

# De **magie** van Voice Dialogue

*Freya Van den Bossche werkt acht jaar met de Voice Dialogue-methode, waarvan vier jaar als lesgeefster aan het Voice Dialogue Instituut. Met dit artikel eert ze haar mentor Marijke Leys, die eind mei haar boek 'Oog in oog met kwetsbaarheid' voorstelde in Tienen.*

*Freya Van den Bossche*

Ik beken: toen ik afstudeerde aan de E.A. had ik het even gehad met persoonlijke ontwikkeling en kijken naar mijn schaduw en werken aan mezelf en wat nog al meer. Ik had genoeg geleerd en geoefend op mezelf en anderen. Al die kaders, tools, zienswijzen ... Het zat er diep ingeprent en ik kon ermee verder. Met veel enthousiasme, mijn integratief kader en een bak nieuw speelgoed (lees: therapeutische technieken) ging ik aan de slag in mijn privépraktijk. En ja, die Interactionele Vormgeving bleek te werken! Ik kwam meermaals bij wonderen uit. Maar I.V.-therapeut zijn betekent ook levenslang leren en nieuwsgierig zijn. Toen enkele jaren later mijn maatje Suzanne Kempeneers zei: "Ik heb iets nieuws ontdekt en het is echt iets voor jou!", was haar enthousiasme zo aanstekelijk dat ik me prompt inschreef voor de cursus Voice Dialogue module 1.

## Pure magie

Ik sloeg achterover van verbazing bij de eerste demonstratiesessie van lesgeefster Marijke Leys, ook oprichtster van het Voice Dialogue Instituut in Tienen. Wat ik zag, was pure magie. Een kandidate veranderde tijdens de facilitatie van een gedreven, enthousiast en ratelend persoon naar een stil, ingetogen en bedacht-

zaam iemand. Ik zag iemand anders, hoorde een andere stem en een ander verhaal en toch ... het was dezelfde vrouw. Het gedreven stuk was een stuk dat haar *from zero to hero* had gebracht en haar had geholpen te ontsnappen aan een arm milieu waarin nieuwsgierigheid en leren geen plek hadden. Het was ook een stuk dat haar tot oververmoeidheid had gedreven. Nu kon ze, terwijl ze met Marijke Leys energetisch in contact bleef, separeren van dat stuk in haar, er niet mee samenvallen; zij zat in het 'midden' en dat stuk zat dáár, op die stoel. En toen vroeg Marijke of de - tot dan toe onbekende - rustige en ingetogen energie ook kon komen. De dame ging op een andere stoel zitten en werd zichtbaar rustig. Trager in haar bewegingen, maar haar energie was evengoed sterk. Haar ogen glansden vanuit een diepte binnenin ... En even later zat ze weer in het 'midden' en leerde ze spelen met deze twee energieën. Marijke vroeg haar om het ene stuk naar boven te laten komen, voor 40, 50, 60 procent. De vrouw deed het: ze zette haar bekende, primaire stuk tot 80 procent in en kreeg opnieuw die sprankel, energie en daadkracht. En toen zette ze de andere energie in en werd weer rustiger. Wat had ik gezien? Wat was dat? Ik wilde dat ook beleven!

## Liefde voor mijn stuk

Op een van de volgende lesdagen gaf ik mij op voor een demonstratiesessie. Het stuk dat ik gefaciliteerd wilde hebben, was mijn verantwoordelijke stuk, het stuk dat ervoor zorgt dat ik mij voor alles verantwoordelijk maak. Verantwoordelijk voor taakjes en voor de goede gang van zaken, voor het welzijn van anderen, voor wat er moet gebeuren, voor wat ik zeg of doe, voor wat iemand anders zegt of doet. Ja, ook daarvoor. En mij dus constant werk of een schuldgevoel geeft als ik niet direct rechtspring en de dingen eens aan een ander over laat. Ik wilde ervan af. Ik wilde iemand anders worden, *quoi*. En wat kreeg ik? Een hartelijke kennismaking met een stuk dat me als kind had beschermd tegen chaos en afwijzing. Een stuk dat mij thuis waardering en een plek had opgeleverd, dat mij naar de universiteit had gebracht, mij betrouwbaar had gemaakt voor vrienden en collega's. Het stuk dat ervoor zorgt dat ik dingen voor mekaar krijg en dat mijn cliënten zich veilig voelen bij mij. En ik voelde haar verdriet omdat 'ik' haar niet waardeerde. Terug in de middenpositie voelde ik ontroering en liefde voor mijn verantwoordelijke stuk. Wat hield ik van haar. Ik wilde haar helemaal niet



