

BEELDKRACHT

Caroline Franssen

Thema, uitgeverij van Schouten & Nelissen

Inhoud

Voorwoord	9
1 Wat is Beeldkracht?	11
1.1 Hoe ontstond Beeldkracht?	13
1.2 Uitgangspunten Beeldkracht	15
1.3 Wat gebeurt er als je met Beeldkracht werkt?	16
1.4 De resultaten van het werken met Beeldkracht	17
1.5 Met wie kun je werken met Beeldkracht?	18
1.6 Opbouw van dit boek	20
2 De vier pijlers van Beeldkracht	21
2.1 De eerste pijler: maak alles zichtbaar	21
2.2 De tweede pijler: radicale aanvaarding	23
2.3 De derde pijler: regie over de persoonlijkheid als innerlijk systeem	26
2.4 De vierde pijler: de eigen plek innemen in het systeem van herkomst	28
3 De drie systemische ijkpunten	33
3.1 Eerste ijkpunt: alles hoort erbij in het innerlijk systeem	33
3.2 Tweede ijkpunt: alles heeft een eigen plek in het innerlijk systeem	34
3.3 Derde ijkpunt: er is balans tussen geven en nemen in het innerlijk systeem	35
3.4 De drie ijkpunten en het familiesysteem	36
3.5 De drie ijkpunten en het collectieve systeem	39
4 Beginnen, afsluiten en uitdagingen	41
4.1 Een helder doel stellen en je cliënt voorbereiden op de oplossingsgerichte werkwijze	41

4.2	Te verwachten uitdagingen bij Beeldkracht	43
4.3	Afsluiting van een sessie	47
5	Werken met het innerlijke systeem	49
5.1	Archetypen en kwaliteiten	49
5.2	De Regisseur als punt van aansturing van het zelf	50
5.3	Waarnemen Zonder Oordeel door de cliënt	51
5.4	De basisstructuur uitleggen	51
5.5	Uitzoeken van de poppetjes	52
5.6	Plaatsen van de poppetjes	52
5.7	Opheffen van identificatie met dominante delen van de persoonlijkheid	53
5.8	Regie terugnemen door de Innerlijk Regisseur	55
5.9	Dominante deel laten rusten	55
5.10	Plek geven aan de verstoten delen	56
5.11	'Innerlijk kind'-werk met Beeldkracht	57
5.12	Aandacht geven aan verwaarloosde delen	66
5.13	Grenzen ervaren, erkennen en aangeven	69
5.14	Tegengestelde kwaliteiten en tegenstellingen doorbreken	70
5.15	Gevoelsimpasses doorbreken	70
6	Werken met het systeem van herkomst	71
6.1	Aandacht gericht op de feiten	72
6.2	Parentificatie opheffen door je cliënt haar plek in te laten nemen ten opzichte van de ouders	74
6.3	Rouw nemen na onvoltooide rouw (bij miskraam/abortus/overleden broertjes/zusjes)	78
6.4	Overgenomen lasten teruggeven aan (voor)ouders	80
6.5	Onvoltooide emigratie en immigratie afronden	81
6.6	Overgenomen lasten teruggeven aan de partner en afgegeven lasten terugnemen van de partner	82
6.7	Ouders op de eigen plek ten opzichte van hun eigen kinderen	85
6.8	Werken met het sociale systeem	87
7	Verstrikkingen, verstoringen en blokkades in de drie systemen herkennen	89
7.1	Verstoring van het innerlijk systeem	89

7.2	Verstoring van het familiesysteem	101
7.3	Verstorings in het collectieve systeem	103
7.4	Gedragstrategieën herkennen	107
8	Praktijkvoorbeelden	125
8.1	'Innerlijk kind'-werk met Beeldkracht	125
8.2	Seksualiteit en 'innerlijk kind'-werk	134
8.3	De invloed van multigenerationele trauma's verminderen met Beeldkracht	137
8.4	Slachtoffers van seksueel geweld helpen met Beeldkracht	139
9	Extra tips voor de Beeldkracht-begeleider	153
9.1	Omgaan met overdracht	154
9.2	Omgaan met tegenoverdracht	155
9.3	Omgaan met je eigen geraaktheid tijdens een sessie	156
9.4	Waarnemen zonder oordeel	156
9.5	Oplossingsgericht werken	158
9.6	Regie houden op hoofdlijnen	159
9.7	Het 'lezen' van signalen van je cliënt	160
9.8	Het 'lezen' van het taalgebruik van je cliënt en het gebruiken van heldere taal in je sessies	161
9.9	'Ik' in plaats van 'je' zeggen	161
9.10	Van de passieve vorm naar de actieve vorm	162
	Materiaallijst	163
	Benodigdheden voor de persoonlijkheidsopstellingen	163
	Benodigdheden voor de familieopstellingen	163
	Literatuurlijst	165
	Psychologische ontwikkeling, werken met aspecten van de persoonlijkheid en begrijpen van symboliek en archetypen	165
	Familieopstellingen en therapie	166
	Man/vrouw dynamiek, raciale dynamiek, seksualiteit	166

Hoofdstuk 1

Wat is Beeldkracht?

