

## Attitude in NLP Counseling

Auteur: Dolf J.H. van der Haven

***Attitude is in mijn visie zowel het meest centrale als het meest lastige element dat een counselor of therapeut nodig heeft om tot goede resultaten met zijn of haar cliënten te komen. Attitude is immers niet zomaar een vaardigheid, maar een basishouding op of zelfs boven Identiteitsniveau in de Logical Levels van Bateson en Dilts. Zoals wellicht bekend is een groot deel van de technieken en structuren van NLP voortgekomen uit het modelleren van succesrijke therapeuten (bijvoorbeeld Virginia Satir, Milton Erickson en andere), maar daaruit zijn vooral taalpatronen, zoals het Metamodel en procedures, zoals Change Personal History voortgekomen. Die patronen en procedures, hoe waardevol ook, raken echter nog niet aan de kern van waar het in therapie om gaat. Die kern draait om de attitude of basishouding van de therapeut. Het belang van de attitude ligt in het kort erin om als voedingsbodem te dienen voor een soort rapport dat verder gaat dan de "klik" tussen therapeut en cliënt, zoals rapport vaak wordt geïnterpreteerd. Attitude is dan ook niet gelijk te stellen met rapport, maar ondersteunt het juist om het daarmee te kunnen verdiepen.***

Een goede attitude schept ruimte: ruimte die de cliënt ertoe is staat stelt zijn beleving uit te spreken; ruimte die voor de therapeut belangrijk is om op basis daarvan geraakt te worden en vervolgens op basis van die geraaktheid op de beleving van de cliënt in te gaan. Dit is trouwens niet alleen waardevol in Counseling of Psychotherapie, maar net zo goed in Coaching, Mediation en andere situaties waarin je wilt doordringen tot een diepere verstandhouding met de ander. Voor het gemak zal ik het in dit artikel echter over "therapie" en "therapeut" hebben.

Hierbij wil ik nog een verschil aangeven tussen wat ik "klassieke NLP" noem en NLP Counseling. Klassieke NLP baseert zich vaak op patronen, structuren en processen, zonder daarbij expliciet op de inhoud van wat de cliënt aangeeft in te gaan. Dit heeft vaak kritiek opgeleverd die stelt dat NLP daarmee een sterk rationele, abstracte en zelfs oppervlakkige aanpak is. Hiermee wil ik overigens niet zeggen dat dat geldt voor elke toepassing van NLP of voor iedereen die NLP toepast in een vorm van therapie. NLP is een krachtig hulpmiddel om patronen te herkennen in de manier waarop iemand zijn belevingswereld uitdrukt. Echter, het aura dat NLP zo nu en dan nog oproept is er een van snelle interventies waarbij meer op die patronen en het veranderen ervan wordt ingegaan dan op de feitelijke inhoud van de beleving van de cliënt. NLP Counseling wil hieraan tegemoet komen door wel expliciet de inhoud van de ervaring van de cliënt in te gaan, waarbij een duidelijke stap richting psychotherapie wordt genomen. Dit gebeurt weliswaar op basis van technieken die onder andere uit de NLP voortkomen, maar die technieken worden vooral gebruikt om met de cliënt de diepte in te gaan, om tot de essentie te komen van diens beleving. Deze aanpak kan daarmee op een veel fundamenteeler niveau heling bieden dan klassieke NLP kan.

Dit artikel wil duidelijk maken waar het om draait in de attitude van de therapeut in drie delen. Allereerst leg ik uit hoe de attitude past in psychologische ontwikkelingsmodellen. Vervolgens diep ik de verschillende elementen waaruit attitude bestaat uit en tenslotte benader ik attitude vanuit transpersoonlijk perspectief. Deze opbouw wil duidelijk maken dat attitude weliswaar opgebouwd kan worden uit een aantal gedragselementen, maar dat de feitelijke kern van attitude verder gaat dan gedrag alleen. Het gaat hier uiteindelijk om een uiting van de Essentie van de mens waaruit de creativiteit ontstaat om cliënten effectief te kunnen begeleiden. Dat gaat verder dan slechts een vaardigheid die je als een techniek of procedure onder de knie kunt krijgen en te meten valt. Het gaat om een staat van ons wezen, een uiting van wie we werkelijk zijn. En dat is niet kwantificeerbaar.

