



## De zeggingskracht van tafelopstellingen.

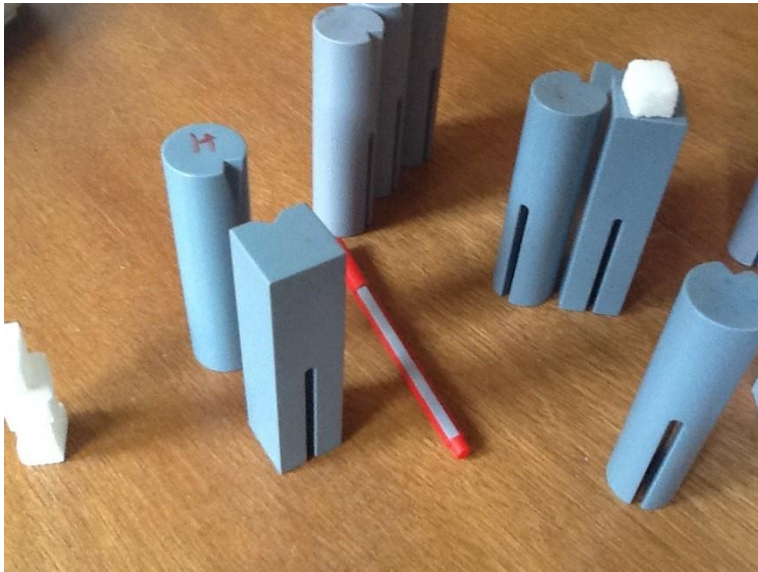


foto hijink & zo<sup>1</sup>

*Een onverwoestbaar vertrouwen heb ik, inmiddels: het zal zich hier voor ons, op de tafel, tonen. Dat wat zich ontvouwt in de cliënt zal, met behulp van de figuren, voorwerpen of poppetjes, de opgeslagen lichaamsinformatie, de Gestalt die deze informatie uitdrukking geeft én met de informatie van het tafelblad zelf, in beeld komen. Onherroepelijk en helder.*

*Zo vaak ben ik inmiddels getuige geweest van de indrukwekkende informatie die uit de handen van degene(n) aan tafel komt, dat ik een blijmoedige zendeling van deze werkwijze ben. Het is er, het komt eruit, het geeft overzicht, het staat letterlijk op tafel en het beeld is ijzersterk. Het is een kwestie van **gaan zien**.*

### **Inzet in de praktijk.**

In mijn praktijk als systemisch begeleider, mediator, trainer en paardencoach zet ik vaak tafelopstellingen in: bij intakegesprekken voor mediation, als diagnosemethode bij een adviesgesprek, bij inventarisatierondes in een team, bij de intake voor een paardencoaching en tevens als een afgerond systemisch consult aan tafel: 1 op 1 of als duo. Het is een belangrijke, misschien wel de belangrijkste, manier voor me geworden om gezamenlijk te onderzoeken welke dynamieken er spelen en een cliënt een overzichtelijk en betrouwbaar proces aan te bieden. Met een eigen plaatje en in een eigen tempo, zodat de ziel de handen kan volgen; precies in de energie die het op dat moment mogelijk en haalbaar maakt.

### **Inspiratie.**

In het opstellenwerk was het echtpaar Sieglinde en Jakob Schneider al vroeg actief met tafelopstellingen. Met hun 'Familienaufstellungen mit Figuren in der Einzel- und Parberatung' bieden zij een kijkje in hun ervaringen met het individueel en duo-begeleiden van tafelopstellingen. Het artikel Familienaufstellung mit Einzelklienten mit Hilfe von Figuren dat Jakob Schneider hierover in 2000<sup>2</sup> schreef, biedt dan ook waardevolle achtergrondinformatie voor de deelnemers aan de voorgaande Leergroepen tafelopstellingen die ik sinds 2013 heb opgezet en begeleid.

<sup>1</sup> 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](mailto:info@hijinkenzo.nl)

<sup>2</sup> 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.



In de dvd <sup>3</sup> die door Sieglinde Schneider is uitgegeven, zet zij 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 terug te zien in het lichaam van degene die over het verhaal op tafel vertelt en op hun beurt weer in de Gestalt van alle anderen in de ruimte, in een systemische (ca-)dans.

