

# Het weten van de handen

Ella Molenaar

*Auteur van dit artikel is Ella Molenaar, creatief therapeute beeldend geregistreerd bij de NVKT, opgeleid aan de Akademie voor Industriële Vormgeving te Eindhoven, grafische afdeling. Zij behaalde daarnaast een 1<sup>e</sup> graad onderwijsbevoegdheid Handvaardigheid, studeerde Pedagogiek en verdiepte zich in de Initiatische Therapie en was werkzaam als sociotherapeute, creatief therapeute en docente onder andere in de zwakzinnigenzorg, in een instituut voor forensische psychiatrie en bij een centrum voor kunstzinnige vorming. Sinds 1981 is Ella Molenaar verbonden aan de Hogeschool Nijmegen, studierichting Creatieve Therapie als docente beeldend vormen, theorie en methode van de KT en sinds 1986 is zij uitgeleend aan de RIAGG's, om de mogelijkheden van beeldende therapie in de ambulante gezondheidszorg mede te ontwikkelen. De RIAGG heeft behoefte aan uitbreiding van methodieken: gespreksmethoden, gedragsbenadering, systeemtheoretische aanpak zijn niet in alle gevallen toereikend. Daarnaast heeft de Hogeschool Nijmegen behoefte aan uitbreiding van stageplaatsen. Binnen dat kader van aantonen van mogelijkheden van beeldende therapie op een RIAGG, kwam dit artikel tot stand.*

## Inleiding

Het doel waarmee ik dit artikel schrijf is meerledig:

### 1. Het verkrijgen van meer helderheid ten aanzien van indicatiestelling

Al langere tijd zoek ik naar manieren om de indicatiestelling bij beeldende therapie verder tot ontwikkeling te brengen. Er is grote behoefte aan meer helderheid in het werkveld op het terrein van indicatiestelling. Verdere professionalisering is er mee gebaat. In de praktijk blijken daar links en rechts nogal wat ideeën te leven. Het lijkt me dat er wat meer voorwerk gedaan kan worden om tot enige samenhang te komen. Een van die vormen van voorwerk zou kunnen bestaan uit een serie artikelen, door verschillende mensen geschreven, maar vanuit een zelfde opzet. De opzet kan er als volgt uitzien: een indicatiestelling verbonden met een bepaalde problematiek, gevolgd door een uiteenzetting waar duidelijk uit blijkt op welke wijze en vanuit welke achtergronden de toegepaste methode binnen een bepaald medium inderdaad een bijdrage kan leveren aan het bereiken van de doelstelling zoals bij indicatie werd gesteld. Dat zou dan op den duur het volgende kunnen opleveren: een overzicht van indicatiestellingen, een overzicht van de combinatie problematiek-indicatiestelling en een verbinding van theoretische achtergronden aan het feitelijke handelen in therapie.

### 2. Te komen tot een gevalsbeschrijving van een behandeling van een anorexiapatiënte

Ik probeer daarin uiteen te zetten waarom juist beeldende therapie geïndiceerd kan zijn en effectief werkt bij een doelstelling 'exploratie van gevoelens'.

### 3. Een aanzet te maken tot een beschrijving van aannames die de samenhang in het gebeuren verheldert

Ik plaats het in een kader waarin ik gebruik maak van wisselend perspectief. Voor de tekenaar is het wisselen van perspectief een van de mogelijkheden het onderwerp van verschillende kanten te belichten, uit te tekenen. Het belichten van verschillende kanten lijkt mij de aangegeven manier om helderheid te krijgen over meerdere facetten binnen beeldende therapie. Ik veroorloof me daarbij de vrijheid om verwante thema's die in andere dan zuiver beeldende vakgebieden in beschouwingen zijn uitgewerkt, te verbinden met het beeldend werken in therapie. Die thema's zijn onder andere: handelen, grijpen, sociale modaliteiten, macht, waarnemen, sensibiliseren van zintuigen, gevoelsexploratie, contact, vormgeving in materie, vormgeving in bestaan.

Ik hoop dit te doen op een wijze dat het onze inzichten in de betekenis van beeldende therapie zal kunnen verrijken, zonder de pretentie daarmee sluitende theoretische wetmatigheden te presenteren. Ik doe dit in dit geval vooral met de bedoeling een bijdrage te leveren aan gedachtenvorming met betrekking tot indicatiestelling.

### 4. Een begin van een beschrijving van ontwikkelingen in vormgeving

Hiervan wil ik later aparte uitwerkingen maken, voorzien van beeldmateriaal.

Ik zal me in mijn verhaal zoveel mogelijk houden aan de feitelijke opeenvolging in de tijd wat betreft de ontwikkelingen van een cliënte. Omwille van beroepsgeheim en privacy zal ik haar ongenoemd laten en een aantal bijzonderheden weglaten.

## Wat er aan vooraf ging

Cliënte N.N. meldt zich aan bij de RIAGG, na verwijzing via de studentepsycholoog.

Aanleiding voor de aanmelding is een klachtenreeks over eten: niets of heel weinig, soms zich dwingen tot eten, slapeloosheid, depressieve gevoelens, zich storten in allerlei activiteiten die geen voldoening geven. Vermoeidheid overheerst.

Cliënte benoemt deze klachten zelf als verschijnselen van anorexia. Twee zussen van cliënte zijn eerder behandeld wegens anorexia. Cliënte wil niet 'zo' zijn maar vreest wel het te kunnen worden. Er vinden een twaalfstal gesprekken plaats volgens een aanpak uit de Rogeriaanse gesprekstherapie. Hierbij wordt gebruik gemaakt van 'Fremdschilderung' waarbij via situatieschetsen in fantasie wordt nagegaan hoe iets gevoelsmatig zou kunnen liggen. Daar blijkt dat cliënte heel moeilijk contact maakt met haar gevoelsleven. De behandelende therapeute concludeert samen met cliënte dat het belangrijk lijkt om te komen tot een aanzet van exploratie van haar gevoelsleven. Het lijkt er op dat cliënte haar gevoelsleven te zeer onder controle houdt door o.a. rationaliseren. Cliënte begrijpt dat de door haar ervaren vervreemding van gevoelens kan samenhangen met haar klachten, zoals boven beschreven. Tijdens de gesprekken worden de klachten niet erger, er treedt ook geen verandering op in de gewenste richting.