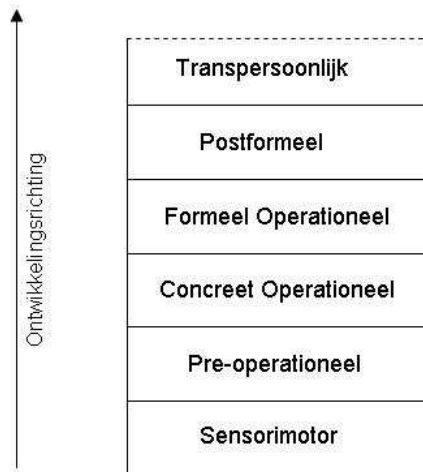
### I. Psychologische ontwikkeling

Volgens vele modellen die de persoonlijke ontwikkeling van de mens beschrijven maakt iedere mens een ontwikkeling door op waarbij verschillende ontwikkelingslijnen door een aantal fasen of stadia gaan. Hierin zijn ontwikkelingslijnen te beschouwen als elementen van iemands persoonlijkheid die in zekere mate onafhankelijk van elkaar groei doormaken. Voorbeelden van ontwikkelingslijnen zijn moraliteit, cognitie, waarden patronen, relatie capaciteit,

spiritualiteit, etc. De fasen waar deze lijnen doorheen gaan zijn door een groot aantal psychologen, filosofen en spirituele leraren (zoals Piaget, Beck en Cowan (*Spiral Dynamics*), Ken Wilber, Maslow, Robert Kegan, Sri Aurobindo, etc.) op verschillende wijzen beschreven, maar komen grotendeels overeen in een hiërarchische opbouw waarbij latere stadia eerdere stadia omvatten: latere stadia zijn verder ontwikkeld dan eerdere stadia, en laten eerdere niet achter zich, maar nemen die juist in zich mee. Dat wil zeggen dat de stadia behalve hiërarchisch ook holistisch zijn.

Deze opbouw kan in termen van Jean Piaget en Ken Wilber als volgt beschreven worden. De ontwikkeling van de mens begint in de fase die *Sensorimotor* wordt genoemd, waarin de ervaring gebaseerd is op fysieke aspecten van de omgeving: de mens die naar basisbehoeften als voedsel en veiligheid op zoek is. Het volgende stadium heet *Preoperationeel* en hierin is de menselijke ervaring gebaseerd op emotionele en symbolische aspecten: gevoelens worden ontwikkeld en de wereld wordt gezien als onderworpen aan een rijk van geesten en goden. *Concreet Operationeel* is de fase waarin externe regels en rollen binnen de gemeenschap belangrijk zijn. Vanuit deze fase kan de mens zich ontwikkelen naar *Formeel Operationeel*, waarin het wereldbeeld zich baseert op abstracties en het individu zich losmaakt van de gemeenschap en zijn eigen weg zoekt. Het is tot deze fase dat Piaget zijn model heeft gemaakt, wat begrijpelijk is, omdat hij hiervoor een (klein) aantal kinderen heeft bestudeerd. Wilber voegt hier nog een aantal fasen aan toe, waarmee het model uitgebreid wordt om ook ontwikkeling van volwassenen erbij te betrekken. Voorbij de Formeel Operationele fase ligt die van *Postformeel* waar pluralisme, of het onderkennen van meerdere gelijkwaardige wereldbeelden, de boventoon voert. Hierna volgen verschillende Post-postformeel of *Transpersoonlijke* stadia. Dit zijn de stadia waarin aspecten de hoofdrol spelen die meer spiritueel van aard zijn, die de eenheid van de mensheid benadrukken en waarin een overkoepelende visie wordt ontwikkeld.

Het volgende schema zet deze stadia of fasen nog eens op een rijtje, waarbij ontwikkeling van onder naar boven verloopt.



Figuur 1. De Ontwikkelingsstadia van de mens.

