 'rugpijn' inbrengt als onderwerp van onderzoek. Op een vel papier tekent ze een poppetje met krullende lijn op de rug. Ik wijs naar het vel en zeg: 'En plaats dit waar het hoort te zijn.' Ze hangt het op de muur, op rughoogte. Ik vervolg: 'En plaats jezelf waar jij nu bent, ten opzichte van dat.' Ze zoekt een plek en als ze die gevonden heeft, vraag ik: 'En wat weet je hier?' Ze neemt de tijd alvorens antwoord te geven. Ik herhaal kernwoorden van haar antwoord en vraag daarna, wijzend op haar tekening: 'En is er nog iets dat je hier weet, over dat?' Als ze ook dat heeft verwoord, vraag ik haar: 'En hoe zou deze plek kunnen heten?' Ik geef

“ Cliënt krijgt alle ruimte om, mét de steun van de begeleider, maar zónder inbreng van diens belevingswereld, de eigen belevingswereld te onderzoeken. ”

haar pen en post-its om de naam op te schrijven en deze plek te markeren. We gaan verder: 'En vind een andere plek.' Op deze plek stel ik dezelfde vragen over de plek en over wat de cliënt hier weet over haar onderwerp. Op deze manier begeleid ik haar bij het vinden van zes plekken in de ruimte, waar ze leert over haar onderwerp.

In de ruimte is nu één onderwerp van onderzoek en er zijn zes plekken met informatie. Vervolgens begeleid ik mijn cliënt terug naar elke plek. Hier kan ze de informatie van die plek 'updaten'. Ook nodig ik haar uit relaties tussen plekken te onderzoeken. Voor haar blijkt er een belangrijke relatie te zijn tussen de plekken 'ontspanning' en 'werken'. In de eerste ronde, als ze de plek 'ontspanning' vindt, zie ik haar lichaam afwisselen tussen wat ingezakt zitten en zichzelf rechtop houden. Haar gezicht toont spanning. Nu, terug op deze plek, weet ze dat ontspanning ook werken is. Haar romp is ontspannen opgericht, haar gezicht is ook ontspannen. Ze vertelt dat ze voelt dat haar rugpijn wegtrekt. De hele begeleiding heeft nog geen half uur ge-

duurd. Mooi om de verandering in haar zo duidelijk te zien en van haar terug te horen. Ze ruimt haar papiertjes op. Wat overblijft is de ruimte waarin we samen zijn en die we samen delen.

Clean Language, Clean Space en haptonomie

Ik ben onder de indruk van wat Clean Space een cliënt kan brengen en vind het een heldere methodiek om een cliënt te begeleiden een specifiek onderwerp te onderzoeken. De cliënt gaat de interactie aan met de ruimte en spiegelt de eigen binnenwereld aan de werkruimte in de buitenwereld. Deze ervaring leidt tot veranderingen in lichaam en belevingswereld van de cliënt.

Maar als haptonom is het wennen om in de begeleiding zo op afstand te blijven. En juist daar zit voor mij ook de meerwaarde. Sinds ik werk met Clean Language ben ik me heel bewust geworden van eigen aannames en ideeën, juist omdat die bij Clean Language niet in de begeleiding ingebracht mogen worden. Dat helpt mij om ze los te laten, waardoor ik meer open en onbevooroordeeld ben. Dat maakt mij een betere haptonom en

werkt positief bij het aangaan van wederzijdse, elkaar bevestigende contacten. Tegelijkertijd is 'contactname' ook binnen Clean Language en Clean Space belangrijk. Een rustige presentie op de grens van de werkruimte en afstemming op tempo en dynamiek van de ander helpen de cliënt. Hierbij geven mijn haptonomische vaardigheden me een duidelijke meerwaarde.

Na afloop spreek ik met James en Michael over haptonomie en Clean Language/Clean Space. Er is ruime interesse om een mogelijke kruisbestuiving verder te onderzoeken. Input vanuit het haptonomische veld is zeer welkom!

Meer informatie:

www.cleanlanguage.nl

www.cleanlanguage.co.uk

www.praktijksinnige.nl/werkwijze (Clean Language in de haptonomische praktijk)

Reacties graag via

sinnige@praktijksinnige.nl



“ De cliënt gaat de interactie aan met de ruimte en spiegelt de eigen binnenwereld aan de werkruimte in de buitenwereld. ”