

Creatieve en ervaringsgerichte werkvormen

EEN KRACHTIGE



Bij supervisie reflecteert een supervisor op bepaalde professionele ervaringen. Een leeromgeving waarin dat op krachtige wijze gebeurt, is de creatieve en ervaringsgerichte werkvorm. Wat houdt dat in, wat vraagt het van een supervisor en welk proces doorloop je?

Supervisie is leren door te reflecteren op ervaringen in de persoonlijk-professionele beroepsuitoefening en de context waarin dat gebeurt. In de supervisiecontext betekent dat reflectie op ervaringen 'daar en dan' (beroep en context) en 'hier en nu' (werkrelatie en leeromgeving met de supervisor). Bij het inzetten van creatieve of ervaringsgerichte werkvormen wordt er een tijdloze dimensie toegevoegd, die zowel aan het 'hier en nu' als het 'daar en dan' verbonden kan zijn.

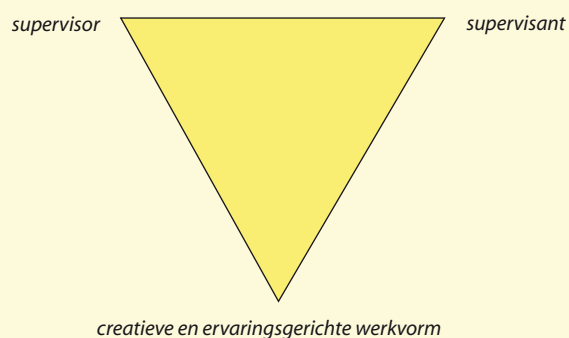
Ontwikkelingsgericht perspectief

Creativiteit en expressie benader ik vanuit een ontwikkelingsgericht perspectief. In de ontwikkeling van creativiteit en expressie zijn meerdere fasen te onderscheiden: automatisme, imitatie, expressie om de

expressie, ontwikkeling van traditie/patronen, herbeleving en (nieuwe) creatie (Cleven, 2004).

Leren in andere waarnemingsmodaliteiten wordt in de ontwikkelingspsychologie omschreven als *vitality affect* (Stern, 2000). *Vitality affects* zijn te omschrijven als kinetische kwaliteiten van het gevoel. Nieuwe gewaarwordingen worden op eenzelfde wijze geordend als een eerdere gelijksoortige ervaring, hierdoor ontstaan patronen van ervaringen en weten (voelen, denken, handelen). Ervaringskennis is automatisch toegankelijke kennis die voor een deel nog niet bewust is en in het supervisieproces bewust gemaakt wordt.

Dat onbewuste beoordeling - intuïtieve, impulsieve of emotionele gewaarwordingen - vooraf gaan aan denken en gedrag



LEEROMGEVING

wordt onderbouwd door neuropsychologisch onderzoek (Damasio, 2004, Dijksterhuis, 2007). Tiggelaar (2009) spreekt over 95% onbewust en automatisch gedrag, en over 5% bewust en gepland gedrag. In creatieve en ervaringsgerichte opdrachten ligt de focus op het onbewuste, een onbewust weten waar je toegang toe hebt. Ongeacht of het gaat om fysieke of lichaamsgerichte opdrachten; om projecties in foto's, afbeeldingen of stenen; ruimtelijke opstelling van personen; tekenopdrachten. Creatieve en ervaringsgerichte werkvormen spreken een fysiek, zintuiglijk, iconisch geheugen aan. Innerlijke waarden en inspiratiebronnen worden in verbinding gebracht met de actualiteit en de realiteit.

Analogieën

Bij het inzetten van creatieve en ervaringsgerichte werkvormen gaan supervisors die ook opgeleid zijn als vaktherapeut, ervan uit dat de vorm of de ervaring een analogie vertoont in gevoel en waarneming. De analogie ontstaat doordat het dynamisch proces van het gevoel en het dynamisch proces in de creatieve of ervaringsgerichte werkvorm hetzelfde onbewuste patroon aanspreekt. Bij vormgeving van de ruimtelijke inscenering wordt zichtbaar hoe de supervisor voelt, denkt, handelt en wat hij wil. De supervisor is zichzelf, maar kan in de alsof-situatie elementen veranderen waarmee ook zijn denken en voelen kunnen veranderen. Het gaat hierbij niet om de creatie maar om ervaringen opgedaan in het proces van uitvoering. De woorden daarna zijn in eerste instantie nog symbolen of transformaties van deze ervaringen.