In overleg met cliënte wordt daarom besloten een andere therapiemethode te presenteren: een beeldende therapie waardoor cliënte misschien eerder contact zal kunnen/durven maken met haar gevoelsleven en haar rationele vermogens niet direct in stelling zal kunnen brengen. Cliënte stemt hiermee in: het is therapeute en cliënte duidelijk dat gesprekstherapie haar niet verder brengt.

Nadat cliënte acht maanden op de wachtlijst voor creatieve therapie heeft gestaan wordt zij geplaatst in een therapie-groep waar gebruik wordt gemaakt van o.a. meditatief tekenen. Daarna krijgt cliënte de mogelijkheid bij mij in individuele beeldende therapie te gaan.

### Verkenningfase individuele therapie beeldend

Een eerste oriënterende bijeenkomst vindt plaats. Cliënte maakt op mij een open en gemotiveerde indruk. In haar woordkeuze valt mij op hoe rationeel zij zich uitdrukt. Zij ervaart zichzelf als vervreemd van haar eigen lichaam, een vrouwelijk lichaam bovendien, wat haar vervult van afkeer. Al heel snel kan ik beamen dat praten alleen niet kan werken. Ik constateer een vaardig jongleren met woorden dat niet verbonden lijkt met gevoelens. Alleen in uitingen over de afkeer van haar lichaam lijken haar woorden wel verbonden met gevoelens.

### Het belang van expressie, het verrichten van handelingen, het ontwikkelen van sociale modaliteiten

Woorden, werkwoorden duiden begrippen aan van dingen en verschijnselen die mensen om zich heen hebben en ervaren. Woorden leven niet geïsoleerd en de ontwikkeling van de begripsinhoud voltrekt zich niet op eigen gelegenheid, integendeel, er is een natuurlijke samenhang met voorstellingen die betrekking hebben op een bepaald gebied van menselijke werkzaamheden, menselijke ervaringen. Bepaalde klankelementen hebben een duidelijke gevoelswaarde. Affectieve elementen zijn een rechtstreeks middel om gevoelsgewaarwordingen uit te drukken. Bij cliënte lijken affectieve elementen opvallend afwezig. Alleen daar waar zij zich uitdrukt over haar lichaam klinken ze door. Het uitdrukking kunnen geven aan en het verfijnen van het vermogen gevoelsgewaarwordingen uit te drukken en waar te nemen speelt zich vooral af langs de weg van de esthetische vermogens. Het is het middel geweest waardoor de mens tot zelfbewustzijn is gekomen. De verfijning en perfectionering ervan bevorderen onze creatieve mogelijkheden. Vorm is op te vatten als een ordening in de chaos. Het proces van vormgeven is een voortschrijdende ordening in de chaos.

In de beschrijvingen van de geschiedenis van de vormgevingsontwikkelingen in de beeldende kunst wordt vaak een verband gelegd tussen ontwikkelingsniveau, de mentale instelling en karakteristieken in vormgeving (o.a. bij Herbert Read). Vorm wordt opgevat als een zich ontwikkelende ordening in chaotische elementen. Bij alle waarneming nemen wij vorm waar. Vorm is aanwezig en komt tot stand in de omgang met klank, materie, beweging.

Beljon, docent aan de Haagse Academie stelde eind jaren zeventig het boek samen 'Zo doe je dat'. Daarin stelt hij zich tot doel het tot stand brengen van een morfologie van het beeldend vormen. Een morfologie van het beeldend vormen gebaseerd op handelingen die verricht worden. Elke variant van handelen levert een karakteristiek op voor de vorm die er door ontstaat: handelingen leiden tot vormsoorten. Daarnaast stelt hij een lijst samen van vormconcepten. Hij onderscheidt vormen die zijn ontstaan door natuurlijke inwerking: door wind, door water, door druk, door droogte en door bevrozing. En hij onderscheidt vormen die ontstaan door aanraking van de menselijke hand. Deze vormsoorten hebben hun naam gekregen door hun ontstaanswijze. De handeling, dat wil zeggen de ervaring van het handelen, bracht mensen tot naamgeving, leverde de naam voor de vormsoort.

Zulke handelingen kunnen zijn: het nalaten van sporen, -tekens, tekenen, strooien, stempelen, stapelen, vouwen, vlechten, verbinden, weven, splijten, kleven, pleisteren, schilderen. Onze werkwoorden zijn er het gevolg van. Zo 'stapelen' wij ervaring op ervaring. Die ervaringen brachten ons tot het vormen van begrippen. Tot het 'vatten' in begrippen tot een ordenen van ons bestaan.

Het wordt duidelijk dat de bij cliënte te constateren chaos van onbehaaglijkheden, evenals de ervaring van zinloos bestaan, op geen wijze verbaal geordend kan worden als woorden niet 'begrepen' zijn. *De onbehaaglijkheden dienen eerst op hun gevoelswaarden te worden toegelaten, te worden gekend en doorleefd.*

De gekozen werkvorm is er een waarbij dat ook bereikt kan worden. Meditatief werken is bij uitstek een werkvorm om dieptelagen te bereiken, om toe te komen aan beleving, aan herbeleving. We besluiten tot voortzetting van meditatieve werkvormen. Mijn toepassing daarvan is gebaseerd op de Initiatische Therapie zoals deze ontwikkeld werd door Karlfried Graf von Dürckheim, Maria Hippus en medewerkers in de Existential Psychologische Begegnungsstätte te Rütte. Het gaat te ver uiteen te zetten wat de Initiatische therapie inhoudt. Binnen dit verband is vooral van belang dat er binnen de Initiatische Therapie onderscheidingen worden gemaakt op het gebied van ervaringen. Er worden genoemd: de grof zintuiglijke ervaringen, de fijnzintuiglijke ervaringen en de bovenzintuiglijke ervaringen. De oefeningen zijn dus ook in sterke mate gericht op het scholen en verfijnen van tastervaringen, bewegingervaringen, klankervaringen. Het sensibiliseren van de zintuigen, sensibel waarnemen van zichzelf in samenhang met de omgeving. Er wordt grote waarde gehecht aan meditatie. Zowel 'passieve' meditatie, het zen-zitten, als 'actieve' meditatie zijn van belang voor het verfijnen en differentiëren van zintuiglijke vermogens, met het doel het herstellen of tot stand brengen van het contact met het zijn.

