



### Zingevende gespreksvoering

*Helpen als er geen oplossingen zijn*

Marjolaine Vosselman en Kick van Hout. Uitgeverij Boom/Nelissen, 2013. ISBN 9789024402755. Gratis e-book.

Waarom ik? Is dit alles in het leven? Soms is er geen directe oplossing, valt er niets te repareren. Wat nu als onderliggende vragen blijven opspelen. Daarover gaat dit boek.

Zingevende gespreksvoering is de naam voor de vakkundige begeleiding van cliënten bij zinvragen, zodat cliënten bewust de regie over het eigen leven voeren en datgene aanvaarden, wat ze niet kunnen veranderen.

Pijn, onzekerheid en verlies maken deel uit van het leven. De begeleiding richt zich op het ontwikkelen van nieuwe perspectieven op de situatie.

In 4 hoofdstukken komen vier aspecten van zinvragen die corresponderen met vier methodische invalshoeken:

1. Traagheid – Uithoudingsvermogen en Naar de pijn toe bewegen  
Het proces van zinvragen kent z'n eigen tijd. Pijn die de cliënt niet wil accepteren, verandert in lijden. In te zetten: erkenning, gevoelsreflectie, stilte, focussen en mindfulness.
2. Ambivalentie – Dialoog  
De mens heeft verlangens, gevoelens en idealen die soms onverenigbaar zijn en naast elkaar bestaan. De cliënt leert omgaan met de vele kanten van de belevingswereld. In te zetten: perspectiefwisseling door tweestoelendialoog, cognitieve defusie en mindfulness.
3. Raadselachtigheid – Verbeelding  
Sommige ervaringen zijn niet te bevatten met de ratio. In te zetten: rituelen, metaforen, verhalen om het vertrouwde referentiekader te doorbreken.
4. Waarden – Zelfreflectie op keuzes  
Cliënten leren hun persoonlijke waarden op het spoor te komen, zodat zij bewuste keuzes kunnen maken en regie over het eigen leven nemen. In te zetten: tijdscirkel, grafrede, reflectievragen.

Waarom gekozen is voor deze vier zingevingsaspecten en niet drie - want overlap in beschrijving van cases en methodieken – of voor bijvoorbeeld de rollen uit de TA, wordt niet duidelijk; de aspecten vormen wel een goede kapstok voor de beschrijving van

- grondhouding (aandachtig, invoelend, niet veroordelend aanwezig zijn) en
- mogelijke valkuilen van hulpverlener (o.a. kritisch zijn op eigen neigingen en overtuigingen);
- een rijkdom aan oefeningen. De oefeningen komen voort uit methodieken als Acceptance and Commitment Therapy, Geweldloze Communicatie, Theorie van presentie en Mindfulness-Based Stress Reduction, Verbeeldingskracht.

Het boek is helder en toegankelijk geschreven en ingedeeld; in het dankwoord staan de betrokkenen vermeld. Zingevende gespreksvoering lost problemen niet op, het biedt de hulpverlener wel inzicht en tools om het lijden, de benauwdheid of paniek van de cliënt 'op te lossen'.

*Els Pet van CommCoach - Coach en supervisor, trainer van coaches en counsellors*

Op <http://www.counsellingmagazine.nl/nl/cm-actueel/recensies-counselling-magazine-februari-2014-deel-4>