De betekenisverlening aan die ervaring vindt niet alleen plaats met taal maar ook in symbolische taal als klank, gebaar, beeld, houding en handeling. In de fase van betekenisverlening worden associaties, beelden, ervaringen en gevoelens onderzocht om ze vervolgens te verbinden met het leerthema.

Naast het creëren van een krachtige leeromgeving door creatieve opdrachten en werkvormen heeft het werken met spontane associaties, beelden en gevoelens ook de functie van ruimte geven. Ruimte geven aan gevoelens die kunnen ontstaan in de werkrelatie zodat parallelprocessen en tegenoverdracht herkenbaar kunnen worden.

Vaardigheden en benodigde stappen

Met een creatieve of ervaringsgerichte werkvorm komt er een gecreëerde leeromgeving in de supervisie die op alle werelden (persoon, professie, systeem) van de supervisor betrekking kan hebben. Dit vraagt van de supervisor de volgende vaardigheden:

- Komen tot overeenstemming: inzicht bieden in de aard, doelstelling en werking van de opdracht zodat de supervisor kan toestemmen of weigeren het onderzoek door een creatieve ervaring aan te gaan.
- Structuur bieden in de stappen.
- Oordelen en bevindingen parkeren. Hij laat de supervisor de betekenis onderzoeken, meerdere betekenissen verkennen en plaatst er eventueel een betekenis bij.
- Zorg dragen voor de juiste mate van invloed, controle, afstand, nabijheid, in

beeld zijn, en verstaan.

- Kunnen richten op parallellen tussen werk, leervraag en persoonlijk leven.
- Verkregen inzichten genereren, thematiseren en verbinden aan het leerthema.

In het gebruik van creatieve werkvormen zijn de volgende stappen van belang:

1. De vraag stellen welke leer- of onderzoeksvraag centraal komt te staan in de ervaring of de expressie.
2. De supervisor/coach wordt instructeur en begeleider van de opdracht bij het doen/vormgeven.
3. Stilstaan bij de beleving, ervaring in het hier en nu.
4. De ervaring in het hier en nu, in verbinding brengen met de onderzoeksvraag en de beroepssituatie daar en dan.

Literatuur over creatieve werkvormen

In de literatuur zien we verschillende technieken beschreven die een supervisor kan aanwenden. Zo beschrijft Dijkhuizen (in: Van Praag, 1998) de rolwisseling, het naspelen van een supervisiesituatie en het vormgeven van een sociogram als spelvormen uit de dramatherapie die zij toepast binnen supervisie. Interventies kunnen gericht zijn op het cognitieve niveau, het niveau van het handelen en het niveau van het gevoel. Een interventie op het niveau van de cognitie is bijvoorbeeld de rolwisseling. Door de ogen van een ander naar jezelf kijken, levert vaak een corrigerende ervaring van het zelfbeeld op. Als voorbeeld van een interventie op gedrags- en interactieniveau beschrijft Dijkhuizen het naspelen van een



echte, door de supervisant meegemaakte, beroepssituatie. Hierna kan een situatie gespeeld worden met als uitgangspunt: stel dat je het anders gedaan had. Op emotioneel niveau wordt de interventie van een veilig rollenspel met gefingeerde rollen aangeboden met als doel de eigen wensen en verlangens te ontdekken. Sikkema (1997) beschrijft het belang van non-verbale en belevingsgerichte werkvormen in supervisie. Zij baseert zich hierbij op Lecoq, theaterpedagoog, en de bewegingspsychotherapie van Petzold en Pesso. Voor Lecoq ontstaat de taal, net als gebaren, vanuit de lichamelijke dynamiek. Voor Pesso die vanuit zijn ervaring als danser de psycho-motortherapie ontwikkelde, is de symbolische wereld – waaronder de taal – geworteld in de concrete en fysieke ervaringswereld, het begrijpen van de wereld. Sikkema stelt dat verbalisering zonder een relatie met de fysieke ervaring kan leiden tot vervreemding, cerebraliteit en levenloosheid.

Dirksen (2008) beschrijft zes leerprincipes die van belang zijn in het versterken en uitbreiden van neurale netwerken, te weten: herhaling, emotie, creatie, focus, zintuiglijk en voortbouwen op het bestaande. Zij benadrukt reflecteren *in action* en het bewust worden van gevoelens als aanjager en prikkel in het leerproces. Het gebruik van zintuiglijk rijke vormen kan het herstructureren van ervaringen ondersteunen. Ze legt uit hoe zintuiglijk rijke vormen door meerdere hersenkwabben worden opgenomen, waardoor het geleerde beter en gemakkelijker is op te halen en beklijft. In dit verband noemt ze onder meer het

inzetten van kaarten, tekenen, een emotie zintuiglijk laten voelen.

