

Mijn Land

Een workshop
De methodische beschrijving



'Mijn Land' is een beeld, een verhaal, een spel.

'Mijn Land' is een metafoor.

'Mijn Land' is mijn lijf, mijn geschiedenis, mijn ambitie.

'Mijn land' dat ben ik.

'Mijn Land' is een zelfportret in de vorm van een landkaart. Als de kaart af is, kan de reis beginnen.

Eindhoven, juni 2011
Auteurs: J. Lucassen & T. Remijn

Carte Blanche	
--------------------------	--

Voorwoord

Voor u ligt het rapport met een methodische beschrijving van de workshop 'Mijn Land', getiteld *'Mijn Land' Een workshop*. Een workshop die aangeboden wordt door Stichting Carte Blanche. Stichting Carte Blanche is een stichting die 'lastige' talenten de ruimte geeft om (te leren) zich uit te drukken in theater-, beeldende- en dichtvormen. Deze 'lastige' talenten worden zo genoemd, omdat ze door de buitenwereld zo worden bekeken, niet omdat ze zelf lastig zijn.

Allereerst nogmaals het gedichtje wat op de voorzijde van dit rapport beschreven staat.

*'Mijn Land' is een beeld, een verhaal, een spel.
'Mijn Land' is een metafoor.
'Mijn Land' is mijn lijf, mijn geschiedenis, mijn ambitie.
'Mijn land' dat ben ik.*

'Mijn Land' is een zelfportret in de vorm van een landkaart. Als de kaart af is, kan de reis beginnen.



De reden dat dit rapport met dit gedichtje start, is vrij simpel. Dit gedichtje omschrijft namelijk in een paar korte regels waar het binnen de workshop 'Mijn Land' om draait. Echter, dit gedichtje geeft niet voldoende informatie om te weten wat de workshop 'Mijn Land' inhoudt, wat het doet met een deelnemer, en wat daarin belangrijk is. Kortom, dit gedichtje geeft niet de meerwaarde van de ervaren baat (Baart 2001) van de workshop 'Mijn Land' weer. Vandaar dat er in dit rapport een volledige methodische beschrijving wordt gegeven van de workshop 'Mijn Land', aan de hand van de presentietheorie en de theorie van rehabilitatie in herstel.

Om alvast een beeld te krijgen van hoe een land, gecreëerd in de workshop 'Mijn Land' eruit kan zien, zijn in dit voorwoord twee bijzondere landen opgenomen; onze landen. Aan de hand van deze landen hebben wij een proces doorgemaakt. Dit proces heeft voor ons persoonlijk veel betekend, maar ook in het kader van het onderzoek wat wij uitgevoerd hebben ten behoeve van de Stichting Carte Blanche met betrekking tot de workshop 'Mijn land', is het van groot belang geweest. Naar aanleiding van onder andere deze landen en



het bijbehorende proces, is dit rapport tot stand gekomen. Op de voorpagina zijn nog allerlei kleine delen te zien van landen die er zijn gemaakt in de workshop waar wij aan deel hebben genomen.

Allereerst zal in dit rapport de workshop 'Mijn Land' ingeleid worden met een stukje 'reisverhaal'. Door de deelname aan de workshop 'Mijn Land' hebben we ervaren wat de workshop voor iemand kan betekenen. Dit is in verhaalvorm, naar aanleiding van de persoonlijke ervaringen, weergegeven.

Vervolgens wordt er stil gestaan bij de inhoud van de workshop aan de hand van de vijf fases waar de workshop uit is opgebouwd, om inhoudelijk inzicht te geven in de workshop 'Mijn Land'. Daarnaast zal er kort stil worden gestaan bij de verschillende oefeningen en interventies die in de workshop 'Mijn Land' worden ingezet.

In de daarop volgende hoofdstukken wordt aan de hand van de presentietheorie en aan de hand van de theorie van rehabilitatie en herstel stilgestaan bij de ervaren baat en de meerwaarde van de

workshop voor de deelnemers. Tevens wordt de werkwijze van de professionals uiteen gezet. Het resultaat van de workshop is namelijk geënt op de houding en werkwijze van de professionals.

Tot slot wordt er stilgestaan bij wat de workshop 'Mijn Land' bijdraagt of bij zou kunnen dragen aan de samenleving, en aan de wereld van zorg.

Deze methodische beschrijving van de workshop 'Mijn Land' is bedoelt de ervaren baat en de meerwaarde van de workshop 'Mijn Land' voor de deelnemer, te omschrijven in termen van zorg. Dat is wat de professionals aan de hand van de workshop 'Mijn Land' verlenen aan hun deelnemers: zorg.

In dit rapport wordt gebruik gemaakt van citaten, die komen uit de gesprekken die we met de professionals hebben gehad. In overleg met de opdrachtgever is besloten de namen van professionals bij de citaten te vermelden.

Een laatste opmerking. In dit rapport zijn ter illustratie verscheidene voorbeelden uiteen gezet, die uit de workshop 'Mijn Land' komen waar onderzoekers ook deel aan hebben genomen. Vanwege de verschillende persoonlijke processen en verhalen die tijdens de workshop naar buiten zijn gekomen, is er wegens de privacy van de deelnemers besloten de namen te fingeren.

Dit rapport is samengesteld ter informatie voor iedereen die interesse heeft in de workshop 'Mijn Land' en in de Stichting Carte Blanche. Wij hopen dat het veel goeds mag brengen voor de Stichting en voor de toekomstige deelnemers van de workshop 'Mijn Land'. Wij, als onderzoeker en als deelnemers gunnen iedereen zo'n onvergetelijke ervaring als deze. Dat wil niemand niet missen.

Namens Stichting Carte Blanche,

Tinke Remijn en Jolijn Lucassen

Inhoudsopgave

Voorwoord	Blz. 2
1. Het begin van onze reis	Blz. 5
2. 'Mijn Land' als metafoor	Blz. 6
2.1 Het gebruik van metaforen aan de hand van de Gestaltpsychologie	Blz. 6
2.2 De metafoor 'Mijn Land'	Blz. 6
2.2.1. De werking van de metafoor 'Mijn Land'	Blz. 6
2.3 De metafoor 'Mijn Land' gezien vanuit de visie van kunst	Blz. 8
2.4 De metafoor 'Mijn Land' gezien vanuit de visie van zorg	Blz. 8
3. De vijf fases van de workshop 'Mijn Land'	Blz. 10
3.1. Fase 1: het schilderen van het land zelf	Blz. 10
3.1.1. Verhaal van de keizer	Blz. 10
3.1.2. Schilderen van je binnenland	Blz. 10
3.2. Fase 2: Schilderen van je buitenwereld	Blz. 10
3.3. Fase 3: het interview	Blz. 10
3.4. Fase 4: het spel	Blz. 11
3.5. Fase 5: de presentatie	Blz. 12
4. Onderdelen van de workshop 'Mijn land' met bijbehorende functies	Blz. 12
5. De workshop 'Mijn Land' en Presentie	Blz. 16
5.1 Randvoorwaarden van de workshop	Blz. 16
5.2 De workshop 'Mijn Land' aan de hand van de vier fases van Baart	Blz. 19
5.2.1 Fase 1: Zorgbereid worden	Blz. 20
5.2.2 Fase 2: Zich tot zorg verbinden	Blz. 28
5.2.3 Fase 3: De zorg identificeren	Blz. 32
5.2.4 Fase 4: De zorg verlenen	Blz. 40
5.3 De workshopleider als postbode	Blz. 53
6. De workshop 'Mijn Land' en Rehabilitatie en herstel	Blz. 54
6.1. Rehabilitatie	Blz. 54
6.2. Herstel	Blz. 54
6.3. Rehabilitatie en herstel binnen Carte Blanche tijdens de workshop 'Mijn Land'	Blz.55
7. De workshop 'Mijn land': Een plaats in de samenleving en zorg	Blz. 59
7.1 'Mijn Land' en de deelnemer	Blz. 59
7.2 'Mijn Land' en de omgeving van de deelnemer	Blz. 59
7.3 'Mijn land' en de professionals	Blz. 60
7.3.1 De professional als workshopleider	Blz. 60
7.3.2 De professional in de zorg	Blz. 60
7.4 'Mijn Land en vertier'	Blz. 60
Literatuurverwijzing	Blz. 62
Bijlagen	
- Reisverhaal Tinke Remijn	Blz. 64
- Reisverhaal Jolijn Lucassen	Blz. 70

Hoofdstuk 1: Het begin van onze reis

Het begint. Vandaag begin het echt. We lopen het terrein van Stichting Carte Blanche op. Dit zal de komende tijd voor ons de thuishaven zijn, waar wij gaan deelnemen aan de workshop 'Mijn Land'. Ontzettend spannend! Wat ons te wachten staat, weten we geen van beide. Welke kant het op zal gaan, is voor ons beide een raadsel. Maar we hebben er zeker zin in. Vandaag begint het echt.

Wat onzeker stappen we het gebouw van Carte Blanche binnen. We worden uitgenodigd voor een lekkere kop thee, aan een grote ronde tafel in de serre. Langzaam druppelen de andere deelnemers binnen. Sommigen kennen elkaar al, anderen nog niet. Wij kennen ook alleen elkaar. De rest is nieuw, vreemd. Het voelt wat onwennig. Maar al snel raakt iedereen met elkaar aan de praat. De eerste drempel is genomen.

Het gebouw wordt verkent en al vrij snel zitten we in het lokaal waar we vandaag gaan werken. Het is een groot lokaal, met weinig spullen. Niet zoals alle andere lokalen van het gebouw, waar overal kunstwerken en andere interessante voorwerpen te vinden zijn. Dit lokaal is leeg. Hier staan wij in de belangstelling. Hier draait het om ons, om onze landen, om ons proces, wat dat dan ook mag inhouden.

'Het verhaal van de keizer. De Keizer stond op het bordes van zijn paleis en keek uit over de binnenplaats.' Met een diepe stem draagt de workshopleider het verhaal voor. Iedereen luistert ingespannen. Wij ook. Alle blikken zijn op de workshopleider gericht en als hij klaar is, is het even heel stil. Niemand zegt iets. Het lijkt alsof het allemaal nog even moet doordringen, en iedereen zit diep in zijn gedachten verzonken. Dan gaat de muziek aan. Het is tijd om op te warmen. Tijd om te beginnen.

Het opwarmen voelt goed, een beetje onwennig, maar goed. Na wat oefeningen, waarin we elkaar beter leren kennen, worden er door de workshopleider grote vellen wit papier op de grond gelegd. Iedereen mag zijn eigen plekje uitzoeken en gaan liggen zoals hij of zij wil. De muziek gaat weer aan en we liggen allemaal te luisteren. Ontspannen op een groot vel papier op de grond. Aan de rand van het ontstaan van een nieuw land. 'Mijn Land'.

Iedereen ligt stil. Heel stil. Sommigen met hun ogen dicht, anderen niet. Sommigen met hun schoenen uit, anderen niet. De heerlijk rustgevend klinken van muziek speelt op de achtergrond en het lijkt alsof iedereen langzaam wegdroomt. De workshopleider, als machtige schepper, neemt plaats bij het eerste vel. Langzaam trekt hij de contouren van het eerste lichaam en creëert daarmee het eerste land. Wij zijn nog lang niet aan de beurt, maar blijven rustig liggen, genietend van wat er om ons heen gebeurt. Heel langzaam komt er beweging in de zaal. De eerste mensen staan op. Bekijken hun land en dat van anderen. Dan is het onze beurt. Het is voelbaar hoe de workshopleider met een kwast langs je lichaam gaat en zo de contouren trekt van je lichaam. Het voelt vreemd, magisch bijna. Nog even blijven we liggen. Sommigen vinden het wel prima zo, anderen willen er het liefst zo snel mogelijk vanaf. Dat verschilt per persoon, maar maakt het wel persoonlijk, maakt het land persoonlijk. En dat grote witte vel, was nu ineens een landkaart geworden. Een landkaart, met een land dat nu nog wit was, maar wat al vrij snel een geheel eigen vorm en inhoud zou gaan krijgen.

Kwasten worden verzameld, paletten worden samengesteld. De bodem. Elk land heeft immers een bodem. Hoe ziet die van ons eruit? Twijfels. Het duurt even voordat de eerste strepen op het vel terecht komen, maar eenmaal begonnen lijkt er geen houden meer aan. Het land krijgt vorm, het land krijgt inhoud. Kleuren worden gemengd, met elkaar, met water. Strepen verf naast elkaar, maar ook lagen over elkaar heen en juist door het gebruik van andere materialen gebeurde er ook iets op dat vel papier. En ineens, begon ieders land vorm te krijgen. Er ontstonden plekken in de Landen, waar het gevaarlijk was, waar het prachtig was, warm was, verkoelend was. Er ontstonden bossen, zeeën, vulkanen en weiden vol met bloemen. 'Mijn Land' kreeg vorm. Wanneer was dat gebeurt? Welke verfstreep, welke kleur, welk moment was dat geweest? Niemand heeft een idee, maar iedereen verbaast zich over zijn eigen creatie. Over 'Mijn Land'.

De hele vloer ligt bezaaid met prachtige, kleurrijke landen. Landen die vragen om een verhaal, die vragen om een reis. Een reis door je eigen land. Een reis door 'Mijn Land'.

Hoofdstuk 2: 'Mijn Land' als metafoor

De workshop 'Mijn Land' is gebaseerd op een metafoor. Het is een zelfportret in de vorm van een landkaart. Alvorens het belang en de werking van de metafoor 'Mijn Land' uit te leggen, staan we eerst kort stil bij de Gestaltpsychologie, waar het gebruik van metaforen vandaan komt.

2.1 Het gebruik van metaforen aan de hand van de Gestaltpsychologie

Volgens de professionals die de workshop 'Mijn Land' ontwikkeld hebben, komt het gebruik van metaforen uit de Gestaltpsychologie. De basisprincipes van de Gestaltpsychologie vormen een werkbaar kader voor diverse veranderingsprocessen binnen groepen, organisaties en individuen. Het werken met metaforen, komt voort uit het feit dat de Gestaltbenadering ervan uit gaat dat een object nooit op zichzelf staat maar altijd in contrast met zijn omgeving. Gestalt staat voor het samenhangend geheel dat kenmerkend is voor het waarnemingsproces van de mens. Dat gestaltevormingsproces gaat over het algemeen vanzelf bij mensen, maar sommige ervaringen kunnen zo pijnlijk zijn, dat ze op de achtergrond blijven. Juist door het gebruik van metaforen kan deze ervaringen naar voren gehaald worden. *'De grondgeachte hierbij is dat iemand niet ergens naar toe kan gaan als hij niet eerst weet waar hij zich bevindt.'* (Nederhof en Vane, 2009, p.36).

Nederhof en Vane (2009) omschrijven het begrip metafoor als volgt: *'Een metafoor verbindt twee situaties die ogenschijnlijk niets met elkaar te maken hebben. (...) Een metafoor verwijst naar een symbolische situatie.'* (Nederhof en Vane, 2009, p. 14). Achter het gebruik van elke metafoor zit een bepaalde zienswijze. Men gebruikt metaforen, omdat men niet aan alle gevoelens en gedachten woorden kan geven. Het gebruik van een metafoor biedt dan juist de mogelijkheid deze gevoelens en gedachten te omschrijven. Het gebruik van een metafoor geeft namelijk de mogelijkheid aan de hand van een symbolische omschrijving of een symbolisch beeld een bepaalde sfeer, zienswijze of beeld op te roepen, van waaruit het gevoel of de gedachte van de cliënt kan worden gezien of beleefd, want je kunt namelijk iets herkennen in het symbolisch beeld, een geur, een gevoel, een beleving. Het is hierbij belangrijk te beseffen dat de metafoor niet als vergelijking kan worden gezien met wat de cliënt heeft omschreven. Het staat namelijk niet gelijk aan de situatie, maar symbool voor de situatie. *'We zien een aspect van onszelf of onze situatie als... (plaats hier de metafoor).'* (Nederhof en Vane, 2009, p. 15). Als je de metafoor op deze manier ziet, maakt het ook niet uit welke metafoor wordt gekozen of waar de metafoor vandaan komt. Juist hierdoor ontstaat er een ruimte, een afstand, waardoor je anders gaat kijken naar de situatie.

2.2 De metafoor 'Mijn Land'

De workshop 'Mijn Land' is een voorbeeld van een persoonlijke metafoor. (Nederhof en Vane, 2009, p. 26). De workshop 'Mijn Land' zegt namelijk iets over de deelnemer als individu, het is een zelfonderzoek. De workshop 'Mijn Land' geeft al de metafoor aan waarin je als deelnemer gaat werken, namelijk 'je eigen land'. Dit is voor iedereen hetzelfde. De overkoepelende metafoor wordt voor iedere deelnemer gebruikt. De deelnemer heeft niet een keuze om te kiezen voor een bepaalde metafoor waarvan hij vindt dat het bij hem past. De grootte van de metafoor, namelijk het creëren van je eigen land, biedt heel veel ruimte, waardoor dit geen probleem hoeft te zijn. Daarnaast is de invulling en de uitwerking voor iedereen anders, aangezien het land van iedereen er anders uit ziet. Daarin hebben de deelnemers wel de vrije hand, de metafoor biedt dus ruimte. Het lijkt hierdoor alsof de metafoor helemaal open ligt en geen sturing kent, en dat de deelnemer hem kan invullen zoals hij dat zelf wil. Maar dit klopt echter niet helemaal. De inhoud van het proces dat jij individueel als deelnemer doorloopt aan de hand van de metafoor, ligt open en is voor iedereen verschillend. Maar dit gaat wel aan de hand van vijf fases, die voor iedereen wel hetzelfde zijn. De metafoor kent namelijk wel een bepaalde opbouw en structuur om de deelnemer dat individuele proces te laten doorlopen. Deze vijf fases worden in hoofdstuk 3 uitgebreid beschreven.

De uitwerking van je eigen land, nodigt uit tot nadere verkenning. Wat zegt jou land nou over jezelf? De metafoor geeft de mogelijkheid een nieuwe zienswijze te ontwikkelen om probleemsituaties of andere mogelijke ervaringen op een andere manier te benaderen. Het geeft de mogelijkheid tot verandering.

2.2.1 De werking van de metafoor 'Mijn Land'

In de metafoor creëer je je eigen land. Dat land schildert je zelf, binnen de contouren van je eigen lichaam. Jij bepaald hoe het eruit ziet, of het bomen heeft, of er mensen wonen, enzovoort. *'Uit de lijnen en kleuren, tekens en structuren, wordt een perspectief zichtbaar*

waarin het klimaat, het landschap, de volksaard, de gevaren, de wetten, de gebruiken, de geschiedenis en uiteindelijk de bewoners zelf hun plaats krijgen.’ (Jung).

Het land wat de deelnemer creëert, staat symbool voor het leven van de deelnemer op dat moment, want de workshop ‘Mijn Land’ is een momentopname. Het zegt iets over de deelnemer, en hoe de deelnemer op dit moment in het leven staat. Juist hierdoor biedt het ruimte om in de toekomst te komen tot verandering. Het ligt niet vast, het is veranderbaar. Door het eigen land te verkennen, onderzoekt de deelnemer de symbolische betekenissen van de dingen die de deelnemer tijdens zijn tocht door zijn land tegenkomt. Door deze symbolische betekenissen te onderzoeken, onderscheidt de deelnemer steeds meer details in zijn eigen land. Zo komt de deelnemer er bijvoorbeeld achter dat het ene niet los staat van het andere. Het water is er bijvoorbeeld, omdat er in het bos vuurtjes worden gestookt. Door het onderscheiden van die details wordt het totaalbeeld duidelijker, en wordt wat eerst vaag en onderbelicht bleef, nu helder en scherp. Doordat het land van de deelnemer symbool staat voor hoe de deelnemer op dat moment in het leven staat, wordt de deelnemer zich daar ook bewust van. De deelnemer is in staat nuances te onderscheiden, en daarmee ook nieuwe inzichten en mogelijkheden te zien. De metafoor ‘Mijn Land’ creëert hiermee nieuwe ruimte, om op een andere manier tegen bepaalde onderwerpen of ervaringen aan te kijken, en er iets mee te kunnen doen. De deelnemer gaat hier door die onderwerpen of ervaringen ook minder zwart-wit zien.

Door het nieuwe perspectief wat zich heeft ontwikkeld op de ervaringen of problemen die de deelnemer heeft ervaren in zijn leven, is de deelnemer er minder op gefixeerd. Het gevolg daarvan is dat de deelnemer nieuwe verhoudingen vindt ten opzichte van zijn omgeving. Het probleemoplossend vermogen is hierdoor toegenomen, aangezien de deelnemer nieuwe mogelijkheden ziet om ermee om te gaan. Doordat de deelnemer zijn leven uitdiept aan de hand van de metafoor ‘Mijn Land’, wordt het leven duidelijker, en is mogelijkheid tot verandering.

Bovenstaande wordt toegelicht aan de hand van een voorbeeld uit de workshop ‘Mijn land’ 2011.

In het land van Jolijn is het ontzettend druk en leven heel veel mensen. Al deze mensen worden aangestuurd door een aantal hele slimme mensen die zich bevinden in het blauwe heldere punt boven in het land. Jolijn zit daar zelf niet. Zij loopt mee in de massa mensen die lopen in haar land. Ze heeft geen invloed op wat die mensen beslissen. Daarnaast heeft het buitenland ook heel veel invloed op wat er in het land gebeurt. Het buitenland duwt het binnenland in de richtingen die het buitenland wil dat het land gaat. Het land ligt dus niet vast.

Soms heeft Jolijn genoeg van de drukte en vertrekt ze naar een plek waar dromen samenkomen. Niet iedereen weet die plek te vinden, je mag van geluk spreken als je hem vindt. Je loopt er tegen aan.

Symbolische betekenis:

Het feit dat Jolijn zich niet in het heldere blauwe punt bevindt die haar land besturen, en het feit dat het buitenland zoveel invloed heeft op het binnenland, komt voort uit het idee dat Jolijn geen regie heeft over haar eigen leven. Ze heeft het idee altijd beïnvloed te worden door anderen, en weet niet zeker of ze wel altijd haar eigen keuzes maakt of dat zij die keuzes maakt om anderen een plezier te doen. Daarnaast heeft ze het idee in heel haar leven nog niet voor haarzelf gekozen te hebben, voorkomend uit het feit dat ze toen haar ouders gingen scheiden de zorg voor haar zusje en broertje op zich nam en zich verantwoordelijk voor hen voelde. Zichzelf zette ze daarmee altijd op een tweede plaats.

Doordat dit verhaal in de metafoor naar boven kwam in bovenstaande omschrijving, bleek dat Jolijn ook een manier had gevonden om dat gevoel te omzeilen. Dit bleek niet de absolute, vaststaande waarheid te zijn, maar er bleek ook nog een andere manier te zijn om er tegen aan te kijken, een plek waar ze wel invloed had en waar ze wel haar eigen baas was, waar haar dromen samen kwamen. Nu ze hier achter is gekomen, is Jolijn in staat om ook in haar eigen leven keuzes die ze maakt anders te bekijken, en daarmee de keuzes die ze maakt op een juiste manier naar zichzelf te verantwoorden. Het overkomt haar nu niet meer allemaal, ze heeft er ook invloed op.

'De metafoor 'Mijn Land' brengt specifieke eigenschappen, levensvragen de ambitie en alle andere mogelijke delen van iemands persoonlijkheid in kaart. Maar het gaat zo ver en zo diep of wordt zo persoonlijk als iemand zelf wil. Iedere deelnemer heeft steeds de vrijheid om te zeggen: "Het gaat niet over mij, maar over mijn land". Het blijft een verbeelding, fictie, een product van iemands fantasie.

Hij of zij kan nooit worden aangesproken op de keuzes die er in het werkproces worden gemaakt. De anderen zijn in het proces de spiegel, het klankbord, maar – weer – alleen voor zover iemand dat zelf wil. Hoewel het hele project sterk individueel gericht is, kan 'Mijn Land' niet worden gemaakt zonder de hulp van anderen. Het hele werkproces bestaat bij de gratie van het feit dat alle deelnemers eenzelfde weg bewandelen, namelijk het vormgeven van hun eigen land. Keuzes en momenten in het werkproces beïnvloeden niet alleen degene die de keuzes maakt, maar ook degenen die de keuzes nog moeten maken.

Het is belangrijk dat je je kunt uiten, dat je kunt vertellen over je leven en die dingen die je belangrijk vindt kunt vormgeven. Op welke manier dan ook. Als dat lukt, als de verhalen, het spel en de presentatie persoonlijk zijn, is het doel van de metafoor bereikt.' (Jung).

Bovenstaande tekst, geschreven door Stefan Jung van Stichting Carte Blanche geeft aan wat de metafoor beoogt te doen, en wanneer het doel van de metafoor is bereikt. Iedereen kan deelnemen aan de metafoor, iedereen kan er iets van leren.

2.3 De metafoor 'Mijn Land' gezien vanuit de visie van kunst

In de documenten van Carte Blanche staat een metafoor als volgt omschreven: *'Metaforen zijn de voertuigen van kunstenaars om lagen in hun bewustzijn aan te boren die veel verder gaan dan het verstandelijk uitlegbare, ze stellen hen in staat om op een ander manier naar hun eigen motieven en drijfveren te kijken en zo ook naar de wereld om hen heen. Niet meer gestuurd worden door meningen en zonder meteen een oordeel te moeten hebben, niet zonder meer conformerend aan de maatschappelijke norm, maar vrij van angst, vrij.'* (Carte Blanche). Vanuit deze omschrijving van metafoor hebben de professionals alle metaforen die op dit moment gebruikt worden bij Stichting Carte Blanche, vorm gegeven. De professionals vinden het belangrijk om gebruik te maken van metaforen, aangezien iemand op deze manier zicht krijgt op zijn of haar creatieve mogelijkheden. Ook krijgt iemand de kans om de fantasie te bevrijden uit het keurslijf waarin we ons zo vaak gevangen voelen. De metaforen geven zicht op de verbeelding van het spanningsveld waarin iemands leven zich afspeelt.

Als je de metafoor bekijkt vanuit de visie van de kunst, zou je kunnen zeggen dat de vijf fases waaruit de workshop 'Mijn Land' bestaat, de deelnemer laat beleven hoe je kunst kunt creëren, en wat de meerwaarde of betekenis daarvan kan zijn voor hen en de buitenwereld. *'Het schilderij wat iemand maakt, verteld een verhaal. Om dit verhaal en het daarbij behorende land in een theaterpresentatie te plaatsen, definieer je voor iedere deelnemer het begrip kunst.'* (Stefan Jung). Deze vijf fases zijn in de workshop voor de uitwerking van de metafoor, van essentieel belang. De metafoor creëert en definieert dus kunst. Hierin is de begeleiding van de professionals en de houding die zij hierin aannemen van groot belang. Aan de hand van deze vijf fases, krijgt de workshop vorm, dit is de structuur voor de workshop, en voor het doorlopen van de metafoor. Voor het gemak, noemen we dit proces, het artistieke proces van de workshop 'Mijn Land'. De workshop 'Mijn Land' maakt het dus mogelijk om van eigen ervaringen en denkbeelden, kunst te maken. Voor de deelnemer heeft dit een tweezijdig resultaat. Namelijk:

- De deelnemer komt erachter wat het creëren van kunst inhoudt en dat degene op die manier iets kan bijdragen aan de samenleving
- De deelnemer leert zijn eigen ervaring en denkbeelden vanuit een andere manier te bezien, waardoor er een veranderingsproces op gang kan komen. Dit laatste laat zien dat er naast het creëren van kunst nog een proces aan de gang is tijdens de workshop, namelijk het proces van zorg.

2.4 De metafoor 'Mijn Land' gezien vanuit de visie van zorg

Gekeken vanuit de visie van zorg, en zoals we hierboven al hebben geconcludeerd, loopt er naast het artistieke proces nog een proces, namelijk het proces van zorg. Ook daarin zijn het doorlopen van die vijf fases in de workshop 'Mijn Land' en daarmee de uitwerking van de metafoor van essentieel belang. Het geeft namelijk structuur aan het zelfonderzoek waar iedereen doorheen gaat.

Dit proces van zorg is echter veel moeilijker te grijpen. Dit heeft twee redenen.

- Het proces van zorg gaat niet gelijk op met het artistieke proces, zoals hierboven is omschreven aan de hand van de vijf fases in de workshop. Je zou kunnen zeggen dat het proces aan alle kanten door dat artistieke proces heen loopt en geen rekening houdt met de fasering van de metafoor.
- Het proces van zorg is iteratief. Dat betekent dat het proces van zorg, op allerlei momenten kan worden ingezet, en daarnaast dat er binnen dit proces van zorg af en toe een stap terug moet worden gezet voordat men weer vooruit kan. Het is kenmerkend aan het proces van de zorg, dat er herhaling in zit, en dat er op elk punt in de workshop, in elke fase van de workshop, het proces van zorg kan starten, kan stoppen, of vraagt om een stap terug.

Het proces van zorg valt en staat ook met de houding en werkwijze van de professional. Dit proces van zorg vraagt namelijk heel veel van de professionals. De professionals passen zich namelijk voortdurend aan op de behoefte van de cliënt. Dit is geen lineair proces, zoals het artistieke proces wel is. Het is een proces waar geen vaste vorm voor te vinden is, een proces wat steeds weer verandert van vorm, en wat om een hele alerte en flexibele houding van de professional vraagt.

Om inzicht te geven in hoe de professional dit proces vorm geeft, hebben we ervoor gekozen om dit proces van zorg te beschrijven aan de hand van de vier fases, van waaruit Andries Baart (2001) in zijn presentietheorie de zorg beschrijft. De beschrijving van Andries Baart (2001) geeft echter wel de indruk dat dit om een lineair proces gaat. De fases volgen elkaar op, en de ene fase kan niet beginnen zonder eerst de andere fase te hebben doorlopen. Belangrijk is echter te beseffen dat dit proces geen lineair verloopt heeft tijdens de workshop! Zoals eerder benoemd, het blijft een iteratief proces. De professionals zijn constant bezig met het schakelen tussen de verschillende fases van zorg die Baart beschrijft. En dat is wat de houding van de professionals zo speciaal en ingewikkeld maakt. Het is ook een kunst, om dat in het proces van iedere deelnemer goed vorm te geven binnen de workshop. Het zit in de grote lijn in de workshop, maar het zit ook in de hele kleine dingen. Het is per deelnemer verschillend en het vraagt per deelnemer ook een heel andere aanpak. De beschrijving van de houding van de workshopleiders en daarmee van het proces van zorg wat optreedt tijdens het de workshop 'Mijn Land', aan de hand van de metafoor is te vinden in hoofdstuk 5.

Hoofdstuk 3: De vijf fases van de workshop 'Mijn Land'

In de workshop 'Mijn Land' zijn vijf fases te onderscheiden. Ze zijn elkaars logisch gevolg en overlappen elkaar deels. De fases zijn beschreven door de professionals van Carte Blanche. Deze fases zijn van essentieel belang in de workshop aangezien de metafoor op deze manier inhoud krijgt. En daarmee ook het proces van het creëren van kunst en het proces van zorg.

3.1 Fase 1: het schilderen van het land zelf

De workshop begint met het verhaal van de keizer. Hierin wordt aan de hand van het verhaal de metafoor uitgelegd aan de deelnemers, het is de start van de workshop.

3.1.1 Verhaal van de keizer

'Mijn Land' Een verhaal

De Keizer stond op het bordes van zijn paleis en keek uit over de binnenplaats. Hij had het altijd prettig gevonden daar te staan en na te denken over de toekomst van zijn rijk. En omdat de binnenplaats de vorm had van zijn rijk, vond hij als hij zo stond na te denken altijd die inspiratie, die hem in staat stelde om de juiste beslissingen te nemen. Het leek alsof hij aan de rand stond van een reusachtige landkaart van het gebied waarover hij regeerde.

De keizer was oud en zou spoedig sterven. Hij had geen kinderen en vroeg zich af aan wie hij zijn rijk zou nalaten. Neerkijkend op de binnenplaats kreeg hij het antwoord en wist hoe hij het welzijn van zijn onderdanen en de toekomst van zijn land veilig moest stellen. Hij zou zijn land verdelen onder zijn onderdanen. En zo geschiedde.....

De keizer riep zijn onderdanen bij zich en verzamelde hen op de binnenplaats. Hij gebod hen om op de grond te gaan liggen. Leden van de keizerlijke schildersgarde trokken ieders contouren. Daarna gaf hij zijn onderdanen de opdracht de contouren van hun eigen lichaam in te vullen alsof het een land was. Met landschapsoorten, wegen, steden rivieren een meren. De politieke constellatie moest worden aangegeven, de aard van de bewoners hun wetten en gebruiken, kortom alles moest zo worden ingevuld, dat ieder uitkijkendover zijn eigen land zou kunnen zeggen: "Ik ben mijn Land".

De onderdanen luisterden verbaasd naar de woorden van de oude keizer, keken eens naar de contouren van hun eigen lichaam, en gingen vervolgens aan het werk.

De een na lang nadenken, de ander zonder aarzelen. Ze lieten hun fantasie de vrije loop met de contouren van hun eigen lijf als inspiratie bron, precies zoals de keizer dat zoveel jaren had gedaan staande op het bordes van zijn paleis.

De keizer keek.

Toen het werk gedaan was, zag hij, dat de binnenplaats was veranderd in een reusachtige landkaart van een rijk, dat de prachtige verbeelding was van de wereld van zijn onderdanen: kleuren en vormen, zo verschillend maar perfect in evenwicht. De keizer kon nu rustig sterven in de wetenschap dat de verdeling van zijn land zo goed was.

3.1.2 Schilderen van je binnenland

Dit is de meest wezenlijke fase omdat het de basis is van de metafoor. De kleur van het land, de begroeiing en later de hele infrastructuur van wegen, steden, water en het klimaat: alles heeft te maken met die basis. Iedere verdere fantasie is een gevolg van de manier waarop en de plaats waar lijnen, vlakken en kleuren zijn aangebracht.

3.2 Fase 2: Schilderen van je buitenwereld

Als het land binnen de contouren, binnen de grenzen, 'af' is, wordt er gewerkt aan de achtergrond van 'Mijn Land'. Zo ontstaat spelenderwijs het verhaal van de grens: Hoe is de verhouding met de buitenwereld? Zijn de grenzen open? Is er uitwisseling tussen de buitenwereld en het land zelf? Etc.

3.3 Fase 3: Het interview

Als binnen- en buitenwereld van 'Mijn Land' hun uiteindelijke kleur en reliëf gekregen hebben, worden de abstracte lijnen en vlakken, de kleur en het reliëf omgezet in taal. Het schilderij wordt een landkaart waarop je plaatsen aan kunt wijzen waar je bent

geweest. De verhalen ontstaan naar aanleiding van de interviews. De vragen worden door de workshopleider en de andere deelnemers gesteld. Ze kunnen gaan over de volksaard, de wetten, de karakteristieken in het landschap. Ook over wat er nodig is om het land te bereiken en wat er gebeurt als iemand daar in slaagt.