Er wordt onderscheid gemaakt tussen de kleine therapie en de grote therapie. In de kleine therapie gaat het erom dat mensen leren zich goed te handhaven in deze wereld, in staat zijn goede relaties te kunnen onderhouden en zich in te kunnen zetten voor hun werk. In de grote therapie gaat het niet meer primair om opgewassen te zijn tegen het leven, maar het laten doorkomen van het zijn-zelf via de specifieke expressiemogelijkheden van elk individu. In zowel de kleine als de grote therapie worden naast de zen-meditatie en het therapeutisch gesprek de actieve meditatievormen gehanteerd zoals: tekenen, boetseren, muziek, dans, ai-ki-do, enz. Dat zijn allen vormen waarin de esthetische vermogens van mensen een rol spelen. De nadruk ligt hier echter nadrukkelijk niet op prestatie of 'veresthetiekt' produkt: de gerichtheid ligt in de ervaring, zoals Durckheim zegt bijv. ten aanzien van het vormen van klanken: wanneer ons oor vrij geworden is van alle klanken dan pas kan het de zuivere klank vernemen, die in en voorbij alle klanken is.

De sociale modaliteiten zoals Erikson ze onderscheidt spelen in de Initiatische Therapie een belangrijke rol. De basis-modaliteiten om tot een eigen identiteit te komen zijn o.a. ontvangen, grijpen, vasthouden, loslaten, reiken naar, aanreiken, enz.

In de therapiesituatie zoals hier beschreven, gaan we uit van de zogenaamde kleine therapie waar het onder andere gaat om het bevrijden van angst, schuldgevoel en stoornissen in contact. Waar het dus ook gaat om contact te ma-

ken met het leven wat ongeleefd is gebleven. Met aanpassingsvormen die niet overeenkomen met de eigen wezensaard. Met surrogaatvormen die zich hebben vastgezet: ooit binnen de situatie een juiste overlevingsvorm, maar nu binnen een andere situatie en levensfase niet meer van toepassing. Meditatief tekenen en boetseren bieden de gelegenheid contact te maken met deze in het onbewuste opgeslagen aanpassingsvormen. Zichtbaar en tastbaar kan ervaren worden hoe deze aanpassingsvormen zich verhouden tot de eigen wezensvorm.

In deze therapie situatie maakten we bovendien gebruik van eenvoudige basisoefeningen van keramische werkvormen, zoals beschreven door Paulus Behrensohn in 'Finding one's way with clay' en hanteerden we 'Creatieve Mobilisatie Technieken' van Luthé.

Meditatief werken vindt in de begin situatie plaats met gesloten ogen. Het lijkt een contradictie: boetseren of tekenen met gesloten ogen. Beeldend vormen heeft alles met waarnemen van doen. Het tactiele en visuele waarnemen van 'de wereld', daaraan ontlene wij de zin van ons bestaan. Door tactiel en visueel waarnemen worden wij betrokken op datgene wat wij waarnemen. Het 'waar-nemen' van wat zich aandient vraagt om een afstemming, een betrokkenheid. Werken met gesloten ogen verhoogt de concentratie op de tactiele waarneming. In aanvang is het een middel om de aandacht te leren richten op het waarnemen naar binnen. Op het waarnemen van 'de innerlijke wereld'. Na verloop van tijd is het niet meer nodig de ogen te sluiten. Degene die tekent of boetseert kan de aandacht richten naar binnen, naar buiten of naar beiden.

### Het ontwikkelen van de waarneming als voorwaarde tot gevoelsploratie

Ik bied cliënte aan te kiezen tussen de volgende materialen: papier als drager, krijtsoorten in diverse hardheidsgraden, kleur of zwart/wit of vingerverf in de primaire kleuren + zwart/wit. Soms geef ik daarbij ook aanwijzingen, deze keer niet. Cliënte is bekend met het materiaal.

Cliënte vangt aan met vingerverfschilderingen op papier. De vormen komen in aanvang tot stand met de geoefende hand. Daarna volgt vrij snel de andere hand. De geoefende hand neemt de ongeoeffende hand mee. De geoefende hand domineert mogelijk zelfs de ongeoeffende hand.

In aanvang is de kleurkeuze van cliënte groen en rood, later wordt groen vervangen door blauw. De vormen die ontstaan bij de eerste schildering zijn: een cirkel in het centrum en links en rechts daarvan een halve cirkel geplaatst met de bolling naar de cirkel gericht. In de tweede tekening draaien de cirkelsegmenten hun opening naar de cirkel toe en lijken deze te omvatten. In de derde tekening plaatst cliënte zowel in de linkerhoek als in de rechterhoek een cirkel en de segmenten komen nu in het centrum. De segmenten zijn weer gedraaid, met de ruggen naar elkaar toe. De beweging waarmee zij tot stand komen is doorgaans er een van boven naar beneden, naar cliënte toe. Soms aarzelend een aanzet om de beweging naar boven te maken, van zich af. Cliënte corrigeert dit ogenblikkelijk en vervolgt dan weer met het herhalen van lijnen naar zich toe.

Rechts is vaardig, de rechterhand stuurt de beweging naar cliënte toe. Opvallend zijn de nauwelijks merkbare aarzelingen bij de vormveranderingen in de linkerhand. Daar blijkt de zich herhalende aarzeling van even een aanzet van zich af. Rechts corrigeert ogenblikkelijk. De lijn gaat weer naar cliënte toe.

Er ontstaat verwarring. De kleur rood voldoet niet meer en wordt vervangen door blauw. Cliënte zoekt naar kleur, naar

vorm, naar beweging. Er ontstaan nu een aantal cirkels en cirkelsegmenten: 'nergens een middelpunt', zegt zij.

In de vierde tekening vormt cliënte een traliewerk. Cliënte spreekt zich uit over haar dwangmatigheid en zich gevangen voelen in zinloos handelen.

In de vijfde tekening maakt cliënte golvende lijnen en op de golven worden de cirkels als bollen geplaatst. Cliënte spreekt uit dat ze de cirkels aanvankelijk ervaren heeft als dwang en-beklemming in de eerste drie tekeningen en later als veilig, geborgen. Deze waarneming van onderscheidingen in ervaringen in een en de zelfde vorm beleeft cliënte als een bevrijding. Als een loskomen van de dwangmatigheid waarmee ze de cirkels aanvankelijk plaatste.