Betekenis verlenen

Voor de supervisor is een belangrijke taak weggelegd in het begeleiden van het proces van betekenisverlening. De supervisor richt zich op het uitdiepen en het kunnen toepassen van verworven inzicht. Veel leerthema's hebben betrekking op veranderen. De supervisor dient te beseffen dat veranderen een ingrijpend proces is, dat gevolgen heeft voor het bestaande patroon en de zelfbeleving. Positieve en nieuwe elementen in de verhouding tot de beroepspraktijk en tot zichzelf als professional dienen te worden benadrukt. Het voorbereiden en herhalen van nieuw gedrag, het positief betrappen op patronen die een supervisant wil veranderen, het concreet benoemen van gedrag, gevoelens en inzichten, aandacht voor afscheid van oude patronen of inzichten kan een veranderingsproces ondersteunen. Transformaties van het bewustzijn via de weg van de ervaring vinden plaats op deze momenten:

- Als er een overgang naar een hoger gelegen niveau plaatsvindt.
- Als beelden en zintuiglijke ervaringen betekenis krijgen.
- Als een persoonlijke bevinding een inzicht oplevert op macroniveau.
- Als er sprake is van reflecties over meerdere werelden.
- Als een ervaring zowel op zintuiglijk niveau, op ruimtelijk niveau en interactioneel niveau plaatsvindt.
- Als voorheen ongrijpbare ideeën herkenbaar worden.

Speelruimte



Naast het bieden van structuur en een wederkerigheid in het verstaan, vraagt de creatieve werkvorm om een ruimte waarin gedachten, gevoelens, associaties, beelden, ideeën, inzichten, spiegels, herkenning en vermoedens neergelegd kunnen worden. Dit is wat Kessels beschrijft als onderzoeksruimte en wat door Johnson (2000) beschreven is als de play space. Beide auteurs spreken in dit verband over een ruimte waarin transformatie kan plaatsvinden. Een ruimte waarin je mag experimenteren, ervaren en beschouwen met als doel te komen tot nieuwe inzichten, tot integratie of tot synergie. Het creëren van die ruimte zie ik als een belangrijke taak van de supervisor.

Creatieve en ervaringsgerichte werkvormen kunnen in samenhang met andere interventies bijdragen aan het creëren van een ruimte waarin de supervisant tot transformatie kan komen. Een voorwaarde hiervoor is uiteraard dat de supervisor, zoals van Hulst (2008) beschrijft, de ins and outs van het ingezette middel kent.

Gorry Cleven is senior dramatherapeut en bewegingsexpressietherapeut, (team)coach en supervisor. Zij werkt vanuit bureau In Scene, praktijk voor persoonlijke en professionele ontwikkeling.
www.inscene-ppo.nl

Literatuur

- Cleven, G. (2004). *In scène. Dramatherapie en ervaringsgerichte werkvormen*. Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
- Cleven, G. (2008). *Teams in welzijns- gezondheidszorg*. Bohn Stafleu van Loghum, Houten.
- Damasio, A.R. (2003). *Ik voel dus ik ben. Hoe gevoel*



en lichaam ons bewustzijn vormen. Wereldbibliotheek, Amsterdam.

Dirksen, G. (2008). 'BCL-model helpt supervisor en supervisant.' In: *Supervisie & Coaching*. 4-2008, pp. 246 – 263. Bohn Stafleu van Loghum, Houten.

Dijksterhuis, A. (2007). *Het slimme onbewuste*. Bert Bakker, Amsterdam.

Hulst, J. (2008). 'Werken met creatieve hulpmiddelen.' In: *Supervisie & Coaching*. 3-2008, pp. 178 – 194. Bohn Stafleu van Loghum, Houten.

Greenberg, L.S. (2002). *Emotion-focused therapy*. American Psychological Association, Washington-DC.

Praag-van Asperen, H.M. Van & Praag Ph.H. Van (2000). *Handboek supervisie en intervisie*. De Tijdstroom, Leusden.

Sikkema, R. (1997). Voor, naast en voorbij de woorden I. *Supervisie in opleiding en beroep*. 14/1, 3-14. En idem II. 14/2, 67-79.

Stern, D. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. Norton & Company, New York.

Tiggelaar 2009. *Verslag dag van de Coach*. Tijdschrift voor Coaching.