

Metaforen

Binnen het vakgebied kinesiologie kan er gewerkt worden met vele technieken om het bewustzijn van de cliënt te vergroten en zijn inzicht in problemen van verschillende aard te bevorderen. Eén van die technieken is het werken met metaforen. Deze techniek is niet alleen bekend bij kinesiologen maar is ook een bekend gereedschap van psychologen, psychotherapeuten en counsellors. In de praktijk kunnen metaforen worden gebruikt als een integraal onderdeel van het verhaal van de cliënt. Het hieronder gegeven praktijkvoorbeeld laat dat zien.

Enige tijd geleden kreeg ik een mail van een mij bekende cliënte, met het verontrustende bericht dat ze haar linkerarm opeens niet meer omhoog kon brengen en ze vroeg of ze een afspraak kon maken. Uit de mail bleek dat ze al bij de huisarts en fysiotherapeut was geweest en dat beiden niet veel voor haar konden betekenen.

Toen ze binnenkwam deed ze met moeite haar jas uit, wilde gaan zitten maar vertelde voordat we officieel met

het consult waren begonnen nog even snel dat ze eindelijk de knoop had doorgehakt en haar baan had opgezegd. Er waren kilo's van haar schouders gevallen!

Ik complimenteerde haar met de genomen stap en vroeg haar of de last van beide schouders was gevallen....

De vraag verwarde haar en ze reageerde er niet op maar vertelde verder waarna we ons richtten op de klacht waarvoor ze kwam: haar linkerarm die niet meer omhoog wilde. Ik testte het pijnlijke gebied uit en via de vingermodes bleek dat het eerste waar mee gewerkt kon worden, emoties waren.

Verschillende spieren in de pijnlijke regio testten zwak (hypotoon) en enkele spieren aan de andere lichaamszijde testten overstressed (hypertoon). Vooral abductie was heel lastig uit te voeren. Ik liet de cliënt verschillende bewegingen maken en vroeg telkens weer wat ze ervoer: kwamen er gedachten op? Emoties? Hoe voelde de beweging aan? Welke associatie had ze tijdens het maken van de bewegingen? Wat was de relatie tot haar doel? Welke metafo(o)ren paste(n) hier bij?





Ze vertelde dat haar opgeheven, gespreide rechterarm haar het gevoel van vrijheid gaf. "Ik voel me als een vogel zo vrij." De linkerarm wilde wel maar deed niet echt mee. "Die voelt vleugellam." En opeens drong het tot haar door: het opzeggen van haar baan was een geweldige stap in het proces waar ze al enige tijd in zat, maar bracht ook veel gevoelens teweeg van rouw, wanhoop, verdriet en verlamde haar, letterlijk en figuurlijk. "Nu snap ik je vraag pas die je aan het begin van het consult stelde" zei ze. "De kilo's zijn eigenlijk maar van één schouder gevallen. Ik durf mijn vleugels nog niet helemaal uit te slaan. Ik ben aan één kant vleugellam. Als ik uit het familiebedrijf stap, voel ik me een vreemde eend in de bijt, een soort koekoeksjong, dan hoor ik er niet echt meer bij."

Na dit moment van inzicht, aangevuld met ESR die werd toegepast tijdens het visualiseren van de volgende, nieuw te zetten stap, was de bewegingsuitslag van de linker arm veel groter en waren de compensatie en pijn veel minder. Tijdens het bewegen, kraakten de wervels even (T4, T5) die behoorden bij de betreffende prioritaire spier (Deltoideus medialis). "Kraakende wagens..." grapte ze.

Metafoor betekent letterlijk: 'een woord dat een andere betekenis met zich meedraagt, in een grotere context of met een hoger doel, veranderde of getransformeerde betekenis'. In de basis zijn alle woorden metaforen. Het zijn symbolen, gecreëerd d.m.v. geluid, tekst, pictogrammen, etc. Metaforen geven op het meest diepe niveau, toegang tot alle functies van taal. Met metaforen verschaffen we ons toegang tot het menselijke apparaat dat betekenis

toekent aan het dagelijkse leven en krijgen we toegang tot de kracht van sensorische beelden, ideeën en verhalen.

Als je in de praktijk werkt met metaforen, werk je dus met taal. Maar als kinesiooloog laat je het niet bij praten. Je betreft het lichaam er bij: het bewegingsapparaat, de meridianen, organen, etc. Want kinesiologie gaat er van uit dat informatie die via de zintuigen binnenkomt, niet alleen wordt opgeslagen in het brein, maar ook in het lichaam zelf. We spreken dan over het celgeheugen van het lichaam.

Om dit te illustreren worden hier een paar voorbeelden gegeven.

Je gaat naar het toilet en je had niet bemerkt dat de bril omhoog stond. Je gaat zitten en stort voor je gevoel in een ongelooflijk diep gat. Dagelijks gebruik van het toilet heeft de afstand tot de toiletbril ingesleten. De spieren weten precies wanneer ze er zijn. Een minimale verandering daarin (maximaal 2 centimeter), zorgt direct voor een stress impuls. Het lichaam denkt te zullen vallen omdat zich op de ingestelde hoogte, niets bevindt.

Je hebt de indeling van je keukenkastjes veranderd. Gedachteloos doe je een deurtje open en grijpt je hand naar de pot honing. En opeens realiseer je je dat daar nu de glazen en bekers staan. Je lichaam had de nieuwe handeling nog niet voldoende geoefend.

Door de cliënt zijn lichaam te laten gebruiken en zelf metaforen te laten zoeken door hem vrijelijk te laten associëren, bied je hem ruimte om uit zijn standaard denkcirkel te kunnen stappen. Mocht de cliënt blokkeren zodat er geen metaforen, emoties of associaties opkomen, dan kun je natuurlijk ESR toepassen. Werken met metaforen werkt het krachtigst als de cliënt zonder sturing zelf vorm geeft aan de metafoor en de invulling ervan. Loopt een klant vast in dit proces, dan kun je er de metaforen uit het Touch for Healthboek bij nemen en de metaforen noemen die bij de betreffende spier staan. Ook kun je de metaforen uit het boek er bij pakken als de 'more mode' aangeeft dat er toch echt nog meer nodig is rondom dit onderwerp. Zo zijn er vele mogelijkheden om het prachtige materiaal van Matthew en John Thie toe te passen. Een echte aanrader deze cursus! □



Monique van der Starre
www.welkin.nl