In het overgrote deel van de gevallen reikt de huidige psychologische ontwikkeling van de mens tot ergens in een van de eerste vijf stadia, die gezamenlijk ook wel de *Persoonlijke* stadia worden genoemd. De daarop volgende Transpersoonlijke stadia zijn die stadia waarin de mens een *integrale* visie ontwikkeld en daarmee het geheel van persoonlijke stadia kan overzien. Die integrale visie houdt niet alleen een overzicht van alle voorgaande stadia in,

maar ook een overzicht van aspecten in iemands ontwikkeling die te maken hebben met iemands innerlijke ontwikkeling (psychologie, emoties, spiritualiteit, etc.), met iemands fysieke ontwikkeling (gezondheid, lichamelijke ontwikkeling, etc.), met de cultuur (afkomst, communicatie met anderen, etc.) en met de sociale structuren (de opbouw van de maatschappij, politiek, verenigingen). Bovendien kan iemand die zich ontwikkeld heeft tot in de transpersoonlijke stadia elk van de voorgaande stadia gebruiken in situaties waarin dat zinvol is: verschillende situaties kunnen roepen om elementen te gebruiken uit een van de vijf persoonlijke stadia. Dit geldt zowel voor situaties waarin men zich individueel bevindt als voor communicatie met anderen.

Een cliënt die bij een therapeut komt bevindt zich dus in het algemeen (nl. bij 99% van de mensheid) in een van de persoonlijke stadia. De hulpvraag van de cliënt heeft echter vaak zijn oorsprong in een van de vroegere stadia: bijvoorbeeld, een traumatische gebeurtenis op jonge leeftijd zal mogelijk in een Preoperationele fase hebben plaatsgevonden, terwijl de cliënt daar op dit moment de gevolgen van ondervindt en zich bijvoorbeeld al tot een postformeel stadium heeft doorontwikkeld. Heling kan er dan uit bestaan om terug te gaan naar het moment of de periode waarin dat trauma zich heeft ontwikkeld en de gebeurtenissen die daar plaatsvonden opnieuw te evalueren, maar dan vanuit het huidige (volwassen) ontwikkelingsstadium. *Inner Child Work* is een methode die onder andere hierop is gebaseerd. De eerste taak van de therapeut in dit verband is het duiden van het psychologische ontwikkelingsstadium van de cliënt en het zich vervolgens daaraan *aanpassen*. Dit duiden van het ontwikkelingsstadium dient twee doelen: het scheppen van *rapport* (er dient een verstandhouding tussen cliënt en therapeut te ontstaan die uitnodigt tot het scheppen van een vertrouwensband) en het scheiden van de wereldbeelden van cliënt en therapeut (de therapeut zal nooit zijn eigen wereldbeeld gebruiken om de cliënt van daaruit te benaderen, maar primair vanuit het wereldbeeld van de cliënt werken). Het aanpassen aan het ontwikkelingsstadium is een cruciale stap hierbij. Immers, het heeft geen zin de cliënt te benaderen vanuit bijvoorbeeld een transpersoonlijk wereldbeeld als de cliënt daar nog verre van verwijderd is. Dat zou bij de cliënt kunnen leiden tot onbegrip, misvattingen, gebrek aan rapport of sociaal wenselijk gedrag (waarbij de cliënt doet alsof hij de therapeut begrijpt, maar daar in wezen niet in slaagt), waardoor de therapie zijn doel voorbijschiet. De therapeut zal zich dan ook moeten bevenen naar een niveau waarop de cliënt hem begrijpt: hetzelfde niveau als waar de cliënt zich bevindt of, om ontwikkeling bij de cliënt te stimuleren, daar iets boven.

Voor de therapeut betekent dit in de praktijk dat die zich bij voorkeur tot een niveau heeft ontwikkeld dat transpersoonlijk of integraal is, omdat vanuit dat niveau een integrale visie is ontwikkeld van waaruit de persoonlijke niveaus goed te overzien zijn en de therapeut die persoonlijke stadia kan inzetten om de cliënt op de juiste wijze te benaderen.

## **II. Affectief bevestigend aanwezig zijn**

De uitdrukking "Affectief bevestigend aanwezig zijn" is afkomstig van mijn docent NLP Counseling Chris van de Velde (die zich daarvoor onder andere baseert op Carl Rogers' *Person-Centered Approach*) en geeft de essentie aan van de attitude van de therapeut. Door deze uitdrukking te analyseren wil ik proberen duidelijk te maken wat deze essentie inhoudt. "Affectief" houdt in dat de cliënt voor een belangrijk deel op basis van diens *emoties* benaderd wordt. Immers, uit het voorgaande is duidelijk geworden dat de emoties in een van de eerste ontwikkelingsfasen van de mens liggen. Daarom juist zijn emoties bij uitstek het punt van vertrek bij de heling van de cliënt: in situaties waar emoties er bijvoorbeeld niet mochten zijn, maar verdrongen moesten worden omdat het sociaal niet wenselijk was om die te tonen, is een leegte in de ontwikkeling achtergebleven. Hier kan de therapeut helpen om die leegte weer op te laten vullen door de cliënt, bijvoorbeeld met het eerder genoemde *Inner Child Work*.