Voor mij is het een aanwijzing dat er mogelijkheden liggen tot verandering. Dat er mogelijk een door rechts gedomineerde activiteit plaats vindt. Dat er links een geringe speelruimte is tussen een eerste impuls en de uiteindelijke daad lijkt van belang.

### De tweede sessie

Cliënte wil zwart krijt. Zit ineem gedoken en wacht af. Mijn voorstel is nu dat cliënte de bewegingen die in haar opkomen zal volgen. De sporen van die bewegingen zullen door het zwarte krijt sporen nalaten op het witte papier. Cliënte stemt daarmee in.

Zit enige tijd zwijgend. Er komt niets. Cliënte zegt dat dit ontzettend confronterend is: 'Van mezelf heb ik niets. Het geeft een gevoel van leeg en vol tegelijkertijd. Er is geen onderscheid mogelijk.'

Helemaal niets, dat wil cliënte niet. Er komen lijnen op papier, maar tegelijk merkt cliënte op: 'hoe ik het wel wil is tegelijk wat ik niet wil'. Ook hierbij valt weer op dat de linkerhand telkens in aanvang, af en toe niet te onderdrukken, zelfstandig, iets anders wil dan rechts.

Als het gaat om exploreren van gevoelens, onze doelstelling, dan is het waarnemen met de handen eerder van belang dan het waarnemen met de ogen. In het oud-gothisch heeft weten, witan, de betekenis van zien, waarnemen. Handen weten aanzienlijk wat. Van handelen weten zij meer dan het hoofd. Het vermoeden van iets anders zou kunnen opkomen in het handelen van de ongeoeffende linkerhand. De aarzeling is van belang. In therapie gaat het vaak om die momenten van nauwelijks merkbare aarzeling, waar de handen weten wat het hoofd niet weten wil.

Ik kan als therapeute kiezen voor het volgen van vormoplossingen en derhalve meegaan met probleemloze aanvaarding van de vorm, afhankelijk van fase en doel van de therapie. Ik kan ook voorbij gaan aan die momenten van stabilisatie van de vorm en terug gaan naar het begin, naar de aanzet tot handelen, daar waar cliënte aarzelt: het moment van twijfel in de aanvang.

Het moment van twijfel in de aanvang vraagt om argumenten voor en tegen. Hier worden keuzes gemaakt, bewust en meestal onbewust.

De linkerhand lijkt niet de beweging te maken die eigen is aan links. Besluit mogelijk tot het volgen van de rechterhand. Hier wordt een eigen beweging opgegeven.

Mijn opstelling als therapeut is in eerste instantie die van versterken, niet van confronteren. Echter het moment van aantonen van de aarzeling kan natuurlijk confronterend werken. Het aantonen van de aarzeling is ook een versterking van wat links zou kunnen willen, een attent maken op keuzes die je in jezelf zou kunnen maken: het opgeven van een mogelijkheid die misschien wel gewild kan worden als ze werd waargenomen.

Dit moment in therapie, de verkenningsfase, vraagt niet om een onmiddellijke uitwerking van het opgeven van een mogelijke keuze maar om het aandachtiger waarnemen van eigen handelen.

Cliënte merkt niets van enige aarzeling: 'ik voel helemaal niets, ik ben nooit tevreden over mezelf. Ik doe maar wat.' Cliënte is zich weinig bewust van wat haar handen doen. Ziet bij het terugkijken wel opmerkzaam naar het resultaat van de sporen op papier. Daar is elk spoor van beweging terug te vinden. Ook van de aarzeling.

We komen overeen de volgende keer met klei te gaan werken. Het sterker materiaalappel van klei kan mogelijk meer bevorderen dat cliënte haar doen ook ervaart.

### De derde sessie

Samen kneden we de klei; ieder een brok tot een soepele massa. Op te vatten als een warming-up. Het gezamenlijke doen in deze activiteit bevordert onderling contact tussen cliënte en therapeut. Doorkneden van de klei bevordert bij cliënte meer contact met de klei. Cliënte volgt ieder beweging, iedere handeling, vindt het dan wel genoeg en gooit de klei in de kleibak.

Bij nadere informatie blijkt dat cliënte pijn in haar rug heeft gekregen van het (kortstondig) kneden van de klei. Op mijn verzoek om de aard van de pijn weer te geven in kleivorm kijkt cliënte verbaasd, pakt het stuk klei weer uit de bak en vormt een bol. Even later wordt deze vorm omgevormd tot een soort brede schaal waarvan de randen bij voortdurende herhaling naar binnen worden gedraaid. Machteloos en kwaad blijft cliënte doorgaan met naar binnen rollen van de kleiwanden. Spreekt verwijten uit naar haar ouders. Blijft doorgaan met naar binnen rollen. De vorm dreigt uiteen te vallen: 'het moet bij elkaar blijven'. Cliënte drukt de klei telkens weer bijeen om hem vervolgens weer bijna uit elkaar te werken. Het is indrukwekkend te zien hoe cliënte vecht.

Er ontstaat na afloop een gesprek waarin cliënte aangeeft dat genegenheid, aanraking, het toekomen aan eigen behoeften eigenlijk geen juiste aandacht kreeg. Zij heeft nu dringend behoefte toe te komen aan zichzelf, in plaats van met anderen, ouders, gezinsleden bezig te zijn. Cliënte gooit met achteloze onverschilligheid de zo intens bewerkte brok klei terug in de bak.

### Raak ik deze materie aan, ja of nee - Laat ik me er door raken

Wegens ziekte is cliënte de hierna volgende keer afwezig. De vijfde sessie starten we met de oefening met klei. Maar in plaats van samen klei kneden vullen we nu een rechthoekige bak met klei. Cliënte past elke beweging aan aan de mijne, stopt als ik stop, gaat verder als ik verder ga. We maken gezamenlijk het werkvlak enigszins effen. Ik trek me terug. Cliënte tast het oppervlak af en zegt 'ik voel niks'. Ik vraag haar om nog eens de kleimassa af te tasten. Zij doet het en zegt dan 'dat wil ik niet', dat wil zeggen cliënte wil niet het gevoel ervaren van *niks voelen*. Dan gaat cliënte stukjes van de klei verplaatsen. Met de toppen van vingers en duimen wordt er aan de randen van het oppervlak, zover mogelijk van cliënte vandaan, een walletje van klei opgeworpen. 'Ik ben altijd bezig met wat anderen vinden, met de grenzen, met de buitenwereld, met 'men'. Dit is ook zichtbaar in de klei; de klei dicht bij cliënte blijft onaangeroerd. Het opwerpen van het walletje ten opzichte van anderen, de afwezigheid van het eigene. De anderen zijn juist dat waar het om gaat.

