

# Het innerlijk kompas



Heidi Muijen

*H. Muijen is hoofddocent aan de opleiding voor creatieve therapie van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen en heeft een eigen filosofische praktijk: Thymia te Weesp. E-mail: muijen@thymia.nl.*

Een begeleidingskundige metafoor uit de filosofie van de levenskunst

In dit artikel wordt aan de hand van de metafoor van het innerlijk kompas een begeleidingskundige benadering beschreven. Daarin staat het werken met metaforen, creatieve opdrachten en filosofische gespreksvoering centraal. De beschrijving van een filosofisch spel en hoe dit in verschillende vormen van begeleiding kan worden ingezet in combinatie met casuïstiek, illustreert hoe deze begeleiding in de praktijk vorm krijgt. Ten slotte wordt een omschrijving gegeven van deze benadering als een creatieve dialoog ofwel ‘art dialogue method’.

## 1 Inleiding

In dit artikel beschrijf ik een creatieve benadering die bruikbaar is in de begeleidingskunde en licht die toe aan de hand van casuïstiek. Met deze benadering laat ik tevens zien, hoe vloeiend de grenzen tussen supervisie, coaching, training en therapie kunnen zijn en wat dat van de begeleider vraagt. De hier besproken werkwijze is gebaseerd op basis van methoden uit de beeldende creatieve therapie en op de filosofie van de levenskunst (zie Wolbink, 2008).

Een belangrijk hulpmiddel is het filosofische spel *Mens ken je zelf!* Dit spel nodigt de begeleide (supervisant, coachee of cliënt) uit om de eigen situatie te verbeelden met behulp van metaforen die verwijzen naar existentiële thema's (zoals ontplooiing van talenten, zorg voor zichzelf, bewaken van authenticiteit, vinden van innerlijke balans tussen voor- en tegenspoed, ontwikkelen van innerlijke kracht in tijden van crisis). Deze thema's worden bewerkt met een combinatie van filosofische vragen, mythische beelden, creatieve opdrachten, kunstzinnige middelen en metaforen. Mijn aansturende metafoor daarbij is die van het innerlijk kompas.

Centraal in deze benadering staat de uitnodigende open ruimte van een creatieve dialoog ('art dialogue'<sup>1</sup>). Dit is een dialoog die niet alleen verbaal tussen begeleider en begeleide plaatsvindt, maar ook in hun non-verbale wisselwerking en door kunstzinnige expressie via de mo-

<sup>1</sup>De methode is beschreven in *Creativity and innovation management: The art dialogue method. Developing a moral compass in public organisations* (in druk).

gelijkheden van het creatieve medium. Aldus kunnen grenzen en verschuivingen in doel, rollen en begeleidingsvorm (supervisie, coaching, therapie of training) worden afgetast en zondig worden aangepast aan het zich voltrekkende begeleidingsproces.

Ik begin met een beschrijving van het spel *Mens, ken je zelf!* (par. 2).

Vervolgens zet ik uiteen hoe de opeenvolgende speelronden er uitzien (par. 3), licht dat toe met enkele casusbeschrijvingen en vervolg met een korte uitleg van mijn uitgangspunten voor professionele begeleiding en de consequenties daarvan voor grenzen tussen vormen van professioneel begeleiden (par. 4). Ik sluit af met enkele conclusies en aanbevelingen (par. 5). In een vervolgartikel hoop ik in te gaan op de theoretische en methodische grondslagen van deze soms grenzen overschrijdende wijze van werken in professionele begeleidingstrajecten.

## ② Het spel *Mens, ken je zelf!*

In het kader van mijn filosofische praktijk ontwikkelde ik het spel *Mens, ken je zelf!*, geïnspireerd door de filosofie van de levenskunst en op basis van creatieve werkvormen. Het spel kan gebruikt worden in verschillende begeleidingscontexten (training, coaching en supervisie) voor:

- trainingsactiviteiten met groepen (acht tot meer dan twaalf personen);
- intensieve begeleiding van individuele processen in een groep, zoals een workshopcyclus met kleine groepen (vier tot acht personen);
- individueel, voor intensieve en langdurige begeleiding van persoonlijke en professionele ontwikkelingsprocessen (coachings- en supervisie-trajecten).

De naam van het spel verwijst naar een spreuk op de tempel van Apollo in Delphi. Deze spreuk markeert het begin van onze traditie van kunde, wetenschap en religieuze praktijken rondom de ontwikkeling van de mens. In die zin is het dus eigenlijk ook het begin van de begeleidingskunde.

### **Mens ken je zelf!**

Het spel *Mens ken je zelf!* kan op verschillende manieren worden gebruikt. Het kan integraal inzet worden als groepsspel, maar ook individueel en op onderdelen om een ontwikkelingsproces specifiek te ondersteunen. Op basis van de algemene structuur van het spel met de opeenvolgende existentiële thema's kunnen er oefeningen worden gekozen, afgestemd op de doelgroep en begeleidingsdoelstelling.

Het spel bevat meerdere spelmaterialen. Deze kunnen gedeelte-



*Figuur 1  
Beeld van het spel.*

lijk los (bijv. alleen de kaarten of het spel beperkt tot een spelronde) en in combinatie met elkaar worden gebruikt.

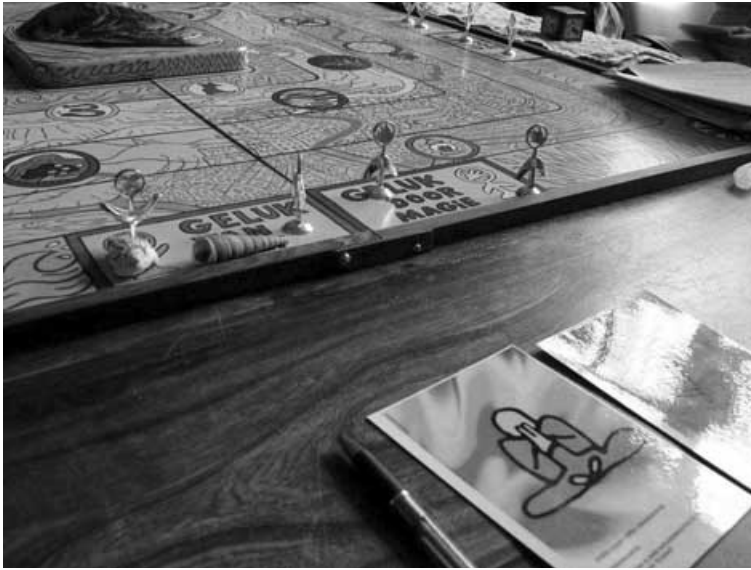
- 1 Een houten speelbord, waarop de verschillende spelronden in verschillend gekleurde kringen staan aangegeven.
  - *Koersbepaling door levenskunst.* Bepaling van de startpositie in het spel om een levens- of loopbaandoel of een droomwens te realiseren, op basis van een keuze van gelukselement en grondhouding.
  - *(Ver)vorming van zijnskwaliteiten.* Word wie je bent! Door middel van een dobbelsteen wordt het filosofisch gereedschap bepaald, dat een symbool is voor de opgave om bij het woekeren met je talenten de balans tussen authenticiteit en vervreemding te bewaken in het krachtenspel van de gemeenschap.
  - *Voor- en tegenspoed.* Met een dobbelsteen wordt het mythologische ijkpunt bepaald voor het ontwikkelen van het innerlijk kompas, om in het krachtenspel van de elementen gemoedsrust te bewaren.
  - *De beproeving.* Met een dobbelsteen wordt de plaats van beproeving bepaald. Daarna gaat het om de kunst van het omdraaien van een crisis in een kans, door een samenspel tussen de weg van eigen kracht en beheersing en de weg van overgave en vertrouwen. Synergie kan er ontstaan tussen spelers in het spel door de alchemie van samenwerking.
  - *De reisgezel.* Vernieuwing van perspectief op levensgeluk door de ontmoeting met een reisgezel. Vervolg van de reis vanuit vernieuwd perspectief.