3.4 Fase 4: Het spel

Als het verhaal verteld is wordt er een situatie of spel ontworpen dat wezenlijk is voor de sfeer of het karakter van 'Mijn Land'. Uitgangspunt daarbij is Het Reisverhaal, de beschrijving van een karakteristieke plek, een bepaalde inwoner of groep van inwoners.

3.5 Fase 5: De presentatie

Als het spel ontworpen is, de personages geboren zijn en voorzien van beweging, muziek en tekst, begint het instuderen, het repeteren van de presentatie, de voorstelling 'Mijn Land'. Door ieder wordt met behulp van de andere deelnemers aan een persoonlijke voorstelling gewerkt. Daarin spelen de anderen, die tijdens het hele proces klankbord zijn geweest, de steunende rollen, geleid door de regie van degene om wie het gaat.

- Stichting Carte Blanche / Stefan Jung -

Hoofdstuk 4: Onderdelen van de workshop 'Mijn land' met bijbehorende functies

Tijdens de workshop 'Mijn Land' is er een aantal elementen dat steeds terugkomt en dat van essentieel belang zijn om tot komen tot een goede uitwerking van de metafoor 'Mijn Land' in zowel het proces van creëren van kunst als in het proces van het verlenen van zorg. De vaste momenten, en de oefeningen en interventies die worden gedaan en uitgevoerd, dragen onder andere bij het aan het creëren van een veilige omgeving, waarin vertrouwen en ruimte om jezelf te zijn van groot belang is.

Aan de hand van onze eigen deelname aan de workshop 'Mijn Land' hebben we een selectie gemaakt van de momenten, oefeningen en interventies die van belang zijn. De toepassing en uitwerking van de oefeningen, zoals vertrouwensoefeningen wordt op verscheidene manieren gedaan, afhankelijk van wat de workshopleider denkt dat goed bij de groep past. Belangrijk om te beseffen is dat de oefeningen zoals hieronder beschreven niet op chronologische volgorde worden ingezet, maar ingezet op momenten dat de workshopleider het van belang vindt en de groep hierom vraagt.

Belangrijke momenten

➤ Binnenkomst met koffie en thee

Functies:

- Kennismaking;
- Wegnemen van spanning;
- Aftasten van elkaar: leren kijken en luisteren naar elkaar;
- Sfeer voelen: aftasten;
- Zonder oordeel leren kijken en luisteren;
- Waarnemen.

➤ Lunch

Functies:

- De lunch moet sfeer creëren;
- Verbondenheid met elkaar. Lunchen gebeurt aan de ronde tafel, dit zorgt voor gelijkwaardigheid;
- Ontspanning;
- Ontlading/oplading;
- In een andere sfeer met elkaar omgaan;
- Een eenheid vormen tussen alle mensen die rondlopen binnen Carte Blanche op dat moment.

Oefeningen

➤ Opwarming

Functies:

- Kennismaken met rituele gebeurtenissen van iedere workshopbijeenkomst;
- Gericht raken op je lijf;
- Bewustwording van je eigen lichaam;
- Leren dat je je lichaam kunt ontspannen, vooral voor mensen die veel mankeren, die snel moe zijn. Acceptatie dat die extra ballast ook van jezelf is. Bijvoorbeeld: leren om 'die buik' te dragen in plaats van iets wat aan je hangt als een soort tumor;
- Goed op de aarde te komen staan, contact met de aarde te krijgen;
- Bewegen is gezond, zowel lichamelijk als geestelijk;
- Voelen en ervaren dat er ruimte is om jezelf te mogen zijn.

➤ Spiegeloefening

Functies:

- Leren kijken en luisteren zonder oordeel;
- Aan de ene kant leren om jezelf over te geven en aan de andere kant initiatief te nemen;
- Manier om aan iemand aan te haken;
- Mogelijkheid om te kijken naar jezelf (bewustwording);
- Stimulering van samenwerking;
- Aanspreken van concentratie en focus voor elkaar (kijken naar elkaar);
- Gelijkwaardig worden als je de oefening goed uitvoert.

Eigen ervaring:

- Groei groepsgevoel.

➤ **Vertrouwensoefeningen**

Functies:

- Kijken en luisteren zonder oordeel is essentieel;
- Leren vertrouwen op de ander;
- Stimulering van samenwerking;
- Bewustwording van grenzen (van jezelf en die van anderen).

Eigen ervaring:

- Groei groepsgevoel.

➤ **Ontspanningsoefeningen en schilderoefeningen met betrekking tot de vier elementen vuur, water, lucht en aarde**

Functies:

- De vier elementen horen bij de workshop, omdat het met de aardbol te maken heeft, maar ook omdat je het terug ziet in je eigen lichaam. De lucht zijn je gedachten, de aarde staat voor je poep, eten, lijf, spieren en zweet. Het water staat voor alles wat stroomt en het vuur staat voor creatieve kracht. Als al die elementen in evenwicht zijn, heb je de ideale deelnemer. In de workshop is het belangrijk om met deze elementen bezig te zijn;
- De elementen spelen mee in hoe jij je land inricht (intuïtief).

➤ **Gezamenlijk schilderen**

Functies:

- Samenwerking stimuleren;
- Naar elkaar kijken;
- Ervaren van persoonlijke ruimte;
- Het maakt je bewust dat je aan de ene kant voelt dat je niet uniek bent, maar dat je verbonden bent met elkaar: je eigen werk 'onbelangrijk maken' (doorschuiven);
- Van elkaar leren;
- Leren om samen wat te maken.

➤ **Gezamenlijk gedichten schrijven**

Functies:

- Kijken zonder oordeel;
- Mensen leren hoe het is om met elkaar iets te maken;
- Intuïtieve keuzes laten maken;
- Bij iedereen stilstaan en daarmee de basis leggen, de denkrichting bepalen over hun eigen land;
- Benadrukken en onderstrepen dat wat je doet, goed is;
- Oefenmateriaal: alvast de eerste woorden geven aan je land.

Interventies met betrekking tot het schilderen en bepalen van de inhoud van het land

➤ **Omtrekken van de contouren van het lichaam**

Functies:

- De basis leggen voor je land;
- Verbinding maken met je eigen land;
- Verbondenheid met de workshopleider creëren, doordat de workshopleider de contouren van jouw land omtrekt;
- Symbolische start van de workshop: groots ritueel, dit is essentieel. Het begin van alles;
- Jezelf vast;
- Het moment dat je daar ligt, vergeet je nooit meer. Een ervaring voor het leven;

- Voor het eerst naar je eigen contouren kijken. Een confrontatie met jezelf.
- **Schilderen van het binnenland**
Functies:
 - Wennen aan het schilderen;
 - Ontwikkeling/zelfontplooiing;
 - Bezig zijn met je energiehuishouding, je eigen ding, zonder dat de hele tijd te relateren aan de buitenwereld;
 - Creatief bezig zijn;
 - Plezier en ontspanning;
- **Schilderen van het buitenland**
Functies:
 - Wordt snel geschilderd: niet te veel op inzoomen anders wordt je binnenland onbelangrijk;
 - Bij sommige deelnemers is de invloed van het buitenland erg belangrijk, dan is het manifest aanwezig;
 - Het buitenland is er wel, je hebt er fantasieën over, maar het is niet duidelijk. Je kijkt er tegenaan, je staat in je eigen land, hierdoor wordt het buitenland vager.
- **Huiswerkopdrachten voortkomend uit de interviews**
Functies:
 - Meer focussen op wat jezelf aangeeft;
 - Je te leiden naar de kern (workshopleider heeft deze kern vaak al gezien, door zijn ervaring en het goed kijken naar de deelnemer).
- **'Indianen' oefening** *(van toepassing op de laatste workshopdag: in een kring gaan zitten met de landen in het midden)*
Functies:
 - Eventuele laatste toevoegingen aan je land: in het proces kun je met iets zitten, waar je nog niet aan toe bent gekomen en wat wel belangrijk voor je is. Een kans om dit alsnog te benoemen.
- **Oefening met betrekking tot het uitvoeren van rituelen**
Functies:
 - Heeft te maken met het specificeren van iets, van wie jij bent;
 - Rituelen zijn de uitgangspunten waarmee je problemen oplost, het basisprobleem wat je hebt wordt zichtbaar.

Andersoortige interventies

- **Rondleiding**
Functies:
 - Deelnemers kennis laten maken met wie je bent, waar ze terecht zijn gekomen en wat Carte Blanche allemaal doet;
 - Topografische kennis geven van het gebouw: het gebouw kent veel kamers, trappen en gangen. Het is belangrijk te weten waar je je bevindt in het gebouw en dat je dat kunt plaatsen;
 - Veiligheid creëren: deelnemers leren dat het niet uit maakt hoe zij lopen, ze komen toch weer bij de ingang van het gebouw uit;
 - De ruimte eigen maken;
 - Indrukken van Carte Blanche opdoen.
 - *Uit eigen ervaring:*
 - Aanwakkeren van het groepsgevoel: je goed gaan voelen in een groep die je nog niet zo goed kent, aangezien je de groep nodig hebt in je proces.

➤ **Het verhaal van de keizer**

Functies:

- Ritueel: het verhaal hoort bij de workshop, een hoopvol verhaal: het geeft hoop;
- Als inleiding/start van het proces: nu kan de reis echt beginnen;
- Duidelijkheid geven over de metafoor 'Mijn Land';
- Toegankelijkheid creëren: bijvoorbeeld dat workshopleiders duidelijk maken dat er geen stomme vragen bestaan;
- Geboeid raken door het verhaal, maar ook door de manier van spreken van de workshopleiders. Het verhaal gaat leven.

➤ **Presentaties**

Functies:

- Resultaten zichtbaar maken aan publiek;
- Afsluiting van de workshop 'Mijn Land'.

Overige elementen

➤ **Muziek**

Functies:

- Kennismaking met verschillende culturen;
- Oproepen van bepaalde gevoelens/emoties;
- Sfeer bepalend;
- kennismaking met je eigen smaak.

Hoofdstuk 5: De workshop 'Mijn Land' en de Presentie

5.1 Randvoorwaarden van de workshop

De individuele processen die zich tijdens de workshop 'Mijn Land' afspelen hangen van verschillende factoren af. Deze factoren hebben allemaal effect op de sfeer die er tijdens de workshopdagen hangt en waarbinnen de individuele processen mogelijk worden. Je kunt bij deze factoren denken aan de deelnemers in de groep, aan de opbouw van de workshop, de thema's en de houding van de workshopleiders. Maar volgens Liesbeth Reeser en Stefan Jung, de workshopleiders zijn er twee belangrijke voorwaarden waaraan de sfeer tijdens de workshop moet voldoen. *Ruimte en veiligheid*. Gedurende de hele workshop worden aan deze twee voorwaarden gewerkt door de workshopleiders. Dit doen ze door zichzelf te zijn, een bepaalde houding aan te nemen en door oefeningen in te zetten. De voorwaarden zullen kort besproken worden om aan te geven waarom deze twee van belang zijn binnen de workshop.

Ruimte

Ruimte is op verschillende manieren heel belangrijk. Zo moet de ruimte waarin je werkt een ruimte zijn waarin je je op je gemak voelt. De ruimte heeft namelijk te maken met de sfeer die er hangt. Als je in een drukke ruimte bent, zul je minder geconcentreerd kunnen werken, als wanneer je in een ruimte bent waar het heel licht en rustig is. Bij de workshop was dit van belang. In de eerste bijeenkomst werden we rondgeleid door het gebouw. Dit had als bedoeling dat je weet waar je bent, dat je je kunt oriënteren en dat je weet waar je eruit kan als je weg wil. Liesbeth: *'Vooral in dit gebouw vind ik dat belangrijk want het is qua ruimtes best een ingewikkeld gebouw, met twee trappen en al die lokalen'*. Daarnaast is de ruimte belangrijk om kunnen werken, waar schildermaterialen zijn, waar een ruimte is om in op te warmen, te lunchen en met een groep te werken aan de landen van iedereen. Ruimte in letterlijke zin is dus een voorwaarde om een workshop zoals 'Mijn Land' te laten starten.

Maar ook ruimte in de zin van persoonlijke ruimte is een voorwaarde om de workshop 'Mijn Land' tot een succes te maken. De metafoor is daarin al een belangrijk element. *'Metaforen zijn de voertuigen van kunstenaars om lagen in hun bewustzijn aan te boren die veel verder gaan dan het verstandelijk uitlegbare, ze stellen hen in staat om opeens andere manier naar hun eigen motieven en drijfveren te kijken en zo ook naar de wereld om hen heen. Niet meer gestuurd door meningen en zonder meteen een oordeel te moeten hebben, niet zonder meer conformerend aan de maatschappelijke norm, maar vrij van angst, vrij.'* (Jung, S). Het belang van het ervaren van deze ruimte is dermate groot, dat het individuele succes van de workshop daarvan af hangt. Het streven van de workshopleiders is er op gericht de ruimte zo vorm te geven, dat je als deelnemer niet gaat piekeren over wat je schildert en je manier van schilderen over jou zegt. Je moet niet bang zijn om iets fout te doen. Op dat moment is het creatieve proces namelijk gestopt. Deze ruimte moet je als deelnemers kunnen ervaren en (durven) nemen om tot een creatief proces te kunnen komen en jezelf te ontplooiën. Deze 'ruimte' staat onder invloed van twee verschillende factoren; die van de groep en de onderlinge contacten, en van de houding, ervaring, interventies en persoonlijkheid van de workshopleiders. Je doorloopt altijd een proces tijdens deze workshop, het zal zeker weten iets met je doen, maar de mate van succes hangt af van de ruimte die jij ervaart om dat creatieve proces in te gaan.

Veiligheid

Persoonlijke ruimte is niet de enige factor waar het succes van de workshop 'Mijn Land' van afhangt. Als deelnemer moet je namelijk ook een bepaalde mate van veiligheid ervaren, wil je tot een creatief proces kunnen komen. In de workshop 'Mijn Land' staan je persoonlijke grenzen en de controle daarop constant onder druk. De wil om je te ontwikkelen en te ontplooiën staat tegenover de wil om het alles bij hetzelfde te laten, 'het veilige' zoals je dat nu kent. In principe zou je kunnen zeggen dat het Id constant in gevecht is met het Superego (Rigter, 2007). In de workshop 'Mijn Land' zit je voortdurend in dat spanningsveld, met aan de ene kant de ratio (de controle) en aan de andere kant de impuls.



Deze impuls streeft constant naar ontwikkeling, naar groei, naar het buiten de grenzen van je controle willen werken. Het Superego (je geweten) zorgt er echter voor dat je liever in die veilige zone blijft, waar niets kan gebeuren dat alles in de war kan schoppen. Veel angsten van mensen zitten namelijk van te voren al in iemands gedachten. Met die die angsten gaan mensen al een gesprek in. *'Als we het daar maar niet over hoeven hebben! Dit heeft iedereen. Het is een oerangst. Daarom moet je mensen vrij maken, ruimte bieden en de veiligheid bieden om daar even niet bij stil te staan'* (Stefan Jung). In de huidige samenleving is 'stilstaan' achteruitgang, waardoor je constant aan het schipperen bent tussen die veilige zone, en de wil om te ontwikkelen. Gedurende de workshop zit de deelnemer constant in dat spanningsveld. Er is een grote mate van het ervaren van veiligheid (en ruimte) nodig, om toch te kunnen komen tot die ontwikkeling. Ook deze veiligheid wordt gecreëerd onder invloed van twee factoren; dat van de groep en de onderlinge contacten, en van de houding, ervaring, en de persoonlijkheid van de workshopleiders. Ook hierbij zou je kunnen stellen dat het ervaren van deze veiligheid in dermate van belang is, dat je zonder deze veiligheid je niet optimaal kan en durft in te zetten voor je eigen proces. Het resultaat van persoonlijke ontwikkeling en groei zal daardoor minder groot zijn.

Na deze twee voorwaarden beschreven te hebben, komen we tot twee belangrijke conclusies.

1. *De houding, ervaring en de persoonlijkheid van de workshopleiders is van groot belang bij de vormgeving van de voorwaarden voor de workshop en bij het uitvoeren van de workshop zelf.* Aan de voorwaarden moet gewerkt blijven worden, om de workshop tot een succes te maken. Het kan namelijk door een oefening of door een bepaalde interventie zo beschadigd raken, dat iemand weer opnieuw veiligheid en ruimte moet kunnen ervaren om weer het creatieve proces in te stappen. De workshopleiders zijn daar de aangewezen personen voor, aangezien zij het proces bij iedereen op gang brengen en dit in de gaten houden. Door de interventies en de houding die zij aannemen, gaat de groep en gaan de deelnemers individueel allemaal een bepaalde kant op. Je zou kunnen zeggen dat de workshopleiders de functie hebben het effect van de metafoor bij iedereen in goede banen te kunnen leiden.
2. *De groep en de individuen in de groep zijn van grote invloed op hoe de groep functioneert, welke groepsthema's er een grote rol spelen en hoe ieder individueel tot z'n recht kan komen.* In een van de documenten die Carte Blanche heeft aangeleverd met informatie over de workshop 'Mijn Land' staat het volgende beschreven: *'Hoewel het hele project sterk individueel gericht is, kan 'Mijn Land' niet worden gemaakt zonder de hulp van anderen. Het hele werkproces bestaat bij de gratie van het feit dat alle deelnemers eenzelfde weg bewandelen, namelijk het vormgeven van hun eigen land. Keuzes en momenten in het werkproces beïnvloeden niet alleen degene die de keuzes maakt, maar ook degenen die de keuzes nog moeten maken.'* (Jung). De groep fungeert als een soort spiegel of klankbord, waardoor de deelnemer beter zicht krijgt op z'n eigen handelen en keuzes die hij maakt gedurende zijn reis.
De workshopleiders kunnen de voorwaarden veiligheid en ruimte nog zo goed vormgeven en beïnvloeden, maar als je dit niet kunt ervaren door de groep waarin je zit of door bepaalde personen die invloed op je hebben, dan is het nog heel moeilijk om als deelnemer tot een creatief proces te komen. Zo kun je niet met iedereen bepaalde vertrouwensoefeningen doen. Iemand geblinddoekt rond laten lopen is daar een voorbeeld van. De persoon die jou rondleidt door een ruimte, moet je vertrouwen. Als zo'n persoon door bijvoorbeeld de houding of de manier van sturen onveilig aanvoelt, ga je je daar tegen verzetten. De groep is dus ook van groot belang om de voorwaarden veiligheid en ruimte vorm te kunnen geven.

Kijkend naar deze twee conclusies, vinden wij het van belang om:

- een inzichtelijke weergave te creëren van zowel de houding, ervaring en persoonlijkheid van de workshopleiders aan de hand van de 4 fases van Baart. Uit eerder onderzoek (*Carte Blanche. Zorg?! Volgens de regels der kunst van Stoop, J, uit 2011*) is gebleken dat de werkwijze binnen Carte Blanche gebaseerd is op de presentietheorie, beschreven door Andries Baart in *'Een theorie van de presentie'* (2001). Aangezien in dit onderzoek al aangetoond is dat Carte Blanche op deze

manier werkt, hebben wij er ook voor gekozen om onze inzichtelijke weergave aan de hand van de vier fases van Baart op te stellen.

- te laten zien dat het in de workshop 'Mijn Land' draait om de deelnemers. De deelnemers worden actors, de hoofdrolspelers in de workshop. Het draait om het proces dat de deelnemers meemaken, en de workshopleiders begeleiden dit proces. Doordat in de presentietheorie alleen de houding van de werker wordt beschreven, hebben wij er voor gekozen om het proces van de deelnemers te beschrijven aan de hand van rehabilitatie en herstel, beschreven in '*Handboek rehabilitatie voor zorg en welzijn*' van Lies Korevaar en Jos Droës (2011). Aan de hand van deze theorie denken wij de ervaren baat van de workshop voor de deelnemers overzichtelijk te kunnen weergeven.

5.2 De workshop 'Mijn Land' aan de hand van de vier fases van Baart

In 'Een theorie van de presentie' (2001) beschrijft Andries Baart de presentietheorie aan de hand van vier fases: zorgbereid worden, zich tot zorg verbinden, de zorg identificeren en de zorg geven. In deze fases wordt de koppeling gemaakt naar het 'er zijn met' naar het 'er zijn voor', oftewel een heel subtiel proces van het zorgbereid worden tot het daadwerkelijk zorg geven. Per fase zullen wij een korte beschrijving geven van wat de fase inhoudt en welke werkprincipes en dimensies daarbij horen, aan de hand van de theorie van Andries Baart. Vervolgens zal de koppeling worden gemaakt naar de workshop 'Mijn Land'. Met een voorbeeld uit onze eigen workshop zullen we dit illustreren.

Procesdoel gezien vanuit de werker	Werk- of moreel principe van de werker	Dimensies van het principe
Zorgbereid worden	<i>Geïnvolveerde waarde</i> 1. Zich vrijmaken	a. Deroutinisering b. De-institutionalisering c. Open agenda
	<i>beschikbaarheid</i> 2. Zich openen	a. Toewending b. Ontwapening c. Aanspreekbaarheid
	<i>ontvankelijkheid</i> 3. Zich betrekken	a. Onbevangenheid b. Gespannenheid c. Substantialiteit
Zich tot zorg verbinden	<i>relatie</i> 4. Zich voegen	a. Voorhandene / alledaagse b. Eigen (lijk) e c. Samenhangen (integraliteit)
	<i>bevestiging</i> 5. Zich verplaatsen	a. Binnenperspectief b. Rationele reconstructie c. Partijdigheid
	<i>solidariteit</i> 6. Zich lenen	a. Inschrijfbaarheid b. Instrumentele potenties c. Sociaal-cultureel kapitaal
De zorg identificeren	<i>zin</i> 7. Zich beheersen	a. De tijd nemen b. Afwachten tot het goede zich toont c. Richting vinden
	<i>goede doel</i> 8. Zich toewijden	a. Belangenloze loyaliteit en onvoorwaardelijkheid b. Bedonderbaarheid c. Troost
	<i>trouw</i>	

De basishouding: genieten van mensen en interesse hebben in hen

Maar voordat we beginnen met de beschrijving aan de hand van de vier fases van Baart (2001) is het van groot belang te vermelden dat de werkwijze van de workshopleiders in de eerste plaats gebaseerd is op genieten. Genieten van de mensen, genieten van de talenten, van prachtige producten die mensen maken in de vorm van schilderijen, theater, muziek en de andere vormen die bij Carte Blanche nog meer aan bod komen. Dit genieten zorgt voor plezier in het werk, enthousiasme in het werk en het zorgt ervoor dat de professional zich voor de volle honderd procent kan geven.

Een ander belangrijk punt in de basishouding volgens de workshopleiders is de oprechte interesse en belangstelling die de workshopleiders hebben in de mensen die bij hen binnenkomen. *'Ik ben aan het praten met mensen met een verstandelijke beperking, omdat ik wil weten hoe hun perceptie van de werkelijkheid is. Ik ben geïnteresseerd in hoe jij nou, zonder dat ik daar een oordeel over heb of dat goed of fout is, tegen de werkelijkheid aankijkt. Daar geniet ik van, daar leer ik van, dat vind ik fantastisch. In de eerste plaats is alles wat we hier doen ontstaat uit belangstelling, interesse, plezier en liefde voor andere mensen. We genieten ervan! En die zin zijn wij baanbrekend.'*, aldus Stefan. Dit geeft aan, dat de 'methode 'Mijn Land'', niet zomaar uit de lucht gegrepen is, maar dat de workshop valt en staat met de basishouding van de professional. Koppeling naar de theorie is echter wel van belang, om de werkwijze van de workshopleiders in kaart te brengen, maar daarbij is het belangrijk in het achterhoofd te houden, dat de basis ligt in het genieten van de mensen om hen heen, en de oprechte interesse, die maakt dat iedereen van elkaar kan leren.

5.2.1 Fase 1: Zorgbereid worden

Zorgbereid worden wordt door Baart (2001) omschreven als een proces wat betrekking heeft tot de 'kennismaking' met de mensen waarmee de werker gaat werken, het kunnen ontvangen van de cliënten met hun bagage. Daarmee wordt bedoeld dat de werker zich op een bepaalde manier moet opstellen, waardoor de cliënt het gevoel en de wil heeft om als zichzelf en met z'n eigen visie en belevingen bij de werker te mogen binnenkomen. Vanuit het perspectief van de werker is het van belang te beseffen dat een cliënt meer is dan alleen zijn of haar probleem. Door als werker jezelf 'zorgbereid' te maken, maak je het voor jezelf en voor de cliënt mogelijk binnen te komen zoals diegene is. Daarbij zijn twee werkprincipes van groot belang; het 'zich vrijmaken' en 'zich openen'. De twee waarden die daaraan ten grondslag liggen zijn beschikbaarheid en ontvankelijkheid. Deze twee waarden laten zien wat een werker nastreeft, want het heeft vooral te maken met hoe de werker zich opstelt tegenover de cliënt. Als de werker dit immers niet nastreeft, komt er geen ruimte voor de cliënt en de werker om te komen tot een relatie waarin samenwerking mogelijk is.

In de workshop 'Mijn Land' is dit procesdoel een voorwaarde om als workshopleider te kunnen beginnen met de workshop en moet gedurende de gehele workshop in acht worden genomen. Wat volgens de workshopleiders hier vooral belangrijk is, is dat je een deelnemer benaderd als de mens die men is, met de mens die jij als professional bent. In de eerste plaats ben je mens, in de tweede plaats pas de professional. Bij deze workshop is het namelijk zo dat er op verschillende momenten, in de verschillende fases van de workshop nieuwe informatie naar boven kan komen, en er daardoor keer op keer nieuwe 'aandacht' nodig is voor de deelnemers. Met aandacht wordt bedoeld dat de werker er alert op moet zijn, dat deze informatie steeds naar buiten mag komen, dat de mogelijkheid daar is. Je ziet dit bijvoorbeeld terug in de werkwijze die de workshopleiders inzetten om de deelnemers te kunnen ontvangen. Namelijk, bij binnenkomst is het al van belang dat de deelnemers het idee hebben dat ze hier belangrijk zijn, dat ze hier mogen zijn wie ze zijn, maar ze zijn niet uniek. Niet uniek, in de zin van dat iedereen zo z'n eigen problemen heeft. Ook gedurende de workshop wordt er op deze manier gewerkt, om deelnemers steeds weer uit te nodigen dat creatieve proces in te stappen. Dit ging aan de hand van het inzetten van twee werkprincipes. Deze werkprincipes, hierboven benoemd, zien wij terug op de volgende manier.

1. Zich vrijmaken

Zorgbereid worden	1. Zich vrijmaken	a. Deroutinisering b. De-institutionalisering c. Open agenda
	<i>beschikbaarheid</i>	

Volgens Baart is 'zich vrijmaken' een dermate belangrijk werkprincipe dat 'op deze manier men de mogelijkheid schept om de ander überhaupt in zijn eigenheid te kunnen naderen. Diens vreemdheid krijgt zo een kans behouden te blijven en de eigen macht van de werkers dringt door tot het bewustzijn en wordt aldus principieel beheersbaar.' (Baart, 2001, p. 736). Alleen op deze manier leer je iemand echt kennen, inclusief zijn fijne kanten, zijn pleziertjes en zijn problemen waar hij tegenaan loopt. Door iemand in z'n geheel te kunnen ontvangen, krijg je zicht op de gehele persoon. Juist door deze houding aan te nemen, zal een cliënt jou als werker ook die mogelijkheid bieden om hem of haar op deze manier te leren kennen. 'Zo goed mogelijk vrij opstellen tegenover kant-en-klare waarnemingscategorieën, is in zekere zin een machtsstrijd waarin bepaald wordt wiens belang in de situatiedefinitie mag prevaleren.' (Baart, 2001, pp 736). En daar draait het zich vrijmaken om, wie mag de situatiedefinitie prevaleren? De werker of de cliënt. Het gaat immers om de cliënt. Het is daarbij wel goed te melden dat niet wordt verlangd van de werker dat deze blanco moet zijn. Dat is immers niet haalbaar. Maar zich vrijmaken houdt wel in dat de werker zich vrij opstellen tegenover de bagage van een cliënt, beleid of 'de macht der gewoonten' van cliënten. Daarbij zijn drie dimensies van belang. Deze drie dimensies helpen de werker om zich vrij te maken en zich op deze manier op te kunnen stellen. Deze drie dimensies zijn deroutinisering, de-institutionalisering en een open agenda.

In de workshop 'Mijn Land' is dit een heel belangrijk werkprincipe. Hier wordt namelijk de basishouding van de cliënt in beschreven. Het zich vrijmaken staat voor de professionals als het 'mens' zijn, in plaats van het zijn van de professional ten op zichten van de deelnemers die binnenkomen. Zij zetten zichzelf immers in als instrument. Daarbij zetten de professionals, vaak onbewust aangezien het bij de eigenschappen en bij de persoonskenmerken van de professionals hoort, een aantal technieken in. Daar is de oprechte interesse en belangstelling in de ander een goed voorbeeld. Door oprechte belangstelling te hebben in de cliënt, leer je iemand namelijk kennen en kun je zonder oordeel naar iemand luisteren. Op deze manier haal je de routine ook uit je werk, aangezien verhalen altijd veranderbaar zijn. Een heel belangrijk ander punt is het kunnen genieten van iemand. *'Dat is de kiem, de basis van alles: ik ga gewoon naar jou kijken en van jou genieten, daar kun je alles onderschuiven. Ik ga niet naar jou problemen kijken, ik ga kijken naar hoe jij dat allemaal doet met jouw problemen, wat jou pogen is, wat jou streven is, wat jou werkkraft is, en je enthousiasme, en daar geniet ik van. Als je dan hulp nodig hebt voor jou problemen, dan komen we daar samen heus wel uit, want de basis is dat we niet zeggen, dan hebben we een tien stappen plan, en dan moeten we dadelijk daar zijn, en da moeten we dit en dan moeten we dat, en als je het echt niet goed doet dan is er dit en dan is er dat. Nee, waarom nou?'* (Stefan Jung). Juist door te genieten van iemand, door te kijken zonder oordeel en je af te vragen wat jij nou ook van iemand anders kan leren, maak je het voor de deelnemer mogelijk en vrij binnen te komen. Op die manier haal je de routine uit je werk, heb je ook geen dubbele agenda en bouw je een band op, gebaseerd op vertrouwen en gelijkheid. Je wil immers iemand oprecht leren kennen, zoals hij is. Dat is je doel, en dat laat je zien, door vragen te stellen, te luisteren, te genieten en door iemand jou ook op deze manier te laten benaderen.

Daarbij is het heel belangrijk te blijven in het hier en nu. Hoe gaat het nu met de deelnemer, wat maakt de deelnemer nu allemaal mee, hoe voelt de deelnemer zich op dit moment? Deze insteek, maak het voor de deelnemer mogelijk zichzelf te profileren zoals hij nu is. En niet met alle problemen, vervelende ervaringen en diagnoses die er in het verleden zijn voorgevallen of gesteld. De professionals gaan op deze manier op zoek naar de mogelijkheden van iemand, en niet naar de problemen die iemand ervaart of al heeft ervaren. De cliënt mag dus binnenkomen zoals hij of zij is. Als die problemen nog aan bod komen, is dat prima, maar in deze fase, is dat juist nog niet van belang dit allemaal te weten.

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaande werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

Op een gegeven moment waren we in de workshop zover, dat de meeste landen, binnen- en buitenland, af waren. Voordat we echter aan de interviews zouden beginnen, wilde de workshopleider eerst gezamenlijke gedichten maken. Dit had de workshopleider nog nooit eerder ingezet tijdens een workshop 'Mijn Land' (*deroutinisering*), maar hij koos hiervoor omdat hij merkte dat er behoefte aan was (*di-institutionalisering*).

Hiervoor koos hij, omdat hij merkte dat er tijdens het schilderen heel veel behoefte was aan de goedkeuring van anderen. Ieder leek een oordeel van een ander nodig te hebben, om tevreden te zijn met zijn of haar land. Deels om erachter te komen wat de deelnemers dan zo mooi vonden aan elkaars landen, en deels om juist dit te doorbreken, het kijken met een oordeel en het nodig hebben van zo'n oordeel, koos de workshopleider ervoor om gezamenlijk per land een gedicht te schrijven. Er werd eerst de tijd genomen een blik te werpen op het schilderij, en het eerste wat daarbij naar boven kwam, was jou input voor het gezamenlijke gedicht (*de-institutionalisering*). Ieder land kwam aan de beurt, iedereen kreeg per land een beurt, ook degene van wie het land zelf was. Vervolgens werden deze zinnen of woorden verzameld door de workshopleider. Door het noteren van deze woorden en zinnen en het voordragen van het hele stuk tekst, werd er een gedicht gevormd over het land. De workshopleider gaf later aan, dat het vormen van zo'n gedicht helpt bij het geven van richting aan het verhaal wat iemand wil vertellen. De inhoud van het verhaal wordt echter geheel bepaald door de deelnemer, en ook de keuze om iets te doen met de inhoud van het gedicht, welke waarde hij aan het gedicht hangt. Je geeft zelf namelijk een waarde aan het oordeel, zowel het oordeel van jezelf als dat van de ander.

Bij iedereen was merkbaar, dat wat er gezegd werd over de landen in de gedichten, het mensen aan het denken zette (*open agenda*). Zo kwam er in het gedicht van Jolijn een zin

naar voren: 'klop klop, mag ik binnenkomen?'. Deze zin maakte veel indruk op haar, zette haar aan het denken. Later bleek dat deze zin bij had gedragen aan het uiteindelijk verhaal wat Jolijn over haan land heeft verteld. Dit verhaal in terug te vinden in het mapje 'onderzoeksmateriaal'.

Deroutinisering

Deroutinisering houdt dat je als werker geen standaard route of plan van aanpak hebt voor een bepaald probleem of bepaalde doelgroep. In de workshop 'Mijn Land' is dit terug te vinden. De workshop Mijn Land is opgebouwd uit een aantal fases. Deze fases bevatten elementen en thema's die in elke workshop weer terug komen, maar de manier waarop ze terug komen is afhankelijk van de groep en de individuen daarvan. De interventies en de houding van de professionals, in dit geval de workshopleiders, is afhankelijk van de manier waarop de groep reageert. De workshopleiders kiezen op het moment zelf uit hoe te reageren, naar gelang de situatie die zich op dat moment voordoet. Hoe om te gaan met de groep en de interventies die worden gepleegd, zoals de keuze van oefeningen, worden niet van te voren vastgelegd, maar op dat moment ingezet. Dit kan worden gezien als reactie op de behoeften die de groep en de deelnemers als individu op dat moment nodig hebben. Dit wil niet zeggen dat de professionals het niet over de workshop en de deelnemers hebben. Er is echter geen sprake van intervisie, zoals je in veel zorginstellingen wel ziet terug komen, maar dit gebeurt meer tussen de momenten door, bijvoorbeeld aan tafel tijdens het eten.