De keer daarop, de zesde sessie, wendt cliënte zich af van de klei zodra ze deze heeft aangeraakt: 'het doet me niks'. Ook nu weer gaat cliënte desondanks door met het aftasten van de klei en woelt de veraf gelegen kleiwanden om. Er ontstaat een lichte verandering in de beweging van de hand. De smeer- en graafbeweging met de toppen van vingers en duimen veranderen heel af en toe in grijpen, waar dan weer ogenblikkelijk vanaf wordt gezien. Ik merk dit op. Ik ben gericht op de wijze waarop cliënte haar handelingen verricht, door haar handelingen zal er voor haar een kenmerkende vormgeving ontstaan. Cliënte bevestigt dat en zegt 'ik wil niet' en werkt vervolgens verder. Graaft, duwt en ploetert in de klei, steeds minder woorden, steeds intensiever, steeds méér hand in de klei.

De bewegingen komen nu ook dicht bij haar zelf, zijn intenser. Cliënte spreekt zich uit over haar onrust en slape-loosheid. Ik breng haar aandacht weer bij de klei. Het gaat hier om ervaren door het doen, praten vervangt ervaren. Cliënte merkt dan op dat ze woorden gebruikt waar ze een vacuüm ervaart, een vacuüm dat ze niet wil voelen. 'Gevoel ken ik niet, ik stap, praat over mijn gevoel heen, ik moet eigenlijk zwijgen.' Zwijgend zit cliënte 20 minuten met haar volle handen om de klei gevat, geheel in zichzelf gekeerd, in contact. Deze keer wordt de klei uiterst behoedzaam ingepakt, als iets kostbaars.

Kwant stelt: expressie is in aanvang uitdrukking van de woordloze ervaring. Als ziende en tastende persoon behoort ik tot de zichtbare en tastbare werkelijkheid. Een werkelijkheid die ik aantref in mijzelf en buiten mij. Door zien en tasten actualiseert zich mijn werkelijkheid.

In die zin is het tastende onderzoeken van de kleimassa door cliënte in sterke mate het actualiseren van haar werkelijkheid. Er is in zoverre sprake van vormen of vormgeving dat het vooral gaat om 'raak ik deze materie aan ja of nee, hoe raak ik aan, grijp ik ten volle, doe ik maar wat, maak ik er contact mee zodat ik er ook door gegrepen kan worden'. In die zin is de kleimassa al lang niet meer een willekeurige materie maar inmiddels een projectieveld van de eigen te actualiseren werkelijkheid. Ieder werk wordt voortgebracht door de spanning tussen de doelstelling ervan en een reeks weerstanden tegen hun werkelijkheid. Doelstellingen die ik me als therapeut stel kunnen belemmerend zijn en ook als de cliënte ze deelt kan de verborgen agenda van de weerstanden een verrassend verloop geven aan de wijze van komen tot vormen. Die verborgen agenda toont zich in de expressie van de aanraking met de klei: de keuze voor ervaren van contact of zomaar wat doen. De keuze die vooraf gaat aan het komen tot vorm.

Ik breng deze keuze ter sprake nu cliënte, in de zevende sessie, het contact met de klei wil hervatten met de toppen van haar vingers, van zich af duwend zoals in aanvang. Cliënte reageert hierop met 'Ik voel me begrepen'. Begint plots echte grijpbewegingen te maken. Wordt dan voorzichtig kwaad op mij, verzet zich, wil stoppen. 'Het helpt allemaal niks, met klei is het niet op te lossen.'

Hier toont zich haar weerstand en deze uit zich vooral verbaal, niet in vormgeving.

Ik beaam dat het een moeizame kwestie is en herinner haar aan de keer dat zij in contact was met de klei, met haar gevoel. Bedachtzaam legt cliënte haar linkerhand op de klei, beweegt wat heen en weer en vormt dan met beide handen een aantal kleibolletjes en legt die rechts naast zich neer. Plots hevig opgewonden: 'Ik zou al die klei er wel uit willen gooien, dan ben ik er tenminste vanaf'. Cliënte gaat nu wel op eigen kracht door. Cliënte vormt nu vier grotere ballen van klei, met de palm van haar hand.

Er is vorm ontstaan: vier bollen in een diepe kuil in het centrum van het kleioppervlak.

In dit verband is het heel boeiend een uitstapje te maken naar wat Canetti schrijft in zijn essay 'De biologische organen van de macht'. Daar schrijft Canetti het volgende: 'De psychologie van het grijpen en verslinden is - evenals die van het eten in het algemeen - nog in het geheel niet onderzocht; alles komt ons hier uitermate vanzelfsprekend voor. Over de vele processen van raadselachtige aard die zich hierbij afspelen denken we nooit na. Er is niets aan ons dat een oudere geschiedenis heeft; dat wij hierin zoveel met de dieren gemeen hebben heeft deze processen tot nu toe voor ons niet verbazingwekkender gemaakt. De nadering van het ene wezen tot het andere, tegenover hetwelk het (vijandige) bedoelingen heeft, geschiedt in verschillende fasen, waarvan elk zijn speciale eeuwenoude bedoelingen heeft'. Hoe Canetti deze fasen van grijpen (en verslinden) als uiting van macht beschrijft zal ik beknopt weergeven. In aanvang is er het beloeren, het besluipen, de sprong. Daarna vindt de aanraking plaats, de graden van benadering: grijpen, drukken, knijpen, vermorzelen. En als tweede uiting van macht; het zich niet laten grijpen. Canetti maakt een vergelijking tussen het dierlijke en het menselijke en legt de nadruk op de overeenkomsten. Bovendien trekt Canetti een vergelijking door naar psychische processen; het verteren en verwerken; het is zo vanzelfsprekend, zo zelfwerkzaam en onbewust dat men zijn betekenis onderschat. 'Iets buiten onszelf wordt gegrepen, tot kleine stukken gereduceerd, doorgeslikt en van binnen uit in onszelf opgenomen. Door dit proces alleen leeft men. Stagneert het dan is het ook met ons spoedig gedaan; zoveel weet men er tenminste van. Maar het spreekt vanzelf dat alle fasen van dit proces, en niet alleen de uiterlijke en halfbewuste, zich ook in het zieleleven moeten aftekenen'. De koppeling 'eten' en 'macht hebben over', 'greep krijgen op' bestaat overigens al veel langer.