Freya Van den Bossche met Marijke Leys op de dag van de voorstelling van Marijke's nieuwe boek.

meer kwijt ... Wat een ontdekking. Ik ken vele boeken en quotes die allemaal gaan over jezelf graag zien. Ja, dacht ik altijd, dat wil ik ook wel. Maar waar zit die knop? Dáár zat de knop. Sindsdien ben ik verkocht. Ik wilde alle stukken van mezelf leren kennen, de stukken die ik meende te kennen en de stukken die ik niet kende, de stukken die er mochten zijn en de stukken die ik wilde verbannen. En mijn zelfliefd groeide. Acht jaar ben ik nu bezig met Voice Dialogue en vier jaar geef ik les aan het Voice Dialogue Instituut. Ik volgde quasi alles wat er in onze contreien te volgen is en met Voice Dialogue verband houdt: Voice Dialogue en psychodrama, de tweedaagse 'persoonlijke/onpersoonlijke

energie', de module 'kwetsbaarheid', Group Voice Dialogue Method in Parijs, Voice Dialogue en het lichaam, de zomerweek in Overijssel, een masterclass bij Hal en Sidra in Mendocino County in de Verenigde Staten en nog zo veel meer. Wekelijks faciliteer ik meerdere mensen. Telkens is het een ontdekking te zien hoe ze tot zelfaanvaarding en zelfliefd komen en daarbij heb ik heel vaak kwetsbare stukken en gekwetste stukken mogen ontmoeten.

### Het wetend veld

Toen ik het boek van Marijke Leys over werken met trauma in Voice Dialogue las, dacht ik niet veel nieuws meer te leren. O hoogmoed, o ijdelheid. Wat werd ik verrast en

op mijn nederige voetjes teruggezet. Er valt nog veel te leren en te ontdekken en dat kan gelukkig aan de hand van dit prachtige boek. Ik heb vanop de eerste rij kunnen volgen hoe het boek groeide, als één van de collega's die de hoofdstukken direct nadat ze uit Marijke's pen waren gevloeid, ter lezing opgestuurd kreeg. (Dank je wel, verantwoordelijk stuk, want Marijke weet dat jij er bent!). Telkens keek ik naar het volgende hoofdstuk uit. Het was alsof ik bij Marijke in haar praktijk zat en als een vlieg mocht kijken en luisteren hoe ze sessies begeleidt. Ik weet hoe ze dat doet want ze faciliteert mij vaak, maar dan zit ik er als cliënt. Net als de Amerikaanse psychiater-psychotherapeut en schrijver Irvin D. Yalom kan Marijke haar



sessies levendig maken via de schrijftaal. Dat is snoepen voor de leergierige therapeut. Ze kan vanuit authenticiteit vertellen wat er fout kan gaan, welke overwegingen je kan maken, welke twijfels je kan hebben en meteen ook meegeven wat je dan best doet. Zo praktisch is het boek. Je ervaart de sessies bijna zelf, en je krijgt stap voor stap mee wat te doen. De grote kracht doorheen al het praktische van het boek is het vertrouwen op 'het wetend veld', op het systeem van de mens en het durven nabij blijven bij het onvoorspelbare. Dat is nog een van de grote verdiensten van het boek: het veld van energie, dat ik voel en ervaar als ik met Voice Dialogue werk, komt voor het eerst in een boek tot leven.

### **Voor coach en therapeut**

De Ikken zijn echt. Ze leven echt. Ze hebben een eigen leven, een eigen stem, een eigen geschiedenis en ze bekijken de wereld op hun eigen manier. Ze zijn uniek want ze behoren tot een unieke persoon met unieke gebaren, glimlach en fysionomie ... en tegelijk zijn ze universeel. Als je werkt met Voice Dialogue kom je in de zone van de uniciteit van elke mens en de verbindende collectieve energie, die ik 'het veld' noem. Dat is de wijsheid van Voice

Dialogue: leer je eigen stukken kennen, maak verbinding met hun energie en je 'kent' de andere. Dit subtiel energetisch aspect van Voice Dialogue is moeilijk over te brengen in een boek. En toch, Marijke doet het.

Hoewel niet het hoofddoel van het boek, geeft het een accuraat beeld van wat Voice Dialogue is en met welk doel het wordt ingezet. Geheel eigen aan Marijke's manier van lesgeven slaagt zij er in op korte tijd de volledige geschiedenis en basiswerkwijze van Voice Dialogue weer te geven. Bovendien gaat ze niet voorbij aan de grondhouding van de therapeut. Als I.V.-therapeut herken je in de uitgepuurde casussen wat een goede grondhouding inhoudt. Zowel coaches als therapeuten zullen dit werk kunnen smaken, want de grens tussen beide werkterreinen wordt voelbaar en expliciet gemaakt door de opbouw van de hoofdstukken. Je krijgt een beeld van wat je in jouw praktijk kan inzetten, en ook wanneer je het beter niet inzet en hoe je de taal van Voice Dialogue als psycho-educatie kan gebruiken, ook al volgde je nog geen volledige opleiding tot facilitator.