Een voorbeeld die in de door ons gevolgde workshop hiervan terug kwam, was dat er op het moment dat we klaar waren met schilderen van de buitenlanden, we gedichten gingen maken. Dit kwam tot stand door steeds per persoon een woord of een korte zin te noemen die bij je opkwam tijdens het kijken naar een land van iemand. Door die woorden achter elkaar te plaatsen, ontstond er een gedicht, wat ging over het land. Deze oefening was nog nooit eerder gedaan in deze workshop. Wel in andere contexten, maar nog niet in de workshop 'Mijn Land'. De reden waarom deze oefening werd ingezet, was iedereen te leren om samen iets te maken door naar met een open blik en zonder vooroordeel naar elkaars werk te kijken, om op die manier iedereen even aandacht te geven. *'Zo leg je de basis voor de denkrichting van mensen over hun land en daardoor benadrukken en onderstrepen dat alles wat je zegt, goed is'*, aldus Stefan. In onze workshop was dit van belang, omdat thema's als voorbehoud een grote rol speelden.

Een ander punt wat te maken heeft met de deroutinisering in de workshop, is het belang van het oprechte belangstelling vanuit de workshopleiders. *'Je moet oprechte belangstelling hebben voor de ander, dus niet beroepsmatig, ook al hoort dat er ook wel bij, bij wat je aan het doen bent.'* (Liesbeth Reeser). Door goed te luisteren naar iemand, en door steeds weer opnieuw belangstelling te hebben voor het verhaal van iemand, haal je de routine er namelijk ook uit. *'Je bent zo snel geneigd om in te kleuren, je bent geneigd om te zeggen: ow, dat is dit.. Als je een verhaal hoort en je denkt 'dat ken ik al', blijkt het einde toch weer net anders te zijn, een verrassing. Verhalen zijn namelijk steeds weer veranderbaar. Je moet blijven luisteren, Dan haal je de routine er ook af.'* (Liesbeth Reeser). Dit was ook een essentieel punt in de workshop, en misschien nog wel een punt wat vooraf gaat aan het bepalen van je route op het moment zelf, zoals hierboven beschreven. Juist op deze verhalen bepaalden de workshopleiders ook vaak hun interventies.

De-institutionalisering

De-institutionalisering wil zeggen dat je als werker werkt naar de behoefte van degene die je voor je hebt, je cliënt. Je werkt dus vraaggericht, en niet aanbodgericht. Dit maakt automatisch dat je niet als het verlengstuk van een organisatie werkt. De cliënt bepaalt immers de inhoud van de door de werker opgestelde route. Werken volgens een bepaald stappenplan is daarom niet mogelijk. Als werker draag je wel de visie van de instelling uit, maar dat wil niet zeggen dat je telkens volgens eenzelfde kant-en-klaar behandelingsplan werkt. Het is daarbij van belang een eigen werkwijze te hebben die aangepast wordt aan de behoefte van de cliënt. Bij deze workshop 'Mijn Land' kwam dit terug, in het feit dat de workshopleider geen vast stramien heeft als methode, die hij per se moet volgen. Er zijn bepaalde fases en richtlijnen die de workshop de vorm geven zoals die is, maar die wordt verder ingevuld naar behoefte van de deelnemers en van de groep. Op die manier wordt toch de visie en de werkwijze die vanuit Carte Blanche voor de workshop is opgesteld, nageleefd en nagestreefd door de

workshopleiders, maar is er wel de ruimte om te interveniëren naar behoefte van de deelnemers. *'Wat mij heel erg stuurt is de sfeer en het gevoel die uit de groep terug komt. Het plan, voordat je ergens binnen komt heb je dat nog niet. Het is juist aftasten van, wat is die ander, hoe voelt die ander zich, moet ik daar iets mee, moet ik daar niks mee, wat gebeurt er als ik er wel iets mee doe. Je bent constant eigenlijk aan het kijken van, wat is nou eigenlijk de reactie van mensen op elkaar, als ik er in stap. En natuurlijk, ik heb mezelf alleen als instrument, met mijn eigen temperament. Dat kan ik niet verlooehenen, ik ga niet anders doen dan dat ik ben, maar ik ga wel aftasten of kijken van wat leeft er in zo'n groep.'*, aldus Liesbeth Reeser.

Open agenda:

De werker heeft een open agenda, waarvan de inhoud in grote mate wordt bepaald door wat de ander aan de orde stelt. Daarnaast is het volgens Baart (2001) van belang dat een presentiewerker geen verborgen bedoeling heeft om cliënten doelen te laten behalen waarvan ze zelf geen weet hebben. Bij Carte Blanche wordt sowieso niet met doelen voor deelnemers gewerkt die van te voren zijn opgesteld door bijvoorbeeld de zorginstelling waar de deelnemers vandaan komen. Ook de professionals van Carte Blanche stellen bij aanvang van een proces geen doelen op voor de deelnemer.

Liesbeth Reeser: *'Ik ga er niet vanuit dat als ik iemand benader dat ik dan een vooropgezet doel heb en dat ik iets met jou moet bereiken. Wat jij wil bereiken, dat is eigenlijk de manier van werken. Wat jij wil bereiken, bereik jezelf. Het enige wat je kan doen is, is mij daarvoor gebruiken als je daar zin in hebt. Als je daar geen zin in hebt vind ik het ook goed.'* Ook bij de workshop 'Mijn Land', worden er van te voren geen individuele doelen opgesteld voor de deelnemers. De workshop zelf heeft als doel om de deelnemer een zelfonderzoek te laten ondergaan, waarbij de professionals als doel hebben, om een situatie te creëren, waarin jij als deelnemer je dermate prettig en veilig voelt, dat je in dat creatieve proces kan komen. Door onbewust bezig te zijn met waardoor je op dat moment geraakt wordt of wat je bezig houdt, onderzoek je jezelf, je motieven, je manier van handelen, je denkwijze enzovoort onbewust. De metafoor helpt daarbij. *'Iemand die maakt iets mee, die ontwikkelt zich, die groeit, die wordt sterker, die wordt mondiger, maar dat is niet in eerste instantie het doel. Het doel is dat jij je zo prettig voelt dat jij kan doen voor jezelf, 'ik zou dit weleens uit willen proberen. Ik ga dit eens even doen, kijken wat mij dit oplevert!'* Als ik dan zonder oordeel naar jou kijk, ben ik alleen maar jou vangnet, want val je op de grond dan val je op de grond, heel vervelend. Ik zal je troosten en sta je op en dan ga je maar weer door.', aldus Liesbeth Reeser. Vooropgestelde individuele doelen passen daar dus ook niet bij, immers, die zou je gaande weg pas tegen kunnen komen, als er al doelen als 'resultaat' uit de workshop komen. De workshop gaat ook uit van het hier en nu bij de proces wat de deelnemer in gaat. *'Gaandeweg kom je vanzelf wel dingen tegen.'* (Stefan Jung). Door bezig te zijn met de mogelijkheden van de deelnemer en niet met de problemen, verklein je de kans dat je gaat problematiseren, en voorkom je dat er doelen worden gesteld die voor iemand misschien wel helemaal niet van belang zijn. Het verhaal blijft van de deelnemer, en wordt niet van de professional, waardoor de deelnemer er mee kan doet wat hij zelf wil. Je hebt dus geen doelen meer nodig.

Daarnaast is *'Mijn Land is ook een wereldambitie: Als het namelijk goed gaat met jou land, dan gaat het goed met de wereld, dan is er hoop.'* (Stefan Jung). Dat is ook een doel van de workshop. En hoop is belangrijk in het leven van iedereen. *'Er is de wil van ieder mens om in orde te komen, in harmonie te komen met de omgeving. Met harmonie bedoel ik niet windstil of iets dergelijks, maar dat er ruimte is dat er iets mag gebeuren.'* (Stefan Jung). Hoop maakt namelijk dat je altijd op zoek bent naar iets waardoor het alleen maar beter kan gaan.

Nadat de landen geschilderd zijn, beginnen de interviews. Vooral tijdens die interviews ontdek je nieuwe dingen. Doordat je er zelf over nadenkt, of doordat je bevraagd wordt door je mededeelnemers. Door je land te schilderen, ben je onbewust bezig met je eigen zelfonderzoek. Je leert kijken naar jezelf, en je leert hoe je bepaalde onderwerpen een plekje kunt geven, of er juist mee aan de slag kunt gaan. Dit is ook het doel van de workshop, je laten zien zoals je bent en wat je bezig houdt, in de verhalen, in je spel en in de presentatie. In de bestaande folder van 'Mijn Land' staat beschreven dat de metafoor specifieke eigenschappen, levensvragen, ambitie en alle andere mogelijke delen van iemands persoonlijkheid in kaart brengt. Het enige wat de professional hier in bijdraagt, is dat hij helpt een sfeer te creëren, waarin jij als deelnemer in staat bent om dat vorm te gaan geven. Alle interventies en handelingen

van de workshopleiders zijn hier op gericht. Verder is het voor ieder individueel verschillend welk proces je in gaat. Ook heb je een vrije keuze dat wel of niet te willen. Je hebt altijd de vrijheid en de ruimte te zeggen: 'Het gaat niet over mij, maar over mijn land'. De workshopleiders begeleiden dit proces door sturing te geven en interventies te plegen in allerlei vormen.

2. Zich openen

Zorgbereid worden	2. Zich openen <i>ontvankelijkheid</i>	a. Toewending b. Ontwapening c. Aanraakbaarheid
-------------------	---	---

Zich openen houdt volgens Baart (2001) niets meer en niets minder in dan dat je je als werker naar de cliënt keert en je laat verrassen, ontroeren en raken door de cliënt. Daarbij is het van belang dat je jezelf als werker uitlevert aan de ontvangst door anderen. *'Je bent daarbij in eerste instanties niet meer dan een willekeurige anoniemus en een dakloze en dus aangewezen op de mate dat mensen je zien, toelaten, begrijpen, verdragen en wat al niet meer.'* (Baart, 2001, pp. 736). Daarbij is het van belang dat je toegankelijk wordt, wat begint met het jezelf aanbieden en belangstelling tonen. Daarbij ben je als werker enerzijds 'gewoon een contact aan het opbouwen', maar anderzijds ben je juist ook heel alert op allerlei kleine signalen die al dan niet iets kunnen betekenen en waar je ook niet altijd iets mee hoeft te doen. Maar feit blijft dat de cliënt de richting bepaalt, niets ligt vast en juist spontaniteit en improvisatie zijn daarin van groot belang. Dit alles gebeurt niet zodanig bewust dat de werker stap voor stap weet wat hij of zij nou moet inzetten. De 'echtheid' en de openheid van de werker bepaalt hierin een groot gedeelte van de houding. Deze vier punten bij elkaar, zou je de houding van de werker kunnen vergelijken met hoe de cliënt jou als een 'vriend' kan zien.

In de workshop 'Mijn Land' is dit werkdoel heel belangrijk. De essentie van dit werkdoel, is dat iemand bij je binnen mag komen. Letterlijk, door mensen te ontvangen in het gebouw van Carte Blanche. Daar is wederzijds vertrouwen voor nodig. De cliënten komen immers in een compleet nieuwe omgeving, en de professionals stellen hun omgeving beschikbaar. Maar ook figuurlijk is zich openen in de workshop 'Mijn Land' ook heel belangrijk. De toegankelijkheid moet in zoverre groot zijn, dat de deelnemers de vrijheid en ruimte voelen zichzelf te mogen zijn en zichzelf te laten zien. Dit slaat indirect terug op twee van de drie voorwaarden die al eerder zijn beschreven, namelijk ruimte en veiligheid. Deze twee voorwaarden moeten in zoverre al aanwezig zijn, dat deelnemers het vertrouwen (voorwaarde drie) hebben zich te durven laten zien zoals ze zijn. Al bij de kennismaking op de eerste workshopdag is dit van belang om alle processen, al dan niet creatief, op gang te brengen. Dit zit hem vooral in de houding die de workshopleiders aannemen, door iedereen er bij te betrekken, mensen een plaats te geven, onderwerpen bij zichzelf te houden, zichzelf kwetsbaar op te stellen en ook fouten te erkennen. Als instrument zetten ze zichzelf daar bij in, want *'wij zijn ook gewoon mensen die fouten kunnen maken'*. De workshopleiders spelen in op wat er in de groep gebeurt, de sfeer die er hangt, de thema's die er spelen. Zij laten zich hierdoor verrassen, raken of ontroeren. Dit, in combinatie met de dosis enthousiasme en nieuwsgierigheid, maakte dat de workshopleiders deze toegankelijkheid, deze openheid gedurende de hele workshop konden laten zien. En dit zorgde ervoor dat iedereen ook wilde vertellen, en zichzelf wilde laten zien, zichzelf overgeven aan het proces en zichzelf ontwikkelden. De drie dimensies die bijdragen aan het 'zich openen', en die ook bij 'Mijn Land' duidelijk naar voren kwamen zijn toewending, ontwapening en aanraakbaarheid.

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaande werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

Tijdens een van de interviews was Frank aan het vertellen over wat er allemaal in zijn land gebeurde. Zo vertelde hij van een vuurbal die continu het leven in zijn land bedreigde. In zijn land waren de mensen altijd op de vlucht, maar de vuurbal was niet het enige gevaarlijke punt in zijn land. Er was ook een zwart gat, 'het niets' zoals Frank het vertelde. In dat zwarte gat verdween alle narijheid, alle slechte mensen, de oorlogen en de andere dingen die mensen pijn konden doen. De vuurbal van buitenaf kon daar echter niet in.

Voor een groot deel werd het land van Frank omgeven door liefde. In die liefde groeiden er ook levensbomen, die ondertussen ook in het land van Frank waren gegroeid. Deze levensbomen namen de overleden mensen op in de sappen en voedden zich daarmee. De gezichten van deze mensen verschenen in de levensbomen. De levensbomen gaven de levende mensen kracht. Frank vertelde dit vol overgave, en hij twijfelde niet een keer. De workshopleider, die Frank interviewde, luisterde vol belangstelling naar het verhaal van Frank. Met de vragen die de workshopleider stelde, werd het verhaal steeds duidelijker en meer helder om te begrijpen. Dit was heel speciaal. De manier waarop de workshopleider de vragen stelde, was vol belangstelling, nieuwsgierigheid en interesse, oprechte interesse. (*ontwapening*) Er zat geen waardeoordeel in de vragen verwerkt, waardoor Frank de ruimte had om het verhaal zo vorm te geven, zoals hij dat zelf wilde. (*toewending*)

Later kreeg Frank de opdracht mee naar huis om zo'n levensboom uit te tekenen. In de daarop volgende workshop had hij dit gedaan, en hij had er een tekst bij geschreven. De uitwerking was prachtig, en de workshopleider werd erdoor geraakt. Hij was zo onder de indruk van wat Frank gemaakt had, dat hij de tekst van de levensboom wilde verwerken in de act voor de presentatie. Dit was namelijk een symbool voor wat heel vele mensen in hun land hadden gemaakt, een plekje waar alles goed kwam. Iets herkenbaars, voor iedereen. (*Aanraakbaarheid*)

Toewending

Toewending houdt in dat je je als werker richt op de ander en daarbij de ander de kijkrichting laat bepalen. Hierdoor volg je als werker de cliënt in zijn verhaal, maar volg je ook de cliënt in zijn leefwereld. Letterlijk in de ruimte, zoals hierboven ook beschreven is, zoeken de workshopleiders de cliënten overal op, maar mogen cliënten ook overal komen. Zo was er zelfs een oefening die de opdracht gaf het hele gebouw te doorlopen op zoek naar voorwerpen voor een act. Maar de toewending is ook te zien in het volgen van de cliënt in zijn verhaal. Bij de professionals komt dit terug in de manier waarop zijn de deelnemers tegemoet treden. Namelijk, door op zoek te gaan naar mogelijkheden, in plaats van het benoemen van alle problemen laat je de kijkrichting ook bepalen door de deelnemers zelf. '*Die jongen komt binnen, en ik denk, goh wat ben jij lief, jij kijkt lief uit je ogen! En ja, dan gaan we ervoor.*' (Stefan Jung). Dit illustreert de houding van de professional naar de deelnemer toe, en daarbij ook dat de deelnemer hier mag zijn wie hij is, de professional volgt hem daarin. '*Als iemand binnenkomt, kijk je gewoon naar hoe iemand is, door intonatie, door hoe iemand kijkt, hoe iemand binnenkomt, hoe iemand zich voelt. Dat kun je allemaal pijlen. Daar kun je op reageren. Het is iets communicatiefs. Er hangt geen waardeoordeel aan, er is communicatie en je geeft gewoon antwoord.*' (Stefan Jung). Hiermee laat de werker zien dat hij binnen zich waardevrij probeert op te stellen, en de cliënt de richting laat bepalen.

Binnen 'Mijn Land' is dit verder heel duidelijk te zien in de interviews die worden afgenomen na het schilderen van de landen. In deze tweede fase van de workshop wordt ieder individueel geïnterviewd door de workshopleider. Hij volgt in zijn vragen echter degene die geïnterviewd wordt. Door nieuwsgierig te zijn naar wat de ander zegt en de beweegredenen die daarachter zitten, stelt de workshopleider zich open en kwetsbaar op. Wat de deelnemer vertelt, bepaalt de richting van het interview wat door de workshopleider afgenomen wordt. Een ander voorbeeld van de toewending die de workshopleiders lieten zien, was het feit dat er altijd mogelijkheid was tot bellen of het maken van een extra afspraak. Op die manier lieten beide workshopleiders merken dat zij tijd hadden en graag tijd wilde maken voor de deelnemers. De deelnemers bepalen echter zelf of en in hoeverre zij hier gebruik van willen maken.

Ontwapening

Ontwapening gaat vooral om het feit dat de werker toestaat dat de ander bij hem binnenkomt. De werker is meelevend, belangstellend en heeft interesse in de ander. Punten als angst, distantie en vooroordelen worden terzijde gezet. In de houding van de workshopleider was dit heel duidelijk merkbaar. Gedurende de workshop werd niets over het hoofd gezien. Alles kreeg aandacht en alles mocht er ook gewoon zijn. Zo was Arjan weggelopen en een week niet aanwezig. De keer daarop toen hij er wel weer was, werd er bij stil gestaan met een vraag over wat hij nou zoal deed als hij dan niet op de

instelling was. Het was een persoonlijke vraag, en puur vanuit belangstelling. Er zat geen oordeel in de vraag. Aan Arjan zelf de keuze hoe hij er op dat moment antwoord op gaf, en ook daar werd geen oordeel aan gehangen. Een ander voorbeeld was dat toen de stiefvader Jolijn uit de groep overleed. De workshopleider was hiervan op de hoogte, maar liet het verdriet er ook gewoon zijn. Jolijn werd niet ontzien, maar kon zelf wel de grenzen aangeven. In de pauze kreeg Jolijn een steentje van de workshopleider. Deze moest ze gewoon in de hand houden, mee spelen als het nodig was. De workshopleider vertelde dat zijn vader ook altijd aan iedereen steentjes uitdeelde. Hij, zijn broer en zijn zus hebben dit overgenomen, bij speciale gelegenheden. Dit was zo'n gelegenheid. Een teken van steun en medeleven, maar het was vrijblijvend. Jolijn mocht zelf beslissen of zij het steentje aannam en wat ze ermee zou doen. Bij deze situatie zag je dat de workshopleider ook zijn kwetsbaarheid liet zien en dit ook wilde delen om juist de ander te steunen, door gewoon te laten weten dat hij er was.

Een laatste voorbeeld was het broekplassen van Daantje. Daar werd heel nuchter op gereageerd, door diegene een washandje en zeep aan te bieden, gevolgd door een droge broek. Er werden verder geen woorden aan vuil gemaakt, alleen de vraag of er hulp nodig was. Als dat niet het geval was, dan bleef het daarbij. Zonder een oordeel te hebben, werd hier op gereageerd, waardoor het niet speciaal of bijzonder werd gemaakt. Het was gebeurd, en het zij zo. Er werd tot een oplossing gekomen om vervolgens weer verder te kunnen met de workshopdag.

Aanraakbaarheid

Aanraakbaarheid wil zeggen dat de werker zich in zijn 'openheid' ook laat ontmoeten, zich laat raken of laat verwarren. In de houding van de workshopleiders kwam dit vooral naar voren in de nieuwsgierigheid en de open blik waar zij alle situaties mee benaderden. Ze lieten zich verrassen door verhalen en opdrachten die deelnemers hadden uitgevoerd of uitvoerde op dat moment, lieten zich verbazen over de kunstwerken die werden gemaakt of zich raken door de intensiteit van een dans. Een voorbeeld daarbij was dat een van de deelnemers een levensboom moest uitwerken, want die kwamen voor in zijn land. Die levensboom had deze deelnemer helemaal uitgewerkt en hij had er zelf een tekst bij geschreven. Een ander ding uit zijn land was het 'niets'. Dit was een groot zwart gat waar ook niets was, en waar alles in kon verdwijnen. Deze twee waren complete tegengestelde van elkaar en daar werden beide workshopleiders door geraakt. Het feit dat deze deelnemer zo duidelijk kon verwoorden in de vorm van een metafoor wat hem dwars zat en waar hij juist steun aan hand in de vorm van twee metaforen, namelijk de levensboom en het 'niets', was een punt die beide workshopleiders heel bijzonder vonden. Het was iets wat iedereen eigenlijk tegen kon komen, maar de manier waarop deze deelnemer dat had neergezet, maakte het heel bijzonder.

Een ander voorbeeld was de houding van Daantje in de groep. Deze vrouw was heel puur van zichzelf en zei wat er in haar op kwam. Het had iets heel kwetsbaars en heel puurs. Vooral tijdens de presentatie, in de act van deze deelnemer werd de workshopleider daardoor geraakt. Deze deelnemer was helemaal zichzelf en de manier waarop dat naar buiten kwam, was ontwapenend en helder. Iets wat maar weinig mensen zo duidelijk hebben. Deze houding maakte hoe de workshopleider met haar omging heel bijzonder, heel puur. Tijdens de presentatie van Daantje, waarbij haar knuffel een hoofdrol had, liet Daantje zien dat ze voor zich op kon komen. De duim van de professional stond daarbij als symbool voor een ervaring uit haar verleden en die wees zij af. Ze zei nee. Dat was een geweldige overwinning voor Daantje en voor het publiek. Er werd in een hele korte sketch, zonder drama met plezier iets heel wezenlijks gedaan, het nee zeggen. *'Daantje staat dicht bij zichzelf. Daar kun je veel van leren, die is hartstikke goed bezig. Haar knuffel is iets heel persoonlijks van haar. Ze staat gewoon 'naakt' voor een heel gezelschap. Ze geeft aan dat ze de duim niet wil, dat is vies. Heel goed dat ze dat aangeeft. Ze geeft haar knuffel te leen. Een soort Dalai lama. Ik vind haar heel wijs. Dat heeft alleen nog nooit iemand tegen haar gezegd.'*, aldus Stefan. De achtergrondinformatie die de professional had over Daantje, werd niet meegenomen in het oordeel van de professional. De informatie nam de professional niet mee in zijn actie van het aanbieden van de duim aan Daantje. Op dat moment is was hij zich niet bewust van het verleden van deze deelnemer. *'Natuurlijk weet ik het wel, maar ik neem het niet bewust mee op het moment dat ik iets moet doen. Als je mij op dat moment zal vragen, hoe stap je deze situatie in?, dan zeg ik: 'Daantje zit daar en die heeft een knuffel', dat is het. Meer is het niet. Daar reageer ik op. En op*

een manier zoals zij zich op dat moment aan mij voordoet. Mijn manier van handelen gaat dan op impuls. Ik weet het wel, maar bij mij is het naar beneden gezakt op hetzelfde niveau zoals het bij haar ook zit. (Stefan Jung). De professional en later ook het publiek dat Daantje goed kende, werden hier enorm door geraakt.

Ook het zich laten kwetsen hoort bij deze aanraakbaarheid. Aangezien de professionals binnen Carte Blanche alle energie en mogelijkheden in de deelnemers willen steken, is 'het gekwetst worden' niet uit te sluiten. Dit kan bijvoorbeeld in de vorm van het opgeven van een deelnemer zijn. In de workshop kwam dit terug, nadat Bregtje de workshop halverwege voor zichzelf heeft afgebroken, door midden in een pauze naar buiten te stormen en naar huis te gaan. Daarna is zij ook niet meer terug gekomen. Dit was in zoverre kwetsend voor de professional, dat zij niet de ambitie en de pretentie hebben de cliënten iets te laten doen waar ze niet klaar voor zijn of niet willen. De sturing ligt bij de deelnemer zelf. Als het niet lukt en je hebt een pauze nodig, of je wilt, in het kader van 'Mijn Land' een bepaald thema niet delen met de rest van de groep, dan heeft iedereen, inclusief de workshopleiders daar respect voor. Het moet niet, het mag. Maar opgeven omdat het niet lukt en dan weg te gaan, is kwetsend. Je laat namelijk iets achter, je maakt jezelf speciaal, en je gaat weg met een nare herinnering. Dat is niet de bedoeling.

5.2.2 Fase 2: Zich tot zorg verbinden

Zich tot zorg verbinden is de volgende stap die Baart (2001) beschrijft, nadat een werker zich zorgbereid heeft weten te maken. De relatie die de werker met de cliënt aangaat staat hierbij in het middelpunt, waarmee ook direct het werkprincipe wat bij deze fase hoort aan de orde komt, namelijk 'zich betrekken'. De waarde die hier aan ten grondslag ligt is dan ook 'relatie'. De relatie die je met je cliënten hebt, wordt steeds belangrijker. Op basis van deze relatie ga je je namelijk verbinden met je cliënten. Deze verbinding kan op heel oppervlakkig niveau blijven, maar het kan ook tot een hoger niveau komen. Als werker zijnde kom je namelijk steeds dichterbij de mensen te staan, wordt het contact intenser als men dat toelaat en ga je steeds meer signalen opvangen die ervoor kunnen zorgen dat je bij thema's of problemen komt waar de cliënt het nog nooit met iemand over heeft gesproken of die nog nooit naar de oppervlakte zijn gekomen. Op dat niveau kun je je tot zorg verbinden met de cliënt, aangezien je deze relatie met een cliënt hebt opgebouwd. Tot zorg verbinden kan in vele vormen, van 'zo nu en dan een luisterend oor' tot 'een weg vrijmaken naar de reguliere hulpverlening'. Ook hierin zijn de mogelijkheden dus nog heel ruim.

In de workshop 'Mijn Land' draait het constant om de relatie tussen workshopleider en deelnemer. Deze relatie is namelijk de basis van het proces waar de workshopleider en de deelnemer zich in bevinden. De relatie, deze verbondenheid, start al op het moment dat de workshopleider de deelnemer omlijnt, de contouren worden gezet op het grote vel papier. Daarmee is de workshopleider schepper geworden van het land, en heeft zich daarmee onlosmakelijk met het land en de deelnemer verbonden.

De relatie tussen de workshopleider en de deelnemer is gebaseerd op wederzijds vertrouwen. Dit is een voorwaarde om de workshop 'Mijn Land' tot een succes te maken, zoals ook al eerder omschreven in 'Vertrouwen' bij 'Voorwaarden'. Aan de relatie wordt gedurende de hele workshop gewerkt, veelal onbewust. Door contact, kleine praatjes tussendoor, de lunch, een kop koffie of thee of bij het afscheid nemen, wordt steeds weer gewerkt aan die relatie. Dit is dermate belangrijk, omdat de relatie tussen de workshopleider en de deelnemer bijdraagt aan het doel wat de workshopleiders hebben voor de workshop, namelijk het creëren van een sfeer, waarin de deelnemer zich prettig en veilig genoeg voelt om een proces van ontwikkeling in te stappen aan de hand van het geschilderde land. Aangezien de workshopleiders de opdrachten geven, richting geven aan de workshop en intensief onderdeel uitmaken van het zelfonderzoek wat jij doorloopt, moet de basis van deze relatie goed zijn, en in het hier en nu plaatsvinden. Het werkprincipe 'zich betrekken' geeft aan op welke manier daar door de workshopleiders aan wordt gewerkt.

1. Zich betrekken

Zich tot zorg verbinden	3. Zich betrekken <i>relatie</i>	a. Onbevangenheid b. Gespannenheid c. Substantialiteit
--	--	---

'Zich betrekken' slaat op betrokkenheid van de werker in de vorm van aandachtigheid in de relatie met een ander. Het contact dat is gelegd met de cliënt door de werker, is veelal gebaseerd op de korte contactmomentjes; het wandelingetje in het park, samen een boodschap doen of het spelen met de kinderen. Al deze, voor velen vanzelfsprekende, contactmomenten zijn *'even alledaagse als uitgelezen mogelijkheden om betrokken te raken bij het leven van de buurtbewoner.'* (Baart, 2001, p. 737). Je zou kunnen zeggen dat de ontwikkeling van deze relatie gelijk staat aan de ontwikkeling van een vriendschap. Dit betekent ook dat je als werker zijnde kijkt vanuit het breedteperspectief en niet met de focus op de problemen en beperkingen van iemand. Een open blik en de vrije aandacht is hierbij van groot belang. Op die manier focus je niet alleen maar op de problemen en op de oplossing daarvan, maar leer je de persoon kennen. *'De crux is dat de pastores zo een andere dan functiespecifieke relatie met de betrokken opbouwen: hun gespannen aandacht voor de signalen in de alledaagse contactvormen is daarbij essentieel.'* (Baart, 2001). Daar horen eventuele problemen en beperkingen bij, maar die behoeven op deze manier niet direct opgelost te worden.

Bij de workshop 'Mijn Land' is deze fase 'zich tot zorg verbinden' zodanig van belang, dat de workshopleiders door het aanbieden van deze workshop een werkvorm aanbieden, waarin iedereen aan zichzelf kan werken, zichzelf kan ontplooiën en groeien,

op zijn of haar eigen manier en tempo. Daarnaast werken de workshopleiders gedurende de hele workshop aan de relatie die zij opbouwen met de deelnemers. Als de workshopleiders dit niet doen, ontstaat er geen relatie en zijn ze niet in staat om in te spelen op de thema's die bij ieder van belang zijn. Dat is immers de manier waarmee de workshopleiders de inhoud van de workshop bepalen. Een heel letterlijk voorbeeld van het zich verbinden met de deelnemers was het moment dat de workshopleiders de contouren van iedere deelnemer gingen trekken. Door dat te doen, door de basis te leggen van het land, van de metafoor, van de workshop, verbond de workshopleider zich met het proces wat ieder inging, zoals ook al eerder aangegeven.

Daarnaast is het feit dat de workshopleiders naar de mogelijkheden kijken van mensen, en niet focussen op de problemen of vervelende ervaringen uit het verleden, een teken van zich betrekken. De oprechte interesse, die in het hier en nu plaats vindt, maakt dat de deelnemer zich kan bewegen zoals hij of zij wil. Contact tussen de workshopleider en de deelnemer is daarin van groot belang. De workshopleiders vinden het zoeken naar mogelijkheden, samen met de deelnemers door met hen in dialoog te gaan en een relatie aan te gaan, juist daarom heel belangrijk. *'Als ik namelijk jou probleem oplos, ben jij ontevreden omdat je niet weet waarom het nou opgelost is, ben ik ontevreden omdat jij niets hebt geleerd, maar gaan we wel uit elkaar. Het contact is dan weg. Dat moet je zien te voorkomen, want juist dat contact is van groot belang.'* (Liesbeth Reeser). Daarin ligt ook de essentie van dit werkprincipe. Namelijk, je als professional zijnde op zo'n manier te verhouden naar de deelnemer, dat je een sfeer creëert, waarin je samen met de professional kan werken aan de talenten, mogelijkheden en eventueel problemen als de deelnemer dat zelf aangeeft. En dan zit je al bijna in de volgende fase.

Bij dit werkprincipe horen wederom drie dimensies, namelijk onbevangenheid, gespannenheid en substantialiteit.

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaande werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

Een duidelijk voorbeeld bij dit werkprincipe is het proces dat Daantje is doorgegaan tijdens de workshop. Daantje kwam binnen als een onzekere en afhankelijke vrouw, aan de hand van haar begeleider Linda. Gedurende de workshop is Daantje zich echter steeds vrijer en sterker gaan voelen. En liet op het einde zelfs het achterste van haar tong zien, was niet meer bang om geraakt te worden en zei wat er in haar op kwam.

Daantje heeft geen gemakkelijk verleden gehad, en liet er dikwijls wel eens wat over vallen. Dit gebeurde tussen de regels door, in haar eigen taal en op een hele nuchtere manier. De workshopleiders reageerden hier dan op eenzelfde manier op, nuchter, en zonder oordeel (*Onbevangenheid*). Daantje vond het blijkbaar niet belangrijk om er uitgebreid op in te gaan, dus deden de workshopleiders dat ook niet. Zo werd het ook niet groter dan het was, maar waren de workshopleiders wel op de hoogte van bijvoorbeeld de stemming waarin Daantje was (*Gespannenheid*).

Tijdens de presentatie kwam dit bovenstaande samen in de act die Daantje liet zien. Al die tijd had het verleden van Daantje toch op de achtergrond een plaatsje gehad. Het hoort immers bij Daantje dus het heeft invloed op hoe zij is en wat ze doet. De workshopleider kwam Daantje met een duim in zijn mond tegemoet en vroeg haar de duim te willen ruilen voor de knuffel die Daantje vast had. Daantje zei daar volmondig 'nee' tegen. De duim had symbool gestaan voor haar verleden, en daar had zij nu 'nee' tegen gezegd. Dit was een bijzonder moment. De workshopleider had door zonder waardeoordeel Daantje tegemoet te treden met die duim in zijn mond, en met de informatie over haar verleden ergens op de achtergrond opgeslagen, iets wezenlijks gedaan bij Daantje, namelijk het 'nee' zeggen (*substantialiteit*). Later bleek ook, dat voor het publiek wat Daantje beter kende, dit een overwinning was geweest op haar verleden.

Onbevangenheid

De onbevangenheid van een werker laat zich vooral zien in hoe de werker open en zonder oordeel reageert op kleine onverwachte tekenen die voor de ander juist wel van belang zijn. Deze signalen laat de werker goed tot zich doordringen en hij kijkt er aandachtig na. Juist deze signalen kunnen van belang zijn, maar dat hoeft niet altijd zo

te zijn. Het gaat erop dat je op een open en onbevangen manier het gehele plaatje ziet, en je niet direct focust op dat ene, misschien wel verontrustende, signaal.

In de workshop 'Mijn Land' komt deze onbevangenheid terug in de contactmomenten die er zijn met de deelnemers. Door volledig open en vol nieuwsgierigheid interesse te tonen in de ander. Zo had Sandra een aandoening aan de spieren, waardoor ze een brase moest dragen rondom haar vingers. Deze waren allemaal van zilver, dus haar handen leken vol met ringen te zitten. Een van de workshopleiders wilde graag weten wat dat was en waarom dat was. Dat vroeg ze, uit pure interesse en ze kreeg een heel duidelijk antwoord. Vervolgens ging het gesprek ook weer gewoon verder. Een klein signaal werd opgemerkt door de workshopleider, en daar werd naar gevraagd. Later bleek ook dat dit iets was wat hoorde bij een groot thema van Sandra. Dit kleine signaal was daar een uitwerking van. Maar dit een maar een klein voorbeeld. Dit was toevallig, maar er was wel oog voor. Oog voor wie iemand is, wat bij iemand hoort, oog voor de mens al geheel.