Beeldkracht is een verhelderende methode waarbij beeldmateriaal gebruikt wordt als middel om mensen zelfinzicht te geven, hen te helpen bij het verwerken van trauma's, hun plek in te laten nemen in hun familiesysteem en hen te leren hun eigen persoonlijkheid aan te sturen. Geen ingewikkelde schetsen en modellen, maar simpele poppetjes, zoals Playmobil®, dieren en sprookjesfiguren vormen het materiaal waarmee gewerkt wordt.

Alle relevante gevoelens, gedachten, gedragingen en processen die zich in en rond iemand afspelen, maak je met Beeldkracht voor je cliënt zichtbaar met poppetjes/figuurtjes en ander symbolisch beeldmateriaal. De kracht van het beeld is dat je cliënt zich gaat verhouden tot alle normaal gesproken onzichtbare processen die zich binnen en rond haar afspelen.

De cliënt krijgt op meerdere niveaus zicht op zichzelf: op het gebied van de eigen persoonlijke eigenschappen (het innerlijke systeem) en op het niveau van de systemen waarvan zij deel uitmaakt: het familiesysteem en het collectieve systeem.

Je werkt voornamelijk in twee dimensies: die van de persoonlijkheid en die van het familiesysteem. Je combineert een psychologische aanpak gericht op de persoonlijkheid met een systemische kijk op de doorwerking van verstrikkingen binnen het familiesysteem. Als je alleen naar de persoonlijkheid kijkt, mis je de invloed van het familiesysteem en als je alleen naar het familiesysteem kijkt, mis je de individualiteit en de zelfsturing. Door die twee aanpakken te combineren, kun je samen met je cliënt transformaties teweegbrengen die bekliven.

Het werken met poppetjes is speels, het brengt lichtheid en humor in zware gesprekken. Het is ook dynamisch: je cliënt staat telkens op om nieuwe poppetjes uit te zoeken, waardoor het gesprek actief blijft.

Je ontrafelt met Beeldkracht zorgvuldig verschillende gevoelens en gedrag en verfijnt daarmee de waarneming van het gevoelsleven van je cliënt. Daardoor krijgt zij een beter beeld van zichzelf en kan ze effectiever op gevoelens gaan reageren.

Je cliënt herkent zichzelf en delen van zichzelf in de figuurtjes die zij kiest. Zo is Beeldkracht een zichtbare verduidelijking, een analytisch model van wat er aan de hand is. Vervolgens ga je als begeleider werken met de gevoelens die boven komen via de figuurtjes. Je leert je cliënt om gewoonten te doorbreken, emoties te hanteren, trauma's te helen en reacties te veranderen, zodat je cliënt een transformatie kan doormaken.

De positionering met poppetjes, van gedachten, gevoelens, gedrag, gebeurtenissen en kwaliteiten van betrokken personen, in 3D en buiten je cliënt, maakt dat zij er vanuit een nieuw perspectief naar kan kijken. Zij kan er tegelijk afstand van nemen én zich er op een nieuwe manier mee verbinden, zich er beter toe verhouden.

Als het op het persoonlijk niveau onvoldoende lukt om iemand de regie over zichzelf te laten (her)nemen, ga je een laag verder kijken. Als iemand geen grip krijgt op de eigen gevoelens, is er waarschijnlijk sprake van een verstrikking in het familiesysteem. Dan is zij bezig met het oplossen van de problemen van andere mensen in haar familiesysteem. Zij ervaart haar eigen positie en haar grenzen onvoldoende. Ze is loyaal aan het systeem en komt er niet aan toe zichzelf te verwezenlijken. Je gaat dan aan het werk om die loyaliteit te doorbreken en ervoor te zorgen dat je cliënt haar eigen plek inneemt in het familiesysteem en alleen nog haar eigen lasten draagt.

