

Actiegerichte interventies

Tinne Matheussen toont de brug tussen praten en doorvoelen

Therapeuten leren spelen, cliënten tot actie verleiden, het spannende wanneer je als therapeut en als cliënt uitgenodigd wordt om je vertrouwde plek te verlaten. Dit alles en nog meer komt aan bod in de nieuwe Korte Training van I.V.-therapeut Tinne Matheussen. Tijd voor een gesprek!

Tinne, een korte training rond actie. Waarom? Heeft een eigen ervaring je hiertoe geïnspireerd?

Ik vind het heel fijn om met collega's kennis te delen. Wanneer ik terugkijk naar mijn sessies zag ik 2 opmerkelijke dingen die ik wil delen: het eerste dat me opvalt is dat cliënten die mee durven gaan in de acties, vaak grote stappen vooruit zetten. Ervaringen blijven lang hangen en zetten iets in gang. Een actie voorstellen aan je cliënt is altijd heel spannend, omdat je niet weet wat er gaat gebeuren. Maar het effect is vaak zo mooi.

En het tweede, wat ik zelf erg leuk vind: ik heb zelf meer energie na de sessies. Het voelt als spelen. Voor mij alleszins, omdat het mijn habitat is. Dat is niet voor elke therapeut zo beseft ik. Maar er zijn therapeuten die ruimer willen gaan dan enkel praten, maar niet weten hoe. Deze collega's wil ik graag helpen spelen.



Ik hoor van collega's dat ze vaak moe zijn na enkele sessies. Bij actiegerichte sessies vertraagt het tempo en staat de concentratieboog niet zo gespannen. Een hele verademing!

Zijn therapeuten te vaak praters? Of verlangen cliënten vaak naar meer actie?

Het lijkt me niet zozeer een kwestie dat therapeuten alleen maar praters zijn. Veel therapeuten hebben het in zich om de driehoek te bewandelen op verschillende manieren. Het is gewoon een beetje spannend om verder te gaan dan praten. Het voelt wat oncomfortabel omdat je minder in de hand lijkt te hebben.

Je moet als therapeut goed in verbinding staan met je gevoel om wat er gebeurt te kunnen volgen en hierop te anticiperen. Het vraagt om uit je eigen stoel te durven komen en je vertrouwde (zit)plek te verruimen. Dat is niet altijd evident.

Wie is Tinne Matheussen?

Tinne is een energieke I.V.-therapeute met roots in holistische coaching. Van nature actief en met een voorliefde voor het hele beleevingsveld. In haar praktijk in Gent genoot ze jaren van het begeleiden van cliënten. Ze is met haar gezin naar de Ardennen verhuisd om dicht bij de natuur te zijn. Daar zet ze haar praktijk verder en zal ze herbronningstrainingen organiseren. Daarnaast maakt ze therapie toegankelijker als mede-oprichtster van VindeentTherapeut.be. Ze is een echte I.V.'er in hart en nieren waarbij ze snoept van alle verschillende methoden zoals oa NLP, archetypen, werken met poppetjes en EFT (tapping).

Maar ook voor cliënten is het spannend. Zij vragen (in het begin) niet naar acties. Maar als jij durft, durven zijn ook. En daar zijn ze je achteraf dankbaar voor. Je opent een schatkist van mogelijkheden voor hen. Het leuke aan die mogelijkheden is dat je elke cliënt iets kan bieden. Ook de auditieve en kinesthetische (cfr NLP). Je creëert beelden en ervaringen én een taal om erover te praten.

De brug maken is één ding, de brug durven maken in je praktijkkamer is iets anders.

Cliënten die niet goed zijn met woorden of cognitie, vinden zo meer aansluiting. Maar ook voor verbale cliënten schep je nieuwe ervaringen die leiden tot verandering.

Wat heeft je ertoe gebracht om je niet op één methode te focussen, maar wel de mogelijkheden van meerdere methodes aan te halen?

Verdiepen in één methode is op zich prima. Expertise heeft een diepgang waar je veel cliënten mee kan helpen. Wat ik echter heb gemerkt is dat niet elke methode past bij elke cliënt. Elke situatie vraagt een andere actie. Het idee verschijnt dikwijls op het moment zelf.

Als je hebt leren denken in mogelijkheden, kan je beginnen spelen. Het geeft je een soort vrijheid als therapeut om in te kunnen spelen op elke situatie, met wat er zich op dat moment aandient. Het geeft de cliënt de vrijheid om zijn persoonlijke taal te ontdekken.

In de training wil ik vooral deze vrijheid tonen. Trainingen over specifieke methodes zijn er voldoende. Ik wil vooral tonen dat er een brug is, een brug tussen praten en actie.

Praktische info:

Deze tweedaagse training vindt plaats op 29 en 30 november 2021 van 10u tot 17u.

Prijs: € 205 / € 170 (voor I.V.-studenten en WTV-leden)

Meer info op blz. 25

Of een brug tussen praten en doorvoelen via actie. Een brug tussen het hypothetische (van woorden) en de realiteit van het doen.

Hilde en Bruno hebben de naam vormgegeven zo mooi gekozen. Wat ik wil tonen is vormgeven in de ruime zin van het woord. In de wereld zetten. Niet enkel het creatieve, niet enkel het lichaamsgerichte, maar alle manieren om

iets in de wereld te zetten. Eenvoudige handelingen, groot en klein.

Hoe heb je je opleiding vormgegeven?

Een training rond actie vraagt uiteraard om zelf veel doen. Naast het situeren in de I.V.-driehoek, gaan we direct zelf aan de slag. Samen ontdekken we hoe breed en eenvoudig acties ingezet kunnen worden. Via cases maken we telkens de brug naar welke acties je specifiek kan toepassen.

Het leuke is dat je hierin geen fouten kan maken. Het subjectieve proces van psychotherapie maakt dat er veel verschillende mogelijkheden zijn. Kieszen uit alle leuke methodes is het moeilijkste stuk ;-)

De brug maken is één ding, de brug durven maken in je praktijkkamer is iets anders. Wat houdt jou tegen, wat vind je eng, wat kan er gebeuren en hoe los je dat op? Wat heb jij nodig om je op je gemak te voelen? Dit gaan we samen onderzoeken.

Wie mag zich aangesproken voelen?

Elke therapeut of coach die uit zijn comfortzone durft stappen om meer te spelen. Als je merkt dat je soms vastloopt of wat fut mist in je sessies, dan kan deze training je therapeuschap verrijken. Van harte welkom!