Dit was een klein voorbeeld van de interesse en onbevangenheid van de workshopleider, maar gedurende de hele workshop kwamen dit soort momenten veelal voor. Het kijken met een open blik en het inspelen op wat je ziet kwam gedurende de hele dag voor, tijdens de oefeningen, tijdens het lunchen met elkaar, tijdens de thee en koffie. Op alle momenten draaide het daar vooral om. Bij de lunch zag je dat bijvoorbeeld terug, door vraag van Sandra. Zij vroeg of er geen melk was, want dat vond ze erg lekker. De keer daarop stond er speciaal voor Sandra een pakje melk op tafel. *'Dit is iets heel kleins, maar wat ik belangrijk vind is dat iemand aangeeft van nou, ik wil dit graag, dan moet je daar iets mee. Je denkt dat het heel onbelangrijke dingen zijn, maar voor iemand anders kan het van groot belang zijn.'* (Liesbeth Reeser). Ook een voorbeeld van onbevangenheid.

Gespannenheid

De betrokkenheid op de ander bestaat niet zomaar uit 'het gewoon vriendschappelijk contact hebben met elkaar'. Zoals eerder beschreven is de relatie die een werker met iemand opbouwt van dubbele betekenis. *'Enerzijds zijn de contactvormen precies wat ze zijn: (...). Maar tegelijk is het ook iets volstrekt anders. (...) Niettemin, dwars door banaliteit, routine en het vanzelfsprekende heen, zien we een uiterste concentratie om te kunnen horen, zien of voelen hoe het werkelijk met iemand gaat, wat wel in iemand rondspookt maar – uit angst, schuldgevoelens, gene of omdat men zichzelf niet onder ogen kan komen – niet verwoord kan worden.'* (Baart, 2001, p 737). Hierin zit precies die gespannenheid verborgen. Het is niet 'gewoon' wat de werker laat zien en hoe hij te werk gaat. Een onderzoekende houding is constant aanwezig en die bestaat uit die gespannen ontvankelijkheid en bewuste sensibiteit.

In de workshop 'Mijn Land' kwam dit verschillende malen naar voren. Een groot voorbeeld was het afnemen van de interviews in de tweede fase van de workshop. In de eerste fase, tijdens het schilderen, had de workshopleider al verschillende opvallendheden gezien. Bregje schilderde haar land steeds weer over, waardoor dat land allemaal verschillende lagen had. Tijdens haar interview was dat een punt wat naar boven kwam, en uiteindelijk bleek dit ook een heel essentieel punt te zijn geweest voor Bregtje. Aan de ene kant probeerde Bregje die moeilijke punten zo ver mogelijk uit de weg te gaan, door bijvoorbeeld het land steeds weer over te schilderen. Misschien dat niemand het dan zag, maar juist dat viel op. Dit was, door ervaring en door goed te kijken naar de Bregje, een punt voor de workshopleider om meer over te weten te willen komen. Het was belangrijk.

Tijdens de lunch, vlak voordat Bregje wegliep uit de workshop, voelde een van de workshopleiders zich niet goed. Er hing wat in de lucht en er hing een gespannen sfeer. Dat zijn ook signalen die iemand uitzendt. Dit soort signalen zijn voor de workshopleiders ook informatie, die aangeeft dat er iets speelt in de groep waar ze op dat moment mee werken.

Een ander voorbeeld was de schilderwijze van Arjan. Arjan bouwde zijn land heel gestaag, en volgens een geheel eigen plan op. Eerst de grond, dan de meren, de wegen, de huizen. Heel gestaag kreeg zijn land vorm. Dit was een punt wat de workshopleider al vrij snel in de gaten had. Hij was zich hier bewust van en liet het daarom ook doorlopen, ging er niet tussen staan of erop drukken. Dat was niet nodig. Het hoorde namelijk bij Arjan, en bij hoe hij in het leven stond. Juist daarom was het een essentieel punt dat in zijn land naar voren kwam.

Substantialiteit

Baart (2001) omschrijft dit punt als een samenkomst van bovenstaande punten, met als resultaat dat er, na verloop van tijd als deze houding volgehouden wordt, een relatie ontstaat waarin allerlei gegevens uitgewisseld kunnen worden. In de workshop 'Mijn Land' draait het hier voortdurend om. Door te blijven kijken en door te kijken zonder een oordeel, zijn de workshopleiders constant in staat te zien wat een deelnemer nodig heeft. Op die manier wordt de relatie die is ontstaan tussen de deelnemer en de workshopleider gevoed met nieuwe informatie en informatie uit de interactie die er tussen de workshopleider en de deelnemer is. Door het steeds maar weer werken aan deze relatie, creëert de workshopleider een sfeer, waarin de deelnemer gezien wordt zoals hij daadwerkelijk is, en zich daar prettig bij voelt. Er wordt niet gefocust op het probleem of de problemen. Een zelfonderzoek, wat 'Mijn Land' in wezen is, kan al confronterend en pijnlijk genoeg zijn en juist de relatie die de deelnemer heeft met de workshopleider, zorgt dat deze spanningen in goede banen wordt geleid.

Bij deze dimensie is groei het grootste voorbeeld wat je kunt geven en ook in onze workshop kwam dat terug. Door de relatie, die vooral gebaseerd was op gelijkheid en die veel weg had van een vriendschappelijke relatie, zag je dat deelnemers meer tot hun recht kwamen. Grenzen werden verlegd en mensen kropen uit hun schulp, lieten zich meer zien. Zo ook Arjan. Het opbouwen van zijn land ging heel gestaag en doordacht, maar door de ruimte die hij daarvoor kreeg werd de input die deze deelnemer had gedurende de workshop steeds en steeds groter. Een ander voorbeeld was Daantje, die binnenkwam aan de hand van Linda, haar begeleider en die zich totaal afhankelijk opstelde van Linda. Gedurende de workshop viel dit steeds verder weg en kwam haar ware, vrolijke ik naar buiten. De ruimte en het aanspreken op een normale manier, zorgde ervoor dat zij de kans had om zich op die manier te ontwikkelen. Ze mocht zijn wie ze was, en ze was niet uniek of verstandelijk beperkt. Daar was ze zichzelf, en die ruimte was voldoende voor haar om te laten zien wie ze was en wat ze allemaal kon.

Een heel duidelijk voorbeeld dat bij deze dimensie past, is het voorbeeld wat al eerder gegeven is in de vorige fase, dat van het optreden van Daantje. Daarin kwam naar voren dat de professional op dat moment geen waarde oordeel had gehangen aan het verleden van Daantje. Hij had deze informatie echter wel ergens opgeslagen, waardoor hij uit impuls toch Daantje met een duim in de mond tegemoet trad op het podium en haar deze aanbod. *'Je maakt het zo belangrijk als zij het op dat moment vind. Oke, jij vindt het niet belangrijk, dan doe ik er niets mee. Als jij het straks wel belangrijk vind..'* (Liesbeth Reeser). Gedurende de workshop had Daantje echter al wel op verschillende moment signalen afgegeven, waarin haar verleden naar voren kwam. Bijvoorbeeld in het vertellen van een droom, wat geen fijne droom was geweest. Dit benoemde ze echter elke keer zo sec, dat de reactie van de workshopleiders op eenzelfde manier werd vormgegeven. Zodat ook zij bekrachtigd wordt in het feit dat ze er op deze manier heel goed mee omgaat. Ze gaat door, en blijft er niet in hangen. Op die manier wordt het probleem ook niet groter gemaakt dan het is. Als zij het op dat moment wel heel belangrijk vindt, dat stuurt ze daar op aan en dan speel je daar als professional wel op in. (Dit illustreert ook dat de professional zich laat sturen naar het verhaal van de cliënt en niet andersom, wat eerder aan bod is gekomen in fase 1, punt 2: toewending).

5.2.3 Fase drie: De zorg identificeren

Zich tot zorg identificeren is de volgende fase die Baart (2001) beschrijft. Deze fase staat vooral in het teken van aansluiten bij de cliënt. Aansluiten bij zijn verhalen, zijn beleving, zijn leefwereld. En daarbij vooral ook eigen perspectieven laten rusten en zo min mogelijk een eigen interpretatie maken van wat er speelt bij de cliënt. Want op dat moment is het verhaal al niet meer van de cliënt, maar wordt het van jou als werker. Dit moet in deze fase juist voorkomen worden, aangezien dit de fase is, waarbij de cliënt moet gaan inzien wat jij als werker voor hem kan betekenen. Bij deze fase is het van belang dat het contact wat de werker met de cliënt heeft, omgevormd wordt tot een contact waarin de werker ook daadwerkelijk iets voor de cliënt kan gaan betekenen. Deze fase heeft niet het karakter van moeten, maar het ontstaat door de manier waarop werker en cliënt intensief met elkaar omgaan. Daarbij is de houding van de werker van groot belang. Bij deze fase zijn twee werkprincipes beschreven, namelijk, zich voegen en zich verplaatsen. De twee waarden die daar aan ten grondslag liggen zijn bevestiging en solidariteit.

In de workshop 'Mijn Land' is de constante dialoog tussen workshopleider en deelnemer bijzonder belangrijk. In het dialoog hebben beiden een belang; namelijk het uitwisselen van informatie. Informatie, waar beiden beter van worden. De workshopleider wordt er beter van, doordat hij erachter komt hoe de deelnemer denkt. En de deelnemer wordt er beter van, omdat door de vraagstellingen van de workshopleider, de deelnemer er achter komt hoe hijzelf denkt en hoe de workshopleider denkt. Daarbij hebben zowel de workshopleider als de deelnemer een mening, maar om daar bewust van te zijn (het hebben van die mening), maakt dat deze mening niet in de weg hoeft te staan in de dialoog. Juist door vanuit het gesprek te starten, krijg je met meningen geen moeilijkheden. Je legt het niet op, je kunt met elkaar in gesprek. Het gaat er dus om elkaar en jezelf beter te leren begrijpen. Dit definieert de gelijkwaardigheid in de gesprekken. Het uitgangspunt van de gesprekken tussen workshopleider en deelnemer zijn gebaseerd op deze gelijkwaardigheid, maar ook op liefde, interesse in en volle aandacht voor de ander en de wederkerigheid die er ontstaat in het gesprek. In de workshop is dat tekenend voor alle soorten contacten die er gedurende de workshopdagen zijn tussen workshopleider en deelnemer, en wordt er op die manier keer op keer de aansluiting bij de behoefte van de deelnemers gezocht, waardoor de workshop z'n vorm krijgt in oefeningen en interventies.

Die gebeurt al bij binnenkomst van de deelnemers bij Carte Blanche. Dan al wordt er besproken hoe het met iedereen gaat, wat iedereen bezig houdt en waar op dat moment de aandacht van de deelnemers bij ligt. Zo waren er een aantal workshopdagen waar verjaardagen van bijvoorbeeld Sandra, Daantje en Bregje om heen lagen. Dit riep veel spanningen op, net zoals de Carnaval. Door het gesprek wat ontstaat over deze onderwerpen tussen deelnemers en workshopleiders, krijgen workshopleiders inzicht in wat er speelt bij de deelnemers en kunnen ze daarop inspelen. Door bijvoorbeeld de oefeningen te kiezen waarbij de aandacht er goed bij gehouden moet worden, zodat de gedachten niet constant afdwalen naar de naderende verjaardag of Carnaval, maar ook door het er gewoon over te hebben. Dan ligt het op tafel, en dat biedt weer ruimte.

Dit zie je vooral bij bijvoorbeeld het afnemen van de interviews terug, waarbij de workshopleider de cliënt volgt in zijn of haar verhaal en daar ook meer van wil weten. Maar het blijft het verhaal van de deelnemer. Het hoort dan ook bij de werkwijze van workshop 'Mijn Land' dat alles wat de deelnemers vertellen, letterlijk wordt opgeschreven, in de eerste persoon enkelvoud, tegenwoordige tijd. Daarbij wordt niets geïnterpreteerd door de workshopleider, waardoor er kans is dat er een andere werkelijkheid ontstaat. Juist het feit dat er alleen de waarheid van het verhaal van de deelnemer bestaat, geeft een deelnemer ruimte om te zijn wie hij is en te vertellen wat hij wil. Dit is een essentieel onderdeel van de workshop 'Mijn Land'. Het element van het hier en nu, is hier ook van groot belang. *'Iedere uitleg wordt er op die manier uitgefilterd, en het gaat over de beleving van dat moment. Daar kun je wat mee. Met de interpretatie van die beleving kun je niets.'* (Stefan Jung). Dit stimuleert namelijk de fantasie van de deelnemer om te vertellen wat er nu speelt in het land. Het laat het verhaal leven, het laat het land tot leven komen.

Om bovenstaande procesdoel 'de zorg identificeren' vorm te geven, zijn de werkprincipes 'zich voegen' en 'zich verplaatsen' van groot belang. Deze worden hieronder uitgewerkt.

1. Zich voegen

De zorg identificeren	4. Zich voegen <i>bevestiging</i>	a. Voorhandene / alledaagse b. Eigen (lijk) e c. Samenhangen (integraliteit)
-----------------------	---	--

Zich voegen zegt iets over hoe de werker omgaat met zijn eigen interpretaties en waarheden ten op zichten van de verhalen en de waarheden van de cliënten die hij tegenkomt. Dat hangt samen met het feit dat het ook het verhaal van de cliënt moet blijven. *'De presentie-beoefenaar houdt het zolang mogelijk bij de verhalen zoals ze verteld worden, in die structuur, in dat taaleigen, met die intensiteit en vooral met de redelijkheid en uitleg die de verteller er zelf inlegt.'* (Baart, 2001, p. 739). Alleen op die manier onteigen je het verhaal niet van de cliënt.

In de workshop komt dit voortdurend terug in de contacten tussen de workshopleiders en de deelnemers. Zoals eerder beschreven, is daarin de dialoog heel belangrijk, aangezien er informatie-uitwisseling plaats vindt. Het doel van die informatie uitwisseling, is dat beide partijen verwonderd raken in het verhaal van de ander. Op die manier ga je namelijk nadenken over wat je zegt, wat de ander zegt, en of jou perspectieven nog wel kloppen. Dit geldt zowel voor de workshopleider als voor de deelnemer. Dit symboliseert wederkerigheid, wat van groot belang is binnen de workshop. Alleen op die manier kunnen de workshopleiders namelijk aansluiten op de behoefte van de deelnemer. Daarnaast het van belang dat deze dialogen in het hier en nu blijven. Op die manier lok je namelijk geen verantwoording uit bij de deelnemer en dat geeft ruimte. Op het moment dat die verantwoording wel naar voren komt, wordt er direct een mening in gelegd, namelijk die van degene die om die verantwoording vraagt. Op dat moment onteigen je het verhaal van de deelnemer en bestaat het verhaal niet meer in het hier en nu. Werken aan verandering bij de deelnemer wordt dan veel moeilijker. Juist door in het hier en nu te blijven werken, is het werken aan de toekomst en aan een eventuele verandering in de toekomst gemakkelijker. Zich voegen heeft een aantal dimensies, namelijk het 'voorhandene/alledaagse', het 'eigenlijke' en 'samenhangen' (integraliteit).

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaand werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

Een van de laatste oefeningen was de 'indianenoefening'. In deze oefening zaten we allen rondom de landen. Iedere deelnemer mocht bij zijn land nog een toevoeging doen, als de deelnemer vond dat er nog iets niet aan bod was gekomen wat wel belangrijk was geweest. Ook de laatste huiswerkopdrachten werden hierin besproken. Daantje ging in op waarom mensen nu lief of stout waren en noemde zichzelf daarbij als voorbeeld. Dit was de vraag die de workshopleider haar stelde, en ook de enige vraag die de workshopleider haar stelde (*voorhandene/alledaagse*). Daantje vertelde daarna uit zichzelf veel meer, omdat ze dit blijkaar van belang vond en de ruimte ervoor voelde. Zij had ook wel een stoute dingen uitgehaald, waarbij ze fysiek geweld had gebruikt. Daar had ze nu spijt van. Dit vertelde ze aan de hand van haar land en de huiswerkopdrachten die ze had meegekregen. Het was haar waarheid en zo had zij het beleefd. Maar ze vond het wel heel erg dat ze het had gedaan en voelde zich alsof alleen zij zo boos kon worden en anderen pijn kon doen. De workshopleider liet Daantje haar verhaal vertellen, en onderbrak haar niet om te controleren of hij het begreep, om het samen te vatten of op een andere manier te zeggen (*eigenlijke*).

Op dat moment werden er vanuit de groep ook allerlei voorbeelden genoemd van deelnemers die heel boos waren geweest en daarbij fysiek geweld hadden gebruikt. Gevochten, met dingen gegooid, dingen kapot gemaakt, het kwam allemaal voorbij. Daantje voelde zich op dat moment niet meer alleen staan in haar verdriet, schuldgevoel en vooral in het feit dat zij niet de enige was die wel zulke dingen had gedaan. Ook de workshopleiders gaven voorbeelden, en waren daarmee onderdeel van de groep (*samenhang*).

Voorhandene/ alledaagse

Het voorhandene wil zeggen, dat de presentiewerker aansluit bij de cliënt, met de verhalen, de belevingen en de leefwereld zoals die verteld wordt door de cliënt. Het aansluiten met wat voorhanden is, en het juist niet op een eigen 'professionele' manier samenvatten of herschrijven. Dat aansluiten vindt plaats doordat de werker zich voegt naar het ritme van het alledaagse leven en door aan te sluiten bij de verhalen in de structuur, de taal en betekenisconfiguraties zoals de cliënt deze vertelt. (Baart 2001) Wederom grijpen we hier terug op het voorbeeld van Daantje, die met haar knuffel op het podium verscheen en daar haar act van had gemaakt. Die knuffel hoorde bij de leefwereld van deze vrouw, het was een essentieel ding voor haar, wat haar veiligheid en bescherming bracht. Juist daarom was het volgens de workshopleider van belang dat de knuffel onderdeel werd van de act van Daantje. Door de puurheid en de kwetsbaarheid wat Daantje in zich had, stond ze als het ware 'naakt' op het podium voor al die mensen. De deelnemster was echter zo zichzelf, zei wat in haar opkwam en liet zien wie ze was, dat ze daardoor juist heel sterk was. *'Ik vind haar heel wijs. Dat heeft alleen nog nooit iemand tegen haar gezegd.'*, aldus Stefan.

Eigenlijke

Hierbij draait het niet om het feit dat het verhaal van de cliënt op een ander manier wordt naverteld, maar bij dit punt draait het om de betekenis van het verhaal. Door het verhaal in eigen woorden samen te vatten, te interpretaties of het op een andere manier te vertellen, onteigen je namelijk het verhaal van de cliënt. Het is dan niet meer zijn verhaal, maar dat van de werker, waarmee men de cliënt onbelangrijk maakt. Juist in de hulpverlening mag dit niet kunnen. Dit houdt ook in dat het verdriet wat iemand ervaart, de pijn of juist het geluk van de ander moet blijven. Want alleen op die manier, als dit niet verkleint of weggestopt wordt, kan het bestaan en hoort het bij de cliënt. Dan kun je er mee gaan werken, dan mag het er zijn en blijft het er ook. Bij de werker is het daarbij van groot belang, dat de werker *'zijn of haar eigen inbreng zo probeert in te passen in wat reeds voorhanden is en (om dat te kunnen) het gegevene in zijn organiciteit zo nauwgezet mogelijk peilt op zijn betekenissen.'* (Baart, 2001, pp. 740). Alleen dan kun men zich voegen naar de waarheid van de ander.

Tijdens de workshop waren er twee deelnemers die als huiswerkopdracht een sprookje moesten schrijven over een gebied wat voorkwam in hun land, namelijk Sandra en Tinke. Dit sprookje mocht geheel naar eigen invulling worden geschreven. Het was het verhaal van hen, hun eigen beleving en de waarheid zoals zij die zagen. De huiswerkopdrachten werden in de groep besproken. Het sprookje van Sandra werd door de workshopleider voorgelezen en Tinke deed het zelf. Er werd letterlijk stil gestaan door workshopleiders bij de inhoud van het sprookje, door over het sprookje te blijven spreken en het niet persoonlijk te gaan maken of in eigen woorden te zetten. Het sprookje was de waarheid en voor de workshopleider was dat voldoende om als waarheid aan te nemen. De sprookjes werden dan ook input voor de acts die Sandra en Tinke uiteindelijk zouden gaan opvoeren tijdens de presentatie. Wanneer je terug kijkt naar de verschillende acts van Sandra en Tinke, kun je zien dat het erg persoonlijk was. Het gevecht met de grenzen was duidelijk zichtbaar. Bij Sandra door het contrast tussen de twee soorten gekozen muziek en het stukje tekst wat zij daar tussen in vertelde over de grenzen van haar land, en bij Tinke door de dans, die letterlijk een gevecht was met haarzelf. Beide hebben de sturing gehad in hun proces, doordat de workshopleiders hen hielpen om bij de kern te komen van beide landen, met het resultaat zoals die was tijdens de acts. De workshopleiders hebben Sandra en Tinke ondersteunt en geholpen om dicht bij henzelf te komen, door het geven van handvatten, bijvoorbeeld door bepaalde oefeningen te geven in bepaalde situaties, zoals die huiswerkopdracht.

In de workshop is duidelijk te zien dat deelnemers dicht bij zichzelf blijven en ook steeds dicht bij zichzelf komen door de workshop wanneer ze er voor open staan. De workshopleiders helpen de deelnemers om dicht bij zichzelf te komen en laten de andere deelnemers hierbij helpen. Tijdens de workshop is er regelmatig verdriet naar boven gekomen, het verdriet mag er zijn en er wordt bij stil gestaan. Zo werd het land van Jolijn niet bestuurd door haarzelf, maar door anderen, en dat deed haar heel veel. Er was ruimte om hier bij stil te staan, op de momenten dan Jolijn daar zelf behoefte aan had. Door de veiligheid die de workshopleiders als voorwaarde hebben gecreëerd, was er alle ruimte voor Jolijn om er bij stil te kunnen staan.

Samenhangen (integraliteit)

De presentiewerker probeert te werken met wat voorhanden is, naar de waarheid en het verhaal van de cliënt. Dat wat voorhanden is hoeft echter niet altijd om een verhaal of een handelingswijze van een cliënt te gaan, maar gaat ook over de omgeving. De werker probeert waar nodig en mogelijk, samen te werken met systemen rondom de ander. Daarbij is het van belang dat de werker deze niet fragmenteert, niet kleiner maakt of maar een stukje daarvan gebruikt. Dan klopt het geheel namelijk niet meer en zet je het weer enigszins naar eigen hand. *'Hun duurzame aanwezigheid onder buurtbewoners helpt hen te zien wat er is en waar wat kan. Bovendien zijn ze vertrouwd en kunnen vormen en betekenissen vaak ook extrapoleren naar andere situaties en tijdstippen.'* (Baart, 2001, pp. 741). Juist door als werker zijnde de gehele situatie te kennen, zoals de cliënt het heeft verteld, kan de werker de juiste keuzes maken wat hij en waar hij kan inzetten. De samenhang met de omgeving is daarin dus heel belangrijk.

'De workshop 'Mijn Land' kan niet bestaan zonder de gratie van mededeelnemers.' (Jung, S). Er wordt in de workshop erg persoonlijk en individualistisch gewerkt, maar daarnaast is het van belang dat er ook samengewerkt wordt. In bepaalde groepssituaties kunnen mensen zich ontwikkelen en leren zij, bijvoorbeeld doordat zij gespiegeld worden. Dit is onder andere in de vorm van spiegel oefeningen. *'Een spiegel oefening is er voor om te leren kijken, je leert te kijken, je leert te kijken zonder oordeel, op een hele andere manier wordt je getraind om jezelf over te geven aan de ene kant en het initiatief te nemen aan de andere kant. Het heeft niks met 'Mijn Land' te maken. Bij alles wat je samen creatief doet, is het nodig dat je kijkt en luistert zonder dat je oordeelt. Want op het moment dat je oordeelt, en op het moment dat je een mening hebt, wordt onmiddellijk het creatieve proces stop gezet. En dat is echt zo. Maar dat spiegelen is ook een manier om aan iemand aan te haken. Om gewoon te voelen, wie iemand is. Dat kijken is steeds kijken naar de ander en kijken naar jezelf. Want via de ander kijk je weer naar jezelf.'*, aldus Liesbeth Reeser en Stefan Jung. Gedurende de hele workshop is het van belang dat deze groep als omgeving wordt 'gebruikt' in de individuele processen. Stefan omschrijft in het document 'Mijn Land. Een Workshop': *'De anderen zijn in het proces de spiegel, het klankbord, maar – weer – alleen voor zover iemand dat zelf wil.'* De spiegel oefeningen worden zijn hier onderdeel van. De workshopleiders kiezen er bewust voor om het systeem (de groep) in te zetten om bepaalde groei te laten ontstaan. Ze spelen in op de behoeften van de groep en de deelnemers als individu. Bij de spiegel oefeningen gebeurde er veel bij de deelnemers. Er was bijvoorbeeld een heel duidelijk verschil tussen de koppels tijdens het uitvoeren van spiegel oefeningen. Zo was er het koppel Linda en Sandra, die heel uitbundig bewogen en grote gebaren maakte. Dit paste ook bij beide. Daarnaast was er het koppel Jolijn en Arjan, waarbij Arjan vrijwel geen initiatief nam tot het bewegen. Jolijn gaf Arjan echter wel meerdere malen de leiding, wat resulteerde in het feit dat er twee mensen tegenover elkaar met hun handen in de zakken stonden. Arjan voelde zich echter wel ongemakkelijk hierbij, aangezien hij degene was die met z'n handen in z'n zakken stond. Juist daardoor probeerde hij zich wel meer in te zetten, en ging hij bewegen. Later, toen Jolijn het overnam, ging het op een gegeven moment te snel voor Arjan. Hij gaf dit aan, waardoor Jolijn een bekende eigenschap van haarzelf terug zag, namelijk, altijd alles op tempo willen doen en nooit willen pauzeren. Wat zo'n oefening wel niet los kon maken.

Ook de keuze om de inhoud, 'het resultaat' van de workshop, naar buiten te brengen naar het publiek in de vorm van een voorstelling, is een vorm van het inzetten van de omgeving tijdens het proces van de workshop. *'Laat het publiek zowel als de deelnemers kijken naar wat iemand fysiek in huis heeft, maar ook wat hij aan kleurgebruik in huis heeft, van wat de kwaliteit van een verhaal is en uiteindelijk wat de kwaliteit van een act is. Het is ook wel echt in alle niveaus een ZELFPORTRET zichtbaar'* (Stefan Jung).

Het schilderij wat iemand maakt, vertelt een verhaal. Om dit verhaal en het daarbij behorende land in een theaterpresentatie te plaatsen, definieer je voor iedere deelnemer het begrip kunst. En niet alleen voor de deelnemer wordt het dan kunst, ook voor het publiek wat komt kijken wordt het kunst. Het publiek is namelijk op zoek naar de vraag wat de maker wil bereiken en op welke manier hij dat doet. Op die manier wordt de omgeving zich bewust van wie jij bent, van wat je hebt meegemaakt en wat je kunt. Het is voor veel mensen echter heel lastig om het begrip kunst te definiëren,

2. Zich verplaatsen

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaande werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

36

dat had zien aankomen. Dat wilde ze voorkomen (*rationele reconstructie*).

De workshopleider was benieuwd naar wat er dan was voorgevallen, en op haar eigen manier gaf Tinke daar woorden aan. Het feit dat Tinke gekwetst was in haar leven, stond niet ter discussie, maar feit was dát Tinke gekwetst was. De workshopleider vroeg Tinke niet waarom ze dat vond of voelde, het was gewoon zo en dat nam de workshopleider van haar aan (*partijdigheid*).

Binnenperspectief

Het binnenperspectief aannemen wordt door Baart (2001) omschreven als '*het waarnemen van de wereld vanuit het perspectief van de ander*' (Baart, 2001, p. 743). Het gaat er om dat de presentiewerker begrijpt welke betekenis de werkelijkheid voor de ander heeft. Daarbij gaat het niet alleen om het beeld wat de ander heeft, maar ook om de ervaringen die de cliënt heeft met bijvoorbeeld instanties of de samenleving als geheel. Voor de presentiewerker is het daarbij van belang om zichzelf te blijven en op die manier de ander te leren kennen. Geduld, een goed waarnemingsvermogen en volhouden zijn daarin van groot belang. Ook de ongestructureerde en lange gesprekken die overal plaatsvinden, op elk moment van de dag, zijn van groot belang. Want door die gesprekken, kom je erachter hoe iemand denkt, en misschien ook waar iemands pijn verborgen zit. In de workshop 'Mijn Land' komt het aannemen van dat binnenperspectief aan de orde. Het is echter wel een opgave voor de workshopleider, aangezien hij in een korte periode bij verschillende mensen aansluiting moet weten te zoeken, en het binnenperspectief van de ander moet leren kennen. De gezonde portie oprechte nieuwsgierigheid en oprechte interesse van de workshopleiders speelt hierin al een grote rol. *'Ik ben aan het praten met mensen met een verstandelijke beperking, omdat ik wil weten hoe hun perceptie van de werkelijkheid is. Ik ben geïnteresseerd in hoe jij nou, zonder dat ik daar een oordeel over heb of dat goed of fout is, tegen de werkelijkheid aankijkt.. Daar geniet ik van, daar leer ik van, dat vind ik fantastisch. In de eerste plaats is alles wat we hier doen ontstaan uit belangstelling, interesse en liefde voor andere mensen. We genieten ervan! En die zin zijn wij baanbrekend.'*, aldus Stefan.

Tijdens de workshop 'Mijn Land' wordt er door de workshopleiders goed gekeken naar iedere deelnemer als individu, maar ook als groep. Op die manier wordt er kennis gemaakt met dat wat de deelnemers bezighoudt op dat moment. *"Wat mij heel erg stuurt is de sfeer en het gevoel die vanuit de groep terugkomt. (...) Het is juist aftasten van: wat is die ander, hoe voelt die ander zich, moet ik daar iets mee, moet ik daar niks mee, wat gebeurt er als ik er wel iets mee doe, wat gebeurt er als ik er niks mee doe? Het punt is om te kijken van wat is nou de reactie van mensen op elkaar als ik er in stap, en natuurlijk, ik heb alleen mezelf als instrument, mijn eigen temperament, dat kan ik niet verloochenen. Ik ga ook niet anders doen dan dat ik ben, maar ik ga wel aftasten of kijken van wat er leeft er in zo'n groep."* (Liesbeth Reeser). Op deze manier, door met de cliënten in gesprek te gaan, spelen de workshopleiders in op de groep en de sfeer. Dit doen de workshopleiders door tijdens deze gesprekken het perspectief van een kind aan te nemen. Vanuit het kindperspectief wordt de binnenwereld van de deelnemer verkent. Het voordeel van het aannemen van het kindperspectief is namelijk, dat je onbevangen en onbevooroordeeld iemand tegemoet kan treden. Je erkent iemand daarmee, door je werkelijke belangstelling. Een kind kent namelijk geen gêne, en vraagt alles wat er in hem op komt, omdat het hem nieuwsgierig maakt. Daar zit geen waardeoordeel in, en dat heeft de workshopleider ook nodig in de gesprekken, en de interviews met de deelnemers. Alleen op die manier is er ruimte voor de workshopleider om alles te vragen, en voor de deelnemer om overal eerlijk en vrij antwoord op te kunnen geven.

Van daaruit wordt het binnenperspectief overgenomen, om zo de juiste interventies en interactie te kunnen bepalen. De spiegel oefeningen zijn daar een voorbeeld van, want die geven een blik op het binnenperspectief van de ander. Hoe ervaart de ander de oefening? Waar voelt de ander zich prettig bij? Bij welke bewegingen voelt de ander zich prettig? Zo'n spiegel oefening geeft daarnaast voor degene die gespiegeld wordt, een beeld van hoe diegene wordt ervaren. Zo deden Tinke en Arjan samen een spiegel oefening. Tinke nam hierin het voortouw, waar Arjan in volgde. Tinke zag via Arjan hoe zij zelf in de oefening stond, namelijk lekker bewegen en doorpakken. Toen Tinke echter de leiding overgaf aan Arjan, bleek dat Arjan zich niet echt een houding wist te geven en niet zo goed wist hoe hij moest

bewegen. Juist hierdoor pakte Tinke de leiding weer over. Dit geeft goed aan, waar de confrontatie ligt tussen de twee deelnemers die elkaar spiegelen. Ze werden zich bewust van het handelen van de ander, en het handelen van henzelf.

Rationele reconstructie

Door intensief deel te nemen aan de leefwereld van een ander, probeert de werker de kern van het leven van de cliënt te zien. Met de kern wordt bedoelt: waar het om draait, waarom de cliënt handelt zoals hij handelt en dingen ziet zoals hij deze ziet. Als de werker het binnenperspectief van de cliënt heeft leren kennen, is dat de volgende stap. Ook hierin zijn de eindeloze lange gesprekken tussen de werker en de cliënt van groot belang. Volgens Baart (2001) hebben die lange gesprekken twee functies, namelijk *'stukje bij beetje de kern van de redelijkheid en de lijn in het leven, (...), te voorschijn komen: de verboden en bijna onuitsprekbare overwegingen, de met schaamte belanden richtpunten, de soms doodstil gehouden vernederingen en verlangens of de – inderdaad – ondragelijke eenvoud en platheid van het bestaan.'* (Baart, 2001, p. 744). En vanwege de veranderingsgezinde inslag van gesprekken. *'Het verkennen van motieven gaat gemakkelijk gepaard met de thematisering van goede voornemens. (...) Maar voor het zover is dat men die goede voornemens laat varen, wil men die neigingen juist mogen koesteren, verdedigen en prijzen.'* (Baart, 2001, p. 744). Het neemt veel tijd in beslag om te komen tot de kern van iemands handelen, al is het wel van belang dit te zien, als je als werker iemand hulp wilt gaan verlenen (in fase 4 komen we daarop terug). In de workshop 'Mijn Land' draait het alleen maar om die kern, al heeft iedereen een eigen kern waar het om draait. Daar ligt direct de moeilijkheid van de workshopleiders, wat aansluit bij de moeilijkheid van het innemen van het binnenperspectief van alle deelnemers uit de groep. Wanneer mensen deelnemen aan de workshop 'Mijn Land' gaan ze samen met de andere deelnemers en de workshopleiders op zoek naar de kern. Dit begint bij het schilderen van je land en daarnaast de oefeningen die gedaan worden in elke bijeenkomst. De workshopleiders gaan naast je staan en helpen je om richting te bepalen. Doordat ze goed kijken en luisteren krijg je het gevoel dat ze je de ruimte geven en je gaandeweg de workshop steeds beter gaan begrijpen. *Je hoopt dat dingen beter worden. Dat is een keuze soms, ik ga er niet op zitten drukken, ik laat het gewoon even zo, wacht maar tot de volgende keer dan wordt het wel beter. Juist als je er op gaat zitten drukken, dat is ook echt gebeurd, op het moment dat het een principieel punt wordt, dan maakt ze het niet af en komt ze helemaal niet meer terug, dat is het spanningsveld waarin je aan het opereren bent.* (Stefan Jung). Dat spanningsveld is van groot belang. Hier komt naar voren dat de workshopleiders inspelen op de werkelijkheid van de deelnemers en niet gaan pushen in een bepaalde richting. Het gaat op het tempo van die deelnemer en zij passen zich daarop aan. Ze verdiepen zich in de deelnemers als groep, maar ook als individu.

