

## Hoofdstuk 4.1 Vertrekken vanuit een uitdrukking

Een tamelijk alledaagse uitdrukking kan het begin zijn van het vormen van een metaforisch beeld. De eerste stap hierbij is het persoonlijk maken van een algemene manier van spreken. Dit gebeurt door de situatie waar de uitdrukking naar verwijst gedetailleerd in te vullen. Zo wordt een bekende uitdrukking op een persoonlijke manier ingekleurd. Soms is het vertrekpunt een minder gangbare zegswijze of een strikt individuele uitspraak. De aanpak hierbij komt echter overeen: het verhelderen van het metaforische beeld maakt de uitdrukking rijk aan betekenis.

### Het kruispunt

Metaforen kunnen mensen zo sterk aanspreken, dat het metaforische beeld waar tijdens de bijeenkomst aan is gewerkt, regelmatig tijdens het dagelijkse leven op de voorgrond verschijnt. Op die manier werkt dit door, zonder dat de client dit direct beseft. Dat geldt ook voor Wim, die erg beeldend is ingesteld.

Wanneer Wim tijdens de eerste sessie vertelt over het grootste knelpunt in zijn leven op dit moment gaat hij gelijk beeldend van start. Hij zegt één zin: 'Ik sta op een kruispunt in mijn leven'. Waarna een gespannen stilte volgt.

Therapeut: Je klinkt alsof het niet gemakkelijk is op een kruispunt in je leven te staan

Wim: Het is erg verwarrend op een kruispunt te staan. Ik weet niet wat ik moet doen.

Therapeut: Wanneer je dit zo zegt zie ik jou voor nu zoals je op een kruispunt staat. Ik heb een helder beeld van een kruispunt. Heb jij dat ook?

Wim: Ja, ik zie een weg voor me, er loopt links een weg en rechts een weg. Achter me zie ik geen weg. Het is dus een T- splitsing.

Therapeut: Kun je ook de omgeving eens beschrijven?

Wim: De omgeving is dor, er zijn geen gebouwen of huizen of andere mensen. Ik ben daar alleen.

Therapeut: Je staat daar helemaal alleen.

Wim: Ja, ik zal zelf de beslissing moeten nemen.

Hierna praten we nog door over keuzes. Hij bekent relatieproblemen te hebben en zo nu en dan een andere vrouw te ontmoeten. Hij vertelt dat hij met die situatie niet goed raad weet. 'Ik heb het gevoel te moeten kiezen tussen hen' zegt hij daarover. Wat betekent het voor hem het gevoel te hebben om te moeten en misschien te willen kiezen? Welke rol spelen zijn vrouw en vriendin daarbij? Wat zou hij bedoelen met 'de beslissing'? Zonder dat ik met hem over een oplossing praat, die is er immers niet, verkent hij deze vragen.

De aanleiding om als therapeut ruimte te bieden hierover in gesprek te gaan komt voort uit het feit dat Wim zelf opgewonden over zijn dilemma praat. Het zit hem erg hoog en hij voelt zich verward. Dat ook hij nu ooit voor die keus zou komen te staan, had hij niet van zichzelf verwacht, voegt hij er zelfs aan toe. Dat het hem hoog zat merkte ik al in het eerste telefonische contact met hem. Hij wilde beslist dezelfde dag nog langs komen. Dat kon ik hem niet bieden, dus hij heeft een week moeten wachten. Niet lang natuurlijk, maar zo ervaarde hij dat niet.

Doordat hij zo duidelijk met een beeld in huis viel weet ik vrij zeker dat innerlijke beelden voor hem belangrijk zijn.

Therapeut: We hebben nu over je lastige keuze e.d. uitvoerig gepraat. Kun je dit ook in je beeld van het kruispunt in passen?

Wim: Zeker. Het eerste wat ik zie wanneer ik me op het kruispunt concentreer, is dat het er nu anders uitziet dan voor ons gesprek. Want als ik naar links kijk is dat de weg die ik moet volgen om bij mijn vriendin te zijn, als ik naar rechts kijk dan moet ik voor mijn vrouw kiezen. Of ik ga rechtdoor en dus alleen verder.