### **De slang zonder angst**

Het deel dat mij het meest verraste en nederig maakte was deel 2: het werken met getraumatiseerde stukken. Marijke stelt ons enkele cliënten voor, elk met een trauma dat we als therapeut allemaal wel eens bij cliënten tegenkomen. De verschillende trauma's doen er niet toe, wel het licht dat ze werpt op de primaire stukken die zijn ontstaan om de persoon te beschermen tegen nog meer trauma. Die stukken kende ik maar al te goed in mijn praktijk. Een van de moeilijkste om mee te werken is het slachtofferstuk. Toen ik pas met Voice Dialogue begon te oefenen, had ik een cliënte met meervoudig trauma en hoewel wij in de loop der jaren mooi werk hadden geleverd, voelde ik toch dat ik niet verder geraakte. Ze voelde zich veilig en werkte ook buiten de therapiekamer aan zichzelf, maar er kwam volgens mij onvoldoende beweging. Dat frustreerde mij en ik bood aan met Voice Dialogue te werken. Plots hadden we een doorbraak. Een compleet onbekend stuk diende zich aan als polariteit van haar slachtofferstuk. Het was een slang die opgerold lag in haar ruggengraat en zich oprichtte, mij recht in de ogen keek en zei dat ze wist hoe ze zich in de wereld moest bewegen

zonder angst. Goed dat ik een stevige stoel in mijn praktijk heb staan, want ik sloeg alweer achterover van verbazing. Wat hadden wij al allemaal niet geprobeerd: assertiviteit en veilige plekken, onderzoek van haar overtuigingen, verhalen, metaforen, rollenspel en leren hulp vragen, lichaamswerk en krachtsymbolen en ik kan nog een tijdje door gaan. En daar zat plots de slang. Het was een toevalstreffer, geen van beiden hadden we dit stuk vermoed.

## Traumakindje

In de hoofdstukken over werken met getraumatiseerde en destructieve stukken leerde ik in de afgelopen maanden van Marijke over het millimeterwerk dat ze doet. Ze schetst een theoretisch kader en stap voor stap legt ze uit wat er van belang is, hoe behoedzaam en krachtig tegelijk je dient te zijn om als facilitator met deze stukken te werken. Ik leer dat hoe meer je over je eigen kwetsbaarheid weet, hoe beter dit werk gaat. Hoe sterk haar ervaringen met Voice Dialogue ook zijn en hoe groot haar kennis ook is, Marijke blijft steeds oog hebben voor andere therapeutisch interventies die vooraf dienen te gaan en/of volgen op Voice Dialogue-sessies. Bovendien legt zij grote

nadruk op ervaring. Ervaring in therapeutisch werk, maar vooral ervaring aan den lijve. En dat is waar. Na het lezen van deze hoofdstukken kwam ik in mijn persoonlijk werk bij haar plots bij deze laag. Het was pas toen ik, nog niet zo lang geleden, zelf opschoof in een kindje dat een trauma opliep toen ik twee en een half was, dat ik *voelde* hoe overweldigend dit was geweest. Het kindje voelde hoe belangrijk het was dat Marijke liefdevol en met mededogen nabij kon blijven, zonder iets te willen veranderen en zonder iets toe te voegen. Ik was het kind en dit kindje kon opnieuw trauma oplopen als ze niet in bekwame handen was geweest. En het kindje had niet kunnen komen als ik niet al dat persoonlijke werk zou hebben gedaan. Het was geweldig voor het kindje om contact te maken met Freya, die in het midden was. Freya was er. Eindelijk. En alle andere stukken op mijn bus zwegen. Sinds deze ervaring zit ik zekerder in mijn stoel bij het naderen van trauma. Ik ervoer aan den lijve en kreeg een praktisch boek om het millimeterwerk te doen. Bij het begin en het eind van dit boek bedankt Marijke de mensen die zich in het boek zullen herkennen. Uit naam van mijn traumakindje en de kinderen in anderen bij wie ik sindsdien nabij heb kunnen zijn: jij bent bedankt, Marijke!

*Oog in oog met kwetsbaarheid,  
Voice Dialogue-praktijkboek  
voor coaches en therapeuten,  
Marijke Leys, Boom Uitgevers,  
24,95 €*