Tijdens de workshop kom je hinderpalen tegen, maar daarmee ontdek je ook kansen om je te ontwikkelen en je bewust te worden van waarom je handelt zoals je dat doet. Dat de workshopleiders je bevragen vanuit kindperspectief, helpt daarbij. *'Probeer niet een aanvulling te vragen, maar probeer van het begin af aan te vragen, probeer naar de essentie van dingen te vragen. Niet naar de verschijningsvorm, maar naar de essentie.'* (Stefan Jung). *'Ik stel vragen, alles wat me opvalt daar vraag ik naar. Niet met een oordeel. Maar ik zie het wel en ik benoem het wel. Ik ga niet zeggen: waarom doe je dat dan niet? Dan krijg je ook geen antwoord. Als je een vraag stelt en je weet het antwoord al, dan krijg je ook geen antwoorden. Je moet eigenlijk het antwoord niet weten. Je kan wel een vooronderstelling hebben, maar die moet je juist weer overboord gooien. Negen van de tien keer heb je dat eigenlijk niet.'* (Liesbeth Reeser). De workshopleiders geven beide aan soms bewust de vooronderstelling te gebruiken, om iets te kunnen benoemen wat je ziet. Op die manier is er een ingang om tot een gesprek te komen.

Een voorbeeld van deze rationele reconstructie was het land van Tinke. Tinke had in haar land een aantal horizontale streepjes onder elkaar geschilderd. De workshopleider vond dit opvallend en ging juist vragen naar wat die streepjes nou waren, waar ze voor dienden en waarom ze daar waren. Hij nam hierbij het perspectief van een kind aan, waardoor Tinke de mogelijkheid kreeg goed na te denken over wat het nou precies was en waarom die streepjes daar zaten. Door het vertellen over die streepjes, en door het doorvragen van de workshopleider, kwam er bij Tinke uiteindelijk een essentieel thema naar boven, namelijk gekwetst zijn. De streepjes bleken een verdedigingsmechanisme te zijn naar de buitenwereld toe. Emoties kwamen

daarbij vrij, maar ook die werden opgemerkt door de workshopleider. Vanuit daar vroeg hij verder op het thema, waardoor Tinke kon vertellen en het een plekje te geven in haar land.

Partijdigheid

Partijdigheid binnen de presentie wordt door Baart (2001) uitgelegd als het krijgen van erkenning voor wat de cliënt voelt en meemaakt. *'Dat de presentie-benadering hier anders te werk gaat en allereerst inzet op de erkenning van de ander en de geldigheidsclaims van diens gevoelens en perspectieven, betekent per implicatie dat het gebrek aan dergelijke erkenning gekwalificeerd kan worden als een van de termen van sociale problemen.'* (Baart, 2001, p. 745). Door het binnenperspectief te volgen van de cliënt, volg je als werker automatisch zijn standpunten. Juist hierin is 'zich verplaatsen' heel belangrijk. Als een cliënt merkt dat jij naast hem staat, hem steunt en in zijn waarheid geloofd, zal de band die jij hebt, gebaseerd zijn op vertrouwen en zal een cliënt jou als werker als een betrouwbaar persoon zien die iets kan betekenen voor jou. Binnen de workshop 'Mijn Land' is het kijken zonder oordeel heel belangrijk. Ook dit kun je beschouwen als een vorm van partijdigheid, aangezien er door het kijken zonder oordeel een bepaalde ruimte wordt gecreëerd, waarin jou verhalen mogen zijn zoals jij ze vertelt. Vanuit die verhalen denken de workshopleiders mee, om te komen tot een kern. Dit meedenken bestaat vooral uit het stellen van vragen vanuit het perspectief van een kind, vragen 'waarom iets is', en het opmerken en benoemen van details zonder daar een oordeel aan te hangen of iemand tot verantwoording op te roepen. Dat oordeel, dat geef jij als deelnemer er zelf aan. *'Dat kijken is wel essentieel. Kijken zonder oordeel, luisteren naar iemand en ook zonder oordeel bezig zijn met je eigen perceptie van de werkelijkheid, is evenzeer op dezelfde manier belangrijk. Jij kijkt op een bepaalde manier tegen de werkelijkheid aan, het belangrijk om die te delen met anderen zonder dat daar een oordeel mee komt. Zodra het oordeel belangrijk wordt in jouw hoofd, dan spreek je geen waarheid meer, maar dan lieg je. (...) De hardste en meeste kritiek krijg je van jezelf. Daar heb je een ander helemaal niet voor nodig hoor, je kan jezelf ontzettend goed afbreken, daar ben je zelf de beste in. Daar ben je veel beter in dan in het opbouwen.'* (Stefan Jung). Doordat de workshopleiders op deze manier met de deelnemers omgaan tijdens de workshop, en daardoor deelnemers ruimte bieden, gaan de workshopleiders dus niet alleen naast de deelnemer staan, maar gaan zij ook meedenken vanuit het binnenperspectief van de deelnemer. Door deze oprechte nieuwsgierigheid en betrokkenheid geeft dit de deelnemers veel vertrouwen en veiligheid en biedt dit ruimte om zichzelf te kunnen openen en te kunnen ontwikkelen.

Een duidelijk voorbeeld van partijdigheid in de workshop, was het proces wat Sandra doormaakte. Aan het begin van de workshop was zij wantrouwend naar de workshop en vooral ook naar de dingen die ze moest doen. Vaak had ze wat tegendraads gedrag en ze liet zichzelf niet helemaal zien, soms zelfs helemaal niet en nam ze een rol aan. Maar op het moment dat Sandra haar interview had gehad over haar land, sloeg dat om. In dat interview vertelde ze dat in haar land vooral dieren woonde. Dieren konden je namelijk niet kwetsen en pijn doen, en mensen hadden haar al veel te vaak gekwetst en pijn gedaan. Zij gaf daarbij aan, dat mensen dat altijd doen, en dat ze daarom mensen niet meer vertrouwt. Alleen nog maar dieren. Dit was essentieel voor Sandra in haar land, en ze had hier heel goed over nagedacht. De workshopleider was heel benieuwd wat voor dieren er dan zowel leefde, en of er wel mensen in het land van Sandra leefde en wie dat dan waren. Hij vroeg alles wat in hem op kwam, en ging niet met Sandra in op het feit dat ze mensen niet vertrouwt. Dat was namelijk zo in het land van Sandra, dat was haar waarheid, en die nam de workshopleider voor waarheid van Sandra aan. De erkenning voor de waarheid die de workshopleider Sandra op deze manier gaf, gaf voor Sandra de ruimte en de veiligheid om zich binnen deze workshop open te stellen, en zich over te geven aan het zelfonderzoek. Dat was het moment, waarop Sandra zich volledig en vol overgave ging inzetten.

5.2.4 Fase vier: De zorg geven

De laatste fase die Baart (2001) omschrijft, draait om het verlenen van de zorg waar cliënten om vragen of baat bij hebben. Daarbij blijft het gaan om de focus op de cliënt en het aansluiten bij de leefwereld van de cliënt. Het wil dus niet zeggen, dat als je voorgaande fases heb doorlopen, je je daar niet meer op hoeft te concentreren, aangezien je energie moet blijven steken in de band en het contact wat je met de cliënt hebt opgebouwd. Het zal minder intensieve aandacht nodig hebben, aangezien je al iets hebt om op verder te gaan, maar het mag niet uit het oog verloren worden. Volgens Baart (2001) lijkt deze fase nog wel het meest op concrete hulpverlening, maar ook in deze fase zit toch wel degelijk verschil met de interventionistische benadering. De houding van de werker is daarbij wederom van essentieel belang.

Deze fase is in de workshop 'Mijn Land' de fase waar het uiteindelijk allemaal om draait. Het komt samen in het doel van de workshopleiders voor de workshop. *'Je moet je zo prettig voelen dat je dat kan, dat je voor jezelf durft een stukje ruimte op te eisen. Dat je weet van jezelf, 'oké wat ik doe is goed. Wat ik doe mag er zijn, het is niet dat ik nutteloos ben, maar je mag er gewoon zijn, klaar ja.'* (Liesbeth Reeser). *'De essentie van 'Mijn Land' is om binnen een vastgelegde vorm, dus je krijgt een opdracht om iets te maken en in het proces waarin je het maakt, jezelf letterlijk te leren kennen. Het begint al bij hoe je op het papier ligt, je leert jezelf in faseringen kennen. Zonder dat je op de bank ligt ergens en je levensverhaal moet vertellen. 'Mijn Land' geeft je juist de vrijheid om het niet de hele tijd over jezelf te hebben, maar over het kunstwerk te hebben wat je hebt gemaakt. En dat is een afgeleide. Je bent dus vrijer om te zeggen wat je wilt zeggen, het komt niet zo dicht op je huid te zitten. Veiligheid, bewustwording en groei spelen daarin een grote rol.'* (Stefan Jung).

Door de metafoor kunnen deelnemers bespreekbaar maken, waar ze eigenlijk niet over willen praten. Ze hebben altijd de mogelijkheid en de ruimte te zeggen: 'Dit is mijn Land, dit ben ik niet'. Dit geeft ruimte om over de moeilijke thema's te kunnen praten, en op die manier het leed te delen met anderen. Het leed krijgt op deze manier een plekje, en dat is troostend. De pijn mag er zijn, en deze wordt door niemand beoordeeld. Het wordt juist gezien, en dat helpt om weer een stap verder te komen in het leven van de deelnemer.

Toch zijn in de workshop 'Mijn Land' de andere fases van even groot belang als deze. In een hele korte tijd moeten de workshopleiders namelijk een sfeer creëren, waarin de bovenstaande drie fases met de werkprincipes steeds weer terug komen, zodat de deelnemers de ruimte en de veiligheid ervaren om een keuze te maken te starten met een proces waarin bewustwording, ontwikkeling en groei voornamelijk een rol spelen. Daarbij zetten de workshopleiders zichzelf in als instrument, maar blijven ze de richting van de deelnemer aanhouden als de juiste richting. *'Wat jij wil bereiken, dat is eigenlijk de manier van werken. Wat jij wil bereiken, bereik jezelf. Het enige wat je kan doen is, is mij daarvoor gebruiken als je daar zin in hebt. Als je daar geen zin in hebt, vind ik het ook goed.'*, aldus Liesbeth Reeser. Het dialoog tussen de workshopleider en de deelnemer is hierin van essentieel belang. Dit dialoog, gebaseerd op vertrouwen, wederkerigheid, gelijkwaardigheid, liefde en interesse, is de basis om te komen tot de verandering, voortkomend uit de workshop. Hoe dit werd gedaan, is in fase drie uitgebreid beschreven.

In deze fase spelen drie werkprincipes een belangrijke rol. 'Zich lenen', 'zich beheersen' en 'zich toewijden', geven richting aan de manier hoe de werker zorg kan verlenen aan de cliënt. Daarin zit wel degelijk verschil met het verlenen van zorg door de reguliere hulpverlening. En in de workshop 'Mijn Land' is dat juist het kenmerk van de manier van handelen en de houding van de workshopleiders. De manier van werken, kenmerkt Stichting Carte Blanche, en kenmerkt daarmee ook de workshop 'Mijn land'.

1. Zich lenen

de zorg geven	6. Zich lenen Zin	a. Inschrijfbaarheid b. Instrumentele potenties c. Sociaal-cultureel kapitaal
------------------	---	--

In letterlijke zin betekent 'zich lenen' volgens Baart (2001), dat de cliënt gebruik kan en mag maken van de vaardigheden, kennis en ervaring die werker met zich meedraagt. De werker 'leent' zich als het ware uit, als het ten goede komt aan de situatie waarin de cliënt zich bevindt. Deze vaardigheden, kennis en ervaring is onder te verdelen in de dimensies inschrijfbaarheid, instrumentale potenties en sociaal cultureel kapitaal.

Zoals eerder uit een citaat van Liesbeth Reeser al naar voren kwam, is dit 'lenen' iets wat veelvuldig voorkomt in de workshop. Zowel Liesbeth als Stefan zien zichzelf niet als degene waar het om draait, maar de metafoor doet het werk. De workshopleiders zijn 'alleen maar' degene die het proces begeleiden. *'Metaforen zijn voertuigen van kunstenaars om lagen in hun bewustzijn aan te boren die veel verder gaan dan het verstandelijk uitlegbare, ze stellen hen in staat om op een andere manier naar hun eigen motieven te kijken en zo ook naar de wereld om hen heen. Niet meer gestuurd door meningen en zonder meteen een oordeel te moeten hebben, niet zonder meer conformerend aan de maatschappelijke norm, maar vrij van angst, vrij..'* (Jung, S). Je zou kunnen zeggen dat de workshopleiders de bestuurders zijn van dit voertuig, maar alleen ingrijpen als de automatische piloot zich even in een verkeerde richting begeeft. Bij de uitwerking van de metaforen en het inhoud geven aan de metaforen, zijn de workshopleiders en de houding van hen van groot belang. Ruimte creëren, veiligheid bieden en vertrouwen bieden, zetten ze daarbij in. Hier komen alle voorgaande fases weer samen. Bij het werken met metaforen is het van groot belang dat je als workshopleider precies weet wat de metafoor inhoud. Je moet dit direct kunnen benoemen, omdat je er anders geen inhoud aan kunt geven. De uitwerking van de verschillende processen bij iedere deelnemer, maakt daarin niet uit, want je komt hoe dan ook bij dezelfde uitwerking van de metafoor. Dit werkprincipe is gebaseerd op de waarde 'zin geven'. De workshopleiders geven 'zin' aan de metafoor, aan de workshop, door deze te leiden naar het doel wat ze willen bereiken, namelijk het creëren van een sfeer waarin je je veilig genoeg voelt om jezelf te zijn en jezelf te kunnen ontwikkelen. Dit zie je bij de workshopleiders bijvoorbeeld terug doordat zij de cliënt volgen en door zichzelf aan te bieden. Zin geven zit hem ook in hoe de workshopleiders naar de verhalen en naar het leven van de deelnemer kijken. Zij horen het verhaal aan, zonder een oordeel te hebben, tonen belangstelling en oprechte interesse, waardoor er ruimte is om het daadwerkelijk in z'n geheel te vertellen.

De essentie ligt hem in het hebben van geduld. Geduld is van essentieel belang. Het bieden van oprechte zorg, is namelijk geen gemakkelijke opgave en soms duurt het bij een deelnemer langer voordat deze deelnemer klaar is voor een volgende stap in zijn of haar proces. De metafoor doet zijn werk, maar pas als de deelnemer het toelaat. Daarin moet de workshopleider geduld hebben, en de deelnemer ondersteunen in het proces totdat de deelnemer klaar is voor datgene waar de metafoor om vraagt. Het bieden van ruimte en veiligheid is daarin van groot belang.

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaand werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

Bij één van de dansoefeningen, besloot een van de professionals om mee te gaan doen in de dansoefening (*sociaal kapitaal: gelijkwaardigheid*). Ze had namelijk gezien dat steeds dezelfde mensen elkaar opzochten, omdat dit een veilig idee was. Zo zocht Sandra ook steeds maar weer haar begeleider Linda op. Volgens de professionals was het zo dat, door steeds in die veilige zone te blijven, het proces van ontwikkeling en groei niet op gang kwam. Door mee te gaan doen in de oefening, en tussen Linda en Sandra in te gaan dansen hoopte de professional dat Sandra zich los zou maken uit de veilige zone met Linda, en haar eigen weg zou gaan zoeken.

Toen de professional ertussen in ging staan, werd het contact tussen Sandra en Linda letterlijk onderbroken. Linda ging haar eigen weg, en Sandra leek op dat moment wat verloren te zijn. Ze danste nog wel, maar sloot zich helemaal af van de buitenwereld. De professional bleef echter wel naast haar dansen en wachtte rustig af totdat Sandra weer contact zou zoeken. Uiteindelijk was Sandra in staat haar eigen weg te gaan en besloot ze contact te zoeken met de professional (*inschrijfbaarheid*). Op die manier ontstond er een nieuwe band, een nieuwe veilige zone, waarin Sandra zich kon bewegen, en die ze zelf gekozen had (*instrumentele potenties*). Dit eindigde bijna in een spiegel oefening, waarin de leider niet te onderscheiden viel (*sociaal kapitaal: hechting*). Sandra had zojuist haar veilige zone opgegeven, en had een sprong in het diepe gewaagt door aan te haken bij iemand anders. Ze had die ander gebruikt, om zichzelf een stap verder te helpen.

Inschrijfbaarheid

Met schrijfbaarheid wordt bedoeld dat de cliënt de werker mag 'beschrijven' met bijvoorbeeld een bepaalde rol, een taak, verwachting, enzovoort. Op die manier kunnen de cliënten aangeven op welke manier ze door de werker gediend kunnen en willen worden. *'Presentiebeoefenaars nestelen zich in het sociale netwerk van de ander en vullen daar ook gaten in. Ze gaan op een ongehaaste, trouwe en onvoorwaardelijke wijze deel uitmaken van de sociale wereld en door dat zo te doen vertegenwoordigen ze, om het simpel te zeggen, een bepaald aanbod van schaarse kostbaarheden.'* (Baart, 2001, p. 746). Dat is ook een rol die cliënten de werker kunnen geven, namelijk de rol van 'vriend'.

In de workshop 'Mijn Land' zie je dat terug in de rol die de deelnemers aan de workshopleiders geven, zoals de rol van de boosdoener, die wel eens aan de workshopleider wordt gegeven. Deze rol wordt hem gegeven aan de hand van het feit dat hij iets maakt bij een deelnemer, en de deelnemers het eigenlijk niet ziet aankomen. Zoals bij Bregje gebeurde, toen de workshopleider vroeg waar al die lagen voor stonden in haar land tijdens het interview. Hij vindt het niet echter niet altijd leuk om deze rol aan te nemen, aangezien hij als persoon ook vaak geraakt wordt door wat deze rol doet met de deelnemers. De rol van 'mama' wordt wel eens aan de andere workshopleider gegeven, bijvoorbeeld toen Bregje besloot niet meer mee te willen doen aan de oefeningen, en daarna ook niet meer aan de workshop. Er was hier sprake van oprechte zorg vanuit de professional waarbij de professional ook daadwerkelijk de mama werd. Blijkbaar had de workshop iets in Bregje losgemaakt, waar Bregje niet op zat te wachten. Bregje wilde praten, gezien worden in haar pijn en steun hebben in het feit dat ze dit niet aan hoefde te gaan. Door met Bregje te praten en door haar pijn te zien, werd de rol van mama voor de professional ingevuld. Maar deze houding kwam vaker terug in de workshop, zoals een troostende arm, geruststellende woorden, het verschaffen van een schone broek of het vasthouden van iemands hand, waren interventies vanuit die rol, waarvan de deelnemer zelf aangaf deze te willen ontvangen. *'Als ik dan zonder oordeel naar je kijk, ben ik alleen maar je vangnet, want val je op de grond, dan val je op de grond, heel vervelend. Ik zal je troosten en dan sta je op en ga je maar weer door.'* (Liesbeth Reeser). Zo zijn er meerder rollen of verwachtingen die de deelnemers aan de workshopleiders geven, en die de workshopleiders aannemen. Door alleen al de sfeer af te tasten en te voelen wat er speelt in de groep, intervenieerden de workshopleiders door er op een bepaalde manier op te reageren. Als er een schouder nodig was om op te huilen, dan is die er, maar als je alleen gelaten wil worden, dan is dat ook prima. De deelnemer blijft daar echter wel in sturen. Die besluit.

Ook de rol van 'vriend' wordt veelal gegeven aan de workshopleiders. Dit komt vooral voor in kleine intieme gesprekken, bijvoorbeeld tijdens de lunch. *'De lunch moet een sfeer creëren. Oké we hebben nou iets gedaan, nou even een lekker boterhammetje eten, maar ook dat vind ik wel een moment van bij elkaar zijn. Verbonden zijn met elkaar. Daarom hebben we ook een ronde tafel. In een andere sfeer met elkaar zijn.'* (Liesbeth Reeser). Iedereen spreekt dan met elkaar, en soms gaat het over hele persoonlijke dingen of juist leuke en ontspannende dingen. Als gelijkwaardige zit iedereen aan tafel, ook met de workshopleiders die op dat moment niet boven of onder de deelnemers staan. De workshopleiders delen hierin ook dingen van zichzelf. Zo was de dochter van een van de workshopleiders aan het spijbelen. Dat hield haar heel erg bezig, en had invloed op de stemming die ze had die dag. Dit deelde ze met de groep, iedereen wist wat er aan de hand was, maar niemand hoefde er iets mee te doen.

Instrumentele potenties

Onder het aanbieden van instrumentele potenties, vallen volgens Baart (2001) het aanbieden van *'bijvoorbeeld hun taalvaardigheid, assertiviteit, kennis van zaken, faciliteiten, toegang tot geld en machten en wegwijs-zijn in de wereld van welzijn en zorg.'* (Baart, 2001, p. 756). Deze dimensie kun je eigenlijk niet los van de vorige dimensie zien. De rol die iemand aangemeten krijgt, heeft een bepaald doel. Zo heeft een werker die de rol krijgt als vertegenwoordiger van de cliënt 'de bank om opheldering te vragen' het doel 'geld terug te krijgen wat ten onrechte is afgeschreven'. Dit geldt ook voor de vele rollen die de werkers opgelegd kregen.

In de workshop was dit zichtbaar in de rollen die ieder aangemeten kreeg. Zo kreeg een van de workshopleiders zo nu en dan de rol van de 'mama', omdat een deelnemer even een plekje nodig had om te gaan liggen en bij te komen van de dag. Een ander voorbeeld was dat de deelnemer een schone broek en een washandje nodig

had vanwege een ongelukje op het toilet. Een ander heel duidelijk voorbeeld was de rol die de workshopleider aannam in de workshop helemaal aan het begin. Tijdens de uitleg van de metafoor 'Mijn Land', gaf de workshopleider aan dat als er moeilijke woorden gebruikt werden die iemand niet begreep iedereen dat moest zeggen. Het was namelijk niet vreemd of dom als je woorden niet begreep. *'Als jullie het niet begrijpen, dan heb ik het niet goed uitgelegd en dan ga ik dat net zolang doen, totdat iedereen het begrijpt.'* (Stefan Jung). Dit is een voorbeeld wat veel meer inhoud dan alleen een bepaalde rol aangemeten krijgen, namelijk die van verteller en uitlegger. Hier zat ook een stukje veiligheid creëren in, de drempel verlagen, zich openen, zich voegen, zich betrekken, zich verplaatsen, enzovoort. Maar hiermee was wel de stempel gezet voor het feit dat deelnemers gebruik mochten maken van de taalvaardigheid van de ander.

Vertalen was ook een punt. Het onder woorden brengen van thema's en problemen, ervaringen en dromen. Daar werd de workshopleider in de rol van interviewer en vriend ook voor ingezet door de deelnemers. Het samenstellen van de act is een voorbeeld van. De rol van regisseur lag bij de workshopleider, en die kreeg hij ook van de deelnemers. De workshopleider moes beslissen op welke manier de act vorm zou krijgen, met de input van de deelnemers die op dat moment nog kwam of die al eerder was aangegeven.

Kortom, de workshopleiders helpen de deelnemers tijdens de hele workshop om zich te kunnen ontwikkelen en om tot hun recht te komen. *'Wat heb je nodig? Oké, ik ga kijken of ik de mogelijkheid kan creëren dat jij dat voor jezelf kan doen.'* (Liesbeth Reeser). Het doel van de workshop 'Mijn Land' is immers dat mensen zich zo prettig mogelijk voelen dat ze zichzelf durven te laten zien, en eventueel zichzelf kunnen ontwikkelen, naar eigen wil. *'Hoe kan het nou voor jou als deelnemer van een workshop, de atmosfeer zo maken dat jij zegt van: kijk eens ik kan vliegen. Dat je dus voor jezelf eigenlijk een onmogelijk opdracht formuleert, dat je die doet en dat je ook nog tevreden bent over het resultaat.'* (Stefan Jung). Hier wordt het ideaal beschreven van wat de workshop en de professionals beogen. Dit streven geeft de ambitie van de professionals aan, waarin zij constant handelen naar behoefte van de deelnemers.

Nadat het land geschilderd is, worden er interviews afgenomen. Door de vragen die er gesteld worden, wordt je door je eigen land gegidst. Een voorbeeld daarbij was de tocht door het land van Linda. Linda ging haar hele land door en kon alle plekken beschrijven en benoemen. Zij nam hierdoor ook de workshopleiders mee op reis door haar land. De ervaring en de kennis van de workshopleiders zorgde er wel voor dat er diepgang kwam in het verhaal van Linda. Vragen als, 'wat is daar dan?', 'wordt je daar blij van?', 'en loop je alleen?', zorgde daarvoor. Zo werd iedere deelnemer geholpen met het eigen proces, en waar je je op dat moment in dat proces bevond. De workshopleiders geven je de mogelijkheid om het te laten zien en om het er op een fijne manier over te hebben.

Het laatste simpele voorbeeld van het aanbieden van deze instrumentele bijstand, was het ter beschikking stellen van het gebouw, het gebruik van de materialen, begeleiding in spel, theater en verscheidene andere oefeningen en het verzorgen van de lunch. Alles had daadwerkelijk een doel. Het gebouw om in te werken, als thuisbasis voor de workshop, de materialen om het land vorm te geven en om dat proces in te kunnen stappen, de lunch om de verbondenheid te voeden, enzovoort'. Simpel en voor de hand liggend, maar wel van groot belang.

Sociaal cultureel kapitaal

Sociaal cultureel kapitaal wordt omschreven door Baart (2001) als de mogelijkheid van de ander om zich in specifieke opzichten te hechten aan de werker. Er ontstaat een affectieve band tussen de werker en de cliënt. Op die manier wordt de werker een (veilige) plek of persoon voor de cliënt. Als deze affectieve band blijvend is, dan zullen er over deze band ook andere affectieve goederen getransporteerd worden. Het gaat hier veelal om andere gedragsvormen of identiteitsmodellen, die de cliënt via de werker eigen gaat maken. *'In het present-zijn wordt een dergelijk sociaal-cultureel kapitaal aangeboden en, in de mate dat de hechting plaatsvindt, ook aanvaard en verzilverd.'* (Baart, 2001, p. 747). Een gevolg zou kunnen zijn dat een cliënt zich via de werker gaat hechten aan bijvoorbeeld de regels van de samenleving zoals die worden nagestreefd in de wijk (niet vechten, geen huizen of auto's overvallen, geen inbraken plegen en dergelijke). Er kan op deze manier, door de uitwerking van dit sociaal cultureel kapitaal, een blik op een andere toekomst of identiteit ontstaan.

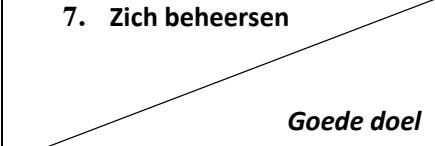
In de workshop 'Mijn Land' komt dit sociaal cultureel kapitaal terug in hoe de workshopleiders zich opstellen tegenover de deelnemers. Zo gaven zij aan het begin

van de workshop al aan, dat er altijd een mogelijkheid is om te bellen als deelnemers ergens mee zitten. Deze mogelijkheid was er, en gaf ruimte voor de deelnemers om altijd weer terug te komen op een verhaal, een onderwerp of een ervaring. Ook het feit dat de workshopleiders zichzelf niet boven de deelnemers plaatste, zorgde voor een sfeer van gelijkwaardigheid. De deelname van de professionals aan oefeningen met de rest van de groep, hielp hier ook aan mee. Zij fungeerde hiermee direct als 'voorbeeld' in de oefening, maar eigenlijk was dat gedurende de hele workshop zo. Zo hebben de professionals meegedaan aan dansoefeningen, vertrouwensoefeningen en aan bijvoorbeeld de opwarming. De manier waarop de workshopleiders de deelnemers tegemoet traden was met oprechte interesse in jou als mens en niet in de beperking. De workshopleiders namen niet de rol aan van professional en gingen daardoor niet boven je staan. Ze waren zichzelf waardoor ze ervoor zorgen dat iedereen zich prettig voelde, zichzelf was, en zichzelf mocht laten zien.

De ruimte waar de workshop 'Mijn Land' werd gegeven, het gebouw van Stichting Carte Blanche en de visie die zij hebben op talent, zorgt ervoor dat je als deelnemer zijnde aan de workshop kan deelnemen zoals je bent. Op de website van Stichting Carte Blanche staat vermeld dat: 'Een verstandelijke beperking, autisme, of een psychiatrische achtergrond, het wordt bij Carte Blanche niet weggemoffeld, maar gebruikt als motor. Je ambities onderzoeken, je talenten ontplooiën, vleugels krijgen.' (Carte Blanche). Dit is ook wat er in de workshop 'Mijn Land' gebeurt. De workshopleiders hadden de taak een veilige en vertrouwde omgeving te creëren voor de groep, waarin iedere individu zich ook vrij kan bewegen. Het is een vertrouwde plek om terug te komen en je voelt je welkom, zoals je bent. De workshop 'Mijn Land' is een zelfonderzoek, waarbij er op een prettige en veilige manier een groei bij elke deelnemer ontstaat.

De hechtheid van de groep kwam vooral na de voorstellingen pas naar voren, op het moment dat iedereen er eigenlijk van baalde dat de voorstelling afgelopen was, dat de workshop afgelopen was. Het was vreemd te beseffen dat we elkaar nu niet meer zouden zien, en wilde eigenlijk gewoon contact blijven houden. Op dat moment bleek dat het inderdaad maar een kort samenzijn was geweest waarin we elkaar toch op een intensieve manier hadden leren kennen. De deelnemers hebben met de hele groep, inclusief de workshopleiders, zo'n bijzondere periode meegemaakt, dat het een vreemde gewaarwording was dat het nu afgelopen was. De eindigheid van de workshop was echter wel nodig om weer de stap naar het gewone leven te maken. Maar ook in dit gewone leven had de workshop nog steeds een uitwerking. Die uitwerking gaf namelijk nieuwe betekenis aan je leven, aangezien je anders tegen jezelf aan bent gaan kijken, of je bewust bent geworden van waarom je bepaalde dingen doet zoals je doet. De eindigheid van de workshop was in dat opzicht juist van belang, aangezien je nu de verandering kon doorvoren in je eigen leven. Hier wordt in hoofdstuk 6 verder op ingegaan. De workshop 'Mijn Land' is een momentopname, geen absolute werkelijkheid. Juist dit feit genereert vrijheid voor iedere deelnemer om te vertellen wat diegene wil, en maakt dat de deelnemer en het verhaal veranderbaar is. Dit is voor de deelnemer de werkelijkheid op dat moment, en dat geeft juist aanleiding om te kunnen praten over deze werkelijkheid. Op basis van die gesprekken konden deelnemers juist veranderingen inzetten in hun eigen leven.

2. Zich beheersen

de zorg geven	7. Zich beheersen  Goede doel	a. De tijd nemen b. Afwachten tot het goede zich toont c. Richting vinden
--------------------------	--	--

Zich beheersen heeft volgens Baart (2001) vooral te maken met de inrichting van de tijd van de werker. Tijd is een relatief begrip die vele invullingen kan aannemen, afhankelijk van het doel wat de presentiewerker daarmee heeft. De werker is in principe ongehaast en werkt niet met een agenda. De tijd die hij nodig heeft voor iemand, is de tijd die de ander nodig heeft om te vertellen wat diegene wil vertellen. *'De tijd staat niet in het teken van de productie van de oplossing, maar van het scheppen van betekenissen die zin hebben.'* (Kunneman). In de workshop was het begrip tijd wel een lastig punt. Dat kwam omdat de workshop in een aantal dagen moest worden gedaan. Normaal duurt de workshop veertien dagdelen, maar bij wijze van een proef werd het in zeven dagen gedaan, (later werd er

een dag bij aangeplakt, dus in totaal in 8 dagen). Toch was deze indeling niet ideaal, aangezien er uiteindelijk toch tijd te kort bleek te zijn. Veertien dagdelen stonden in tijd dan wel gelijk aan zeven dagen, maar in uitwerking van de workshop, in uitwerking van de metafoor op de deelnemers, in uitwerking van het effect van de workshop op de deelnemers, bleek dit toch niet zo te zijn. Door ervaring was deze inschatting gemaakt, maar toch had het een net iets andere uitwerking. In de workshop zelf werd er echter minder gelet op de tijd en was er voor ieder voldoende tijd om een fase in de workshop af te ronden. Daarbij ging het namelijk wel om het proces wat iemand doorging.

Zich beheersen is gebaseerd op de waarde 'het goede doel'. De tijd nemen wordt hier ingezet om tot 'het goede' te komen, en niet zozeer om tot een bepaald doel te komen. Soms heeft juist dat besef van dat doel, de goede richting, een bepaalde tijd nodig om zichtbaar te worden. Juist dat proces is van belang. Ook binnen de workshop 'Mijn Land'.

Ter illustratie een voorbeeld uit onze workshop, waar bovenstaand werkprincipe en de daarbij behorende dimensies naar voren komen.

Het kwam voor dat het bij een deelnemer even duurde voordat de kern naar boven kwam. Dat was ook zo bij het proces van Jolijn. Tijdens het interview had Jolijn er veel moeite mee te benoemen wat er allemaal was in haar land. Ze kon er geen woorden aan geven. Jolijn had die tijd nodig om tot de kern te komen, en er achter te komen dat 'het niet weten' juist de kern was van waar het om draaide in het land van Jolijn. Jolijn had namelijk het idee geen invloed te hebben op wat er in haar land gebeurde, ze bestuurdde haar eigen land niet, was niet de baas. Daarnaast had het buitenland een heel grote invloed op haar land.

Gedurende het interview probeerde de workshopleiders, door het stellen van vragen, Jolijn inzicht te geven in de vraag waarom zij niet de baas was in haar land (*richting vinden*). De workshopleider ging er echter niet opzitten drukken, maar gaf Jolijn juist de ruimte om te komen tot dat inzicht, ook omdat er op dat moment een dierbare overleed in het leven van Jolijn (*wachten tot het goede zich toont*).

Het kwam pas bij het samenstellen van de presentaties naar boven, dat het ging om het feit dat Jolijn niet het idee had dat ze geen basis had in haar leven. Ze koos niet voor zichzelf, maar altijd voor de ander en ze had geen idee hoe ze het in de toekomst moest gaan doen. Blijkbaar had Jolijn al die tijd nodig gehad, om daar op dat moment pas achter te komen (*de tijd nemen*). Ook in haar act kreeg ze de ruimte om dit te laten zien, in de vorm van een tweegesprek met zichzelf in de toekomst, en zichzelf zoals ze nu is en de dingen ervaart.