- *Plaats van bestemming*. Aankomst op de vindplaats van elementair geluk. Wending van perspectief van zienswijze naar zijswijze, van hebben naar zijn.
  - *Geheim van de quintessence*. Ons woord kwintessens is afkomstig van het Latijnse quinta essencia, dat letterlijk het vijfde element betekent. In het spel staat dit element voor het samenkomen van de vier elementen, als metafoor voor het gedeelde geluk en oogsten uit het spel. Hierbij hoort het samenvoegen van de resultaten uit de verschillende spelronden in een oplossing van het levensraadsel en het vertellen van een reisverslag aan elkaar.
- 2 Acht verschillende zilveren speelfiguren die met behulp van een symbool in het hoofd de keuze voor de geluksrichting en door de houding van de armen de keuze voor een grondhouding aangeven.
  - 3 Speelkaarten die bij de verschillende spelronden en plaatsen op het speelbord horen: een voor filosofisch kompas (om de startpositie te bepalen), acht voor denkraam en levensraadsel, zes voor filosofisch gereedschap, zes voor voor- en tegenspoed, zes voor beproeving, zes voor reisgezel en zes voor elementair geluk.
  - 4 Drie verschillende houten dobbelstenen met symbolen die passen bij de thema's van de spelronden waarin ze worden gebruikt.
  - 5 Werkboek/-kaarten met instructies voor de filosofische vragen en opdrachten, afgestemd op de doelgroep en doelstelling van het spel.

### *Filosofische uitgangspunten*

Centraal in het spel staat het concept levensgeluk, dat geplaatst wordt binnen de filosofische traditie van de levenskunst. Deze benadering biedt de mogelijkheid om vragen met betrekking tot leven, werken en leren zowel speels en creatief als filosofisch te belichten, en deze te bewerken op basis van acht mogelijke theoretische uitgangspunten voor de oriëntatie op levensgeluk en levenskunst en daarmee samenhangende existentiële vragen. De acht uitgangspunten betreffen principes uit filosofische stromingen, zoals het hedonisme, scepticisme, de stoïcijnen en het cynisme, die achtereenvolgens in denkramen aan de rand van het speelbord zijn aangebracht: geluk door genot, geluk door twijfel, geluk door denken, geluk door zijn, geluk door techniek, geluk door magie, geluk van zelf en geluk door leven.

*Mens ken jezelf!* kan gebruikt worden in groepsverband, maar ook individueel worden ingezet om persoonlijke en professionele ontwikkelingsprocessen te ondersteunen. Het spel bestaat uit spelmaterialen (zie kader) en een aan het trainingsdoel aangepast werkboek. De toepassing van het spel wordt enerzijds gekenmerkt door een grote mate van



*Figuur 2  
Acht filosofische uitgangspunten als  
denkramen aan de rand van het  
speelbord.*

flexibiliteit, maar gaat anderzijds uit van een algemene structurering op basis van de filosofie van de levenskunst, met levensthema's die de achtergrond vormen voor al deze vormen van begeleiding.

In het spel wordt het spanningsveld tussen het levensontwerp en het aspect van de 'geworpenheid' (zoals de existentiële filosofie dat aanduidt) tot ervaring gemaakt. Uitgangspunt van het 'in de wereld geworpen zijn' is enerzijds dat ons leven wordt bepaald door allerlei voorgegeven en voorgeschreven zaken, zoals de genen en onze opvoeding. Anderzijds betekent mens zijn ook de mogelijkheid tot het maken van keuzen, tot zelfsturing in leven, leren en werken, en tot planning. De spanning tussen beide polen van het bepaald worden in je leven door externe krachten en het zelf bepalen, vormt de existentiële rode draad in de verschillende spelthema's. Dit basale gegeven komt terug in het spel door het werpen met de dobbelsteen. Je worp bepaalt je weg, door het landschap van levensgeluk dat zich op het speelbord aftekent.

Het spelen van een spel betekent het zich begeven in wat Winnicott (1972) aanduidde als transitionele ruimte, waarin een alsof-situatie voor de werkelijkheid daarbuiten wordt aangeboden. Een spel biedt niet alleen ruimte om emoties te ervaren en verkennen, maar ook om emoties te uiten en daarmee te reguleren (De Ronde, Stolker & Vente, 2009). *Mens, ken je zelf!* geeft niet alleen ruimte aan emotionele aspecten, maar biedt door middel van beelden en verhalen uit de mythologie en filosofie ook aanknopingspunten om betekenis te geven aan waarden die ten grondslag liggen aan vraagstukken met betrekking tot persoonlijke ontwikkeling en professioneel handelen. Het spel biedt vooral een speel- en experimenteerterruimte voor zin- en betekenisgeving van waardeaspecten die vaak verborgen blijven onder vragen over werk- en levenssituaties, samenwerking en ontmoeting. Ik laat zien dat het bieden

van uitleg over het theoretische kader, dat aan het spel ten grondslag ligt, de spelers mogelijkheden tot verdieping geeft. Hierdoor is het meer dan een ‘spelletje’ en kan het daadwerkelijk bijdragen aan het onderzoeken van begeleidingsvragen en ondersteunen van ontwikkelingsprocessen.

De Ronde, Stolker en Vente (2009) bieden een interessant en verhelderend overzicht van de verschillende spelvormen die in een context van training en coaching kunnen worden ingezet. Ze geven weer hoe de spellen op verschillende criteria scoren, zoals het doel van het spel, het bieden van een theoretisch kader, de mogelijkheid om informatie vast te houden, de mogelijke spelvarianten en spelmaterialen, en het win-element. In het licht van deze criteria is *Mens ken je zelf*, zoals de meeste andere spelvormen, gericht op persoonsontwikkeling, met een bijzonder accent op het zicht krijgen op achterliggende waarden en de kunst van het betekenis geven aan je leven. Door gebruik te maken van de spelmaterialen, in combinatie met creatieve opdrachten zoals de oefening met ‘het koffertje’ die hierna wordt beschreven, biedt het spel een uitnodigende alsof-situatie. Deze ‘open speelruimte’ werkt motiverend - mits de sfeer en onderlinge verhoudingen als voldoende veilig worden ervaren - om belevingsaspecten van levens-, werk- en leervragen aan de orde te stellen.

### *Speelbord en werkwijze*

Mensen doorlopen in hun leven diverse fasen waarin het lot verschillende dingen op hun weg brengt. De rondes op het speelbord verbeelden de fasen die iemand doorloopt, binnen het spanningsveld tussen de dwang van het levenslot en de vrijheid om het leven zelf vorm te geven. De weg over het bord wordt enerzijds bepaald door wat de dobbelsteen brengt, en anderzijds door hoe de speler zich verhoudt tot de vragen en symbolen die worden voorgeschoteld. Het resultaat is dat de speler sprongen over het speelbord heen maakt en dat diens gang niet is bepaald door de wegen die op het bord zijn vastgelegd. De levensweg is uiteindelijk de betekenis die de speler zelf geeft aan wat op diens pad komt.

Het aspect van de geworpenheid roept existentiële vragen op over lot of toeval, determinatie of vrijheid. Tegelijkertijd is er aandacht voor de andere kant van het verhaal: wat betekent het dat iemand op deze plaats terecht komt, vanuit diens perspectief op het leven? De plaatsen op het speelbord vertegenwoordigen enerzijds basale existentiële situaties die zich op elk moment in ons leven kunnen voordoen, bijvoorbeeld doordat we steeds te maken krijgen met voor- en tegenspoed. Anderzijds brengt hetzelfde spelgegeven de ervaring nabij van het gaan van een levensweg en het doorlopen van verschillende fasen in het leven. Van opvoeding en scholing, het ondergaan van een levenscrisis tot het vinden van een bestemming. Hierbij gaat het voortdurend om de existentiële vraag hoe iemand balanceert tussen het vervreemd ra-

ken van diens eigenheid en het streven naar authenticiteit door aan een eigen pad vast te houden.