Van de Egyptenaren zijn pictogrammen bekend waarin wordt uitgedrukt: 'leven = macht hebben = eten'. Het pictogram wordt toegepast als het gaat om het uitdrukken van iets toeëigenen, zich iets eigen maken.

In de tekst van Canetti tref ik uitspraken aan die een helder licht doen schijnen over de mogelijke betekenis van wat er zich tussen cliënte en de klei kan afspelen. Het dilemma 'raak ik deze materie aan ja of nee', zou dan gezien kunnen worden als wat Canetti noemt het gevreesde moment. Het contact via andere zintuigen, ogen, gehoor, de reuk is lang niet zo gevaarlijk als het betasten met de vingers. De andere zintuigen laten ruimte tussen de mens en zijn 'slachtoffer'. Zolang deze ruimte bestaat is er gelegenheid te ontkomen en is alles onbeslist.

Of een tegenstand vanaf dit ogenblik wordt voortgezet of geheel wordt opgeheven hangt af van de machtsverhouding tussen aangeraakte en aanraker en bovenal hangt het af van de voorstelling die de aangeraakte er zich van maakt.

In het geval van onze cliënte betekende de aanraking met de klei - het kleiveld als projectiescherm van zichzelf -, op dat moment van intense betrokkenheid met zichzelf, mogelijk zoets als wat Durckheim uitdrukt als 'voeling met het zijn'. Deze aanraking met het zijn kan zich voordoen op momenten waarop ons oude 'ik' en zijn wereld, zijn weerstand kan opgeven, en 'sterven', waarop een andere wereld in ons voelbaar wordt. Het kan zich voordoen wanneer men het onaanvaardbare aanvaardt. De momenten van voeling met het zijn komen we vaker tegen in het gewone leven en gaan er aan voorbij. In meditatieve therapie richten

we de aandacht zodanig dat we die momenten serieus leren nemen. *En de kracht van innerlijke overtuiging die ze met zich meebrengen leren gebruiken om als mens tot vorm te komen.*

*Dat vraagt een lange weg, want een dergelijke kortwerkende beleving is nog geen fundamentele innerlijke verandering.* In de doorwerkingsfase en later in de stabilisatiefase zal dit uiteindelijk leiden tot een innerlijke verandering. Daar blijkt een periode van ongeveer twee jaar mee gemoeid te zijn alvorens de therapie kan worden afgerond.

De achtste sessie treft cliënte de vier bollen aan en strijkt ze glad met de kleimassa; weg bollen, weg kuil. Ze worden klakkeloos weggewerkt tot bobbel in een gladde massa. Ik grijp niet in, wat me enige moeite kost.

Cliënte aarzelt, stopt, is enige tijd stil en zegt dan: 'ik strijk alles weer glad, ik ga er aan voorbij', met spijt in haar stem. Gaat daarop verder met glad strijken, stopt weer, en graaft uiteindelijk een nieuw gat in de klei. Uiteindelijk komt er een gat in het midden en een gat rechts daarvan. 'Het gat in het centrum dat ben ik zelf'.

Cliënte bekent nu dat er wel degelijk sprake is van volledige anorexiaverschijnselen in plaats van iets wat er op ging lijken. Geheel met vreetbuien, overgeven, uitblijven van menstruatie. Zij heeft hierover een groot gevoel van schaamte en tevens komt er even iets door van aanvaarding dat het nu eenmaal zo is; anorexiapatiënte evenals haar zusen. Nu laat ik cliënte wel voluit praten. Hier dient praten niet om de ervaring te vervangen maar heeft het de betekenis van uitspreken van de bekentenis van een doorleefde ervaring.

In de periode die nu volgt besluit cliënte *haar gevoel niet meer naast zich neer te leggen*. Dat levert ten aanzien van het werken met de klei herhaalde malen op dat cliënte constateert 'ik doe maar wat, mijn handen willen wel, maar ik geef me niet over'.

#### **Aanraking wordt nu dus beseft als een probleem van overgave**

Uiteindelijk vormt cliënte een soort kubus en een bol. Daarom heen maakt ze een bandvorm die als een muurtje op de klei wordt geplaatst. Daarnaast vormt ze een gave bol, die wordt links voor het muurtje geplaatst. Een deel van het muurtje wordt weer afgebroken en daarmee wordt een ring gevormd. Cliënte pakt opnieuw de gave bolvorm en tast deze met aandacht af. Ze vormt er behoedzaam een komvorm van die in de ring wordt gelegd. Hierna volgen enkele sessies waar cliënte zich concentreert op komvormen die worden gemaakt uit gave bolvormen. Zij staat stil bij de wijze waarop de bollen tot stand komen. Hoe zij geopend worden: agressief, zorgvuldig, aarzelend, daadkrachtig, aandachtig. Mept soms vormen in elkaar wanneer ze vindt deze niet met de juiste aandacht tot vorm te hebben gebracht. Ze is soms lange tijd stil en voelt de vormen na met de handen. 'Als je wat langer bleef stilstaan bij je gevoel, wat zou er dan wel allemaal zijn', vraagt ze zich hardop af.

Het is of cliënte voor het eerst ontdekt, of nu voor het eerst bewust ontdekt dat handen kunnen grijpen en begrijpen, nemen en 'waar' nemen, een relatie kunnen leggen tussen buitenwereld en binnenwereld. Iedere bewegende betasting met de hand levert door de tegenbeweging van de klei een vormbeleving voor haar hand die de klei omvat. Zo is de bol tevens de vormbeleving van haar volle hand. Soepele klei neemt makkelijk de vorm aan van de hand, beweeg-

lijke handen nemen de vorm aan van een vastere materie. De bolvorm vormt komvorm, een drinkbeker. Het kan geen toeval zijn dat de Egyptische hiëroglief voor kom, drinkbeker dezelfde is als die voor hand.