Alle niveaus waar jij met je cliënt aan werkt – denken, voelen, inzicht en energie, persoonlijkheids- en familiesysteem – zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Ze hebben invloed op elkaar en je komt het verst als je ze allemaal aanspreekt.

Als coach of therapeut die gebruikmaakt van Beeldkracht, kun je switchen tussen het persoonlijkheids- en het familiesysteem. Ook kan het zinvol zijn om te kijken naar het grotere maatschappelijke systeem waar je cliënt deel van uitmaakt. Dat wil zeggen: kijken naar de maatschappij met alle culturele en maatschappelijke machtsverhoudingen, normen en waarden. Ook is het nodig om oog te hebben voor transgenerationale problemen waarbij zaken als slavernij, oorlogstrauma's, seksueel of religieus geweld een rol spelen.

Als begeleider bied jij je cliënt de veilige bedding om zichzelf te zien en te erkennen met al het moois en al het lelijks dat zij in zich heeft. Je biedt een spiegel, steun, aandacht en focus om verandering mogelijk te maken en te kunnen breken met oude, beperkende patronen of die te transformeren.

Je maakt zichtbaar wat de cliënt zelf niet kan zien, omdat zij zich volledig identificeert met de dominante aspecten van haar persoonlijkheid. Je maakt ook zichtbaar wat de cliënt niet kan zien, omdat zij loyaal is aan haar familiesysteem.

Dit boek gaat je helpen om aan te voelen waar je het beste kunt zoeken naar de oorsprong van beperkende gedachten, emoties of gedrag en wat je te doen staat om je cliënt de kracht te laten voelen om te hanteren wat er boven komt.

1.1 Hoe ontstond Beeldkracht?

Als coach en therapeut was ik ruim twintig jaar op zoek naar manieren om gevoel en verstand met elkaar te verbinden. Het fascineerde me mateloos dat mensen zoveel kunnen weten, zonder dat ze ernaar kunnen handelen. Ik werkte met verschillende methodieken, waarbij Voice Dialogue en familieopstellingen met representanten de boventoon voerden. Beide vond ik bijzonder behulpzaam. Maar als je slechts één van de methoden gebruikt, mis je een essentieel onderdeel. Alleen met de persoonlijkheid werken is onvoldoende, want het laat de loyaliteit naar het systeem intact. Alleen met opstellingen werken, geeft de cliënt te weinig praktische handvatten om zichzelf aan te sturen. De persoonlijkheid heeft zich immers ontwikkeld op basis van de eisen die binnen het familiesysteem aan de persoon werden gesteld. Beeldkracht combineert daarom beide methodes.

In de Voice Dialogue-methode werk je met subpersonen en een Bewuste Ego dat die subpersonen aanstuurt. De cliënt is beurtelings in één van de subpersonen of in haar Bewuste Ego. De begeleider voert gesprekken met die subpersonen. De cliënt 'springt' dus van het ene deel van haar persoonlijkheid naar het andere, zonder het geheel te overzien.

Bij persoonlijkheidsopstellingen op tafel voer je dergelijke gesprekken niet. Je laat de cliënt in één sessie een hele serie aspecten van de persoonlijkheid in beeld brengen. Zij kan op tafel de verschillende subpersonen tegelijk zien. En ze voelt ook direct hoe het is om die subpersonen waar te nemen vanuit de plek van De Regisseur (die bij Voice Dialogue het Bewuste Ego wordt genoemd). Op tafel voeg je daar direct een extra dimensie aan toe: de positie van de Waarnemer Zonder Oordeel. Het poppetje dat daarvoor wordt opgesteld beschouwt de verschillende aspecten van de persoonlijkheid zonder er meteen een mening over te hebben.

Zo ontstaat op een vanzelfsprekende manier een heel helder gevoelsmatig onderscheid tussen de Regisseur, het Waarnemen Zonder Oordeel en de verschillende subpersonen. Daardoor ervaren mensen binnen één sessie al meer een gevoel van regie over zichzelf.

Met familieopstellingen op tafel kun je als begeleider, op ieder moment dat het nodig is, relevante systemische interventies doen. Je hebt er geen groep met representanten voor nodig. Zodra je merkt dat iemand binnen haar persoonlijkheid geen grip op iets krijgt en je een idee hebt wat er aan de hand kan zijn in het systeem, ga je naar de systemische laag. Wat je daar aanraakt, kun je vervolgens onmiddellijk op het niveau van de persoonlijkheid integreren.