Steeds staat bij de spelopdrachten de vraag centraal wat deze specifieke plek voor de speler betekent en hoe deze ermee omgaat. In dit proces van betekenisgeving gaat het zowel om een meer intuïtief-associatieve als meer begripsmatige en thematische benadering. Bovendien wordt de speler steeds voor keuzemogelijkheden gesteld. Wil deze voor het realiseren van het (aan het begin van het spel benoemde) doel op zijn sterke kant vertrouwen of juist een minder ontwikkelde kant aanboren? Past een actieve ondernemende houding beter bij de speler en diens doel of is juist een meer ontvankelijke en volgende attitude gewenst?

Zoals het de filosofische luis in de pels van dit spel betaamt, komt het soms ook op spelers als onprettig of kunstmatig over om voortdurend voor keuzen gesteld te worden, om door te denken op gegeven antwoorden, om steeds weer de stappen in het spel te verwoorden, verbeelden en van een eigen betekenis te voorzien. Dit spelproces van introspectie, filosofisch onderzoek en voortdurende betekenisgeving gebeurt in dialoog met elkaar en aan de hand van creatieve werkvormen. Het resultaat is dat deelnemers langs verschillende wegen en media (woord, beeld en verhaalvorm) een rode draad in de verschillende levensfasen en existentiële thema's zien. Aldus geven spelers vorm aan de zoektocht in het labyrint van het leven en zien ze in de spiegel van gemaakte keuzen hun specifieke manier van omgaan met levensthema's.

### Getuigenverslag

Het grote houten speelbord is zo kunstzinnig beschilderd dat je het zo aan de muur zou willen hangen. De kleurrijke symbolische beschilderingen brengen beelden naar boven van oude waarheden. De fijnzinnige zilveren speelfiguren, speciaal ontworpen door een zilversmid, nodigen uit om direct aan de slag te gaan met het spel. Maar waar is de start? Daar doemt het eerste dilemma al op. Er zijn vier startpunten: vuur, water, aarde en lucht. En dan heb je nog de passieve en de actieve variant. Waar moet je beginnen?

‘Waar ben je het meest in je element?’, vraagt Heidi, ‘Volg je je gevoel? Zoek je het geluk in je diepste zelf? Ben je een doener? Een denker? Ben je erg gericht op de buitenwereld? Of laat je je een beetje meestromen met het leven?’

Speler: ‘Ik krijg het warm. Moet ik kiezen? Ik ben van alles wel een beetje.’

‘Dat is zo bij de meeste mensen’, zegt Heidi geruststellend. ‘Maar kiezen hoort erg bij de filosofie. Wat past het beste bij je aard? In

het echte leven moet je het ook doen met wat je bij je geboorte hebt meegekregen. Er is altijd wel een element dat overheerst. Waarvan je weet: dat maakt me het meest gelukkig. Dit begin van het spel is voor de meeste mensen al heel verhelderend. Of voor groepen. Ik heb weleens een groep gehad waarbij bijna iedereen voor vuur koos als startpositie. Dan zie je ook ineens dat zo'n team niet echt een evenwichtige mix van mensen is.'

Uit: digitale nieuwsbrief (www.gnostiek.nl), januari 2008.

### ③ De spelronden

*Mens, ken je zelf!* bestaat uit verschillende spelronden, waarvan ik steeds de essentie en de werkwijze aangeef en enkele van de te gebruiken creatieve oefeningen beschrijf.

#### *Spelronde 1. Koersbepaling door levenskunst*

In deze startronde stelt een speler de uitgangspositie en een grondhouding vast voor diens verlangen naar levensgeluk, dat wordt benoemd als een werk- of levensdoel of als een droomwens. Om dit verlangen te vertalen naar de startpositie in het spel, is er als eerste de vraag wanneer iemand in zijn element is en welk element daarbij past. Soms is dit voor mensen direct helder en soms roept dit symbolische begin meer vragen op. Aan de hand van een verbeeldingsoefening laat ik de speler teruggaan in diens leven en stilstaan bij hoe de speler zo geworden is. Welke elementen spelen daarin een rol? Ook laat ik de speler stilstaan bij diens levenshouding: hoe benoem je die en waarin uit zich dat? Is deze houding ook die je nu wilt blijven volgen of wil je een andere levenshouding uitproberen?

Door middel van creatieve oefeningen bepaalt de speler het antwoord op deze vragen en kiest voor een element (water, lucht, vuur of aarde) en een grondhouding (volgend en ontvankelijk of actief en ondernemend). Op basis van deze keuze krijgt de speler een spelkaart: de denkraamkaart waarin de keuze als een filosofische uitgangspositie staat beschreven, samen met een levensraadsel die bij (de eenzijdigheid van) deze uitgangspositie hoort.

- *Oefening 1. Het koffertje: wanneer was je als kind in je element?* De spelers kiezen uit het koffertje op het eerste gevoel een voorwerp dat herinnert aan een spel dat of een activiteit die je als kind graag deed.
- *Oefening 2. Bewegingsoefening: balanceren tussen grondhoudingen: actief ondernemend en alert volgend.* Door middel van een warming-up-oefening - die nu eens activerend werkt en dan weer inspeelt op zelfinkeer en innerlijke bewogenheid - gaan spelers na welke grondhouding het meeste aanspreekt, zowel fysiek in het lijf passend als bij hun gevoel en visie op levensgeluk.





*Figuur 3*

*De verschillende speelfiguren met een symbool voor de geluksrichting in het hoofd en met de armen omlaag of omhoog als symbool voor respectievelijk de actief ondernemende of alert volgende grondhouding.*

Op deze manier worden spelers in het spel op speelse, filosofische en creatieve wijze uitgenodigd om uitgaande van de noemer levensgeluk een professioneel thema of een persoonlijke levensvraag of droomwens te onderzoeken op achterliggende motieven, innerlijke overtuigingen en filosofische uitgangspunten. In dit creatieve onderzoek spelen vooral richtinggevendende beelden een rol. Op het speelbord zijn deze beelden van levensgeluk als symbolen en landschapselementen weergegeven. De wegen op het speelbord voeren de spelers langs de verschillende spelronden, die corresponderen met levensfasen en existentiële thema's. De ontwikkeling die de spelers in hun leven doormaken is geen eenduidige en rechtlijnige maar een unieke en soms tegendraadse lijn, in het spanningsveld tussen authenticiteit en vervreemding. In het spel wordt dit grondgegeven verbeeld doordat de spelers geen rechte weg volgen maar een verspringende, doordat ze steeds 'in' een bepaalde situatie terechtkomen.

### *Spelronde 2. (Ver)vorming en zijnskwaliteiten*

In deze spelronde wordt het thema van de geworpenheid aangekaart: de vormende en vervormende invloeden tijdens opvoeding, scholing en training door de groepen en gemeenschappen waarvan iemand deel uitmaakt. De dobbelsteen wordt geworpen! Welk filosofisch gereedschap valt de speler toe? Het symbool dat de dobbelsteen toont (hamer, brug, bril, anker, ladder of lamp) staat voor een situatie die bepalend is voor de speler. Je wieg staat in een bepaalde familie, cultuur en periode. In hoeverre kun je daarin zijn wie je bent? En in hoeverre word je geholpen door wat je hebt meegekregen in gezin, school en opleiding? Staan sommige aspecten van die opvoeding je in de weg? Wanneer, in welke context en in op welke manier?

Ook bij deze spelronde worden er zowel individuele als groepsgerichte

creatieve opdrachten aangeboden en oefeningen in dialoog eraan toegevoegd, die de bewustwording van het levensthema en de existentiële vragen bij deze spelronde helpen bevorderen.