De belevingen van het kneden en vormen van de klei worden door cliënte herkend als van een andere kwaliteit dan voorheen. Bewuster ervaren en met meer aandacht, als het ware met meer zijnskwaliteit.

We evalueren bij de twaalfde sessie de opgedane ervaringen. Hier brengt cliënte vooral, de tegenstelling in kwaliteit van ervaren in haar gezinssituatie naar voren. Naast de mededelingen over feiten die ik omwille van privacy hier verder niet zal vermelden, komen kwesties naar voren die ten grondslag zouden kunnen liggen aan haar anorexia problematiek.

In het gezin heerst een sfeer van angst voor elkaar die wordt bezworen met: ik bepaal, ik ben de baas. Vader kiest dit als basisopstelling. De kinderen kiezen beurtelings deze opstelling afwisselend met het voeren van eindeloze discussies over wat de ander te doen en te laten heeft. Men is er nooit bezig met zichzelf maar regelt de ander. Discussie dient als wapen om de macht over de ander te kunnen vestigen, de situatie te beheersen. De opstelling van moeder is een onduidelijke maar wel claimende. Het geheel is een reageren op elkaar, een wederkerigheid van beledigingen, van klappen, van wraak en neurotische symptomen. Er is sprake van verstrengeling ondanks het elkaar herhaald kwetsen is er toch ook een fijn contact. Men vangt elkaar op moeilijke momenten toch ook weer op. Het laat zich het best uitdrukken met wat René Girard noemt: 'de te onmiddellijke wederkerigheid'.

Een reageren op elkaar wat er niet uitziet als elkaars boodschap ontvangen maar terug kaatsen. Het resultaat is een grote eenvormigheid wat leidt tot een algeheel gevoel van verwarring. In feite zijn allen hetzelfde en niet zichzelf. Er is al sprake van reactie op de ander alvorens er contact is met zichzelf. Alleen vanuit contact met het eigene komt contact met het andere tot stand. Werkelijk contact vindt dus niet plaats. Werkelijke communicatie met wat dan ook in het leven vindt niet plaats. Een dergelijke geoefende niet-communicatie leidt er toe handelingen maar half te verrichten, ervaringen maar ten dele te beleven en personen zeer fragmentarisch te ontmoeten. De resten van deze halfgeleefde ogenblikken en halfslachtig verrichte handelingen worden opgeslagen in het onbewuste. Rusteloos, opgejaagd, slapeloos, geïrriteerd, afleiding zoekend, een gevoel van onbevredigd zijn en zich onvrij voelen is het resultaat. Kortom de chaos van onbehaaglijkheden. Dit is de situatie van cliënte. De situatie is nu benoemd in zijn soort van ervaren en geplaatst naast een ander soort van ervaren als te gestelde.

### **Cliënte bemerkt nu bezig te zijn met contact**

Nu pas beseft zij dat er zoiets bestaat als contact. Met het ervaren in de klei, het greep krijgen op het vormen van klei, groeit bij cliënte een besef van het fenomeen contact. Vooral in de omgang met haar vriend, is er sprake van een hernieuwd contact met alle problemen van dien.

Tijdens ons gesprek vormt cliënte van aanwezige restjes klei, al pratende, vier kubusjes; kleiner dan klein, totaal in elkaar geperste blokjes klei.

De sessie na deze evaluatie starten we met nieuwe klei, zonder resten van bewerkingen van vorige keren. Met 'een schone lei' beginnen heeft het risico van weer alle weerstanden van aanvang tegen te komen en tegelijk het voor-

deel te kunnen ervaren waarin veranderingen zijn gekomen; wat verworven is, welke nieuwe thema's zich aandienen.

Cliënte wil meer concentratie en wil verschillen ervaren in wijze van aandacht opbrengen voor datgene waarmee ze contact aangaat. Via een uitgebreide aandachtsoefening voor ademhaling en algehele ontspanning wordt een versterking van de concentratie bereikt. Intensief graaft cliënte, met snelle bewegingen een kuil in de klei. Het is de eerste echt gegraven put of kuil in de klei. Eerdere uithollingen ontstonden voornamelijk door wegduwen van klei met de vingertoppen.

De uitgegraven klei wordt tot bol gevormd. De bol krijgt een naam: 'onvrede-bol' en een plaats: links boven op het kleiveld. Er wordt nog meer klei uitgegraven.

De massa van de uitgegraven klei wordt ook weer tot een bol gevormd, in meditatie wordt heel aandachtig de bol geopend en uitgewerkt tot een gave komvorm. Cliënte maakt dan een ring van klei en plaatst die ring precies op de rand van de kuil aan de verafst gelegen zijde, de ring breekt af. De gave komvorm plaatst cliënte bij zich zelf aan de eigen zijde van de kuil. Vervolgens wordt de onvrede-bol in de kuil gelegd waarin ook de brokstukken van de ring vielen. Uiteindelijk wordt ook de gave komvorm in de kuil geplaatst.

Een eerste bewuste ordening: naam en plaatsing ten opzichte van vorm en ondergrond en elkaar. Deze keer geeft de kuil die vooral onrustig maakte haar een gevoel van rust en brengt een besef met zich mee dat rust bij haar zelf afwezig is: 'Ik gun mezelf ook geen rust. Ik ben alsmaar bezig met anderen, met wat anderen zouden willen, denken, vinden. Ik weet helemaal niet wat ik zelf vind als ik kan kiezen. Bijvoorbeeld de plaats van de kleivormen, ik kan niet kiezen, ik doe maar wat'. Terwijl ze dit zegt, ontstaat in haar hand weer een heel klein kubusje.

We besluiten de volgende sessie te starten met een keuzemogelijkheid. Naast het vervolgen van verkennen van *contact*, wordt het nieuwe thema *wat vind ik eigenlijk zelf*. Vlak voor het afsluiten bekijkt cliënte aandachtig het inmiddels volkomen platgeperste voormalige kubusje en mikt dit in de gave komvorm. Alles heeft nu een plaats.