Het systemische werk wordt hierdoor dus minder vaag en ongrijpbaar, het wordt tastbaar en concreet. Je kunt bij een opstelling met poppetjes steeds je aandacht gericht houden op je cliënt en al haar verbale en non-verbale signalen in de gaten houden (die poppetjes gaan immers niet uit zichzelf bewegen of praten). Je kunt tijdens de opstelling blijven communiceren met je cliënt in woord en gebaar (het hoeft niet in stilte te gebeuren waarin 'het veld' zijn werk moet doen). Je kunt verschillende woorden en zinnen uitproberen totdat je merkt dat de cliënt de beweging maakt die de verstrikking opheft.

Een voordeel van het werken met poppetjes is ook dat je cliënt zich niet hoeft bloot te geven in een groep. Zij hoeft zich niet over te geven aan de dynamiek van een opstelling met representanten, waarin representanten mogelijk ook stukjes van hun eigen problematiek inbrengen.

1.2 Uitgangspunten Beeldkracht

Uitgangspunt van de Beeldkracht-methodiek is dat de oorzaken van problemen maar zelden in het nu liggen. Het heeft dan ook weinig zin om alleen naar het hier en nu te kijken en nieuw gedrag aan te leren dat alleen de oppervlakte raakt. Het is noodzakelijk om problemen aan te pakken bij de wortels. Die zijn meestal te vinden in de jeugd, de opvoeding en het familiesysteem, maar ook in het voldoen aan de ongeschreven cultuurregels in de samenleving.

Door die boodschappen en ervaringen in het verleden zijn patronen ontstaan in denken, voelen en handelen. Het is als begeleider vaak niet eens nodig om precies te weten wat er in het verleden is gebeurd. Het is meestal voldoende om te zien wat de patronen zijn. Van daaruit kun je op onderzoek gaan: is het een patroon dat iemand binnen haar eigen persoonlijkheid zou kunnen 'keren' (een persoonlijk trauma bijvoorbeeld) of is het een patroon dat vanuit het familiesysteem komt en waarvoor dus een interventie in het familiesysteem nodig is? Of vraagt het dat je cliënt meer afstand neemt van de waarden en normen van de (sub)cultuur waartoe zij behoort?

Als een cliënt zichzelf niet een enkel keertje wegcijfert maar vrijwel altijd, is er sprake van een hardnekkig patroon. En ander voorbeeld is als het bijna niet lukt om rekening te houden met anderen. Dan is het nodig om interventies te doen in beide systemen: zowel in het familiesysteem als in het systeem van de persoonlijkheid. Je kunt vervolgens ook nog kijken of het gaat om een patroon dat in de samenleving verankerd is (ouderwetse man/vrouwrollen bijvoorbeeld, die niet resoneren met de persoonlijkheid van je cliënt). Het kan je cliënt dan helpen om een beroep te doen op een steunende, vernieuwende kracht, zoals de maatschappelijke beweging voor meer gelijkwaardigheid of een (spirituele) leraar met een passend gedachtegoed.

1.3 Wat gebeurt er als je met Beeldkracht werkt?

Beeldkracht biedt zowel een analytisch model als gereedschap om verandering te realiseren. Werken met Beeldkracht zorgt voor zelfaanvaarding, doordat de cliënt zichzelf ziet met haar goede en slechte eigenschappen en haar innerlijke tegenstrijdigheden: spijt, trots, twijfel, besluitvaardigheid, verdriet, woede, angst en zorgzaamheid. De cliënt ervaart dat alles erbij hoort en alles naast elkaar bestaat. Het maakt helder dat ze hier en nu een compleet mens is. Zij leert om haar eigenschappen te erkennen, zodat ze niets van wat ze ervaart hoeft weg te drukken. Ze hoeft niet te kiezen tussen verschillende gevoelens, zoals liefde en angst. Ze leert om het allebei te omarmen. Je geeft haar een platform om alles in zichzelf te zien én je geeft haar gereedschap om voortaan op een ontspannen manier sturing te geven aan haar (tegenstrijdige) eigenschappen en gevoelens.

Werken met Beeldkracht laat je cliënt ervaren hoe ze haar eigen verantwoordelijkheid kan nemen voor haar gedachten, gevoelens en gedrag. Je cliënt krijgt direct de middelen in handen om die verantwoordelijkheid om te zetten in concrete actie.



Als je ziet dat je de wereld wilt redden (superman) en een voorkeur hebt voor doelgericht bezig zijn (vrouw met pijl) snap je nog beter dat je moeite hebt met ontspannen.