De tijd nemen

Zoals hierboven ook werd beschreven, wordt met 'tijd' niet het daadwerkelijke tijdspad bedoelt. Met 'de tijd nemen', bedoelt Baart dat er tijd is voor de ander om goede afwegingen te maken en twijfels en afwegingen te onderzoeken. Het tijdspad wordt dus niet bepaald vanuit de beschikbare tijd van de werker, maar vanuit de tijd die de cliënt nodig heeft om te komen waar hij wil komen. Het is daarbij van de belang dat de werker de cliënt volgt, en niet dat de werker het voortouw neemt. De werker mag wel richting geven, of keuzes voorleggen, maar het voortouw moet vanuit de cliënt komen. Een duidelijk voorbeeld is al eerder genoemd, namelijk bij de overgang van de eerste fase, het schilderen van je land, na de tweede (het buitenland schilderen) en de derde fase (de interviews). Niet iedereen was op dat punt gelijk klaar, omdat de processen bij ieder individueel verschillend liepen. Iedereen kreeg meerdere mogelijkheden te besluiten of zijn of haar land klaar was. Was dat niet het geval, dan kreeg je de mogelijkheid deze alsnog te veranderen of af te maken. De rest van de groep hoefde daar niet op de wachten, maar kregen een andere opdracht, wat ook in het kader van de workshop van belang was.

Zo'n andere opdracht was bijvoorbeeld het schilderen van de vier elementen water, lucht, vuur en aarde. Deze elementen zijn van groot belang in de workshop, aangezien ook je lichaam zo werkt. *'De lucht staat voor je gedachten, de aarde is je poep, eten, lijf, spieren, zweet, het water is alles wat stroomt zoals je bloed. Het vuur is creatieve kracht. De vier elementen komen terug binnen de workshop. Als al die*

elementen in evenwicht zijn, heb je de ideale deelnemer. In de workshop is het belangrijk om met deze elementen bezig te zijn.' (Stefan Jung). De workshopleiders geven aan dat er nog een vijfde element is, namelijk dat van ruimte en tijd, waarbinnen alles zich afspeelt. Deze wordt geschilderd, maar het geeft wel een mogelijkheid te beseffen dat alles veranderbaar is. Deze vijf elementen waren in zoverre belangrijk voor de deelnemers, dat iedereen zich er bewust was, dat ze bestonden, en dat ze daadwerkelijk invloed hadden op de deelnemer. Die ruimte en tijd gaf de mogelijkheid om juist alles in stukken te hakken, en te beseffen dat wat je doet op dat moment niet voor altijd vast staat. De ruimte om te veranderen. Toch is er gedurende de workshop ervoor gekozen, om niet alle elementen te schilderen, aangezien er andere thema's en oefeningen van groter belang waren in onze groep en er niet voldoende tijd was. Er werd hier, door de workshopleider heel goed naar de deelnemers gekeken, en op basis van de informatie die hij van hen kreeg, de keuze gemaakt om de elementen te laten voor wat ze waren. Er zijn gedurende de workshop twee elementen van de vier geschilderd. De ontwikkeling en het proces bij de deelnemers ging voor op het schilderen van de elementen in de tijd die beschikbaar was, wat in principe ook bij de workshop hoort. Echter in de daarop volgende workshopdagen was er telkens ook tijd te kort om de andere elementen nog te schilderen, waardoor het uiteindelijk niet meer mogelijk was. Onder ander hierdoor kwam voren dat veertien dagdelen niet hetzelfde waren als zeven dagen, zoals eerder al is beschreven.

Bij gevoelens en emoties die de overhand namen werd stil gestaan en tijd voor gemaakt. Zo was Arjan zo zenuwachtig voor de voorstelling, dat hij niet uit zijn bed durfde te komen bij aanvang van de laatste workshopdag. Speciaal daarvoor werd er extra geoefend op 'voor een publiek staan'. Ook het inrichten en het herhalen van de acts kreeg voldoende tijd. Als je je er als deelnemer niet prettig bij voelde, werd de act aangepast en als je nog eens extra wilde oefenen, kon je op de dagen van de presentaties eerder komen om samen met de workshopleiders je act nog eens door te lopen. De workshopleider stond klaar voor de deelnemers en je kreeg niet het idee dat het allemaal in een strak tijdschema moest passen. *'Je hebt de tijd, je hebt de ruimte, durf die ruimte dan ook te pakken.'*, aldus Stefan.

Een laatste voorbeeld met betrekking tot de tijd nemen, was het feit dat er aan het einde van de workshop nog een dag bij aan werd geplakt. Er was nog niet voldoende tijd geweest voor iedereen om zijn of haar proces door te laten lopen en af te laten sluiten met een voorstelling, dus er was tijd nodig. Die tijd werd gemaakt, en dat was geen probleem voor de workshopleiders. Zij pakten die tijd, zorgden dat deze beschikbaar was en volgden op die manier wederom het proces van de deelnemers.

Afwachten tot het goede zich toont

Een heel belangrijk aspect bij het begrip tijd, zoals Baart (2001) het beschrijft, is trouw. De werker moet trouw zijn aan de cliënt. *'Dat betekent dat de presentie-beoefenaar zijn aanwezigheid weinig begrenst in de tijd, in de duur en nauwelijks bindt aan het vervuld-zijn van strikte voorwaarden.'* (Baart, 2001, p. 748). Op die manier wordt de tijd ook ingezet door de presentiewerker. Vaak komt pas 'met de tijd' naar boven aan welke problemen of thema's de cliënt prioriteiten stelt. Juist door trouw te zijn, kan de cliënt het niet snel verbruiken bij de werker, en mag hij steeds weer terug komen, ook als de cliënt weer is teruggevallen in het oude gedrag. Juist dan is het van belang de tijd te nemen en af te wachten tot het goede zich weer toont. Het goede hoeft hier niet zo zeer met het 'juiste gedrag' te maken, of 'het probleem waar men aan wil werken'. Het gaat vooral om de richting die de cliënt zelf aangeeft, wat de cliënt wil bereiken.

In de workshop 'Mijn Land' werd er ook op deze manier met tijd om te gegaan. Soms waren deelnemers nog niet toe aan het loslaten van verhalen of ervaringen en had dat even tijd nodig, zoals in het verhaal van Sandra. Soms kwam dat helemaal niet, omdat een deelnemer, zoals Bregje, het niet wilde. Dat was de keus van de deelnemer. *'Je hoopt dat dingen beter worden. Dat is ook zo. Je denkt bij jezelf, dat is een keuze soms, ik ga er niet op zitten drukken, ik laat het gewoon even zo, wacht maar tot de volgende keer dan wordt het wel beter. Juist als je er op gaat zitten drukken, dat is ook echt gebeurd, op het moment dat het een principiële punt wordt, dan maakt ze het niet af en komt ze helemaal niet meer terug, dat is het spanningsveld waar je aan het opereren bent.'* (Stefan Jung). Iedereen heeft z'n eigen proces en z'n eigen tempo, daar wordt aandacht aan besteed. Er wordt niet gepusht en gedrukt op thema en de

bijbehorende kernen die deelnemers tegen komen of nog moeten tegen komen. Je krijgt hier de tijd om op je eigen tempo te onderzoeken wie je bent en waar je tegenaan loopt. Ook de stappen die je daarin zet zijn aan jou als deelnemer. Wil je dit proces helemaal niet aangaan, dan is het ook goed. Dan laten de workshopleiders het daarbij. De workshopleider nam door de manier van vragen stellen, en door het tonen van oprechte nieuwsgierigheid en belangstelling alleen een houding aan, die helpend is bij dat zelfonderzoek. Juist door deze houding wordt dat zelfonderzoek opgebouwd en gevoed, maar het kan op ieder moment stop gezet worden, als je je ertegen gaat verzetten.

Vooraf tijdens de interviews kwamen er behoorlijk wat emoties los. Wat je onbewust op papier heb geschilderd, gaat dan ineens iets belangrijks betekenen en dat kan heel confronterend werken. Toch was het vertrouwen in de groep en in de workshopleiders zodanig groot dat er wel ruimte was om te stoppen, maar op een volgend moment weer door te gaan. Net zolang totdat de kern van de deelnemer voor de deelnemer duidelijk was. Daarbij werd de workshopleider een instrument, en de workshopleiders wilden ook niet alles weten. Als het voor de deelnemer maar duidelijk en werkbaar was. *'Want als jij iets gemaakt hebt wat je mooi vind en goed vind, waar je tevreden over bent dan heb je een goed humeur. Dan kan je meer hebben. Het is belangrijk hoe mensen de deur uitgaan. Niet alle conflicten hoeven uit de wereld te zijn, maar het gaat er om dat het voor beide partijen helder is wat er gebeurd. Het is niet erg als er iemand in tranen uitbarst, het is erg als iemand zich daarin alleen gelaten voelt. Het is niet erg om vervelende dingen mee te maken als je ziet dat die erge dingen ergens naartoe gaan. Het is wel erg als je daarmee tegen een muur loopt.'* (Stefan Jung).

Richting vinden

Richting vinden wordt door Baart (2001) omschreven als: 'wat er zal worden nagestreefd, met welke inzet of met welk fanatisme is principieel aan de ander'. (Baart, 2001, p. 756). Wat er wordt nagestreefd ligt altijd bij de cliënt. Die bepaald de richting, en bepaald hoe hij de werker daar bij inzet. De tijd die nodig is voor hechting, zoals beschreven bij sociaal cultureel kapitaal is daarbij van groot belang. Die hechting zorgt voor overdracht of ontwikkeling, wat weer zorgt dat 'het goede' naar boven komt, en dat kan veelbelovend zijn voor de toekomst van een cliënt. In dit punt komen de bovenstaande twee punten dus weer tezamen. De tijd nemen en afwachten tot het goede zich toont, zijn beide nodig om de richting te kunnen bepalen waar de cliënt heen wil, waar hij wil komen, wat zijn dromen zijn en misschien wel zijn doelen in het leven voor dat moment.

In de workshop is die richting vinden terug, in het feit dat iedere deelnemer zijn of haar eigen route bepaalt aan de hand van de oefeningen en de informatie die naar boven komt tijdens bijvoorbeeld de interviews. Daarin word je wel begeleid en gestuurd door de workshopleiders, maar die richting die jij op gaat, is de richting die je voor jezelf (onbewust) hebt uitgestippeld. Deze wordt alleen maar zichtbaar doordat de workshopleiders daar vragen over stellen, daar geïnteresseerd in zijn en het graag willen weten. De hechting, die voort komt uit het sociaal cultureel kapitaal, zorgt er voor dat je de workshopleider ook daadwerkelijk toestaat dit in je los te maken, je de ruimte te geven om na te denken over de vragen. Het zorgt ervoor dat je jezelf toestaat om de metafoor zoals hij bedoeld is binnen te laten komen en je daarbij te richten op je eigen bewustwording en ontwikkeling. Dat is namelijk waar het om draait in de workshop. *'De essentie van 'Mijn Land' is om binnen een vastgelegde vorm, dus je krijgt een opdracht om iets te maken, en in het proces waarin je het maakt, jezelf letterlijk te leren kennen. Het begint al bij hoe je op het papier ligt, je leert in faseringen jezelf kennen. Zonder dat je op de bank ligt ergens en je levensverhaal moet vertellen. 'Mijn Land' geeft nou juist de vrijheid om het niet de hele tijd over jezelf te hebben, maar over het kunstwerk te hebben wat je hebt gemaakt. En dat is een afgeleide. Je bent dus vrijer om te zeggen wat je wilt zeggen, het komt niet meer zo dicht op de huid te zitten.'* (Stefan Jung). Hoe vrijer je je voelt, hoe beter je er woorden aan zal kunnen geven en hoe meer effect het zal hebben op je eigen ontwikkeling. Je bepaald op die manier je eigen richting, waarbij je begeleid wordt door de workshopleiders.

3. Zich toewijden

over te willen praten, werd emotioneel en stopte het interview. De workshopleider verbrak het contact met Bregje echter niet, en probeerde haar te laten zien dat ze heel goed bezig was, dat ze heel hard aan het werken was en dat dat heel goed was (*troost*). De pijn mocht er zijn. Haar huiswerkopdracht werd dan ook dat ze probeerde te vertellen over die lagen en de betekenis daarvan.

De week daarop nam Bregje haar huiswerk mee. Ze had het geschreven op een klein papiertje. De eerste zin op dat papiertje was: 'Jij mag niet mee in mijn land'. Het land van Bregje bestond alleen maar uit liefde, verder was er niets. Alleen maar liefde voor de mensen waar zij van houdt (*bedonderbaarheid*). Hiermee had Bregje de zaak voor haar zelf afgedaan. Zij wilde hier niet aan, riep het een halt toe. Bregje ging diezelfde middag nog naar huis. Dit werd geaccepteerd door de workshopleiders.

Bregje was echter nog wel onderdeel van de groep, en dat bleef ze. Tijdens de presentatie werd ook haar land gepresenteerd en haar verhaal werd voorgelezen. Ook was er een bloemetje voor haar aan het einde van de presentatie (*belangenloze loyaliteit en onvoorwaardelijkheid*).

Belangenloze loyaliteit en onvoorwaardelijkheid

Bij deze dimensie gaat het erom dat, 'ongeacht het gedrag of presentatie van de ander, nabijheid en trouw iets is, wat de ander mag en kan verwachten van de presentiewerker. Het gaat om belangenloze trouw/wederkerigheid, gefundeerde argwaan en normale zelfzorg.' (Stoop, 2011, p. 65). 'Volhouden, terugkomen, betrouwbaar zijn, loyaal en toegewijd zijn betekent niet alleen het belang van de ander hooghouden, maar ook van de zaak zelf en de overige betrokken.' (Baart, 2001, p. 756). Bij deze dimensie gaat het erom dat de werker, wat er ook gebeurt, trouw zal blijven aan de cliënt, zonder dat er ook maar enig doel of consequentie aan vast hangt voor zowel cliënt als de werker. De werker moet belangeloos voor en met de cliënt blijven werken en niets mag in de weg staan om dat te blijven doen.

In de workshop 'Mijn Land' komt dit als eerste al naar boven in het feit dat er voor de deelnemers individueel geen doelen worden gesteld. De workshop is in zoverre belangeloos, dat je je eigen proces vormgeeft, als je dat wilt. De workshopleiders zullen, hoe dan ook, jou begeleiden in dat proces, welke keuzes je daarin ook maakt. Zij hebben daar geen belang bij. De workshopleiders dragen er in zoverre aan bij dat ze proberen een sfeer te creëren waarin jij je fijn voelt, op je gemak voelt. Gedurende de hele workshop zijn de workshopleiders hiermee bezig en zullen ze er alles aan doen om dat waar te maken.

Een ander voorbeeld van de belangenloze loyaliteit en onvoorwaardelijkheid was het feit dat Sandra tijdens de workshop zich 'opstandig' gedroeg tegenover de rest van de groep. Het had echter zodanig invloed op de groep, dat de andere groepsleden zich eraan begonnen te irriteren. Eén van de workshopleiders heeft haar toen uit de groep gehaald en is met haar in gesprek gegaan. Deels om de spanning en de negatieve energie weg te halen uit de groep, maar vooral omdat de workshopleider nieuwsgierig was naar wat er speelde bij Sandra. Er werd daarmee gereageerd op de emotie door er over te praten, door er naar te vragen, door er woorden aan te geven. Door haar niet 'op haar plek te zetten' voor de hele groep, of door haar als 'straf' uit de groep te halen, bewees de workshopleider hiermee dat de workshopleider interesse had in de ander, er onvoorwaardelijk voor de ander wilde zijn en loyaal was naar Sandra toe. Dit had Sandra nodig om het onderwerp te kunnen laten rusten en zich weer met de workshop bezig te houden. Ze werd niet behandeld alsof ze iets fout had gedaan, alsof ze de boosdoener was. Nee, ze werd benaderd met oprechte interesse, met nieuwsgierigheid, met zorg, en zonder andere persoonlijke belangen van de workshopleider.

Een ander voorbeeld wat we nog kunnen geven met betrekking tot belangeloze loyaliteit en onvoorwaardelijkheid, gaat ook over Sandra, die niet goed met haar eigen energieniveau om kon gaan. Ze wilde daar niets van laten merken en wilde alles mee doen, net als de rest. Dit kostte haar echter wel heel veel energie, met als gevolg dat ze prikkelig werd. Na verloop van tijd kwamen de workshopleiders erachter dat Sandra het vaak even nodig had om bij te komen met een dutje. Dit hoorde bij haar. De mogelijkheid was er en door er niet iets negatiefs van te maken of het juist heel groot te maken, maar door haar juist hierin te begrijpen en te steunen, voelde zij zich veilig

en vertrouwd genoeg om aan te kunnen geven op welke momenten ze rust nodig had. Op die manier had ze voldoende energie om zich met momenten open te kunnen stellen naar de workshopleiders en de andere deelnemers toe. De belangeloze loyaliteit zat hem in het feit dat de workshopleiders haar de kans gaven om te rusten, maar haar met momenten, zoals bij de lunch erbij riepen. Zo bleef ze onderdeel van de groep en voelde ze zichzelf niet speciaal of buiten de groep staand. Ook het feit dat er geen ophef werd gemaakt over het slapen, was een teken van onvoorwaardelijke loyaliteit en trouw. Het mocht er zijn, het hoorde bij haar.

Bedonderbaarheid

Baart (2001) omschrijft bedonderbaarheid als: *'liever te goed geweest en in de maling genomen te zijn, dan ten onrechte hulp (en dergelijke) weigeren.'* (Baart, 2001, p. 757). Ook beschrijft Baart dat trouw en bedonderbaarheid heel goed samen gaan, aangezien trouw iets zegt over de persoon en de bedonderbaarheid over de resultaten van de acties van de persoon. Voor een presentiewerker is het heel belangrijk de waarheid van de cliënt te kunnen zien en geloven. Juist omdat de presentiewerker loyaal is aan de cliënt en zijn verhaal, is de werker vaak in staat om de cliënt te helpen, of in ieder geval er voor hem te zijn, troost te bieden en bij de cliënt aan te sluiten. Trouw zijn aan de cliënt is daarin heel belangrijk, want op die manier weet de cliënt wat hij aan je heeft en dat hij altijd bij je terug kan komen als dat nodig is.

Bij de workshop 'Mijn Land' kwam die bedonderbaarheid meer naar voren in hoe de cliënten hun land schilderden, daarover vertelde in de interviews, en hoe de workshopleiders hierop reageerden. In de workshop 'Mijn Land', kun je ervoor kiezen om een deel van je persoonlijkheid weg te laten, of juist te verdraaien. Je praat over jou land en je mag daarin zelf de keuze maken wat je wilt vertellen en wat niet. Als je echter de hele waarheid gaat verdraaien, merkt de workshopleider dit. Maar dat is een keuze, en waarschijnlijk een hele bewuste keuze. Op dat moment weet je bij jezelf dus al dat er iets weggestopt wordt. Wat dat betreft is dat al een succes voor de workshopleider, maar als een deelnemer zichzelf gaat wegcijferen en zichzelf pijn gaat doen, dan is de workshopleider wel gekwetst. De weglappende Bregje is een voorbeeld van wanneer de workshopleider gekwetst was.

Een heel duidelijk voorbeeld van de bedonderbaarheid tijdens de workshop 'Mijn Land', is dat veel deelnemers aangeven dat hun grens geheel open is, of juist geheel gesloten. Dat is een eerste teken dat het niet klopt voor de workshopleider, aangezien dit geografisch gezien al niet kan. Grenzen zijn nooit helemaal open of helemaal dicht. Dit duidt op het feit dat er verdedigingsmechanismen zijn binnen het land, die de deelnemer inzet om zichzelf te beschermen. Er zit voor de deelnemer een reden achter dat hij zijn grenzen echter dichthoudt of juist open doet. Het is een redelijkheid, en de workshopleider gaat hierin mee. Dit is de werkelijkheid voor de deelnemer, en als workshopleider ga je hier mee. Het wijzen op de werkelijkheid kan namelijk nog pijnlijker zijn dan het geloven van je eigen werkelijkheid. Zo vertelde Linda dat haar grenzen in haar land open waren voor iedereen. Iedereen mocht daar komen en er was geen douane bij de grens. Echter, later bleek dat Linda in haar land wel zogenaamde voelsprietten had, die ervoor zorgden dat mensen niets fout deden of dit juist oppikte. Op die momenten werden mensen het land uitgezet. Het zogenaamde verdedigingsmechanisme was er dus wel. Door het stellen van vragen door de workshopleider over wat hij zag in het land, kwam hij uiteindelijk toch bij die kern en bleek wat Linda in eerste instantie had gezegd, niet geheel waar. De workshopleider was echter niet degene die dat vertelde aan Linda, hij liet haar er zelf achter komen door te benoemen wat zichtbaar was in haar land, namelijk die voelsprietten.

Echter, deze bedonderbaarheid kan de workshopleider ook goed van pas komen. Iedereen mag namelijk binnenkomen zoals hij of zij is en iedereen heeft te maken met persoonlijke gevechten tegen ervaringen of verlangens. Juist die bedonderbaarheid, die naïviteit, kan er voor zorgen dat deze persoonlijke gevechten naar de oppervlakte komen. Door je naïef op te stellen, je bedonderbaar op te stellen, kun je een deelnemer ook prikkelen om aan de slag te gaan, om te vertellen, om zijn verhaal te doen. Uiteindelijk zal het hem kunnen opluchten, of zal er iets naar boven komen in de vorm van bijvoorbeeld een wens of een droom, wat toch weer van belang kan zijn in de workshop. Een voorbeeld daarbij was tijdens de opwarming dat Jolijn aangaf niet mee te kunnen doen vanwege lichamelijke klachten, ze had namelijk flink last van haar rug. Gedurende de workshop werden de oefeningen echter steeds leuker en het dansen

werd aantrekkelijker, waardoor Jolijn uiteindelijk toch geprikkeld werd om wel mee te doen en daar ook volop in mee te gaan, bijvoorbeeld in het dansen op de muziek van een tango. Uiteindelijk vielen deze lichamelijke klachten mee en bleken de dansoefeningen juist heel goed te zijn voor het lichaam. Doordat de workshopleiders steeds ruimte gaven om niet mee te doen of een deel maar mee te doen, maar toch door diegene steeds te betrekken bij de oefeningen, werd Jolijn uiteindelijk zo geprikkeld dat ze toch meedeed en haar lichamelijke klachten even liet voor wat ze waren. Ook het feit dat de workshopleiders niet mee gingen in de klachten van Jolijn, in de vorm van medelijden of andere aandacht, creëerde ruimte om te komen tot het dansen op de tango.

De bedonderbaarheid is een kenmerk van de metafoor. Het geeft de deelnemer namelijk ruimte om zijn eigen waarheid te creëren, en binnen die waarheid ook tegen z'n eigen leugens aan te lopen. Soms is het vertellen van leugens veiliger, wordt het leven of het land interessanter, en denk je de pijnlijke dingen weg te kunnen stoppen, maar je loopt er altijd tegen aan, ook al is het omdat je weet dat het een leugen is. Juist daarom werkt de metafoor zo goed. Een metafoor kun je namelijk zowel negatief als positief uitgewerkt worden, wat maakt dat er ruimte is voor de deelnemer om zich te kunnen bewegen. *'ik ben dol op verdedigingssystemen, en dol op de fouten die mensen maken. Hier is een ruimte, mogen mensen die fouten maken.'* (Stefan Jung). Dit doet de workshopleider, door te zoeken naar de essentie van wat iemand zegt, door er steeds weer opnieuw je vraagtekens bij te zetten en erover na te denken. Op die manier ontwikkelt zich een manier van kijken naar de werkelijkheid. Deze manier van kijken zorgt ervoor dat het proces blijft doorlopen en je steeds vrij blijft in je eigen gedachten. Dit doet de workshopleider bij het verzinnen van zijn vragen, maar wordt ook uitgelokt bij de deelnemer. Die stelt zijn gedachten en zijn werkelijkheid op deze manier ook ter discussie, die is veranderbaar. Je doet het zonder er bij stil te staan, zonder het een prestatie te noemen. Dat is wat de interviews doen.

Troost

Volgens Baart (2001) betekent troost niet dat je verdriet, pijn of leed wegneemt bij iemand. Je kunt iets niet 'wegtroosten'. Je kunt echter wel de pijn verzachten, door te weten dat het er is, door het te delen met iemand, door bijvoorbeeld te luisteren en er te zijn. 'Er te zijn', want daar draait het eigenlijk om. Door er te zijn, neem je namelijk ook de eenzaamheid weg bij diegene. Met eenzaamheid wordt hier niet de letterlijke betekenis van alleen zijn bedoeld, maar wel het feit dat iemand nu meedeelt in de pijn, doordat hij of zij op de hoogte is, en trouw is aan jou als persoon, met alle verhalen, de pijn, het leed en de ervaringen die bij jou horen. Nu sta je niet meer alleen, je hoeft het niet alleen te dragen, je mag het samen doen. Een toekomstperspectief wordt op deze manier vaak weer wat dragelijker en soms zelfs leuk om over na te kunnen denken.

Deze troost is in de workshop van heel groot belang geweest. De meeste van de deelnemers hadden een heftige achtergrond, waarin pijn, leed en kwetsbaarheid een grote rol speelden. Door de trouw, de ervaring van veiligheid en ruimte en door de onvoorwaardelijke belangeloze loyaliteit die door de workshopleiders werd gecreëerd was het voor bijna iedereen mogelijk om hun verhaal, op welke manier dan ook (zoals het was of aan de hand van de metafoor) te kunnen delen met de anderen in de groep en met de workshopleiders. De troost die hiermee gepaard ging, de ervaring dat mensen naar je luisteren, dat ze willen weten hoe het met je gaat en hoe het leven je vergaat, en vooral dat ze oprecht geïnteresseerd zijn in jouw werkelijkheid, was een hele speciale ervaring, en een bindende ervaring. Een voorbeeld wat hierbij past, is dat Frank vertelde over een groot zwart gat wat in zijn land zat. Dat zwarte gat, daar ging alles in wat niet deugde. Het verdween dan in het niets en alleen het mooie bleef bestaan. Frank gaf aan ook momenten gehad te hebben dat hij in dat gat had willen springen. Frank ervoer voldoende ruimte, vertrouwen en veiligheid dat hij zijn verhaal durfde te vertellen aan de groep, en aan de workshopleiders. Hij kon zijn verhaal delen met de anderen, het mocht er zijn, ondanks dat het een behoorlijk heftig verhaal was. De steun die hij ontving door de oprechte interesse en belangstelling, het luisteren, de reacties en vragen zonder oordeel, de troost, gaf hem de mogelijkheid om dit op papier te kunnen zetten en dit te delen met wie het wilde horen tijdens de workshop. Ook durfde hij het te tonen in zijn act tijdens de presentatie, waarin Frank, uiteraard, het zwarte gat uitbeelde en daar alles ingooide was niet deugde aan de wereld.

Frank was niet de enige die het heftige verhaal deelde met de groep. Steeds meer deelnemers kregen tijdens de bijeenkomsten het vertrouwen om, door de ervaren veiligheid en ruimte, hun verhaal te kunnen doen. Het te delen, anderen deelnemer te maken van hun leed, hun pijn, hun verdriet. *'Het is niet erg als iemand in tranen uitbarst, het is niet erg als iemand zich daarin alleen gelaten voelt, het is niet erg om vervelende dingen mee te maken, als je ziet dat die erge dingen ergens naar toe gaan. Het is wel erg als je daarmee tegen een muur loopt.'* (Stefan Jung). Dit kwam duidelijk naar voren in de voorlaatste bijeenkomst. Tijdens die bijeenkomst was er nog een mogelijkheid om een laatste toevoeging te doen aan je land. Met z'n allen zaten we om het land heen, waarna ieder afzonderlijk nog iets toe mocht voegen. Tijdens dat moment, kwamen bij bijna iedere deelnemer heftige ervaringen naar boven, in de vorm van het huiswerk of in de vorm van de laatste toevoeging aan de hand van vragen van de workshopleider. Zo werden Sandra en Tinke emotioneel tijdens het voorlezen van het sprookje, en werd Arjan emotioneel toen hij vertelde over zijn vader en zijn zus. Op dat moment had hij behoefte om te praten, om dit te delen met anderen.

5.3 De workshopleider als postbode

Om in de sfeer van de metaforen te blijven: de workshopleiders omschrijven zichzelf als postbodes. Een postbode brengt post rond. Hij brengt berichten van de een naar de ander. De workshopleider haalt zijn inspiratie overal vandaan. Uit de deelnemers, uit de verhalen van deelnemers, uit de omgeving waarin hij zich bevindt. De workshopleider luistert en kijkt continu naar alles en iedereen om zich heen. Alles wat hij hoort en ziet is voor de workshopleider inspiratie om mee te werken. Daarnaast is het een bron van informatie om over te geven aan anderen, om een ander te helpen, om een ander een tip te geven, om een duwtje in de rug te geven. Voor de workshopleider is dit een vrijbrief om ergens iets van te vinden en om het over te kunnen brengen naar de ander. Het geeft de ander echter ook de mogelijkheid om te kiezen of hij er iets mee wil doen of niet. Het is een manier om een gesprek in te gaan. Om het dialoog aan te gaan.

Met deze beschrijving van de houding van de workshopleider, worden begrippen als 'vertrouwen', 'zonder oordeel kijken', 'invoelen', 'aansluiten' en andere begrippen met dezelfde lading iets aardser, iets concreter. Veel van deze eigenschappen zitten al in de persoon van de workshopleider. De workshopleiders zijn in eerste plaats mens, gewoon zichzelf. Oprechte interesse en belangstelling zit in hun bloed. Het lijkt af en toe dat de workshopleiders continu bewust keuzes maken bij bijvoorbeeld het inzetten van bepaalde oefeningen of interventies, of juist het weglaten daarvan, maar veel van die interventies zijn juist op gevoel, op intuïtie, en kunnen workshopleiders pas achteraf aangeven waar zij een bepaalde keuze maken. De manier waarop ze zichzelf als instrument inzetten, bestaat uit wie ze zijn en wat ze van deelnemers terug krijgen, namelijk inspiratie, de mogelijkheid om gewoon te zijn wie ze willen zijn en het vertrouwen. *'Vertrouwen geven staat recht evenredig aan vertrouwen ontvangen.'* (Stefan Jung). In de workshop 'Mijn Land', maar ook in de andere activiteiten die Stichting Carte Blanche organiseert, is dat vertrouwen een wezenlijk onderdeel van de werkwijze en houding van de professionals.

In de workshop 'Mijn Land' speelt dit vertrouwen ook een grote rol, zowel in de relatie tussen de deelnemers en de workshopleiders, als tussen de deelnemers onderling. In de workshop wordt zelfs er extra aandacht aan besteed, door middel van vertrouwensoefeningen, zoals het met een blinddoek lopen en gestuurd worden door een ander. *'Het is even belangrijk om iemand te begeleiden, als de oefening te ondergaan. Het doen van de oefening stelt even veel eisen als het zijn van instructeur. Hoe beter diegene de oefening doet, hoe moeilijker de instructeur het krijgt en blijkt het voor de instructeur ook een oefening te zijn. Als je iemand net zoveel vertrouwen geeft als dat je krijgt van iemand, is de oefening pas goed uitgevoerd. Door die fase moet iedereen heen. En dan blijkt dat als de ene denkt dat hij de hele tijd de kwetsbare persoon is, dat dat toch de ander blijkt te zijn.'* (Stefan Jung). Deze oefeningen worden uitgevoerd in opdracht van de professionals (vertrouwen in de professionals vanuit de deelnemer en andersom) en door de deelnemers onder elkaar (de uitvoering van de oefening vraagt vertrouwen in elkaar). Daarbij wordt er na gestreefd om geen niveau verschillen te hebben in taakverdeling. De deelnemer die instructeur is, is ook degene die geleid wordt door een andere deelnemer. De workshopleiders zijn ook onderdeel van de groep, doen mee met oefeningen en gaan niet boven de groep staan. Indirect staat deze oefening voor vertrouwen in het algemeen in de workshop. Vertrouwen heb je namelijk nodig in het proces wat je doorgaat. Vertrouwen in jezelf en vertrouwen van de ander. Dit geeft namelijk ruimte, ruimte om jezelf te zijn en te doen wat je wilt doen. Vertrouwen is waar het om draait, en vertrouwen maakt dat je de veiligheid en de ruimte kunt ervaren om jezelf open te stellen en jezelf te ontwikkelen.

De interventies die de workshopleiders inzetten, zoals hierboven beschreven, zijn vaker terug te vinden in de werkwijze van de workshopleiders. In het dialoog wat gedurende de hele workshop centraal stond, werd er bijvoorbeeld veelal gekozen om het perspectief van een kind aan te nemen. Ook nam het begrip 'hier en nu' een grote plaats in, in het contact tussen de deelnemers en de workshopleiders. Dat is de insteek van het contact tussen de workshopleiders en de deelnemers en de insteek van de workshop 'Mijn Land'.

Zoals al eerder werd genoemd, staat het werk voor de professionals in het teken van genieten, genieten van de mensen waarmee de workshopleiders werken en genieten van wat ze van hen kunnen leren. Het dialoog is daarin het belangrijkste, bestaande uit verbale- en non-verbale communicatie. Want niet alles is te benoemen in taal, soms heb je ook gewoon iets anders nodig, een arm, een klank, een beweging, schilderij of een metafoor.

Hoofdstuk 6: De workshop 'Mijn Land' en Rehabilitatie en herstel

Om ervoor te zorgen dat Stichting Carte Blanche aansluiting gaat vinden bij de huidige zorgwereld, is het van belang om de werkwijze en het aanbod van Carte Blanche te beschrijven in termen van zorg. De workshop 'Mijn Land' is onderdeel van het aanbod van Carte Blanche. In het voorgaande hoofdstuk hebben we aan de hand van de Presentietheorie van Andries Baart, de houding van de professionals tijdens de workshop bekeken en beschreven. Op die manier is er aangetoond, dat er binnen Carte Blanche en dus ook binnen de workshop 'Mijn Land' zorg wordt verleend. Echter, aan de hand van deze analyse is nog niet duidelijk wat de workshop 'Mijn Land' doet voor haar deelnemers. Om daar beter inzicht in te geven, hebben we ervoor gekozen om ook vanuit de theorie van Rehabilitatie en herstel, de workshop te beschrijven. De keuze voor deze theorie is in zoverre logisch, dat je ook in deze benadering kan spreken van een laag interventieïstisch karakter, evenals bij de Presentietheorie. Droës en Korevaar (2011) leggen in de theorie van rehabilitatie en herstel zelf de koppeling met de presentietheorie; als men vanuit de rehabilitatiegedachte wilt werken, men een presentieattitude zal moeten aannemen.

6.1 Rehabilitatie

De volgende definitie van rehabilitatie staat in het boek *'Handboek Rehabilitatie voor zorg en welzijn'* (2011), beschreven. *'Rehabilitatie is mensen met ernstige, langdurige beperkingen en participatieproblemen ondersteunen bij het verkennen, kiezen, verkrijgen en behouden van hun activiteiten- en participatiedoelen.'* (Droës, Korevaar, 2011). Rehabilitatie staat in het teken van de vermaatschappelijking van de zorg. Daarmee wordt bedoelt, dat mensen met een beperking steeds meer dan vroeger de mogelijkheid krijgen om te participeren in de samenleving. Dit gebeurt nu vooral op het gebied van arbeidsparticipatie, maar nog lang niet voldoende op het gebied van sociale en culturele participatie.