### Leergroepen.

Sinds ik de Leergroepen tafelopstellingen aanbied is het bij elke groep een genoegen om de persoonlijke leerdoelen te onderzoeken via een tafelopstelling en daarna te volgen hoe deelnemers 'gaan zien'. Dat elke keus voor een figuur of voorwerp de juiste keus is, dat de lijnen in de tafel het verhaal vertellen, de figuren in hun grootte en de schaduw die zij werpen het beeld versterken, het losliggende snoer op tafel een eigen functie krijgt of hoe via de theezakjes en suikerklontjes het lot of een opdracht in een systeem wordt geadresseerd. En hoe het lichaam van de begeleider resoneert op de informatie van de cliënt en daarmee een betrouwbare antenne vormt.



### Kracht.

Waarin zit de kracht van tafelopstellingen?

1. Vingers en handen zetten het altijd beschikbare en feilloze 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 geëxternaliseerd en te bevatten beeld; de situatie is letterlijk overzichtelijk geworden door het uit jezelf te brengen en op tafel te zetten. Een heel eigen stripverhaal.
3. De beelden zijn sterk. Er is heldere afstemming tussen de ziel van de cliënt, diens lichaam en de informatie die de figuurtjes of voorwerpen uitdrukken: in kleur, vorm, grootte, tempo, uitdrukking. Als abstract begrip, als persoon, als situatie, als emotie.
4. Het materiaal spreekt; tafelopstellingen laten zich met een stevige basis aan systeemtheoretische en systemische kennis goed aflezen. Sommige figuurtjes uit mijn materiaalverzameling zijn bijvoorbeeld veelgekozen omdat zij in zichzelf de triangulering

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



weergeven. Beelden die zo voor de hand liggend en vaak letterlijk en sterk metaforisch zijn, bevatten vaak de onmisbare brug naar een helder inzicht (*ik houd het niet meer vol om tegelijkertijd naar twee kanten te kijken*) of, voor de begeleider, naar een volgende openende vraag.



figuren die vaak gekozen worden bij triangulering

5. Alles is informatie, net als bij 'echte' opstellingen. De aarzeling als een hand een figuur zoekt, de uitspraak dat 'deze persoon er echt niet bij zit', de keus voor een bepaald figuur of voorwerp, de energie waarmee deze op tafel is beland. 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, een bron van jewelste.
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 kijkrichting. 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 en er om er ook soms naast te zitten met de 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: hijzelf. 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 verhaal 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 bakken ik hierin mijn deel en jullie deel liefdevol af'.

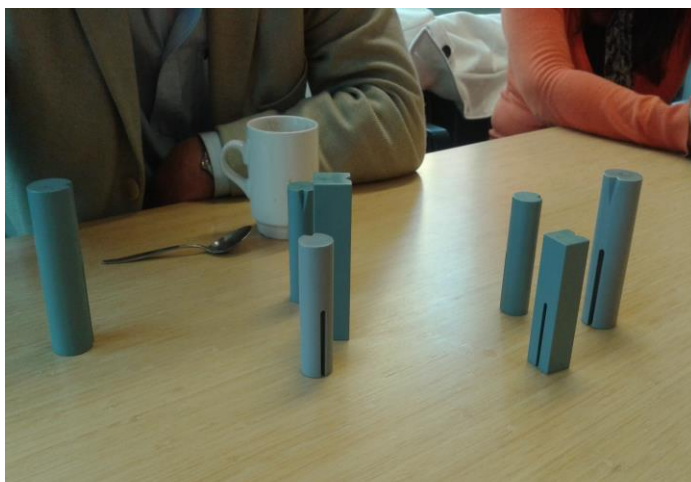


**\*Samen-gesteld.**

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, het begeleidingsscript, de registratie van een sessie, vergroten van het vakmanschap, reacties van cliënten. De diversiteit aan toepassingen: van een *diagnoseinstrument light* tot een consult van a tot z.

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 aanvragen voor collega's, intervisie-/studiegroep: <http://www.hijinkenzo.nl/training/workshop-tafelopstellingen>
- Deelname aan de leergroep tafelopstellingen: <http://www.hijinkenzo.nl/training/meerdaagse-leergroepen/leergroep-tafelopstellingen>

© Annemieke Hijink, november 2016



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