Het is een methodiek waarmee je cliënten een gedetailleerde en heldere spiegel voorhoudt zonder dat er veel gepraat hoeft te worden over het 'waarom' van de dingen. En omdat iedere cliënt zelf de poppetjes en figuurtjes kiest die haar situatie in beeld brengen, is het een uiterst persoonlijke en 'vrije' methode. De basisstructuur wordt in ieder gesprek volledig ingevuld door de cliënt.

Als je een cliënt hebt die in sprookjes gelooft, en ze snapt dat ze dat doet, is dat een mentaal besef. Maar pas wanneer je een Disney-prinsesje neerzet om dat deel van de cliënt dat in sprookjes gelooft in beeld te brengen, ervaart zij echt hoe ze zichzelf voor de gek houdt. Dan dringt tot diep in haar binnenste door dat ze als volwassen vrouw de regie van haar leven uit handen geeft aan een Disney-prinses. En dat die Disney-prinses niet de juiste beslissingen voor haar zal nemen.

Dat besef leidt tot de noodzaak om zelf meer regie te nemen over de verschillende aspecten van zichzelf. Met Beeldkracht ervaren cliënten dat zij de leiding hebben over de verschillende aspecten van hun persoonlijkheid en dat ze kunnen kiezen wanneer ze die inzetten, in plaats van dat die aspecten hun emoties en reacties bepalen.

Het beeld brengt de concrete realisering van de eigen waarheid. Bewustzijn, aanvaarding en regie tegelijk. Mensen voelen diep in hun cellen ontspanning, verandering en erkenning van wie ze zijn en wat ze hebben meegemaakt. Dat maakt Beeldkracht bijzonder oplossingsgericht.

1.4 De resultaten van het werken met Beeldkracht

Beeldkracht geeft je cliënt een helder beeld van zichzelf zodat ze zich op een nieuwe manier tot zichzelf kan verhouden. Zonder te verklaren, zonder te analyseren, zonder betekenis te geven en zonder te oordelen ervaart de cliënt zichzelf in een nieuw perspectief.

Zodra je zichtbaar maakt wat iemand voelt, denkt en hoe zij zich gedraagt, dan verandert er iets. Doordat je cliënt naar haar gevoelens, gedachten en gedrag kan kijken, gaat er meteen iets schuiven. Het zien van en kunnen schuiven met de poppetjes geeft een totaal ander effect dan wanneer je er alleen maar over praat. Alsof de tastbare vorm ervan ook daadwerkelijk ruimte geeft aan de

cliënt om afstand te nemen van en zelfs te spelen met haar eigenschappen. Identificatie met delen van de persoonlijkheid vermindert, en afkeuring van delen van de persoonlijkheid verandert in neutraler waarnemen ervan.

De opgestelde poppetjes geven je cliënten ook na de sessies een geweldig ankerpunt. Ze hoeven alleen maar bepaalde beelden in hun herinnering op te roepen of naar een foto te kijken. Tegenwoordig heeft iedereen een mobiele telefoon om even een foto te maken van de opstelling om de ondersteunende beelden altijd bij zich te dragen. Je kunt specifieke foto's laten maken van bepaalde aspecten of van symbolische handelingen, zodat je cliënt ook in lastige situaties via dit beeld herinnerd wordt aan de 'nieuwe' manier van reageren op haar eigen gevoelens die ze tijdens de sessie heeft geleerd. Haar gevoel van regie wordt actief aangeboord en ze weet weer wat haar te doen staat.

Naast deze nieuwe mogelijkheid van het overzien van meerdere aspecten van de persoonlijkheid tegelijk, gaat de cliënt ook naar huis met een systemische verschuiving. Zij heeft ervaren welke innerlijke bewegingen leiden tot het innemen van de eigen plek en het zich bevrijden van de overgenomen lasten en positie van anderen.

1.5 Met wie kun je werken met Beeldkracht?

Eigenlijk kunnen de meeste mensen er wel mee uit de voeten, behalve mensen die echt niet in abstracties en symbolen kunnen denken. De methode is zeer geschikt voor beelddenkers, omdat hun brein sowieso beter reageert op beelden dan op woorden. Voor mensen met een hoog IQ is Beeldkracht een verademing. Zeer intelligente mensen blijven vaak in hun hoofd ronddraaien met het verzinnen van verklaringen en oplossingen. Ze worden door de methodiek gedwongen om ook hun gevoelens te gaan ervaren. De verbinding tussen hoofd, lichaam en gevoel wordt daardoor versterkt. Een intellectueel georiënteerde cliënt kan vaak gemakkelijk met Beeldkracht uit de voeten, omdat erbij gepraat kan worden. Zij hoeft geen afstand te doen van haar verstand, zoals in veel uitsluitend op het lichaam gerichte technieken. Het denken zelf wordt namelijk geïncorporeerd: je kunt het in beeld laten brengen als één aspect van de persoonlijkheid. Juist door te zien welke rol de Denker speelt in hun leven, kunnen intelligente mensen de keuze maken om ook andere delen van zichzelf meer aandacht te geven.