Met deze laatste woorden eindigt de eerste sessie. Tijdens de tweede sessie komt Wim al pratend de werkruimte binnen. Hij gaat verder met 'zijn kruispunt' alsof er slechts een lunchpauze tussen de bijeenkomsten zit in plaats van twee weken.

Wim: Ik neig naar rechtdoorlopen. Dus om alleen verder te gaan.

Therapeut: Gebruik je voorstellingsvermogen. Stel je voor dat je rechtdoor loopt.

Wim: Ik ben in gedachten een paar stappen vooruit gegaan op mijn kruising. Maar nu zie ik dat er allemaal kiezelstenen op de weg liggen. Ik kan niet lekker op die weg lopen.

Therapeut: Oké, doe het met een kleine stap. Ga in je verbeelding een stap naar voren en kijk dan nog eens goed om je heen. Ik begrijp van je dat de weg rechtdoor vol met kiezels ligt. Kijk nu eens vanuit die positie naar de wegen rechts en links van je. Valt je dan ook iets op of blijven die wegen en de omgeving hetzelfde?

Wim: Op die wegen liggen ook allemaal kiezelstenen.

Therapeut: Op alle wegen liggen dus kiezels. Wil je die eens goed bestuderen? Zien ze er allemaal hetzelfde uit, zijn ze van dezelfde grootte, hebben ze dezelfde vorm?

Hierna is het een tijdje stil. Wim zit met gesloten ogen en is geconcentreerd. Na een paar minuten opent hij zijn ogen en zegt:

Wim: Ik heb van alle wegen een steen opgetild, besnuffeld, gevoeld enzovoort.

Therapeut: Is je daarbij iets opgevallen?

Wim: Ja, de stenen die op de weg richting mijn vrouw liggen zijn erg groot en zwaar. Ze ruiken heel erg vreemd. Er zit letterlijk een luchtje aan. Vooral dat viel me op.

De derde sessie een week later blijkt het beeld nog levendig aanwezig.

Wim: Van de week ben ik heel erg in mijn hoofd met het beeld bezig geweest. Als ik in de auto reed, en ik stond op een kruising, werd mijn beeld steeds levendiger. Op één zo

moment realiseerde ik me ineens, dat de T- splitsing een weg is, waar een ongeluk is gebeurd. En voor dat ongeluk is een langdurig herstel nodig.

Ik ben nogal verbaasd door deze wending in het verhaal. En zeg dan ook:

Therapeut: Een ongeluk?

Wim: Ja, een botsing. Een botsing met verschillende voertuigen.....

Nog een aantal sessies gaat Wim door op zijn beeld. Het spreekt hem blijkbaar heel erg aan. Het is mij in de praktijk trouwens opgevallen, dat beelden voor mannen vaak erg toegankelijk zijn. Dat wat in woorden nog niet gezegd of benoemd mag of kan worden, is via een metaforisch beeld makkelijker.

Wim vertelt tijdens één van die sessies, dat hij als achttienjarige jongen, een vriendin heeft gehad waar hij heel erg veel om gaf. Helaas mocht hij van zijn ouders in die tijd niet meer met dat meisje omgaan.

Therapeut: En dan doet nog steeds pijn.

Wim: *(met tranen in zijn ogen knikt Wim ja)*

Therapeut: Je hebt jouw hart voor haar bewaard

Wim: Ja, en op dat moment vond voor mij het ongeluk op het kruispunt plaats.

*(Na een stilte die enige tijd duurt)*

Ik heb dan ook een besluit genomen. Ik ga scheiden van mijn vrouw, hoe moeilijk en pijnlijk dat ook is. Ik heb weer contact gehad met mijn 'meisje' van toen. En daar voelen wij ons allebei heel gelukkig bij. Het is tussen ons weer als vanouds!

Voor Wim was dit de laatste sessie. Ik vind het jammer dat ik hem na een tijdje niet nog eens naar zijn kruispunt heb kunnen vragen.