Binnen rehabilitatie staan de begrippen eerherstel en rehabilitatie in de vorm van rolherstel. Eerherstel heeft te maken met het feit dat jarenlang de focus bij mensen met een beperking lag op de beperking en niet op de persoon zelf. Juist door de inzet van technieken rondom rehabilitatie, is het mogelijk deze mensen weer te laten spreken, weer zichzelf te laten zien zoals ze zijn. Het biedt deze mensen de mogelijkheid hun capaciteiten en sterke kanten te ontwikkelen en weer opnieuw in te zetten. Daarnaast biedt het de mogelijkheid de omgeving hen weer op die manier te gaan zien. Het tweede begrip, rolherstel, heeft te maken met de plaats die de cliënt in de samenleving wil innemen. De vier fases die men door moet om zijn doel te verwezenlijken zijn; het verkennen, kiezen, verkrijgen en behouden. Deze doelen staan naast de eigen doelen van mensen centraal. Het betreft de participatiedoelen die te maken hebben met het vervullen van rollen in, en activiteitendoelen die te maken hebben met, het weer kunnen verrichten van bepaalde activiteiten. Het is belangrijk dat, ook in verband met herstel, dat professionele hulp terughoudend ingezet wordt. Professionele hulp moet echter wel ingezet worden, om ruimte te creëren voor herstel en om herstelprocessen te ondersteunen. Dit vindt veelal plaats buiten de muren van de instelling. De focus ligt op de mens en diens mogelijkheden, niet op de beperking. Dit biedt juist de mogelijkheid om die processen van herstel in te gaan.

Rehabilitatie richt zich op de mogelijkheden van de persoon met functioneringsproblemen, terwijl andere hulpverleningsbenaderingen zich vaak alleen op de problemen van de persoon richten. Vanuit de rehabilitatie worden mensen met beperkingen en participatieproblemen ondersteunt bij het zo zelfstandig mogelijk uitvoeren van hun activiteiten en bij het vervullen van hun maatschappelijke rollen. Mensen worden vanuit de rehabilitatie geholpen om hun mogelijkheden te ontdekken om zo onafhankelijk mogelijk als burger aan de samenleving deel te nemen. Rehabilitatie richt zich vooral op het overwinnen van belemmeringen in het uitvoeren van alledaagse taken en activiteiten en het vervullen van maatschappelijke rollen. Het overwinnen van de beperkingen en participatieproblemen van individuen in hun dagelijks leven, staat centraal in plaats van de behandeling van de stoornis of de opheffing van een maatschappelijke wantoestand.

6.2 Herstel

Het proces van het ontdekken en gebruiken van eigen kracht en mogelijkheden wordt in het boek *'Handboek Rehabilitatie voor zorg en welzijn'* (2011), aangeduid als herstel. Dit boek geeft de volgende definitie van herstel: *'Een zeer persoonlijk en uniek proces waarin*

iemands opvattingen, waarden, gevoelens, doelen en rollen veranderen. Het leidt tot een leven met meer voldoening, waarin hoop een plaats heeft en men kan geven en nemen ondanks de beperkingen die met de aandoening gepaard gaan. Herstel heeft te maken met het ontstaan van een nieuwe betekenis en zin in het leven, terwijl men over de gevolgen van de aandoening heen groeit. (Anthony, 1993)' (Droës, Korevaar, 2011). Ook bij deze definitie gaat om 'beperkingen en participatieproblemen'.

Kenmerk van herstel, is dat je het zelf moet doen. De persoon waar het om gaat, maakt zelf het proces door. Herstel kan in vier aspecten worden samengevat.

1. Herstel van gezondheid;
2. Herstel van dagelijks functioneren (bijvoorbeeld: de was doen);
3. Herstel van rollen (participatie) (bijvoorbeeld: aan het werk gaan);
4. Herstel van persoon of identiteit (bijvoorbeeld: herwinnen van zelfvertrouwen, zingeving, grenzen).

'Het begrip herstel duidt het persoonlijke groeiproces aan van mensen die leren leven met (de gevolgen van) een lichamelijke of psychische ziekte, een trauma, een niet-aangeboren hersenletsel of een verslaving.' (Droës, Korevaar, 2011). Het betekent dus eigenlijk, dat je in staat bent weer op te krabbelen, na een langdurige ziekteproces, waarbij de ziekte nog steeds bij de persoon aanwezig kan zijn. Dit 'opkrabbelen' betekent dan dat mensen leren om met de ziekte en met de gevolgen daarvan om te gaan. In sommige situaties is het begrip *discovery* een betere benaming dan het begrip *herstel*. Vooral voor mensen die vanaf hun geboorte of vroege jeugd al een beperking hebben, is het begrip *herstellen* niet de juiste term. Het begrip *discovery* past hier beter bij, omdat het gaat om het ontdekken van wat mensen wel kunnen, en wat niet meer mogelijk is. Wanneer er herstelondersteuning vanuit de zorg wordt gegeven, wordt dit herstelondersteunende zorg genoemd. Bij herstelondersteunde zorg heeft de cliënt zo veel mogelijk de regie zelf in handen. Rehabilitatie wordt gezien als een vorm van hulpverlening en is een proces van de cliënt en de hulpverlener samen. Herstel is dat niet, maar herstel is een persoonlijk proces van de cliënt zelf. Daarnaast is rehabilitatie vooral gericht op het behalen van eigen doelen met betrekking op zaken als wonen, werken, leren en sociale contacten en is daarmee juist meer gericht op rolherstel. Herstel richt zich juist op empowerment en daarmee op wat de cliënt belangrijk acht in zijn leven. Daarmee wordt bedoeld dat de cliënt meer macht krijgt over z'n eigen ziekte en de omstandigheden waarin de cliënt wil leven. Er wordt op die manier ook geleerd om te gaan met de levende stigma's, discriminatie en de uitsluiting waar mensen met een beperking vaak mee te maken krijgen. De zingeving van alle vormen van zorg, zijn de herstelprocessen van de cliënten. Herstel is dus het doel van alle hulpverlening, en de hulpverleners die handelen vanuit de rehabilitatiegedachte faciliteren dit.

Herstel kent de volgende fases:

1. Overweldigd worden door de aandoening: waarbij de cliënt ervaart dat de beperking z'n leven overneemt;
2. Worstelen met de aandoening; waarbij de cliënt probeert zijn 'zelf' terug te vinden, maar de gevolgen van de beperking nog een plaats kan geven in dat leven;
3. Leven met een aandoening; waarbij de cliënt leert omgaan met de beperking, en daarbij ook weer zijn sterke kanten herontdekt;
4. Leven voorbij de aandoening; waarbij de cliënt leeft met de beperking, maar dat de beperking niet op de voorgrond staat.

Deze fasering loopt dikwijls niet zoals weergegeven, achtereenvolgens, maar juist door elkaar heen, waarin terugval een plaats krijgt.

6.3 Rehabilitatie en herstel binnen Carte Blanche tijdens de workshop 'Mijn Land'

In de workshop 'Mijn Land' zijn veel kenmerken en gedachten terug te vinden uit de rehabilitatie en herstelbenadering. Het start al met het feit dat de workshop 'Mijn Land' is een zelfonderzoek, waarbij specifieke eigenschappen, levensvragen, ambitie en alle andere mogelijke delen van iemands persoonlijkheid in kaart worden gebracht (Jung, S). Er worden voorafgaand geen doelen opgesteld voor de deelnemer en de deelnemer bepaald zijn eigen proces. De metafoor van het schilderen van je eigen land en de houding van de workshopleiders, zorgen ervoor dat de deelnemer zichzelf gaat verkennen, zijn eigen thema's, ofwel probleemgebieden, tegenkomt, en de ruimte en veiligheid ervaart om daar aan te werken. De metafoor en de professionals ondersteunen daarbij in de verkenning van jezelf. Enkele citaten van de professionals bevestigen dit ook.

- *'Ik ben aan het praten met mensen met een verstandelijke beperking, omdat ik wil weten hoe hun perceptie van de werkelijkheid is. In ben geïnteresseerd in hoe jij nou, zonder dat ik daar een oordeel over heb of dat goed of fout is, tegen de werkelijkheid aankijkt. Daar geniet ik van, daar leer ik van, dat vind ik fantastisch. In de eerste plaats is alles wat we hier doen ontstaat uit belangstelling, interesse en liefde voor andere mensen. We genieten ervan! En die zin zijn wij baanbrekend.'* (Stefan Jung)
- *'Je denkt bij jezelf, dat is een keuze soms, ik ga er niet op zitten drukken, ik laat het gewoon even zo, wacht maar tot de volgende keer dan wordt het wel beter. Juist als je er op gaat zitten drukken, dat is ook echt gebeurd, op het moment dat het een principieel punt wordt, dan maakt ze het niet af en komt ze helemaal niet meer terug, dat is het spanningsveld waarin je aan het opereren bent. En het is dus met L. helemaal mis gegaan.'* (Stefan Jung)
- *'We stellen vragen, en dan krijg je antwoorden. Als je een vraag stelt en je weet het antwoord al, dan krijg je ook geen antwoorden. Je moet eigenlijk het antwoord niet weten! Oprechte nieuwsgierigheid. Je gaat er een band mee aan. Je verbind je ermee.'* En *'Ik stel vragen, alles wat me opvalt vraag ik naar. Niet met een oordeel. Maar ik zie het wel en ik benoem het wel. Ik ga niet zeggen waarom doe je dat dan niet.. Dan krijg je ook geen antwoord.'* (Liesbeth Reeser)
- *'Namen oefenen. Ook om te laten zien dat ik ook fouten maak.. Als hij een fout maakt, dat fouten maken niet erg is.'* (Stefan Jung)
- *'Wij kijken waardevrij, maar wij vinden eigenlijk dat de andere niet waardevrij kijkt. Maar dat maakt lastig, ook om het te vatten, ook om het in goede woorden te vatten, terwijl het is eigenlijk heel methodisch. Dat zou je niet zeggen, maar het is eigenlijk heel methodisch. Wat heb je nodig? Oké, ik ga kijken of ik de mogelijkheid kan creëren dat jij dat voor jezelf kan doen.'* (Liesbeth Reeser)

Kijkend naar de doelen die rehabilitatie beoogt, namelijk eerherstel en rolherstel, draagt de workshop 'Mijn Land' daar zeker aan bij. Eerherstel zit hem in het feit, dat in de workshop je jezelf mag zijn en dat het gaat om jou als mens, niet om de beperking. De workshop is er op gericht, jezelf te ontwikkelen, je sterke kanten naar boven te halen en je bewust te worden van wat je kan, op creatief niveau, maar ook in je eigen leven. Door middel van het schilderen van je eigen land, kijken deelnemers naar hun eigen pijn, verdriet, maar ook naar de mooie elementen uit hun leven. Door de bewustwording van bepaalde thema's en daar een act over te maken, was er sprake van een groei bij iedere deelnemer. Door te kijken naar bepaalde thema's of gebeurtenissen die een grote impact hebben gehad op het leven van een deelnemer, en door deze thema's een plek te kunnen geven, is het zelfvertrouwen bij de meeste deelnemers zichtbaar gegroeid. Rolherstel heeft te maken dat veel van de deelnemers van de workshop 'Mijn Land' te maken hebben met discriminatie en stigma's. Zij krijgen een bepaalde rol aangemeten door de omgeving waarin zij leven. Dit is echter niet altijd de rol die ze zelf beogen, maar om je daar tegen te wapenen, is een hele opgave. In de workshop wordt juist beoogt dat de deelnemers kunnen weergeven en vertellen hoe zij dit ervaren. Indirect gaan deelnemers nadenken over de rol die ze op dit moment innemen, bijvoorbeeld die van afhankelijk zijn van de begeleider in de instelling of van anderen uit de omgeving, en over de rol die ze willen gaan innemen, bijvoorbeeld het hebben van meer vrijheden. Om de omgeving bewust te maken van wat er speelt bij de deelnemers, wordt de workshop 'Mijn Land' afgesloten met twee presentaties. De presentaties maakt het mogelijk het publiek een kijkje te laten nemen in de reis die de deelnemers hebben gemaakt door hun land, en door de workshop. Het publiek maakte daardoor kennis met de pijn, de strubbelingen en de gevolgen van stigma's of discriminatie van de deelnemers in het leven. Zo kwam één van de deelnemers op, 'zoals mensen haar vaak benaderen', namelijk moeilijk lopend, handen bij elkaar, alsof ze niet helemaal wijs was. Deze rol liet ze echter daarna vallen, wat werkte als een eyeopener voor het publiek.

De rol en houding van de professionals was van groot belang tijdens de workshop. De professionals hebben deelnemers geholpen in dit proces van bewustwording en groei. Zij fungeerde als een soort gids, waarbij ze de deelnemers door hun land stuurden, door middel van het stellen van vragen die voortkwamen uit oprechte interesse en belangstelling. De regie lag echter bij de deelnemers zelf, en de deelnemer gaf dan ook zelf aan hoe diep hij of zij wilde gaan in die reis. De workshopleiders gaven dit ook regelmatig aan, waardoor er weer ruimte ontstond om de eigen grenzen te onderzoeken. Ook gaven de professionals gerichte oefeningen gebaseerd op vertrouwen, concentratie en beweging. Dit droeg bij aan de bewustwording van eigen lichaam,

waardoor de deelnemer beter op de aarde kwam te staan. De vertrouwens oefeningen hadden als functie om elkaar mee te durven nemen in de reis door je land. Er ontstond onder leiding van de professionals een hechte band in de groep, waardoor ieders proces dieper, mooier en intensiever werd.

Ter illustratie zullen we wat voorbeelden noemen, van processen van deelnemers, waarbij de gedachte van rehabilitatie en herstel duidelijk zichtbaar was.

Frank was één van de deelnemers van de workshop 'Mijn Land'. In zijn land viel op dat het buitenland op bepaalde plekken overliep in het binnenland. Daarnaast was het contrast tussen 'het mooie en lieflijke' en het 'gevaarlijke, lelijke en pijnlijke' heel groots aanwezig. Een heel belangrijk element in zijn land, was het zwarte gat, 'het niets' en de enorme vuurbal die constant voor bedreiging zorgde. Dit stond centraal in zijn land, en daar gingen alle vreselijke dingen en mensen in ten onder. Een ander belangrijk deel van zijn land was waren de levensbomen, waar juist het mooie van mensen naar boven kwam en deze konden de levende mensen kracht geven om verder te leven.

In het interview vertelde Frank veel over het zwarte gat. Het stond voor eenzaamheid, het hebben van geen vrienden en het ellendig voelen. Nu ging het echter beter met hem. Hier mocht hij zichzelf zijn, mensen bewonderden hem om wat hij deed en liet zien, en zijn hem als vriend gaan zien. Hij gaf aan dat hij dit zo voelde. Tijdens de presentatie werd het zwarte gat dan ook uitgebeeld en werd dit afgesloten met het prachtige en lieflijke van de levensboom.

De gedachte van rehabilitatie kwam in het proces van Frank vooral aan bod in de vorm van rolherstel. Frank voelde zich vaak niet begrepen, buitengesloten en noemde zelf 'dat hij zichzelf ook wel eens in dat zwarte gat wilde gooien'. Nu gaat het echter wel beter met hem en ook door het schilderen van zijn eigen land, heeft hij dit een plaatsje kunnen geven. Binnen de groep voelde hij zich begrepen, belangrijk, er werd naar hem geluisterd en hier mocht hij zijn wie hij daadwerkelijk was. Door dit te kunnen presenteren, kon Frank laten zien, met de vrijheid om het bij het land te laten, wat hij voelde, en wat voor hem belangrijk was. Hier zat ook een stuk herstel in voor Frank, aangezien op deze manier de buitenwereld kennis kon maken met de ervaringen van Frank, zoals hij werd benaderd door de buitenwereld. Frank is na de workshop zekerder geworden en is er sterker uitgekomen. Vooral het feit dat hij zijn verhaal bij zijn land heeft kunnen houden, maakt het voor Frank gemakkelijker het te kunnen vertellen aan de anderen. Frank heeft het gevoel gekregen dat hij er mag zijn, zoals hij is. Het is het ook waard om in deze samenleving te leven.

De professionals hadden hier een grote rol in. Vooral door de houding die zij aannamen, zoals beschreven in hoofdstuk 6, voelde Frank de ruimte en de vrijheid zich te laten zien. Ook de 'vriendschappelijkheid' (de relatie die veel weg heeft van vriendschap) van de professionals droeg daar aan bij.

Arjan was ook één van de deelnemers uit onze groep. Bij Arjan zag je een heel gestaag proces. Arjan ging vooral met de stroom mee, maar gedurende zijn proces zag je heel duidelijk dat hij een plan had, een visie had, een beeld had van hoe het moest zijn. Het land van Arjan was heel bewust opgebouwd. Eerst de bodem, vervolgens de wateren en bossen, met als laatste de wegen, kruispunten en huizen. Het land van Arjan had geschiedenis, en dat kwam er heel duidelijk in naar voren. In het land van Arjan waren achterstandswijken te vinden. Hij zelf was daar ook in opgegroeid en daar had hij nooit zo veel vrienden gehad. Zijn beste vriend was overleden. Hij heeft echter nooit afscheid van hem kunnen nemen, omdat hij ook niet op z'n begrafenis had mogen komen. Dit was voor Arjan eigenlijk het belangrijkste. In het leven van Arjan waren er veel dingen niet afgemaakt, en dat sprak hij eigenlijk nooit uit. Zoals al eerder werd genoemd, Arjan ging altijd met de stroom mee.

Door de workshop 'Mijn Land', het schilderen van zijn eigen land, kwam het verhaal van het verlies van zijn beste vriend naar boven. Dit had hij nog steeds geen plek kunnen geven, waardoor Arjan zijn vriend nog erg miste, en het pijn deed dat hij weg was. Arjan durfde hier echter naar te kijken, via zijn land, en het hard op uit te spreken. Het afscheid werd de input van zijn act tijdens de presentatie. Dit laatste had voor Arjan heel veel met herstel te maken. Het herstellen van een zwaar verlies, wat nog steeds heel veel met hem deed, aangezien hij er geen afsluiting voor heeft gehad. Door het op deze manier af te sluiten, door iets moois voor zijn overleden vriend te maken, heeft hij dit wel kunnen doen.

De professionals maakte het voor iedere deelnemer mogelijk om zich te uiten, zich bloot te geven en zijn of haar verhaal woorden te geven, door het maken van het schilderij (de metafoor), door spel en theater, door de manier van handelen en vragen stellen. Alle deelnemers hadden thema's en ervaringen die illustreerden dat ze pijn leden, gekwetst waren, zich eenzaam voelden, zich niet begrepen voelden, geen richting hadden in hun leven. Door er naar te kunnen kijken via de metafoor, door er woorden aan te kunnen geven via de metafoor, werd iedere deelnemer geholpen om er mee bezig te zijn. Om zich bewust te worden van de pijn, maar ook van de kwaliteiten en de talenten die je bezit, om je bewust te worden van je eigen kunnen, naast het leven met die beperking. Bewustwording, groei, zelfvertrouwen en vriendschap waren hier kernbegrippen in.

Hoofdstuk 7: De workshop 'Mijn Land': een plaats in de samenleving en zorg

'Als je land in orde is, komt de wereld in orde'. Een zin die de workshopleider meerdere malen heeft genoemd tijdens de workshop die wij hebben gevolgd. Een veelzeggend citaat, aangezien het betrekking heeft op jou als individu, maar het trekt ook door naar de omgeving, naar de samenleving in Nederland, en uiteindelijk naar de wereld. Als we dit citaat beter bekijken, heeft het betrekking op het feit hoe we met elkaar omgaan in deze samenleving.

De huidige samenleving kan omschreven worden als een individualistische samenleving. Kenmerkend is daarin de opkomst van de schuttingcultuur. Het lijkt alsof we tegenwoordig allemaal op kleine eilandjes naast elkaar leven. De verbondenheid in de samenleving is soms ver te zoeken. Mensen zijn op zichzelf gericht, zoeken daarom minder de verbondenheid met elkaar, met de buurman die je niet zo goed kent, met de collega die net iets te ver van je vandaan staat of met iemand die jou aanspreekt op straat. We voelen ons niet verbonden. De workshop 'Mijn Land' zorgt er juist voor dat die verbondenheid wel ontstaat. De verbondenheid tussen mensen, met en zonder beperking. Als het immers goed gaat met jou, als je jezelf waardeert, dan waardeert je je omgeving ook weer een stukje meer. Het zorgt ervoor dat je oog hebt voor de ander die anders is, of misschien juist wel hetzelfde, en dat je op een dag besluit om toch eens een praatje te gaan maken, je hulp aan te bieden bij een vervelend klusje. Daarmee zoek je de samenwerking op, je zoekt de verbondenheid met elkaar op en benadert iemand zoals je zelf ook benaderd zou willen worden. Je bestaat immers bij de gratie van de ander. Als iedereen zich meer verbonden voelt met elkaar, gaan we meer samenwerken, elkaar helpen. Dan wordt de samenleving een stukje hechter, dan wordt de wereld een stukje hechter. 'Mijn Land', een wereldambitie.

7.1 'Mijn Land' en de deelnemer

Gedurende dit onderzoek hebben we de ervaren baat van de workshop 'Mijn Land' onderzocht. Een belangrijk onderdeel hierin was het participierend onderzoek, waarin we zelf hebben ervaren wat de workshop 'Mijn Land' met ons deed. Waarin we ook de processen van de andere deelnemers meemaakten en daar zelfs onderdeel van waren. Aan de hand van de theorie van rehabilitatie en herstel, terug te vinden in het eerste beroepsproduct, de methodische beschrijving, is beschreven wat de ervaren baat van de workshop voor de deelnemer is, op het moment dat de workshop stopt en de deelnemer weer terug gaat in het dagelijks leven.

Van belang hierbij te melden is, dat 'de deelnemer' niet alleen de cliënt met de beperking is. Iedereen kan meedoen aan de workshop, iedereen kan deelnemer zijn. Zo ook begeleiders van de cliënten, die op die manier ook deelnemer werden van gelijkwaardig niveau, of andere mensen zonder een beperking. Wij stonden ook op die manier in de workshop. Iedereen stapte hiermee hetzelfde proces in. Volgens de workshopleider is deze mix van mensen met en zonder een beperking een noodzaak, om het lerende component in de workshop zo groot mogelijk te maken.

De workshop 'Mijn land' beoogt een proces op gang te brengen van ontwikkeling en groei, aan de hand van de metafoor. De deelnemer wordt als persoon gezien, en krijgt de ruimte om zichzelf te zijn. Binnen die metafoor draait het om die persoon, en de beperking wordt daarbij juist als motor gezien. Dit heeft als reden dat de mensen met een beperking in de samenleving juist vaak vanuit die beperking worden benaderd. Hier, in de workshop 'Mijn Land' ervaren zij dat dit ook anders kan. Dat ze er mogen zijn, dat ze het waard zijn om ook in deze samenleving te leven, dat ze geen last zijn, maar dat ook zij iets toevoegen aan de samenleving. De workshop geeft de deelnemer de mogelijkheid die pijn en frustratie, voorkomend uit de benadering van de samenleving, te uiten in een kunstvorm en deze daarmee een plaats te geven in zijn of haar eigen leven. Met het geven van een plaats aan die frustratie en pijn en deze nieuw verworven inzichten van zelfwaardering, gaan de deelnemers terug hun dagelijkse leven in, waardoor er verandering mogelijk is in hun houding, in hun denken en daarmee ook in de houding en het denken van de omgeving.

7.2 'Mijn Land' en de omgeving van de deelnemer

De workshop 'Mijn Land' eindigt in een presentatie, waarin de deelnemers hun land presenteren aan de hand van een persoonlijke act. Het verhaal wat bij het land hoort, wordt hierbij altijd voorgelezen, met vervolgens de persoonlijke act, waarin delen van het land naar voren worden gebracht aan de hand van theater en dans. Dit kan heel heftig

zijn. De omgeving van een deelnemer is niet altijd op de hoogte van wat er in de deelnemer omgaat, wat er gebeurt met een deelnemer in een bepaalde situatie, wat de waarheid is vanuit de ogen van de deelnemer gezien. Deze waarheid komt in zo'n act naar boven, en dat kan iets doen met bijvoorbeeld familie, vrienden, begeleiders van de deelnemer, de mensen die dicht bij de deelnemer staan; de omgeving. Dit kan in de vorm verbazing of verwondering, maar het roept soms ook emoties op in de vorm van verdriet of zelfs schuldgevoel. De omgeving gaat hierna met andere ogen naar de deelnemer kijken, en soms zelfs anders benaderen. Het effect van de workshop 'Mijn Land' werkt hiermee dus ook door in de omgeving van de deelnemer.

7.3 'Mijn Land' en de professional

De workshop 'Mijn Land' heeft ook effect op de professional. Met de professional bedoelen we hier de professional die de workshop begeleidt, dus de workshopleiders. Maar voor professionals in de zorg op zich, kan de workshop ook van groot belang zijn. Voor beide heeft de workshop 'Mijn Land' namelijk een effect, het effect van leren.

7.3.1 De professional als workshopleider

De insteek van de workshopleider tijdens de workshop 'Mijn Land' is het kunnen leren van elkaar. Zoals workshopleiders beide eerder aangaven, is het in de eerste plaats belangrijk te kunnen genieten van alles om je heen. Dit genieten maakt het mogelijk om benieuwd te zijn naar de ander, om interesse te hebben in de ander, en te willen leren van de ander. *'Je geeft heel veel, maar je krijgt er ook heel veel voor terug. Je leert van elkaar.'*, aldus Liesbeth Reeser. Bij de workshopleiders zorgt dit telkens weer voor een verrijking van hun eigen visie en denkwijze. De dingen die zij leren van de deelnemer, is een waardevol goed, dat ook zij meenemen in hun leven, zowel als professional en als persoon. Daarmee treedt hetzelfde proces op, zoals hierboven beschreven is bij de omgeving van de deelnemers. Door geraakt te worden, door te leren, gaat men zelf anders in het leven staan, voegt het iets toe aan het leven en aan je denkwijze. De professional leert en daarmee ontwikkelt hij zichzelf.

7.3.2 De professional als werker in de zorg

De workshop 'Mijn Land' heeft niet alleen voor mensen met een beperking een meerwaarde. Professionals in de zorg, zoals groepswerkers, maatschappelijk werkers en andere beroepen met betrekking tot de hulpverlening, kunnen veel baat hebben bij het volgen van de workshop 'Mijn Land'. De workshop 'Mijn Land' beoogt namelijk een zelfonderzoek, aan de hand van de metafoor. Als professional zijnde geeft dit de mogelijkheid jezelf te ontwikkelen en te groeien. Je maakt namelijk kennis met een nieuwe manier van hulpverlening, met 'hoe het ook zou kunnen'. Daarmee wordt de houding van de workshopleiders bedoeld die bijdraagt aan het effect en resultaat van de workshop. En daarmee wordt ook het werken met metaforen bedoeld en wat deze metaforen voor effect hebben op de deelnemer, in dit geval jezelf.

De mix van mensen met een beperking en mensen zonder beperking zorgt er ook voor dat je als professional kunt leren hoe je op een andere manier aan kunt sluiten bij de cliënt. Daarbij is de input van de cliënt belangrijk, aangezien de cliënt in de workshop 'Mijn Land' zichzelf op een andere manier profileert en op een andere manier kan duidelijk maken wat er bij de cliënt speelt, wat de cliënt belangrijk vindt. Het is dan wel van belang dat de cliënten en de begeleiders elkaar kennen. Je visie als professional op je werk kan op deze manier getoetst en veranderd worden.

De workshop 'Mijn Land' draagt ook bij aan de professional als persoon. De workshop 'Mijn Land' geeft namelijk de mogelijkheid aan de professional om terug te gaan naar de kern van die persoon, om terug te gaan naar de vraag: 'waarom wilde ik hulpverlener worden?'. Vragen als: 'wie ben ik?', 'wat zijn mijn ambities als hulpverlener?', 'wat streef ik na?' en 'waar sta ik nu eigenlijk als professional?', zijn vragen die daarbij beantwoord kunnen worden. Vooral wanneer hulpverleners gedurende een lange tijd in de hulpverlening zitten, treed er namelijk vaak gewenning en routine op. De workshop 'Mijn Land' kan heel veel aan het licht brengen, wat ervoor kan zorgen dat je werk spannend en plezierig blijft en het biedt een mogelijkheid om dromen te blijven najagen.

7.4 'Mijn Land' en vertier

Naast bovenstaande 'lerende componenten', geeft de workshop veel vertier. Zowel voor de deelnemers, als voor de omgeving (het publiek) biedt deze ontspanning, plezier en een leuke ervaring. 'Mijn Land' is niet alleen maar een (zwaar of confronterend) leerproces. Het

geeft ook ruimte en verstrooiing, het is luchtig en je kunt er van genieten. Daarnaast geeft het ook een positief resultaat, want als je meer verbondenheid ervaart in je eigen omgeving, voelt dat net alsof je alles en iedereen wat meer waardeert, wordt je benadert zoals jij zelf ook benaderd wilt worden. Is het leven misschien net iets mooier.

Literatuurverwijzing

Boeken

- Baart, A. (2001).
Een theorie van de presentie
Den Haag: Uitgeverij Lemma.
- Behrend, D. (2008).
Muzisch-Agogische Methodiek.
Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Korevaar L en Droës, J. (2008).
Handboek Rehabilitatie voor zorg en welzijn.
Bussum: Uitgeverij Coutinho.

Onderzoeksrapporten

- Stoop, J. (2011).
Zorg?! Volgens de regels der kunst.
Eindhoven: Stichting Carte Blanche.

Overige documenten, aangeleverd door Carte Blanche

- Jung, S.
De grenzen tussen 'Ik en 'Mijn Land'
Eindhoven: Stichting Carte Blanche
- Jung, S.
De workshop Mijn Land & Over de Grens
Eindhoven: Stichting Carte Blanche
- Jung, S.
Flyer met betrekking tot de workshop 'Mijn Land'
Eindhoven: Stichting Carte Blanche
- Jung, S.
Mijn Land, een verhaal
Eindhoven: Stichting Carte Blanche
- Jung, S.
Mijn Land, een workshop
Eindhoven: Stichting Carte Blanche
- Jung, S.
Werkvormen van Carte Blanche, metaforen
Eindhoven: Stichting Carte Blanche

Bijlagen

Bijlage 1: Reisverhaal Tinke Remijn

Bijlage 2: Reisverhaal Jolijn Lucassen

Deelnemers aan de workshop 'Mijn Land' 2011

Tevens onderzoekers voor Stichting Carte Blanche met betrekking tot de workshop 'Mijn Land' en auteurs van dit document

Bijlage 1: Reisverhaal Tinke Remijn

Deelnemer aan de workshop 'Mijn Land' 2011

Tevens onderzoeker voor Stichting Carte Blanche met betrekking tot de workshop 'Mijn Land' en auteur van dit document

Het land van Tinke



Mijn Land - Tinke

Mijn land is niet echt groot, middelmatig, dus niet mega groot.

Bij het trappetje ga je naar binnen, dat is de enige weg, je moet afdalen, Er gebeurt veel, er is meer een plek waar het niet fijn is, het rode is niet fijn daar zijn veel spanningen, er durft eigenlijk niemand te komen. Alle spanningen komen daar samen, worden zichtbaar, dat is het strijdveld. De spanningen gaan daar naar toe, het is ontstaan.

Er lopen veel paden door mijn land, weggetjes, die zijn om het gevaar gebied heen. Wil je verder komen in mijn land dan moet je door het spanningsgebied, als je verder gaat komt iedereen bij elkaar, dat is heel fijn, in het hele land is het meestal fijn, er wordt gedanst, de sfeer is open mensen zijn er voor elkaar, ze luisteren echt naar elkaar, je bent met elkaar.

Je komt niet zomaar weg uit mijn land, ik gooi iemand eruit die eruit moet, ik ben de baas, Er zijn grenzen, als ze me echt pijn doen, of andere die dicht bij me staan, dan moet je eruit, dan gooi ik je eruit.

Ik heb spierballen, soms wel.

In het midden is ook een spanning gebied, dat is fijner, vanuit daar kan je verder gaan, terug omhoog, via de gele paden.

Je moet altijd via het trapje gaan, ik sta onder aan het trapje, doe je het niet goed, dan gooi ik je eruit. De vrouw met de hamer.

Waarom je altijd via het trapje moet, dat is zo gegroeid, het is de manier om met nieuwe mensen om te gaan. Nieuwe mensen moeten inwijdingsrituelen doen, het is mijn manier.

Het is geen stevig trapje, het is een trap die hangt. Het trapje heb ik aangebracht, expres zo aangebracht dat het moeilijk is om binnen te komen, ik sta open, maar kijk eerst wat het inhoud, wie het is, of het eerlijk is, of het goed is. Als het niet goed is dan val je van de ladder en dan word je eruit gegooid.

Sommige mensen krijgen wel een tweede kans, dat komt door mijn schuldgevoel. Je komt niet snel terug omdat ik er geen zin meer in heb. Als iemand een tweede kans krijgt moet hij extra goed zijn best doen.

Ik ben soms gekwetst, dat zag ik niet aankomen..

Mijn Reis in de Workshop 'Mijn Land'

Samen met Jolijn Lucassen heb ik mijn afstudeeronderzoek bij Stichting Carte Blanche mogen uitvoeren. We kregen de opdracht om de workshop 'Mijn Land' te onderzoeken. We hebben ervoor gekozen om er zelf aan deel te nemen, zodat we dit reisverhaal neer konden zetten om de 'buitenwereld' een idee te geven over wat de workshop 'Mijn Land' met je kan doen en in wat voor proces je terecht kan komen. Ik wist niet goed wat ik moest verwachten van de workshop 'Mijn Land' en had ook nooit verwacht dat mijn reis op zijn bijzondere manier zou verlopen.

Na zelf deel te hebben genomen aan de workshop 'Mijn Land', raad ik het iedereen aan om het zelf te gaan ervaren. Je leert op een hele bijzondere manier te gaan kijken naar jezelf en naar de ander. Je leert jezelf goed kennen, waar je voor staat en wat je wilt in het leven. Je groeit door de workshop en je wordt je bewust van bepaalde thema's. Het maken van jouw eigen land en het te presenteren aan het publiek is een goede vorm van zelfreflectie, zelfontplooiing en groei.

Ik wil jullie in dit reisverhaal meenemen in mijn ervaring, mijn reis tijdens de workshop 'Mijn Land'. Samen met de andere deelnemers die vanuit Lunet zorg zich op hadden gegeven voor de workshop vormden we een groep. We waren totaal met z'n achten.

Het wordt gedurende de workshop steeds weer duidelijker waar je nou eigenlijk mee bezig bent. De dag dat je ergens mee bezig bent geweest hoeven dingen nog niet op z'n plek te vallen en binnen te komen. Het werkt sowieso na elke bijeenkomst bij mij verder. Tijdens de eerste bijeenkomst gaat het vooral over het kennismaken met elkaar en de groep aftasten, het is dan vooral erg spannend. Ik weet dus eigenlijk niet zo goed waar ik ben ingestapt, maar het voelt gelijk goed. De workshopleiders creëren een hele fijne sfeer waar ik mezelf kan zijn. Dit gevoel kreeg ik vooral doordat de workshopleiders heel open, eerlijk en oprecht zijn.