### *Spelronde 3. Voor- en tegenspoed*

In deze spelronde komen spelers op een plaats die hen confronteert met het gegeven dat ze in het leven steeds te maken hebt met wisselende winden van voorspoed en tegenslag.

#### **Een begeleidingskundige metafoor**

Wie de dobbelsteen van Voor- en tegenspoed gooit, komt bijvoorbeeld terecht in de Grot van Bezinning, in de Herberg of bij een Vlinder die transformeert. Daarbij horen vragen als: ‘Hoe ga je om met gebeurtenissen in je leven?, en: ‘Als het tegenzit, betekent dat automatisch ongeluk?’ Vaak zie je dat mensen die het schijnbaar voor de wind gaat, ineens instorten. Of dat mensen die ongelooflijk veel tegenslag hebben gehad, daar alleen maar sterker door zijn geworden.

In deze ronde kan gebruik gemaakt worden van een haiku.<sup>2</sup> Deze dichtvorm leent zich ervoor om beide aspecten, zowel van voor- als tegenspoed, in een (natuur)beeld te vatten. Eerst verzinnen spelers associatief zoveel mogelijk gevoelens en indrukken bij de plaats van voor- en tegenspoed (bijv. de Grot van bezinning): ‘Betekent deze plaats in eerste instantie voor jou meer een gevoel van voorspoed of tegenspoed?’ Vervolgens is het de kunst om ook het tegenovergestelde gevoel te onderzoeken en de betekenis van deze plaats als voor- én tegenspoed te benoemen. Ten slotte wordt gevraagd om beide aspecten te vatten in een haiku.

Deze opdracht, die in subgroepen of individueel gemaakt kan worden, wordt afgesloten met een plenaire nabespreking. Daarin worden de haiku's eerst voorgedragen om het gecreëerde sfeerbeeld goed te kunnen proeven, waarna de betekenis ervan verbonden wordt met het thema van de training. Dat kan een organisatieontwikkelingsdoel zijn, zoals de samenwerking in een team of de afstemming van het beleid van verschillende afdelingen op een gemeenschappelijke visie. Het kan ook een individueel doel betreffen, zoals de balans tussen privé en werk, of de ontwikkeling van een eigen leiderschapstijl.

Behalve de haiku wordt voor het focussen op zo'n persoonlijk ontwikkelingsdoel ook wel een andere compacte dichtvorm gebruikt, zoals het ‘elfje’ (zie figuur 4). De vorm van een ‘elfje’ bestaat uit elf woorden in een opbouw, zodanig dat er steeds met elke volgende regel een woord bijkomt tot een regel van vier

<sup>2</sup> De haiku is een dichtvorm uit de oosterse zen-boeddhistische traditie. Een simpele gebeurtenis in de natuur, een moment van beleven van het jaargetijde of een natuurlijk verschijnsel dat wordt waargenomen, geeft een sfeerbeeld. Een haiku wordt ook wel een ‘vingerhoed vol emotie’ genoemd.

woorden. De laatste regel telt ten slotte weer één woord, wat in de spanningsopbouw een verrassend effect geeft.

In dit voorbeeld heeft de supervisant een serie foto's gemaakt met natuurbeelden die een sfeer oproepen, passend bij het betreffende levensthema. De opdracht bestond uit een beeldende typering hoe een belangrijk levensthema vroeger, nu en met het oog op de toekomst speelt door middel van typerende beelden, elfjes en/of haiku's.



*Figuur 4  
Natuurbeeld met elfje.*

#### *Spelronde 4. De beproeving*

De volgende spelronde staat in het teken van het ontwikkelen van innerlijke kracht op een plaats van beproeving. Dat is een plaats in het landschap waar de elementen (vuur, lucht, water en aarde) zich op een eenzijdige en daardoor beproevende manier laten gelden, bijvoorbeeld in de eeuwige sneeuw, een moeras, de mist of een duister bos. De opgave voor de speler is om zich te verhouden tot die disbalans in de elementen. Zo kan de speler het landschap als spiegel van de ziel zien en zich verplaatsen in een situatie die in het leven als beproevend wordt ervaren. Dan wordt de speler gevraagd naar diens primaire neiging: 'Vertrouw je op je eigen kracht en wil je het liefste zelf uit deze situatie verder komen? Of voel je je afhankelijk van hulp van anderen?' In het spel bewandelt de speler beide wegen.

### *Spelronde 5. De reisgezel*

Tijdens de weg van overgave en vertrouwen op hulp van anderen, ontmoet de speler een wezen dat in dit landschap thuishoort. Bij de ontmoeting met de Reisgezel (bijv. een adelaar, kat of heks) krijgt de speler net als in de andere spelronden een speelkaart, en wordt uitgenodigd om in de huid van het wezen te kruipen: 'Hoe ziet volgens jou levensgeluk er uit in de ogen van een kat? Kun je met dit andere perspectief op levensgeluk ook je eigen visie en gevoel vernieuwen op basis van deze ontmoeting?'

#### **Elfjes**

De supervisant die de serie natuurfoto's met elfjes maakte, kreeg als plaats van beproeving de heuvels in de mist en als reisgezel de kat. In eerste instantie kon de supervisant met deze spelkaarten, die behoorden bij de voorbereidende opdracht voor de buitenlandstage, niet goed uit de voeten (zie figuur 5). Tijdens de stageperiode in het buitenland, zo bleek uit het stageverslag, werkten de symbolische beelden echter zozeer door dat ze van toegevoegde waarde waren voor de aanpak en uitvoering van de onderzoeksopdracht op de stage: onder meer door een 'meer dan toevallige' treffende overeenkomst van de meegekregen beelden van de mist en een plotseling opduikende kat op een cruciaal moment tijdens het onderzoek op de stage.

### *Spelronde 6. Plaats van bestemming*

Ten slotte kom de speler aan op de plaats van bestemming: in het midden van het speelbord. Daar zijn vindplaatsen van elementair geluk weergegeven. Wanneer de speler daar aankomt, krijgt deze een wending in diens perspectief vanuit het gegeven aangekomen te zijn waar de speler verlangde te zijn: van hebben naar zijn.

### *Spelronde 7. Het geheim van de quintessence*

In de slotronde blikt de speler terug op de reis door het mythische landschap van levensgeluk en geeft een antwoord op het levensraadsel dat de speler bij de startpositie meekreeg. Nu komt de oogst uit het spel op een verrassende wijze tevoorschijn. Aan ons woord kwintessens - afgeleid van het Latijnse woord 'de quinta essencia' dat staat voor het vijfde element - kleeft een kleurrijke filosofische geschiedenis.



IN HET HEUVELACHTIGE BOSGEBIED  
 BEN JE IN DICHTER MIST TERECHT GEKOMEN.  
 JE HEBT GEEN ZICHT MEER OP  
 HET PAD. DE BOMEN EN STRUIKEN  
 GROEIEN STEEDS DICHTER OP ELKAAR.  
 UREN EN UREN LOOP JE ZO  
 DOOR TOT JE WEER DEZELFDE BOSJES ZIET.

a BEN JE RONDJES AAN HET LOPEN IN DEZE MISTIGE WITTE WERELD...?