Uiteraard is het ook mogelijk om met kinderen met Beeldkracht te werken. Waarschijnlijk zullen zij nog sneller associëren. Ook zijn hun patronen van denken, voelen en handelen korter ingesleten, zodat ze makkelijker in beweging te brengen zijn.

Wanneer is Beeldkracht geschikt voor jou als coach/therapeut? Als je:

- oplossingsgericht bent;
- creatief bent;
- intuïtief bent;
- kunt verdragen dat mensen diepe emotionele pijn hebben;
- in staat bent om niet te oordelen over gevoelens van anderen;
- keer op keer ook jezelf wilt en durft te onderzoeken;
- bereid bent om onaardig gevonden te worden door je cliënten;
- helder kunt redeneren;
- nieuwsgierig bent en tegelijk ook je nieuwsgierigheid kunt bedwingen;
- je cliënt kunt laten stoppen met praten en uit emoties kunt halen;
- je cliënt kunt spiegelen vanuit je eigen directe waarnemingen;
- niet meegaat in de pijnvermijdende strategieën van je cliënt;
- een beetje 'sadistisch' durft aan te sturen op het ervaren van pijn;
- de vluchtroutes van je cliënt stuk voor stuk durft af te snijden, zodat de cliënt in aanraking komt met zowel de pijn als de vreugde die zij uit alle macht probeert te vermijden.

Wanneer is Beeldkracht ongeschikt voor jou als coach/therapeut? Als je:

- van een zeer gestructureerde methodiek houdt, waar je je cliënt keer op keer in een vaste volgorde stap voor stap mee doorheen kunt nemen;
- behoefte hebt aan zekerheid en graag werkt met lange trajecten: met Beeldkracht heb je soms in één sessie iemand al op het goede spoor gezet;
- denkt dat de cliënt zelf haar oplossingen wel vindt, als je maar de juiste vragen stelt. Beeldkracht vraagt van je dat jij stappen zet om actief blinde vlekken zichtbaar te maken;
- niet echt sturend of dwingend durft te zijn. Je zult immers moeten zorgen dat er dingen gezien worden die de persoon zelf, of het familiesysteem liever verborgen houden. Vaak is er generaties lang in geïnvesteerd om het zo te houden als het is. Dat vraagt van jou dat je om kunt gaan met alle mogelijke soorten van weerstand.

1.6 Opbouw van dit boek

In dit boek neem ik je eerst kort mee langs de vier pijlers van beeldkracht, om je een theoretische basis te geven. Je leest over de drie systemische ijkpunten (iedereen hoort erbij, iedereen heeft een eigen plek en er is balans tussen geven en nemen) en hoe je verstoringen in het systeem herkent en herstelt. Daarna laat ik je meelopen in de fasen van een sessie met Beeldkracht.

Vervolgens komt de meer theoretische onderbouwing aan bod: eerst de systemische verstrikkingen en hoe je ze kunt herkennen. Ook rubriceer ik verstoringen binnen algemeen bekende therapeutische kaders, zoals het kader van bindingsangst en verlatingsangst. Vervolgens laat ik zien hoe je daar dan met Beeldkracht mee kunt werken.

In het daarop volgende hoofdstuk krijg je een paar uitgebreide voorbeelden van werken met de vier belangrijke leeftijden van het innerlijke kind, het begeleiden van een man die te weinig seks heeft in een relatie, het werken met transgenerationale trauma's (zoals slavernij) en het begeleiden van slachtoffers van seksueel geweld.

Het boek sluit af met een aantal tips voor begeleiders, een boekenlijst en twee lijsten met basismateriaal voor opstellingen. Bij het boek zit ook een vel met poppetjes die je zelf in elkaar kunt zetten en waarmee je dus meteen aan de slag kunt. Iedere Beeldkracht-coach zal zelf een eigen verzameling van poppetjes bij elkaar brengen en zo haar eigen unieke coachingsmateriaal creëren.

