

De brede inzetbaarheid van fotografie in therapie

Suzanne Kempeneers laat je door de lens van de cliënt kijken

De waarom-vraag is in therapie vaak niet zo welkom. En toch vindt docente Suzanne Kempeneers die vaak heel boeiend. Ter kennismaking met 'Door de lens van de cliënt', de gloednieuwe tweedaagse training die Suzanne dit najaar op de Educatieve Academie geeft, stellen we haar dus een paar keer de vraag ... waarom, Suzanne?

Fotografie? Waarom?

Fotografie binnen een therapeutisch proces heeft de laatste jaren een veel groter bereik gekregen dan ooit. Immers, we kennen al langer het gebruik van beelden in begeleiding. Eén van de eerste oefeningen die ik me herinner tijdens mijn opleiding op de Educatieve Academie, 25 jaar geleden, was 'kies een foto die je trekt / raakt'. We bleven dan bij het beeld... En dat is nog steeds een heel sterke methodiek. Beelden zijn metaforen.

We kunnen zelf beelden aanbieden of we nodigen de cliënt uit om foto's mee te brengen, of een album... Oude foto's zijn vaak ankerpunten voor diepe herinneringen of sterke emoties. Deze kunnen bewust geactiveerd worden door het inbrengen op het gepaste moment en binnen het afgestemde kader.

Tegenwoordig kunnen we veel makkelijker foto's ook bewust gaan MAKEN. Het gaat niet over fotografie als kunst of kunde. Het gaat niet over de juiste scherpte of afstand... Het gaat over spreken via de foto.

Je toont hoe je de wereld ziet. Je toont wat er vanbinnen leeft. Sommige foto-opdrachten verrassen je cliënt zelf en onthullen verborgen patronen.

Fotograferen kan ook ingezet worden als mindful activiteit. Wist je dat Miksang een contemplatieve fotografiebenadering is – uit de dharma-leringen van de Tibetaanse boeddhistische leraar Chögyam Trungpa Rinpoche. Letterlijk betekent het 'goed oog'. Het nodigt je uit om je aandacht te richten op wat je werkelijk ziet, zonder

filters van oordeel, verwachting of analyse. Niet eenvoudig, maar heel nuttig om te integreren in een proces van persoonlijke groei.

En tenslotte kan je als therapeut ook achter de lens kruipen. Je kan het verbinden met eerder theatrale oefeningen, die je dan 'vereeuwig' of je kan via een foto iets tonen van de schoonheid die de cliënt soms zelf niet kan zien in de spiegel.

Foto-therapie? Waarom?

Fotografie is al langer belangrijk in mijn leven. Ik zou kunnen verwijzen naar de opleiding die ik hierrond volgde. Alhoewel ik dat echt van ondergeschikte orde vindt. Natuurlijk, wanneer ik zelf foto's maak van cliënten, dan is dat wel belangrijk, maar in se gaat het bij foto-therapie niet over de kunde. Toch heeft het in mij wel iets wakker gemaakt. Het maakt dat ik soms keek 'door een vakje' zoals ik soms ook 'in verhalen' dacht. Ondertussen gaat er geen dag voorbij zonder minstens één foto (of tegenwoordig ook alsmat vaker filmpje). Het is ook een uitdaging die ik mezelf heb gegeven. Eén foto per dag. En wees gerust, het is bijna accurater dan een dagboek.

Wat me nog meer geïnspireerd heeft is de initiatie die ik volgde rond Miksang. Het was een uitdaging om de 'perfectionistische fotograaf' in mezelf los te laten en helemaal in het contemplatieve te gaan. Maar het effect was heel voelbaar. En de 'flits van waarneming', een belangrijk begrip daarbij, maakt sindsdien wezenlijk deel uit van mijn kijken naar de wereld.

Foto-therapie-training? Waarom?

Als ik écht in iets geloof, wil ik het supergraag delen. Ik wil mensen warm maken om er mee te experimenteren. Ik geloof dat een breed arsenaal aan methodieken, elke cliënt ten goede komt. Immers, als therapeut heb je dan meer mogelijkheden om die juiste ingang te vinden. Want ieder mens heeft zijn of haar taal – niet altijd bewust - en het is een kwestie om die te vinden.

En dus wil ik graag twee dagen in deze methodiek duiken. In het voorjaar van 2026 duiken we in verhalen met woorden ('Als verhalen raken' op 19/01 en 02/02/2026), maar met deze korte training nu eerst in verhalen met beelden. Een fijne aanvulling, toch?

Jij ook? Waarom?

Ah, waarom je de tweedaagse zou volgen? Omdat je op een heel speelse wijze nieuwe invalshoeken zal leren kennen. Omdat je op pad mag gaan met je camera. Omdat je in oude kasten mag rommelen op zoek naar die ene foto. Omdat je jezelf ook persoonlijk zal verrassen, want als we als therapeut iets leren, passen we het steeds op onszelf toe. Omdat je een cliëntsituatie kan meebrengen en we door de lens naar de situatie kunnen kijken. Omdat een lens niet rond is, noch vierkant, maar eigenlijk een driehoek! Jawel, je ziet, voelt én geeft betekenis. En soms laten we één zijde los...



Wie is Suzanne Kempeneers?

Suzanne Kempeneers is maatschappelijk assistente en criminologe. Naast de I.V.-opleiding, volgde zij o.a. opleidingen rond psychotrauma, Voice Dialogue, systeemtherapie, psychodrama, EMDR, brainspotting, hypnose en focussing.

Na 11 jaar als therapeute in een Centrum Geestelijke Gezondheidszorg te hebben gewerkt koos ze voor freelance. Ze is docente binnen de I.V.-opleiding, actief als trainer en supervisor en heeft een eigen therapeutische praktijk in Mechelen. Zij is gefascineerd door het raakvlak tussen theater en therapie en is reeds jaren actief binnen de improvisatietheaterwereld.

Een groot deel van de tijd verblijft zij in Naxos (Griekenland) waar ze retreats organiseert en workshops aanbiedt rond persoonlijke ontwikkeling. (www.iouisia.be)

Zij is auteur van het boek Als woorden spreken (2006) over het gebruik van verhalen en metaforen in psychotherapie. Ze werd als IV-therapeut erkend door de EAP (European Association for Psychotherapy) en de EAIP (European Association for Integrative Psychotherapy).

Praktische info:

De tweedaagse training 'Door het oog van de lens' vindt plaats op 2 vrijdagen, 21 & 28 november 2025, telkens van 10u tot 17u.

Prijs: 230 euro / 190 euro voor I.V.-studenten en WTVI-leden. Meer info op p38.