DE KAT  
 DOLEND DOOR DE NEVELIGE BEBOSTE HEUVELS, DOEMT DAAR DE KAT  
 OP UIT DE MIST: ZE ZWIJGT EN DOORZIET WAT ER OM HAAR HEEN  
 GEBEURT. WAT JE HAAR OOK PROBEERT WIJS TE MAKEN,  
 ZE TREKT ALTIJD HAAR EIGEN PLAN. OOK ALS ZE VALT KOMT  
 ZE NOG OP HAAR POOTJES TERECHT...

b

*Figuur 5*

*Plaats van beproeving (a). Hoe ziet levensgeluk er uit in de ogen van een kat? (b).*

### Vijf elementen

De filosofische betekenis van de vijf elementen kent een eeuwenlange geschiedenis en gaat terug tot de natuurfilosofische speculaties van de Griekse natuurfilosofen. Zij zagen in de vier elementen vuur, water, lucht en aarde de oorsprong van alle leven op aarde en van al wat is. De vier elementen waren voor de natuurfilosofen veel meer dan een manier om de natuur om ons heen te ordenen: ze herbergen de elementaire beginselen en het geheim van het leven op aarde en staan in relatie tot de eeuwige wetten die de kosmos in stand houden. De eerste gedachten van de natuurfilosofen klinken soms meer als dichtregels of spreuken dan als filosofische argumentatie. Bijvoorbeeld de bekende uitspraak van de filosoof Thales: ‘Alles is water’, en van Anaximenes van Milete: ‘Zoals onze ziel uit lucht bestaat en ons bijeenhoudt, zo

omvatten adem en lucht de gehele wereld' (beiden leefden in de zesde eeuw voor Christus).

Deze eerste filosofen spraken niet alleen over hoe onze leefomgeving is opgebouwd uit natuurelementen. Het ging hen om het principe van het leven, om hoe de elementaire krachten in en om ons heen samenhangen met de eeuwige ordening in de natuur en in de kosmos. Die kosmos (dat in het oude Grieks sieraad betekent) zagen zij als een goddelijke wereld van schoonheid, goedheid en waarheid, die de aardse wereld omvat en bestiert. De planeten waren geen dode brokken materie maar levende gestalten: de goden en godinnen die de Griekse mythen bevolken.

Behalve over de vier bekende elementen lucht, water, vuur en aarde werd er soms gesproken van een vijfde kosmisch element, 'aei thei'. In het Grieks betekent dat letterlijk datgene wat eeuwigdurend loopt (ons woord ether is ervan afgeleid). In de natuurfilosofie werd dit element verbonden met de volmaakte ronde bewegingen van de hemellichamen. De term ether werd later in de natuurkundige debatten in de Verlichting gebruikt in de betekenis van medium voor het overdragen van lichtgolven en geluidstrillingen. In de hermetische filosofie wordt de term ether (of de kwintessens) gebruikt om de bijzondere wijze mee aan te geven waarop de vier elementen in de mens samenkomen.

Het filosofische uitgangspunt van een dergelijke holistische visie is dat 'alles met alles' op een kwantitatieve én kwalitatieve, op een wederzijds beïnvloedende manier met elkaar samenhangt, zoals in de oude Griekse natuurfilosofische zienswijze van de verbondenheid van de macrokosmische ordening met de menselijke orde als microkosmos.

In het spel *Mens ken jezelf!* worden de vijf elementen als een metafoor gebruikt om op werk- en levensthema's te reflecteren in relatie tot de menselijke en natuurlijke omgeving. Levensgeluk kan worden gezien als de manier waarop we ons verhouden tot de elementaire krachten binnen en buiten ons. Zo nodigt het spel ertoe uit om de vijf elementaire krachten op metaforische of analoge wijze buiten en binnen te ervaren: hoe zijn de elementen binnen in ons werkzaam? Ons contact met de lucht buiten ons verloopt fysiek via de ademhaling. In geestelijk opzicht kunnen we het luchtelement ervaren als ruimte en helderheid in ons denken. Door onze lichaamssappen bloed, zweet, tranen, klier- en lymfevocht zijn we verbonden met het waterelement dat ons lichaam binnenkomt. Onze emoties kunnen we in ons voelen stromen. De aarde ervaren we door de kracht en zwaarte van ons lichaam; we staan met beide benen op de grond. We verbinden ons met haar in de vorm van voeding, door het verzamelen van materiële bezittingen en door te 'wortelen' in een bepaalde plaats en in je huis. Het vuurelement kunnen we als spijsvertering en seksualiteit in ons werkzaam voelen - ook als het vuur van inspiratie en idealen en als vonkjes

van enthousiasme. Het vijfde element verwijst naar de manier waarop we de werkzaamheid van deze vier elementen in ons leven tot een eenheid smeden en ons bestaan vormgeven.

#### **4 Innerlijk kompas en supervisie**

In het kader van een masteropleiding voor functionarissen uit het hogere middenkader van een publieke organisatie werd aan een groep kandidaten strategisch leidinggevenden een supervisietraject aangeboden. Dit traject was vooral gericht op het persoonlijke leerdoel van de betreffende kandidaat, in relatie tot de algemene leerdoelen van de opleiding en tot de professionele doelen van de organisatie. Eerst beschrijf ik in algemene termen mijn werkwijze, daarna geef ik enkele voorbeelden uit de supervisietrajecten.

##### *Mijn werkwijze in supervisie*

De algemene werkwijze van de supervisie is ervaringsgericht en bedoeld om het geleerde in de context van de eigen (werk)situatie te plaatsen en daarin toe te passen. Binnen dit gedeelde kader van ervaringsleren kan de werkwijze van de supervisoren juist ook sterk verschillen, wat de onderwijsmanager de mogelijkheid biedt tot een optimale match tussen supervisant en supervisor.

Supervisanten die naar mijn praktijk komen, zijn doorverwezen door de programmamanager vanuit de inschatting dat de creatieve en filosofische insteek van mijn benadering bij de betreffende kandidaat ondersteunend kan werken voor het persoonlijke leerdoel dat deze heeft geformuleerd in het kader van diens opleiding tot een strategisch leidinggevende. Conform de procedure neemt de supervisant het initiatief voor een intakegesprek. In de klikevaluatie na een sessie tot maximaal vier sessies wordt vastgesteld of er behalve een persoonlijke klik ook een match bestaat met de werkwijze van de supervisor. Het gehele supervisietraject bestaat uit ten minste twaalf sessies van twee uur, met een doorlooptijd van ruim een jaar.

Deze casus laat zien hoe creatieve middelen zoals onderdelen van het filosofische spel, gedoseerd en gefaseerd, gericht op de specifieke vraagstelling een toegevoegde waarde kunnen hebben voor de ontwikkeling van de supervisant tot strategisch leidinggevende. Bij sommige supervisanten kan het persoonlijke ontwikkelingsaspect in de begeleiding een zodanig zwaartepunt krijgen dat de grens van het supervisie-kader dicht wordt genaderd en een leermoment ook therapeutische betekenis kan krijgen (vgl. Bennink, 2008).

De creatieve insteek kan in het kader van supervisie heel verschillend zijn. De supervisant kan bijvoorbeeld uitgenodigd worden een voor zichzelf belangrijk voorwerp mee te nemen dat symbolisch is voor een gespreksthema. Andere werkvormen kunnen zijn: een mindmap over de persoonlijke leiderschapstijl, het maken van een 'scribe' als 'teke-

nen vanuit de buik', en door het aanspreken van de verbeelding bij het beschouwen van het resultaat van de 'scribe'. Soms wordt een toevalstechniek met beeldend materiaal aangeboden (bijv. wasco in combinatie met Oost-Indische inkt) om de balans tussen beheersing en overgave te laten ervaren.