De eerste bijeenkomst, vertelt de workshopleider het verhaal van de keizer. Dat is een erg mooi en hoopvol verhaal. Ik word meegenomen in het verhaal door de manier waarop het verteld wordt. Op dat moment wordt ik ook al meegenomen in de metafoor van mijn land. Ik word nieuwsgierig hoe het verder zal gaan...

Dan is het tijd om op een groot wit papier te gaan liggen. Ik zoek een houding waarvan ik het fijn vind om zo te gaan liggen, iedereen zoekt naar een houding en blijft zo liggen wanneer het goed voelt. Er wordt mooie, rustgevendende muziek opgezet waardoor er een hele fijne sfeer ontstaat. Ik voel dat het nu echt begonnen is en ik probeer mijn constante denknop uit te zetten. Ik wacht rustig af op wat er komen gaat. Tijdens dit ritueel wordt er ook niet gepraat. Iedereen is bezig om samen met de workshopleider de contouren van zijn of haar land te laten ontstaan. Dit is de vorm van het land, mijn eigen land heeft zijn vorm gekregen.

Wanneer iedereen klaar is, is daar dan de start om te beginnen met het schilderen van mijn land. Ik begin met mijn binnenland, mijn lijf. Het begint met het schilderen van de bodem. Je mag verschillende lagen over elkaar schilderen. En daarna het buitenland, het buitenland is bij deze workshop niet zo heel belangrijk. Bij sommigen komt het later misschien juist wel naar voren als het belangrijk is voor het binnenland. Dit is dus eigenlijk de start van 'Mijn Land', omdat je het op dit moment samen hebt vastgelegd. Het is je eigen land, want het is jouw lichaam en jij zet daar de dingen neer die voor jou belangrijk zijn. Het schilderen doe je eigenlijk intuïtief, je schildert gewoon, de één denkt er wel meer over na dan de ander. Ik merk dat ik het wat lastig vind om te beginnen en ook tijdens het schilderen twijfel ik veel. Wanneer het land af is worden er bepaalde dingen erg duidelijk door de interviews..

Als je land af is, krijg je ieder twee interviews. De ene workshopleider stelt de vragen en de andere workshopleider noteert wat jij zelf zegt over je land, het is jouw verhaal. De workshopleider pikt de dingen die hem opvallen eruit en vraagt daar naar. Je wordt hierdoor al aan het denken gezet en sommige dingen vallen op z'n plaats. In mijn eerste interview vraagt de workshopleider waar je mijn land binnenkomt. Ik kijk naar mijn land en zeg dat je via het trapje binnenkomt. Ik had niet eerder gezien dat het een trapje was, maar had er voor mijn gevoel gewoon maar wat streepjes neergezet. Het gaat al snel wat dieper en de vraag komt of het een stevig trapje is, het lijkt namelijk alsof hij loshangt en

nogal wankel is..

Waar jij verder iets mee zou willen of wat je af zou willen sluiten, wat jouw 'hoofdprobleem' is komt vooral door de interviews naar boven. Wat is jou kern, hoe pak je dingen aan, waar sta je voor enz. dat valt mede door de interviews op zijn plaats. Je krijgt hierbij vaak ook een opdracht mee, om bijvoorbeeld ergens over na te denken of om iets verder uit te werken, wat kan bijdragen aan jouw act. Er wordt heel goed gekeken en geluisterd door de workshopleiders. Jij stuurt daar in, maar de workshopleiders die leggen de focus op bepaalde belangrijke dingen, die geven je de ruimte en denken mee. Doordat de workshopleider me naar mijn eigen land liet kijken en me hier de tijd voor gaf zag ik al veel dingen die opvielen. Op het moment dat de workshopleider vroeg waar je binnenkomt in mijn land, wist ik het gelijk, de streepjes die ik daar bovenin had neergezet zag ik nu als trapje. Het viel de workshopleider op dat het geen stevige trap is, maar het is een trap die hangt. Op dat moment vielen er voor mij al wat dingen op z'n plek. Ik maak het niemand makkelijk om in mijn land te komen. Ook heb ik een gebied in mijn land waar het niet prettig is. Het is een opvallend gebied en zeker omdat de trap er doorheen hangt. Ik word op het moment dat ik over het gebied praat emotioneel. Ik vind het lastig, maar ik weet dat ik ernaar wil kijken, omdat het heel belangrijk voor me is en weet dat het er is.

Wat ik ervan geleerd heb is dat je de confrontatie wel aan moet gaan wil je iets leren en dat je er echt naar wilt kijken en 'moet' kijken wil je er iets van kunnen leren en verder kunnen. Wat voor mij ook heel erg belangrijk is geweest, is dat ik iets heb af kunnen sluiten. Ik moest er nog een keer naar kijken, het was heel heftig, tijdens het schilderen had ik er al heel veel moeite mee, want ik ben iemand, die gezellig en vrolijk door wil gaan. Doordat ik mijn land ging schilderen, kwam ik erachter dat het heel erg lastig was om mijn land te schilderen, omdat ik er eigenlijk niet mee bezig wilde zijn, maar ik wist onbewust dat het er nog is. Ik moest het nog een plekje geven.

Als ik nou terugkijk, is het hele proces van het schilderen zo lastig voor mij geweest, omdat ik voelde dat het mijn land werd, maar er was iets wat ik niet wilde in mijn land. Het was echter onvermijdelijk dat het erop kwam. Tijdens de interviews kwam dit dan ook naar boven, maar je mocht zelf weten of je hierover wilde vertellen en op wat voor manier. Je mag het hebben over jouw land als metafoor en dus hoef je het niet over 'jezelf' te hebben. Het gebied waar alle spanningen bij elkaar komen werd mijn gebied waar het strijdveld was. Ik vond het fijn om het een naam te geven op deze manier. In mijn act ben ik het gevecht aan gegaan door middel van een dan en heb ik het los kunnen en durven laten. Er wel naar kunnen kijken en het ook kunnen laten zien naar anderen heeft me wel geholpen om verder te gaan.

De presentatie hoort bij de workshop. Dat maakt het tastbaar, ik heb laten zien dat ik een gevecht ben aangegaan en dat hier een bepaalde plek voor is in mijn land.

De presentatie is ook een soort van afsluiting van het proces waar je met z'n allen bent ingestapt. Jouw eigen proces loopt misschien nog wel door, maar het gezamenlijke sluit je af. Je gaat ieder weer je eigen weg in, maar vergeet nooit meer wat je samen wat zo bijzonder was hebt meegemaakt.

De act die wordt gepresenteerd wordt samen met de workshopleiders gevormd. We zoeken samen naar de juiste manier van presenteren en naar hetgeen dat ik wil laten zien van mijn land. Het moet goed voor je voelen. Door je land is de richting van de act al snel bepaald. Bij mij is het strijdveld erg belangrijk, ik heb hier een sprookje over geschreven, zodat ik nog helderder kreeg voor mezelf wat daar nou eigenlijk gebeurde. Het sprookje hielp me om mijn gevoelens op een heftige manier te beschrijven, op deze manier werd het ook niet zo zwaar. Het ging namelijk over het sprookje en niet om mij.

Naar mijn idee is de deelname aan de workshop 'Mijn Land' een verbreding voor mezelf en het is een manier om dingen een plek te kunnen geven. Het is een hele fijne manier om de confrontatie met jezelf aan te gaan.

Er wordt wel heel duidelijk gezegd dat als je iets niet wilt vertellen dan hoeft dat niet. Er wordt niet op gehamerd of gedrukt. Mijn ervaring is dat mensen die aan de workshop meedoen ook dichter bij zichzelf komen te staan een groei mee maken in het hele proces dat in de workshop plaatsvindt. We zijn ook sterker uit de workshop gekomen en iedereen is 'tot z'n recht' zijn. Ik vind dit erg bijzonder en ik ben dan ook regelmatig geraakt tijdens de workshop. Tijdens de gehele workshop leer je de andere deelnemers zo goed kennen. Je krijgt een hechte band en deelt hierdoor veel met elkaar. We zitten in hetzelfde proces. De puurheid, het verdriet, de boosheid, de eenzaamheid, de pijn al deze dingen

zijn op een bijzondere manier bovengekomen en mochten er zijn. Het ging over het land en wij als deelnemers konden er hierdoor makkelijker over praten. Maar iedereen kon de emoties zien en voelen wanneer er over het land gesproken werd.

Omdat er zo veel ruimte en veiligheid is en focus op de persoon is, komen er heel veel dingen boven waarmee je aan het werk kan. De groep helpt elkaar bij ieders proces. De veiligheid wordt gecreëerd door de workshopleiders. Wanneer ik bij Stichting Carte Blanche binnen kwam lopen, voelde ik dat al. De workshopleiders zijn heel puur, eerlijk en open. Je bent welkom hier. Vooroordelen zijn er niet. De houding van de workshopleiders is heel fijn, omdat ze zo open, puur, betrokken en ook echt oprecht geïnteresseerd zijn in de ander. Ik heb gezien en gevoeld dat ze niet zomaar ergens mee bezig zijn, maar dat ze veel ervaring met, en kennis en liefde voor mensen hebben.

De workshopleiders helpen je op een hele fijne manier. Niet drukkend en dwingend. Niet van: dit is het probleem, dat gaan we aanpakken en daar zijn we over veertien weken. Dat staat niet vast. Zij weten ook niet precies hoe het voor iedereen zal gaan lopen. Dat biedt juist ruimte om jezelf te kunnen ontwikkelen.

Zij weten hoe ze met mensen om moeten gaan en zij zien sneller dan de deelnemers waar de kern ligt. Ze ondersteunen je in het proces door gewoon goed te kijken en te luisteren en te reageren op jouw behoeften. Je voelt dat je gezien wordt.

Het allerbelangrijkste voor mij in de workshop is geweest, om op zo'n bijzondere manier in een groep en met de workshopleiders, zoiets moois neer te zetten wat zo dicht bij jezelf staat. Ik heb sommige dingen tijdens mijn deelname aan de workshop ook proberen tegen te houden, maar het kwam gewoon 'vanzelf'. Ik ben me bewust geworden van dingen en ben mezelf tegengekomen. Ik heb sommige dingen een plek kunnen geven, door er naar te kijken, mijn verdriet te mogen laten zien en het niet te blijven wegstoppen. Ik heb het kunnen laten zien. Dat was voor mij ook belangrijk. In mijn act beeld ik het strijdveld uit waar ik liever niet kom. Door het te presenteren is dat voor mij ook wel een soort van afsluiting. Maar ook om het te delen met mijn dierbaren op een hele speciale manier, op een emotionele manier, geen negatieve manier, maar op een positieve manier; het te kunnen laten zien en het begrijpend te maken. Op een fijne manier over te kunnen hebben. Ik ben dichterbij mezelf gekomen. Ik ben trots dat ik de confrontatie met mezelf ben aangegaan en trots op mijn land. Dit ben ik!

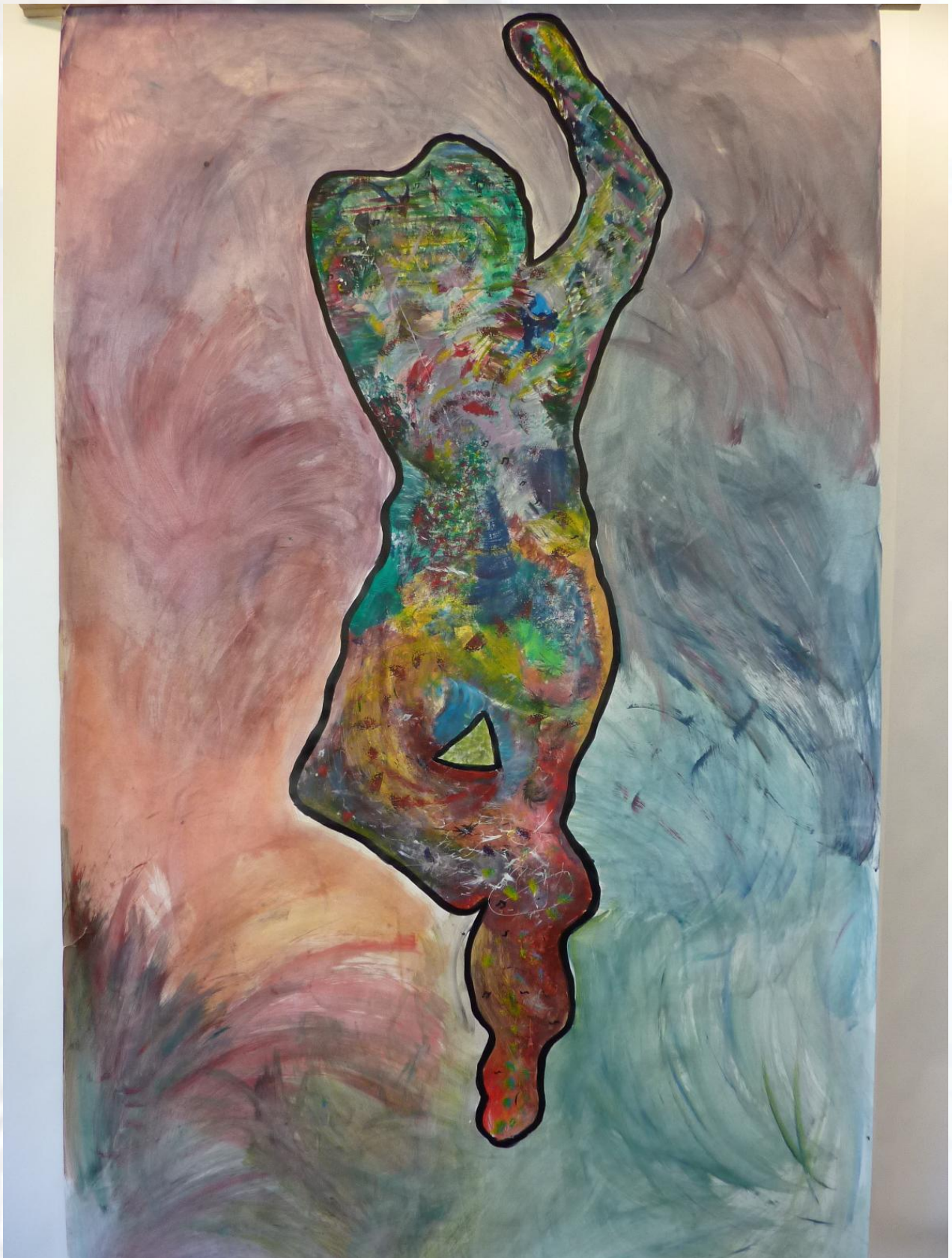
Tinke Remijn

Bijlage 2: Reisverhaal Jolijn Lucassen

Deelnemer aan de workshop 'Mijn Land' 2011

Tevens onderzoeker voor Stichting Carte Blanche met betrekking tot de workshop 'Mijn Land' en auteur van dit document

Het land van Jolijn



Mijn Land - Jolijn

Je hoeft niet binnen te komen, je bent al binnen.

Ik ben nu bovenin, daar is het druk, erg druk, je doet er mega lang over om een stukje voorruit te komen, het is niet alleen druk met mensen, het is druk met van alles, een soort opslagplaats, niet geordend.

De mensen die boven zijn, komen er omdat er zoveel te doen is en te zien is, daarom gaat iedereen daar naar toe. Alles is in beweging, loopt in elkaar over, iedereen helpt elkaar, het is in evenwicht. Als mensen boven zijn willen ze toch weer naar beneden.

Hoe verder je naar beneden gaat hoe rustiger. Ik ga soms naar beneden, daar heb ik geen tijd voor. Beneden is het gevaarlijker, boven niet, er zal geen brand uitbreken.

Er wonen veel mensen in mijn land, mijn land is enorm groot, daarom zijn er zoveel plekjes, zoveel dingen om te zien.

Bij de witte spatjes is het erg gevaarlijk, je komt er bijna niet doorheen.

Slaapplaats is in het midden.

Ik heb geen tijd, niemand heeft tijd om stil te staan, je kan ook niet stil staan, als je stilstaat botst het, iedereen gaat altijd door.

Bovenin gaat niemand dood, iedereen is bovenin, er zijn mensen die op avontuur gaan naar beneden, omdat ze nieuwsgierig zijn. Die komen niet meer terug.

Alleen mensen die heel slim zijn zitten boven in het blauw, die sturen alles aan. Ik zit daar niet, ik loop rond, als het te veel wordt te druk, ga ik naar de plek waar dromen samenkomen. Niet iedereen weet die plek te vinden, je mag van geluk spreken als je hem vindt. Je loopt er tegen aan, als je geluk hebt, dan vind je die plek.

In het driehoekje kan je niet komen, niemand weet wat het is, er is aan een kant water, je kan er niet langs.

De bewegingen van het buitenland komen terug in het binnenland. Mijn land heeft weinig invloed op het buitenland, het buitenland trekt en duwt meer dan het binnenland wil, de kracht van het buitenland is groot, in het binnenland niet.

Of een mens invloed heeft? Je wordt in beweging gezet.

Mijn land ligt niet vast, door de krachten van buitenaf kan het overal heen geduwd worden, soms heeft het binnenland er invloed op, soms niet, het buigt mee, dat vind ik moeilijk..

Mijn reis in de Workshop 'Mijn Land'

Op 17 februari begon voor mij een reis. Een bijzondere reis, kan ik wel zeggen. Een reis door een land, die ik zelf zou gaan creëren in de workshop 'Mijn Land'. Een reis waarin ik nieuwe mensen zou leren kennen, een andere manier van hulpverlening zou leren kennen en vooral ook een reis waarin ik mezelf flink zou kunnen gaan tegenkomen. Een spannende reis, misschien wel een waarvoor ik mezelf eigenlijk een beetje wilde wapenen. Maar de nieuwsgierigheid was er zeker. Ik had er zin in! Hoe ging dit in z'n werk? Wat zou dit met mij als persoon doen? En als professional? Kan ik dit wel? Vragen die door mijn hoofd spookte, toen ik 's ochtends om half tien het gebouw van Carte Blanche binnenstapte. Nu was het zover, nu ging het starten. Mijn afstudeerproject, mijn reis.

Voordat ik daar op 17 februari naar binnen stapte, had ik Stichting Carte Blanche al een beetje leren kennen. In wat kleine bezoeken aan de Werkplaats en theatergroep Hartenkoning kreeg ik al een beeld van de manier waarop de professionals met hun deelnemers omgingen, namelijk: als mens. Ook in de gesprekken die wij vervolgens voerden met de professionals leerde ik veel over Carte Blanche en over de professionals. Dit waren bijzondere gesprekken, kan ik wel zeggen. Ik leerde in een zeer korte tijd dat er ook een andere manier van hulpverlening was. Een heerlijke manier, kan ik wel zeggen. En daar wilde ik graag meer over weten.

Ik heb Stichting Carte Blanche leren kennen als een stichting die zorg verleent door middel van het maken van kunst. Schilderen, theater, dichten, in principe met alles wat creatief kan zijn wordt zorg verleent, en worden er prachtige kunstwerken gemaakt. Naast de Werkplaats, en plek voor mensen die aan dagbesteding doen, en de theatergroep Hartenkoning, biedt Carte Blanche ook heel veel workshops aan. Daarmee worden ook instellingen van buitenaf aangetrokken. Eén van die workshops is de workshop 'Mijn Land'. De workshop waar wij, in het kader van ons afstudeerproject aan mee zouden gaan doen. Aan ons werd gevraagd, in het kader van het afstudeerproject, om van onze ervaring een reisverhaal te schrijven, en om een methodische beschrijving te maken. Met die insteek begonnen met aan de workshop. Met dat als einddoel in mijn achterhoofd, stapte ik op 17 februari het gebouw van Carte Blanche binnen.

Samen met zeven andere deelnemers stapte ik de workshop in. Tinke was de enige die ik kende in de groep. De andere deelnemers kwamen van Lunet Zorg, een aantal cliënten en een begeleider. Dit maakte het wel spannend! Ik wist niets van de andere deelnemers, behalve dat het mensen met een beperking waren. Hoe zou dat gaan lopen? Het voelde wat onwennig in het begin, maar eigenlijk kwam ik er al vrij snel achter dat deze mensen ook gewoon mensen zijn. Mensen met een mening, met een visie, met humor en zelfspot. Ik was er van mezelf eigenlijk altijd al van overtuigd dat ik mensen met een beperking zo zag, maar op deze manier had ik nog nooit zo intensief met hen samengewerkt, naast hen gestaan, als deelnemer. Dat was bijzonder, en ik leerde al vrij snel dat 'oordeel vrij kijken', en mensen benaderen als 'mens' zoals als jij en ik, mensen zonder beperking, helemaal niet zo vanzelfsprekend en gemakkelijk was. Ik kon daar nog een hele hoop van leren! Als persoon, en als professional. Het leek de professionals wel te lukken

En daar lag ik dan op een enorm groot vel papier op de eerste workshopdag, aan het begin van het creëren van mijn land. Ik probeerde niet te bewegen, maar juist daardoor leek mijn teen meer te gaan trekken. De heerlijk rustgevende klanken van muziek speelde op de achtergrond en ik droomde langzaam weg. Ik voelde hoe de workshopleider met een kwast langs mijn lichaam ging en zo de contouren trok van mijn lichaam, wat mijn land zou worden. Het voelde vreemd, magisch bijna. Het hoorde erbij. Elk land heeft namelijk een grens, elk land heeft een vorm, Nederland heeft ook een vorm en een grens. Ieders land heeft een vorm en een grens. We mochten allemaal zelf weten hoe we gingen liggen, als je maar lekker lag. Als de contouren van je lichaam getrokken waren, dan was je land gecreëerd. En dat grote witte vel, was ineens een landkaart geworden. Een landkaart, met een land die nu nog wit was, maar die vrij een geheel eigen vorm en inhoud zou gaan krijgen.

De vloer lag bezaait met witte vellen papier, met witte, lege landkaarten. Iedereen zat inmiddels bij zijn of haar land met een palet met verf, kwasten en andere materialen. Sommige waren al begonnen. Ik niet. Ik vond het moeilijk om te beginnen. Waar begin je in je eigen land? Wat is er eigenlijk in mijn eigen land? Een land heeft een bodem, iedereen heeft een bodem. Welke kleur heeft mijn bodem? Vragen en twijfels schoten door mijn hoofd, maar die moest ik van mezelf aan de kant zetten. Ik moest gewoon beginnen, niet nadenken en beginnen. Strepen verf ging over mijn land. Ik mengde kleuren, met elkaar, met water. Soms verfde ik weer over iets heen, of bewerkte ik het met een ander materiaal. En ineens, begon mijn land vorm te krijgen. Er

ontstonden plekken in Mijn Land, waar het gevaarlijk was, maar het prachtig was, warm was, verkoelend was. Mijn Land kreeg vorm. Wanneer was dat gebeurt? Welke verfstreep, welke kleur, welk moment was dat geweest? Ik had geen idee, maar ik verbaasde me over mijn eigen creatie. Over Mijn Land. Zo werkte ik door. En zo werkte de rest om mij heen door. De een ging sneller dan de ander, de een werkte secuurder dan de ander, iedereen werkte op z'n eigen manier. Soms keek ik naar die andere deelnemers en die andere landen, ter inspiratie, en dan werkte ik weer door aan mijn eigen land. Ik zat er helemaal in. Ik vond het heerlijk.

Ineens was het af. Ik wilde er niet meer aan doen: Dit Is Mijn Land. Anderen om mij heen waren nog bezig, anderen waren al met het buitenland begonnen. Dus dat was de volgende stap. Met verf, water en een sponsje, met mijn gedachte op standje nul, begon ik ook aan dat buitenland. En dat was heerlijk. Met grote vegen over dat grote vel. Ik wist precies hoe ik het wilde hebben. En voor ik het wist was het al af. Dat was snel gegaan. Dat was ook de insteek. Daar mocht je niet te lang over nadenken want het ging immers om je binnenland. Daar moest meer tijd in zitten, daar mocht je over nadenken. Maar al vrij snel bleek dat dit buitenland bij mij toch wel een essentieel onderdeel was van mijn land.

Dit kwam naar voren in het interview, de volgende stap in de workshop. Iedereen kreeg twee interviews, waarin je een reis door je eigen land ging maken en daarover mocht vertellen. Wat zie je allemaal? Wat is er allemaal in je land? Die interviews gingen steeds dieper, maar alles bleef in de metafoor van jou land. Alles wat er was in je land, alles wat daar gebeurde, het bleef allemaal in je land, in de metafoor. Dat gaf ruimte, maar het was soms ook best lastig, omdat het niet altijd even duidelijk was, of dat ik het niet heel duidelijk uit kon leggen. Op een één of ander manier had het direct te maken met mij, hoe ik me voelde, hoe ik was, wat ik beleefde, ondanks dat het in de metafoor bleef. En sommige mensen schilderde ook veel duidelijker, anderen niet.

Ik had heel veel kleur en heel veel vlekken. Ga dan maar eens vertellen wat er in je land is, wat je tegenkomt en hoe het in elkaar steekt. Als het ware maak je tijdens het interview een wandeling door je eigen land. Ik vond het moeilijk om concreet te benoemen wat daar nou precies in Mijn Land gebeurde. Ik wist het niet zo goed, en mijn fantasie werkte ook niet echt mee. Alles wat ik vertelde werd letterlijk genoteerd. Uiteindelijk kwamen daar niet zo concrete dingen naar boven, als bijvoorbeeld een bos, een meer of een voetbalstadium. Bij mij ging het over plekken waar iets gebeurde, wat van belang was. Bijvoorbeeld het blauwe, heldere punt, waar de slimme mensen van mijn land zaten die mijn land bestuurde. Het is hoe je het zelf invult. Bij mij, was juist het feit dat ik het allemaal niet zo goed wist, een belangrijk thema. Daar werd ik me ook al vrij snel bewust van dat het soms bij mij allemaal niet zo helder is. Hoe en wat, welke richting ik op wil, wat ik wil, hoe ik wil en dat dingen die anders gestuurd worden dan ik zelf zou willen of waar ik invloed op heb. Dus dat was wel, dat werd al een thema voor mij tijdens het interview. En dat thema, herkende ik bij mezelf.

Bij iedereen had datgene was in het land was en gebeurde een betekenis wat in het echte leven door te trekken was. Bij iedereen kwamen er verschillende thema's omhoog. Per persoon was dat verschillend, maar toch zag je dat veel thema's in grote lijnen bij iedereen een rol speelde. Bij de één kwam het sneller naar boven dan bij de ander. Bij de ander duurde het wat langer tot eindelijk naar boven kwam waar het omdraaide, zoals bij mij. Deze manier van interviewen en een reis maken door Mijn Land, was heel bijzonder. Ik vond het moeilijk om er woorden aan te geven, om een reis te maken, ik moest er lang over nadenken. Maar met de hulp van de workshopleider kreeg ik het uiteindelijk voor elkaar! Hij gaf het gesprek vorm. Hij was nieuwsgierig, wilde graag alles weten, was benieuwd waarom iets dan daar lag. Hij stelde op die manier allemaal vragen, waardoor ik steeds meer aan het denken werd gezet. Op dat moment, tijdens dat interview kwam bij mij het besef, waarom dit vertellen, aan de hand van die metafoor nou zo belangrijk was. Toen kwam die koppeling, de bewustwording: wat er in mijn land gebeurd, vertelt iets over mij, over mij als persoon, mijn ambities, mijn dromen en mijn minder fijne ervaringen waar ik tegenaan loop. Dat wat ik schilder, en de betekenis die ik eraan geef, zegt iets over mij. Vreemd, een beetje eng zelfs! Maar wel een leerzame ervaring en op deze manier kon ik erover praten, het gebeurde mij namelijk niet, maar het gebeurde in mijn land. Dat gaf ruimte, dat gaf de mogelijkheid om er iets mee te doen. Ik gaf de richting aan, ik stuurde de onderwerpen, ik liet mijn Land tot leven komen. De workshopleider hielp mij hier bij, gaf mij handvatten om tot inzichten te komen, te vertellen wat er speelde. Dat werd gemakkelijker, ik had het immers al geschilderd, het bestond al in Mijn Land.

De laatste fase van de workshop bestond uit de presentatie. De verhalen van de landen waren de input voor die presentatie, maar ik had eigenlijk geen idee hoe dat eruit zou komen te zien. Hoe werden daar nou stukjes van gemaakt, een voorstelling? En wanneer kreeg die eigenlijk vorm? Hoe

kreeg mijn Land een plekje in de voorstelling? Tijdens het repeteren kreeg ieder verhaal zo langzamerhand een act. De workshopleiders hielpen hierin mee. Zij hadden al een idee over de acts naar aanleiden van wat ze gezien hadden binnen de workshop. Ik vond het heel spannend. Ik wist niet goed hoe ik mijn thema's nou vorm kon geven in een act, hoe kon ik duidelijk maken, op een speelse manier, waar het in Mijn Land omging? Door te praten met de workshopleider en door steeds te proberen kwam er uiteindelijk een hele gave act, die precies liet zien waar het bij mij om draaide. Dat had ik niet verwacht. Op de laatste workshopdag kreeg de voorstelling vorm. Verschillende oefeningen kwamen erin terug met alle persoonlijke acts aan de hand van theater, dans en muziek. Naar mijn idee de mooiste en persoonlijkste voorstelling die ik ooit had gespeeld.

De voorstelling was voor mij echt een afsluiting van de workshop. Ik heb het aan iedereen laten zien die het wilde zien en dat was voor mij een afsluiting. Ik heb dit gedaan, ik heb dit ontdekt bij mezelf, ik ben hiermee geconfronteerd en hiermee kan ik verder, het is goed. Hoe dat voor de anderen was weet ik niet, dat durf ik niet echt te zeggen. Maar dit heb ik gedaan, iedereen heeft het kunnen zien, ik heb het gedaan zoals ik het wilde en daar wil ik nog best over praten, dat vind ik niet erg maar dit is het. Voor mij is de bewustwording één van de belangrijkste dingen. Thema's die bij mij naar voren kwamen, die zaten er al wel en ik was me ergens ook wel van bewust dat ze er zaten. Het feit dat het zo groot was en dat het mij tegenhield in bepaalde opzichten, daar was ik me niet van bewust. Ik kon het geen naam geven. Nu kan ik het me afzetten van, nou daar staat het, ik heb dat geschilderd, dat is waar ik tegenaan loop. Ja dat was wel belangrijk om er iets mee te kunnen gaan doen. Niet om het af te sluiten, want dat kan niet, maar wel om er iets mee te gaan doen. Het een naam te geven. Ik heb het nou uitgesproken dat het er is en dat was belangrijk ja. Daarmee kan ik nou wel weer mijn eigen route gaan bepalen. Wat ga ik ermee doen? Wil ik er iets mee doen? Ja ik wil er iets mee doen, ik moet er iets mee doen voor mijn gevoel. Maar wanneer, dat weet ik nog niet. Het schilderen was voor mij een soort tussenstap, wat mij hielp om er iets mee te kunnen doen. Het belang van het schilderen was om het daar neer te kunnen zetten, van mij af te kunnen zetten.

De workshop 'Mijn Land' heeft veel teweeg gebracht bij mij. Met momenten was het emotioneel, met momenten confronterend, maar bovenal was het heel erg leuk en leerzaam om te doen. Ik heb echt veel plezier gehad.

De workshopleiders laten mensen zijn, zoals ze willen zijn. Juist door het maken van die kunst en door het maken van theater, komt het uiteindelijk wel naar boven wat iemand bezigheid, waar iemand mee zit, en waar iemand woorden aan wil geven. Metaforen komen overal terug in het werk van Stichting Carte Blanche. Het is een manier om iets te kunnen zeggen. Een manier om iets duidelijk te kunnen maken en dat kan zijn omdat je dat zelf wil, maar het kan ook zijn dat door die metafoor iets duidelijk wordt. En dat gebeurde bij ons als deelnemers ook bij onze landen.

Door het maken van dat land, van jouw land, mijn land, werden er dingen van mij duidelijk, dingen van mij persoonlijk waar ik tegenaan liep of niet eens zo zeer een probleem was, maar wel iets wat mij bijvoorbeeld tegen hield om verder te ontwikkelen.

Het traject was individueel, want iedereen doet het voor zichzelf. Toch is de groep heel belangrijk. Je hebt de groep wel nodig om feedback te krijgen en om aan het denken gezet te worden, maar je doet het echt voor jezelf. Je mag er van de ander ook daadwerkelijk mag zijn en de ander heeft geen oordeel over je.

Er zijn heel veel thema's en onderwerpen die je bezighouden, maar het gaat vooral over de thema's en onderwerpen waar je op dit moment veel mee bezig bent. Je schildert wie je bent, maar je schildert ook waar je op dit moment mee bezig bent. Wat je op dit moment helpt. Als je dit over een hele tijd nog een keer zou doen, zou mijn land er dan ook heel anders uitzien. Op dat moment ben je namelijk verder ontwikkeld, ben je met andere dingen bezig, zit je in een andere fase van mijn leven. Het gaat om een stukje fase van je leven. Er komen wel thema's terug, onderwerpen die je blijven bezighouden. Je bent en blijft immers jezelf, je kunt dat hooguit ontwikkelen, veranderen, vormen. Maar sommige dingen liggen daarin vast, zoals persoonskenmerken.

Dit is hulpverlening, dit is zorgverlening, dit is mensen verder helpen, mensen bewust maken van thema's maar hen wel vrijlaten in wat ze daarmee willen en ze de kans geven om te groeien. Om ambities uit te spreken, om te zijn wie je wil zijn zonder dat mensen daar een oordeel over hebben. Die ruimte gaf mij, en de rest van de groep de mogelijkheid om dit te kunnen doen. Wanneer ik die ruimte niet zou hebben ervaren, zou het heel moeilijk zijn geweest om mezelf zo



bloot te geven zoals ik nu heb gedaan. Het is kwetsbaar, je bent kwetsbaar in de workshop. Je bent jezelf dus je bent kwetsbaar. Je laat het zien dus je bent kwetsbaar. En om dat te ervaren, dat dit kan, dat dit mag en dat niemand vind dat je iets moet zoals bijvoorbeeld een doel behalen of een bepaalde groei laten zien, dat geeft al zoveel ruimte. Als je jezelf er aan toegeeft, wordt het loslaten ook veel makkelijker. Tenminste, dat was bij mij wel zo.

Of je nou beperkt bent, een burn-out hebt of dat je gewoon ergens tegenaan loopt, het feit dat het er mag zijn, maakt het al dat het makkelijker is om mee te werken. Het er mogen zijn geeft ruimte om te werken aan jezelf. En dan werken aan jezelf kan zijn zelfontplooiing, kan zijn verwerking, kan zijn inderdaad een probleem waar je tegenaan loopt. Ja het mag er zijn! Jij mag er zijn! Ik mag er zijn.

Een geweldige en onvergetelijke ervaring. Dit zou iedereen eens moeten doen.

Jolijn Lucassen