

Basisprincipes van Developmental Transformations

Door drs. Daan Van den Bossche, september 2006, in “Persoonsontwikkeling in Developmental Transformations vanuit Fenomenologisch Dialectisch Perspectief”

Afstudeerproject opleiding Creatieve Therapie, Hogeschool Zuyd

Embodiment

Het principe *Embodiment* (belichaming), verwijst naar het lichaam als primaire bron van gedachten en gevoelens. Het spel ontstaat op basis van momentane lichaamservaringen en impulsen. Er wordt gestart met het spontaan initiëren van bewegingen, geleidelijk aangevuld met geluiden, en uiteindelijk evoluerend tot fantasierijke of realistische beelden en scènes. Oprijzende inhoud wordt niet telkens benoemd: de lichaamservaring is primair op het woord, en de bewustwording van het eigen lichaam met bijhorende sensaties staat centraal.

Johnson (Johnson, 2000) onderscheidt 4 lichaamsmanifestaties: *Body as Other*, *Body as Persona*, *Body as Desire* en *Body as Presence*:

- Het niveau van de *Body as Other* is ons het meest vertrouwd. Hier ervaart het individu het eigen lichaam als object van de Ander, als element uit een brede wereld om ons heen, bekleed met diverse sociale rollen en identiteiten.
- Op het niveau van de *Body as Persona* staat de sociale positie van het lichaam niet meer centraal, maar wel het lichaam als individu, los van het sociaal geheel. Ik ben wie ik ben, met een eigen persoonlijkheid, unieke levensgeschiedenis, specifieke relaties, typisch karakter en diverse talenten en tekortkomingen. Ook in de interactie met anderen heb ik oog voor hun persoon: “*I’m no longer interested in whether he is a man, but what kind of man he is*” (Johnson, 2000, p. 90).
- Op een derde niveau, de *Body as Desire*, manifesteert het lichaam zich niet langer als deel van een sociaal systeem, een persoonlijkheid of een Zelf, maar wel als een bron van impulsen en sensaties. Ik heb lichamelijke gewaarwordingen. Ik ruik en zie en voel. Ik ervaar basisbehoeften zoals honger, dorst en lust. Ik voel wat al dan niet aangenaam is en of ik al dan niet dichterbij wil...
- Op het laatste niveau, *Body as Presence*, beschouwen we het lichaam noch als sociaal object, noch als persoonlijkheid, noch als verlangen. Het betreft hier de unieke manifestatie van het lichaam in enge zin, als eenvoudigweg aanwezig in het hier en nu. De focus ligt op subtiele lichaamskenmerken, de ademhaling, de beweging, ... maar ook op het tolereren van de intieme nabijheid van anderen, zonder dat dit onze ervaren vrijheid belemmert.

Al deze vier manifestaties zijn simultaan actief: ik ben het jongste kind van een groot gezin, blank, mannelijk en dramatherapeut, ik ben zus of zo gekleed en heb deze bepaalde persoonlijke eigenschappen, ik heb honger en voel me moe, en ik ben eenvoudigweg hier en nu aanwezig (Johnson, 2005).

De ontwikkeling van de mens verloopt via het continuüm *Body as Presence* → *Body as Desire* → *Body as Persona* → *Body as Other*. Een volwassen persoon is sterkst vertrouwd met de manifestaties *Body as Other* en *Body as Persona*, maar vervreemd vaak van het eigen lichaam in pure essentie met diens impulsen en sensaties (*Body as Desire* en *Body as Presence*). Ook negatieve levenservaringen leiden tot vervreemding van het eigen lichaam en dus disembodiment. In de praktijk is dit zeer duidelijk zichtbaar bij ondermeer seksueel getraumatiseerde cliënten of mensen met eetstoornissen: zij koesteren vaak het verlangen om niet gezien te worden, om geen pijn meer toe voelen en om het eigen lichaam te verloochenen. In *Developmental Transformations* leert het individu om diens lichaam (terug) te aanvaarden en bewust te worden van de pure impulsen en sensaties in relatie tot anderen. Met andere woorden, het therapeutisch proces doorloopt het continuüm in omgekeerde volgorde, zodat het individu diens lichaam terug in zijn totaliteit leert ervaren: als subtiele bron in zijn essentie, als bron van impulsen, sensaties en verlangens, als unieke persoonlijkheid en als onderdeel van een breder sociaal systeem.