De kaarten van het filosofisch spel kunnen in verschillende fasen van het supervisietraject worden gebruikt als input om persoonlijke kwaliteiten te benoemen en te rangschikken, en om de huidige situatie af te zetten tegen de gewenste ontwikkeling naar strategisch leiderschap. De spelopdrachten nodigen uit om in deze reflectie de verbinding met existentiële vragen te leggen. Als kader voor deze verbeeldings- en reflectieoefeningen gebruik ik het drieluik verleden/heden/toekomst, om daarin de voor de persoonlijke ontwikkeling belangrijke biografische en existentiële thema's te plaatsen. Dat plaatsen gebeurt soms letterlijk, in een zelf ontworpen mozaïek, collage of geschilderd drieluik, soms met behulp van trefwoorden op papier. De supervisanten kiezen voor een vormgeving die zij passend vinden voor de eigen ontwikkeling, zowel in professionele zin naar strategisch leiderschap als voor de persoonlijke thema's. Deze creatieve verwerking vormt de input voor thematische gesprekken die worden afgezet tegen belangrijke gebeurtenissen, ontwikkelingen en verwachtingen over leven en loopbaan. De beelden, symbolen en kernwoorden bij de levensthema's worden in de dialoog tussen supervisant en supervisor van interpretaties voorzien, die nieuwe input en sturing geven aan het proces. Kenmerkend in dit proces is dat de professionele en supervisie-doelen vanuit een biografisch en existentieel kader opnieuw en anders geformuleerd en gethematiseerd worden, aan de hand van de metafoor van de vier elementen, het innerlijk kompas, de reisgezel, enzovoort. Het effect van deze herkadering is dat de oriëntatie op externe doelen en beroepsgerichte thematisering verschuift naar een betekenisgeving vanuit persoonlijke waarden en interne levensoriëntatie. Hierbij speelt de metafoor van het innerlijk kompas een belangrijke rol om het spanningsveld te verkennen tussen interne en externe oriëntatie en tussen beroepsgerelateerde en existentiële betekenisgeving.

### *Casuïstiek*

Aan de hand van enkele casusbeschrijvingen laat ik zien hoe mijn werkwijze er concreet uitziet, gevolgd door een reflectie hierop. De casuïstiek toont de waarde van het metaforisch herkaderen en van een accentverschuiving in waardeoriëntatie door het werken met de metafoor van het innerlijk kompas en het gebruik van oefeningen en opdrachten in het kader van het spel *Mens ken jezelf!*

*Hans.* Deze circa vijftigjarige directeur van een bedrijfsunit had zich in een eerste kennismakingsbijeenkomst uiterst sceptisch getoond ten aanzien van de creatieve en filosofische insteek van de begeleiding. Dat beperkte zich niet alleen tot een verbale en rationele afweging, maar



uitte zich ook in een negatieve houding tijdens een losmaak- en kennismakingsoefening met een beeldende techniek. Niettemin stond hij toch open om het traject in te gaan. De eerste fase van kennismaking en oriëntatie vertoonde een wisselend verloop: sommige thema's en werkwijzen sloegen goed aan, andere bleven steken, en over het geheel genomen verliep het proces ietwat grillig wat betreft verdieping en verbinding tussen de aangeboden input.

Dat bleek bijvoorbeeld bij de oefening van het verbeelden van kernkwaliteiten in de taal van de vier elementen en het reconstrueren van de biografie aan de hand van de metafoor van de levensstroom. Om verdieping in het proces en de persoonlijke verbinding met de aangedragen thema's te bevorderen, stond een sessie in het teken van gedichten en filosofische reflecties over het leven van paarden in het wild, in kuddeverband en vormen van leiderschap binnen de kudde. Deze voorbeelden en werkwijze bleken inderdaad aan te sluiten. Om de input in een eigen visie te verwerken, diende de haiku als lichtvoetige en compacte werkvorm. Dit resulteerde in een sneeuwbaaleffect van het verzamelen van biografisch en beeldend materiaal (foto's, gedichten en herinneringen) rondom de thema's. Dit materiaal bewaarde de supervisor in een schoendoos, die in de supervisie een centrale rol ging spelen in het begeleidingsproces.

Het supervisietraject werd onderbroken door een buitenlandse stage van een maand. Daarna liet Hans nog een maand niet van zich horen, naar later bleek vanwege drukte en spanning op het werk. Vanuit de opleiding was erop aangedrongen om strikt toe te zien op de formele kant van de supervisie, bijvoorbeeld wat betreft het minimum aantal bijeenkomsten. Uit de reactie van Hans op mijn telefonische vraag hierover bleek een voelbare verontwaardiging en juist intensieve betrokkenheid bij het supervisieproces. Dat was in zijn beleving juist niet gestokt maar veeleer in een stroomversnelling geraakt. Hij liet het resultaat de eerstvolgende keer zien: een collage van de besproken thema's, ingelijst als drieluik. Vooral zijn beleving en visie op het supervisieproces dat in zijn verhaal over de collage tot uiting kwam, onderstreepten de integriteit van Hans' eigenzinnige invulling en fasering van het supervisietraject.

*Marcel.* Ook bij Marcel (dertiger, afdelingsmanager), een jonge en veelbelovende professional met strategisch leidinggevende capaciteiten, was er bij de kennismaking scepsis ten aanzien van de creatieve werkwijze. Niettemin kwam hij driemaal en kwamen er aan de hand van de kennismakingsopdrachten een aantal belangrijke persoonlijke thema's aan de orde, zoals de betekenis van het missen van een vaderfiguur in zijn jeugd en zijn fascinatie met 'foute machomannen'. Na de derde keer stelde hij de afspraak een aantal keren uit en meldde daarna dat hij afzag van een vervolg vanwege zijn twijfel aan de effectiviteit van de gehanteerde creatieve methode.

*Trudy.* Deze vrouw (begin vijftig, unithoofd) volgde de opleiding tot strategisch leidinggevende met veel plezier en interesse. Tijdens de kennismaking viel mij haar bijzonder praktische en nuchtere instelling op. Zou de creatieve en filosofische insteek van de supervisie daar wel bij aansluiten? Ze bleek echter vanaf de eerste bijeenkomst bijzonder positief en meldde dat ze het verkennen van de filosofische en existentiële thema's als waardevol had ervaren. Zo vertelde ze bijvoorbeeld dat ze de filosofische spelkaarten zo nu en dan inbracht in gesprekken met mensen in haar nabije omgeving, zowel privé als op het werk. Haar vormgeving van de levensboom in een open en bloemrijke omgeving op het drieluik verleden/heden/toekomst toonde een onverwacht aspect dat nog niet ter sprake was gekomen, juist door aandacht te schenken aan beeldaspecten van de 'omgeving' van de boom die zij niet op zo'n bewuste manier had vormgegeven. Waar de boom in eerste instantie stond in een bloemrijke en open omgeving, liet het middenluik vanuit het heden de boom als het ware ingezoomd zien in een zeer druk begroeide omgeving. In ons gesprek bleek deze beeldende vormgeving inderdaad te kloppen in haar ervaring, hoewel ze zich daarvan op die manier eigenlijk niet bewust was geweest.

*Cees.* Deze man, een afdelingshoofd (rond veertig), was aangemeld voor een verlengd supervisietraject omdat niet alle doelen van de opleiding binnen de gestelde tijd waren behaald. Tijdens de bijeenkomsten was in toenemende mate voelbaar dat Cees weliswaar instemde met dit traject, maar dat hij vanuit zijn eigen beleving gedurende een tweejarige opleiding een intensieve persoonlijke ontwikkeling had doorgemaakt en aan een afronding toe zei te zijn. Voor de sessies had Cees zich altijd bijzonder goed voorbereid: de opdracht om kernkwaliteiten vanuit de metafoor van de vijf elementen te verbeelden, gaf hij vorm met behulp van een computerprogramma. Toch stelde hij zich tijdens dit proces open voor verwondering, stelde zich vragen bij zijn overwegend rationele inslag, en onderkende de mogelijkheid dat er vanuit een gevoelsmatige benadering van een thema (zijnskwaliteiten) ook tegenstellingen of polariteiten een betekenisvolle plek kunnen krijgen. Het bij wijze van experiment beeldend werken met een 'toevalstechniek' leverde een verrassend resultaat op. Hij ervoer een treffende overeenkomst met de manier waarop hij gewoonlijk in zijn werk stond: hij wilde dingen graag zelf doen en goed onder controle hebben, maar zag dat het resultaat vaak veel aardiger en interessanter werd als hij de greep op de situatie iets lossier liet. Hoewel ik hem voorstelde om aan deze door hem zelf benoemde treffende uitkomst en nieuwe vragen nog een extra afrondende bijeenkomst te wijden, hield Cees toch vast aan een afronding binnen het formeel afgesproken aantal sessies.