Ik ga nu weer terug naar de tekst van Canetti. In een van de laatste stadia van het grijpen bekommert de hand zich niet meer om de structuur, het organisch verband van de buit. En of de vingers verwonden komt er niet op aan. In zijn opvatting is de hand het zinnebeeld van macht en gradaties van grijpen geven aan in hoeverre iets wordt opgenomen. Gradaties van grijpen, aanraken, druk uitoefenen, knijpen: 'Hoever men met zijn druk gaat, of het tot werkelijk knijpen komt, hangt af van de gevaarlijkheid van de buit. Als men een harde strijd met hem - met de buit, met zichzelf - heeft te voeren, als men er ernstig door wordt bedreigd zal men hem het graag laten voelen en vaster drukken dan nodig, om het ontsnappen te beletten. Maar meer nog dan het doorstaan van gevaar of woede drijft verachting de mens tot dit knijpen. Iets zeer kleins, een insect wordt fijngeknepen. De vernietiging van deze minuscule wezentjes zijn de enige daden van geweld die, ook in ons, geheel ongestraft blijven.'

Cliënte heeft nu een aantal gradaties van het grijpen van de hand in het omgaan met de klei onderzocht. Een eerste kennismaking met het materiaal, een aangaan van contact met de eigen aard van het materiaal en daarin een projectie gevonden van haar eigen aard.

Van zich in de greep bevinden van iets tot het greep krij-

gen op zichzelf. Er is inmiddels sprake van een toepassing van uiterste mogelijkheden binnen het grijpen. Uit een behoedzaam en aandachtig vormen is de komvorm ontstaan. Waarmee zich de mogelijkheid aandient van vormbeleving; in eerste instantie het komen tot vorm als voortzetting of naar analogie van de vorm van de eigen hand. Daarnaast het meedogenloos uitoefenen van macht tot vernietiging. Het platgeperste voormalige kubusje dat gegooid werd in de gave komvorm (en daar ook opgevangen werd).

De strijd in de komende periode zal zich afspelen tussen deze beide mogelijkheden. Het is een moeizame en pijnlijke ervaring voor cliënte. De strijd wordt gestreden zowel op papier, met verf en krijt, als in klei.

De handelingen die cliënte op eigen initiatief verricht; met de toppen van de vingers aanraken van klei, wegduwen, graven, leiden tot het vormen van een kuil. Het grijpen, omvatten met volle hand, plat duwen, vormgeven aan bol, kubus, ring en muurtje leiden tot het maken van elementaire vormen. Het openen van de bol en het tastend, knijpend vormen van de wanden van de komvormen leiden tot een begin van gedifferentieerder vormgeven.

### Conclusie

En zo wordt hier zichtbaar wat Beljon stelt in zijn morfologie van het beeldend vormen: elke variant van handelen levert een karakteristiek voor de vorm die er door ontstaat. Zo wordt ook zichtbaar dat met het ordenen en differentiëren in vormen in de materie ordening en differentiatie van ervaringen tot stand komt. Een gevoelsverbinding komt tot stand.

Zo wordt inzichtelijk op welke wijze het exploreren van gevoelens via beeldende middelen kan plaats vinden en een indicatie beeldende therapie in dit geval zeer op haar plaats is. Dat het heel concreet nemen van de basismodaliteiten; ontvangen, grijpen, loslaten, enz. door het letterlijke toepassen in materie, kan leiden tot ordening en differentiatie van hoedanigheden die een persoonsvorming kunnen bevorderen.

Mogelijkerwijs is dan ook aantoonbaar aan beelden in welk stadium van persoonsvorming iemand zich bevindt, of zijn er parallellen waarneembaar.

Aan de hand van dit artikel heb ik me willen beperken tot de aanvangsfase waarin ontmoeting, contact aangaan en vormgeven aan materiaal in relatie tot het gestelde doel van exploreren van gevoelens in de aandacht stond. Ik hoop hiermee de effectiviteit van beeldende therapie te hebben toegelicht, tenminste ten aanzien van een verkenning van fundamentele aspecten met betrekking tot gevoelsexploratie, vormgeving in materie, vormgeving aan bestaan. Ik hoop op een ander moment te kunnen weergeven, verbanden tussen therapie processen en beeldende processen in de doorwerkingsfase en afronding van de beeldende therapie.

### Summary

The author, a registered art therapist and tutor at the faculty of creative therapy at the Hogeschool Nijmegen, describes in general terms the connections between a) the active use of art materials, b) concept formation and c) emotional development. At the same time she sets out in detail how one of Erikson's social modalities, grasping, which leads to feeling/accepting/understanding, is elaborated on in an art therapy situation. In this particular art therapy the indication for the client, an anorexia nervosa patient, is the exploration of feelings. The author describes the art therapy process and juxtaposes it with an

essay by Canetti on 'organs of power' to discuss the various possible uses of the hands. These uses lead to a variety of actions and the author subsequently describes the connection between these actions and the experiencing of emotions; allowing these emotions to be experienced results in a better understanding of oneself and one's situation. The ensuing art forms are also an expression of an increased command of oneself. This article is meant as an exploration of the basic aspects of the exploration of feelings as a therapeutic indication, of giving form to matter and of giving form to one's existence with the aid of art therapy.

### Literatuur

- Beljon, J.J., *Zo doe je dat. Grondbeginselen van Vormgeving*. Amsterdam. Wetenschappelijke Uitgeverij, 1980.  
Behrensohn, Paulus, *Finding one's Way with clay, pinched pottery and the color of clay*. New York, Simon and Schuster, 1968.  
Canetti, Elias, *Massa en Macht*. Athenaeum, Polak en Van Gennep, Amsterdam, 1983.  
Girard, René, *De Zondebok*. Kok Agora, Kampen, 1986.  
Graf Dürckheim, Karlfried, *Im Zeichen der Grossen Erfahrung*. Barth Verlag, 1974.  
Graf Dürckheim, Karlfried, *Transcedentaal ervaren*. Servire, Katwijk, 1980.  
Itten, Johannes, *Beeldende Vormleer*. Cantecler, De Bilt, 1975.  
Read, Herbert, *De kunst in haar educatieve functie*. Het Spectrum, Utrecht/Antwerpen, 1967.



**ORFF INSTRUMENTEN**

**uitgekiend  
instrumentarium.  
degelijke  
konstruktie.  
onderdelen los  
verkrijgbaar.  
vernieuwend.**

**Laat u vakkundig  
voorlichten door:**

**MUZIEK  
HAKKERT**

**WESTBLAAK 13  
POSTBUS 375, 3000 AJ ROTTERDAM, TEL. 010-413 08 60**