Encounter

De term *encounter* (ontmoeting) doelt op de interpersoonlijke relaties die de groepsleden en de therapeut aangaan tijdens het spel. Twee belangrijke dimensies kunnen hierbij worden onderscheiden. De eerste is *proximity* (nabijheid), wat letterlijk verwijst naar de nabijheid tussen verschillende participanten. De tweede is *witnessing* (getuige zijn) versus *playobject* (speelobject zijn van een ander). Iedere ontmoeting impliceert kijken naar anderen, en – al dan niet bewust – oordelen over die anderen. Denk maar hoe snel we een oordeel vormen over de kledij, het gedrag of het uiterlijk van onze medemens. Maar anderzijds impliceert ontmoeting ook dat je zelf wordt bekeken. Je bent er een kwetsbaar (speel)object voor de blik, het oordeel en handelingen van anderen. Dit onderscheid tussen de mens als subject versus de mens als object voor de ander is een belangrijk existentieel thema dat Sartre (1949) uitvoerig beschreef in zijn boek *l'être et le néant*, en waarop ik in het volgende hoofdstuk nog terugkom.

Gegeven deze twee dimensies wordt binnen *Developmental Transformations* de (belichaamde) ontmoeting met anderen nagestreefd. Hierbij leert een persoon de nabijheid van (onvoorspelbare en potentieel kwetsende) anderen toe te laten, zonder hierbij overmeesterd te worden door beklemmende existentiële angsten en vrijheidsrestricties, en zonder hierbij de band met de eigen lichaamsbron te verliezen (Johnson, 2001).

De *encounter* grijpt niet alleen plaats tussen de verschillende participanten in een groep, maar ook in relatie tot de therapeut. Deze heeft immers geen afstandelijke rol vanaf de zijlijn en draagt al evenmin het statuut der perfectie. In *Developmental Transformations* neemt de therapeut actief deel aan het spel, en is hierbij niet alleen getuige en speelobject van de ander, maar profileert zich eveneens als een *Broken Toy*: (imperfect speelgoed): hij is niet alwetend noch onfeilbaar, maar net als iedereen een uniek persoon met eigen talenten en tekortkomingen.

Playspace

De *Playspace* is een wederzijdse overeenkomst tussen de deelnemers dat de beelden die oprijzen in het spel, een representatie zijn van zowel reële als verzonden inhouden. Spel ontstaat via vrije improvisatie, waarbij de deelnemers hier en nu ervaren gevoelens en gedachten kunnen inbrengen in het spel, kort doorspelen, en vervolgens weer loslaten opdat nieuwe beelden kunnen oprijzen. Dit proces van oprijzen – bespelen – loslaten gebeurt in een belichaamde, interactionele en dramatische vorm (b.v. via bewegingen, geluid, beelden, scènes, ...).

Binnen dramatherapie zijn drie werelden actief: de hier en nu wereld, de interne wereld van elk groepslid (met tal van representaties over zichzelf en anderen), en de externe wereld (vrienden, familie, vereniging, afdeling, ...). De *Playspace* fungeert als *transitionele ruimte* waarin de interne wereld van de cliënt hier en nu in contact komt met de externe wereld, en een integratie bereikt (Johnson, 1986).

Er zijn drie basisvoorwaarden om een *playspace* te creëren en in stand te houden. De eerste is *Restraint against harm*, m.a.w. het is een plaats waar participanten zich veilig voelen. Bij onveiligheid en pijnervaring daalt het energieniveau (de zogehete flow), en verliest de persoon alle betrokkenheid met het spel. Een tweede voorwaarde is *Discrepant communication*: het spel is geen werkelijkheid, maar representaties van echte en verzonden inhouden vloeien er door elkaar. De laatste voorwaarde is de *Mutual agreement*, verwijzend naar de wederzijdse overeenkomst tussen de deelnemers (cf. supra).