*Sander.* Het districthoofd (rond vijftig) was aangemeld voor een vroegd supervisietraject ter voorbereiding op deelname aan voor-  
noemde masteropleiding voor functionarissen uit het hogere middenkader. Bij het benoemen van het supervisie-doel werd tevens expliciet verwezen naar een persoonlijk verwerkingsdoel naar aanleiding van

zijn PTSS-achtergrond. Hiervoor had hij tegelijkertijd therapeutische begeleiding door een psycholoog. Al in de eerste sessie bleken de aangeboden oefeningen, ons contact en het gesprek bijzonder sterk en goed aan te slaan. Hoewel hij sinds de kleuterschool niet meer met beeldend materiaal had gewerkt, bleek Sander zeer fijngevoelig en trefzeker in de manier waarop hij de biografische thema's en creatieve opdrachten aanpakte. De beelden die hij maakte met water- en acrylverf waren bijzonder sterk en sprekend (zie figuur 6).

Na een veelzeggende blik van zijn kant en een uitnodigende vraag van mijn kant, volgde een gevoelszekere uitleg over het beeld: een 'waterval' van impressies, gevoelens, associaties en herinneringen. Tijdens die stroom van verhalen kon hij ook opeens een vraag stellen ter bevestiging of hij 'er niet helemaal naast zat'. Het proces bleef vanaf die eerste keer stromen, tot de afronding na zijn reis naar de plaats waar hij de traumatische gebeurtenissen had beleefd. Hij gaf aan het jammer te vinden dat dit voortraject van supervisie werd beëindigd en wilde thuis blijven schilderen; hij had dit ontdekt als een nieuwe hobby.

### *Reflectie op de casus*

In de gesprekken klinken de stemmen van de supervisant, de supervisor en van het creatieve medium als een dialoog (zie Van Hulst, 2008, p. 184-188). In deze stem van het beeldend medium spreken ook de filosofische metaforen mee, de associatieve manier van reflecteren en de werking van de beelden op de toonzetting, verwoording en aard van het gesprek. De exploratieve en expressieve kracht van de beeldende vormgeving en het gezamenlijk associëren hierover dragen het gesprek over wat de beelden kunnen beduiden, zoals ritme en baslijn in de muziek het melodieuze en harmonieuze van klanken dragen. Verder is opvallend dat er dwars op de structuur en doelgerichtheid van het gesprek ook indirecte wegen worden bewandeld en dat daarin soms de grens van een strikt supervisie kader wordt overschreden. Dit kan als een therapeutisch of een existentieel moment worden benoemd. In elk geval laat deze grensoverschrijding zien dat een meer fundamentele existentiële dialogische relatie tussen begeleider en begeleide mogelijk is, in vergelijking met de beperktere opvatting van een relatie tussen supervisor en supervisant op basis van een supervisiecontract met vooraf bepaalde leerdoelen.

*Hans.* Uit de beschrijving van supervisant Hans blijkt dat een primaire reactie van afweer ten aanzien van de creatieve middelen niet doorslaggevend hoeft te zijn voor het succesvol afronden van de supervisie. Ook een fase van stagnatie hoeft niet negatief te worden geduid; deze blijkt in dit geval op een vruchtbare fase van rijping tijdens het creatieve proces te wijzen.

*Marcel.* Het plotse afbreken van de supervisie van Marcel heeft voor mij een dubbele betekenis. Op de eerste plaats dat mijn aanpak niet direct

bij Marcel aansloot. Om dit te overbruggen gaf ik een uitgebreidere uitleg en verantwoording van mijn werkwijze dan anders. Hierdoor gaf Marcel de werkwijze het voordeel van de twijfel. Tegelijkertijd zie ik dat zijn verhaal bij uitgekozen beelden uit de set ansichtkaarten een goed aanknopingspunt boden voor het vervolgen van de supervisie. De letterlijk ‘aangekaarte’ thema’s duiden op een vruchtbare voedingsbodem voor verdere doorwerking van onderwerpen. Heeft het aanraken van deze persoonlijke en deels gevoelige thema’s (die mogelijk ook aanleiding geven tot therapeutische momenten tijdens dit traject) meegespeeld bij het afbreken van de supervisie, misschien wel meer dan het gebrek aan affiniteit met creatieve middelen?

*Trudy.* Ook bij de nuchtere en praktisch ingestelde supervisant Trudy bleek mijn aanpak bijzonder goed aan te slaan. In dit geval leek ook de levensfase een positieve rol te spelen (in vergelijking met de jongere Marcel) bij het in goede aarde vallen van de filosofische en biografische benadering.

*Cees.* Een supervisant die weliswaar geen sterke affiniteit had met een creatieve en filosofische werkwijze, maar daar wel genoeg voor opstond om zichzelf ook te laten verrassen door de uitkomsten van zijn verbeelding. Tijdens dit verlengde supervisietraject was er een ontwikkeling zichtbaar naar een minder rigide beheerste werkwijze. Binnen door hemzelf gestelde en bewaakte kaders was hij bereid om te experimenteren met een lossere en creatieve werkwijze.

*Sander.* Deze supervisant benoemde tijdens het traject naast supervisie-doelen expliciet therapeutische thema’s, hoewel hij daarvoor een apart traject doorliep. Het is de vraag of dit in het algemeen een wenselijke combinatie is (zie hierover Jagt, Rombout & Jagt, 1990). In dit geval werkte de combinatie niet storend. Dat deze thema’s ook, op een minder nadrukkelijke manier, in de supervisie doorspeelden, leek een positief effect op het supervisieproces te hebben. Als extra ‘resultaat’ ontdekte Sander dat hij gevoel had voor schilderen met waterverf, en dat dit niet alleen van waarde was voor zijn persoonlijke ontwikkeling maar ook als hobby.

### *Visie op professionele begeleiding*

Na deze reflectie op de casuïstiek licht ik in het kort mijn visie op professionele begeleiding toe, die ik in een vervolg wil uitwerken en onderbouwen. De relatie van mens tot mens is de dragende grond in mijn begeleiding. Sturend is het proces en hoe de relatie met de ander zich ontwikkelt, een voortdurende afstemming in de concrete situatie. In deze relationele en dialogische zin krijgt het begeleidingsproces en wat zich daarin voordoet radicaal voorrang als methodische insteek boven vooraf besproken doelen en afspraken over het supervisietraject. De thema’s die zich aandienen in het zich voltrekkende proces en de



*Figuur 6*  
*Drieluik verleden (a), heden (b) en toekomst (c).*

zich ontwikkelende relatie tussen begeleide en begeleider vormen voor mij de focus en het ijkpunt voor de supervisie boven vooraf besproken doelen of de eenmaal gevolgde methode. In die zienswijze is het supervisietraject veeleer een ontdekkingsreis dan een geboekte reis of vakantie. De metafoer van de ontdekkingsreis vind ik treffend om aan te geven dat het binnen mijn dialogische en existentiële benadering een ‘natuurlijke’ en ‘logische’ stap kan zijn om de formele grens van de gerichtheid op beroepsuitoefening te overschrijden en ruimte te geven aan zich aandienende levensthema’s, waarbij zich ook therapeutische momenten kunnen voordoen.

De focus van het innerlijk kompas geeft als begeleidingskundige metafoer deze existentiële gerichtheid aan om levensthema’s niet alleen strikt beroepsgerelateerd maar indien wenselijk ook psychologisch, existentieel en therapeutisch aan te snijden. Hiervoor is specifieke (bijv. creatief-therapeutische, psychologische, filosofische of psychotherapeutische) deskundigheid gewenst. Om de grenzen tussen verschillende begeleidingskundige invalshoeken (supervisie, coaching, therapie en training) te verkennen, fungeert de filosofie van de levenskunst als verbindende achtergrond om te kunnen schakelen en de relevante thema’s ook vanuit andere invalshoek toegankelijk te maken. Op die manier worden de afgesproken doelstelling, gevolgde structuur en methodische insteek steeds weer in de specifieke situatie vanuit de dialogische relatie geactualiseerd en bijgesteld.

Vanuit de invalshoek van existentiële vormgeving van ontwikkelingsprocessen kan de rol van de begeleider in begeleidingskundige termen wisselend zijn: als coach, supervisor en therapeut. De dialogische

grondhouding en de relatie zijn het fundament waarop verschillende praktische (gespreks- en non-verbale) technieken, creatieve en kunstzinnige middelen kunnen worden ingezet. In strikte zin, volgens de formele definitie vanuit bijvoorbeeld de Landelijke Vereniging voor Supervisie en Coaching (LVSC), is het de vraag of de in de casus beschreven werkwijze valt onder supervisie of coaching, aangezien het de hele persoon aangaat. De supervisant, trainee of coachee wordt ook als professional vanuit het gehele mens zijn aangesproken, waarbij de vragensteller een dienende rol inneemt. Socrates vergeleek, zoals bekend, deze dienstbaarheid met de rol van de vroedvrouw voor het geboren laten worden van het kind van de waarheid. In het kader van coaching en supervisie verwijst deze metafoor van de geboorte juist ook naar het open en soms grensoverschrijdende karakter van het begeleidingsproces. Ten dienste van een specifieke ontwikkeling kunnen er therapeutische momenten optreden die met (geboorte)pijn gepaard gaan. Dit hoeft niet te duiden op een onprofessioneel en te ruim hanteren van de gestelde kaders voor supervisie of coaching, maar volgt uit het overkoepelende perspectief van een existentiële en dialogische benadering van begeleidingsprocessen.

Kenmerkend voor deze benadering, hiervoor aangeduid als creatieve dialoog of 'art dialogue method', zijn de daarin gehanteerde denk- en werkvormen, zoals kunstzinnige middelen, de door het filosofische spel voorgegeven structuur van levensfasen en existentiële thema's, en het toepassen van een socratische gesprekskunst. Toch is het meest onderscheidend aan deze methode dat de creatieve en spelwerkvormen dienstbaar zijn aan een radicale mensgerichte, dialogische open procesbenadering. Voorwaarde voor het hanteren van deze methode is niet alleen kundigheid van de gebruikte creatieve middelen, maar lijkt mij vooral een 'persoonskenmerk' en kwaliteit van de begeleider te zijn: de kwaliteit om dit open dialogische proces te kunnen hanteren.

Wat dit betreft is de rol als begeleider niet alleen in professionele zin te typeren (bijv. als coach, supervisor, therapeut of counselor) maar tevens existentieel te positioneren op een spectrum tussen twee polen. Aan een kant van het spectrum bevindt zich de instrumentele, structurende en beheersmatige pool, waarbij het relationele en dialogische in de begeleidingsrelatie een afgeleide is van de begeleiding als traject tussen contractanten om zo efficiënt mogelijk, stapsgewijs en planmatig de vooraf geformuleerde SMART-doelen te behalen. Aan de andere kant van het spectrum bevindt zich de pool van werken vanuit overgave aan wat zich aandient in het moment van het proces, vanuit de vertrouwensbasis in de relatie tussen de betrokkenen in de dialoog.

Bij de radicaal dialogische insteek en het open proces worden begeleidingsdoelen vooral gezien als momentopnamen die fundamenteel samenhangen met dit continu voortgaande en fluctuerende proces. Een doel is in deze wijze van begeleiding geen richtingaanwijzer naar buiten maar naar binnen, gericht op het innerlijk kompas. Een begeleidingsdoel is geen antwoord op de vraag waarheen er stap voor stap wordt aangestuurd, maar een open vraagstelling die steeds opnieuw

om een actualisering vraagt in de voortdurend veranderende situatie en de zich ontwikkelende begeleidingsrelatie.

## **5 Tot besluit**

Ik bepleit de opvatting om coaching en supervisie te zien vanuit het overkoepelende gezichtspunt van existentiële vragen en thema's. Deze existentiële invalshoek en de toepassing van kunstzinnige middelen en creatieve werkvormen vragen ook om een interpretatieve kunst van het verstaan en metaforisch vormgeven van levensthema's en begeleidingsvragen. De basis van de dialoog in deze ruime zin van het woord maakt het mogelijk om met het oog op het specifieke doel in een begeleidingstraject enerzijds de magie en kracht van creatieve middelen te kunnen benutten, en anderzijds deze kracht ook gericht en integer te gebruiken vanuit een visie en methodiek. Deze werkwijze veronderstelt een dubbele gerichtheid, zowel naar binnen als naar buiten.

De in dit artikel beschreven casus belicht deze dubbele gerichtheid met de metafoer van het innerlijk kompas. Tegelijkertijd dient ze als illustratie van de manier waarop creatieve en narratieve middelen een plaats krijgen in het begeleidingstraject. Ze hoeven niet vooraf te zijn opgesteld maar kunnen ook dialogisch volgen uit een open en procesgerichte methodische benadering, waarin het leven van de mens in begeleiding centraal staat als een in relatie staan, voortdurend in ontwikkeling zijn en als een verhaal. Het leven is als het vertellen van verhalen; enerzijds doen wij dat van nature altijd al, anderzijds kun je het oefenen en vervolmaken. Het leven als kunstwerk is een treffende metafoer voor het begeleiden van mensen vanuit de diepte van hun existentie in hun persoonlijke ontwikkelingsprocessen. Dat is in essentie een kunst van betekenisgeving en van interpretatie van wat zich van moment tot moment aandient in de dialoog: zowel letterlijk als het gevoerde gesprek als buiten het gevoerde gesprek in de zin van het openstaan voor het leven als een 'tekst' die geduid kan worden om te lezen en ervan te leren. De dialogische vormgeving van creatieve middelen in het kader van coaching en supervisie is een herleving van de filosofische traditie van de levenskunst!

De strekking van deze stellingname is dat de supervisor, coach of trainer niet alleen kennis van creatieve en socratische middelen dient te hebben, maar in de praktijk een professionele balans weet te bewaren, en tevens door het dialogische proces de begeleiding en vooral zichzelf in vraag weet te stellen. Dit betekent dat de 'vrije ruimte' in zichzelf - 'Ben ik nu coach of therapeut?' - de meest cruciale factor is voor deze vorm van begeleiding. Deze dialogische en filosofische benadering past binnen de huidige herleving van de filosofie van de levenskunst: als een nieuwe vorm van een klassieke socratische en hermeneutische kunst. In een vervolgartikel hoop ik deze uitgangspunten nader uit te werken en onderbouwen.

## Bibliografie

- Bennink, H. (2008). Therapeutische momenten in supervisie en coaching. *Supervisie en Coaching*, 25, 3-33.
- Hulst, J. van (2008). Werken met creatieve hulpmiddelen in supervisie. Voorwaarden en valkuilen. *Supervisie en Coaching*, 25, 178-195.
- Jagt, N., Rombout, T., & Jagt, L. (1990). Supervisie en therapie: (hoe) gaat dat samen? *Supervisie in opleiding en beroep*, 7 (3), 21-36.
- Ronde, M.A. de, Stolker, W., & Vente, C. (2009). Effectiviteit van spellen voor training, coaching en supervisie. *Supervisie en Coaching*, 26, 37-50.
- Wolbink, R. (2008). Levenskunst in supervisie. *Supervisie en Coaching*, 25, 93-108.