"Affectieve Bevestiging" is dat middel dat de basis vormt voor het opvullen van die leegte. Hierbij geeft de therapeut de cliënt de ruimte om de emoties bij een bepaalde gebeurtenis uit het verleden te uiten, zodanig dat de cliënt er met die emoties mag zijn, dat het goed is dat die emoties ontstaan zijn en dat ze geuit mogen worden. De enige taak van de therapeut op dat moment is dan het bevestigen van de cliënt in diens emoties: uitdrukken dat die emoties een gewone, natuurlijke reactie zijn op wat er gebeurd is en dat het goed is om die te uiten. Deze fase kan al een grote stap op weg naar heling van de cliënt zijn.

“Aanwezig zijn” is tenslotte het meest ongrijpbare element van deze attitude, maar kan uitgelegd worden als het samenspel van een aantal elementen. Die elementen baseer op het meer spiritueel gerichte, maar ook ontzettend praktische werk dat Ali Hameed Almaas de “*Diamond Approach*” heeft genoemd. Dit is een methode voor zelfonderzoek en persoonlijke groei waarbij iemand stilstaat bij zijn ervaringen in een bepaalde situatie – gedachten, emoties, gedrag, reacties – en vervolgens een proces van vragen stellen gebruikt om die uit te diepen. Dit proces leidt tot persoonlijke groei. Merk op dat Almaas deze aanpak gebruikt als methode voor zelfonderzoek (*Inquiry*) en ik dezelfde elementen gebruik voor de attitude van een therapeut tegenover diens cliënt. Immers, het *stilstaan* bij de eigen ervaringen is in feite hetzelfde als het *aanwezig zijn* van de therapeut daarbij. Belangrijke elementen in deze houding zijn de volgende:

- *Openheid* – het openstaan en gevoelig zijn voor verandering, voor nieuwe dingen, voor de waarheid die naar voren komt in het proces met de cliënt.
- *Observatie* – het direct en onbevooroordeeld waarnemen van de eigen beleving en die van de ander in een bepaalde situatie.
- *Intelligentie* – scherpzinnigheid en opmerkzaamheid voor wat de cliënt naar voren brengt, gepaard gaand met een analytisch vermogen om de essentie hieruit te halen.
- *Concentratie* – het zich richten op de observatie van de cliënt en diens ervaring zonder zich door niet-relevante zaken te laten afleiden.
- *Interesse* – het vertrekken vanuit een punt van niet weten, dus onbevooroordeeld zijn, om met de cliënt samen de waarheid over diens ervaring te vinden.
- *Liefde voor de waarheid* – een staat van verwondering over waar een bepaalde houding, *problem state* of emotie bij de cliënt of bij de therapeut vandaan komt, zonder noodzakelijkerwijs naar een oplossing te willen gaan. De *waarheid* is hier de realiteit van het moment, dat wat er echt gebeurt, zonder versluierd te worden door lagen van overtuigingen, angsten, blokkades van emoties, etc.

Op basis van bovenstaande elementen van attitude kunnen dan de juiste *vragen* worden gesteld die de cliënt kunnen helpen om verder door te dringen tot de kern van diens problematiek. Die vragen zullen als vanzelf naar boven komen als bovenstaande elementen van attitude nagevolgd worden.

Merk op dat deze elementen niet alleen bedoeld zijn om de cliënt de ruimte te geven om zijn verhaal te doen, maar eveneens om hem uit te nodigen om diezelfde attitude aan te nemen. Immers, door de basishouding van de therapeut wordt de cliënt uitgenodigd of gestimuleerd om een zelfde basishouding aan te nemen. Zo nodigt de therapeut met zijn attitude de cliënt uit om samen het zelfonderzoek van de cliënt te doorlopen en daarmee een proces van heling door te maken. Een stap verder in de praktische ontwikkeling van deze attitude is het onderkennen en ontwikkelen van de Getuige

### **III. De Getuige**

Wat hiervoor beschreven is als de attitude van de therapeut heeft veel overeenkomsten met wat in de Gestalt Therapie de *Fair Witness* (Oprechte Getuige) wordt genoemd. Deze Getuige kan omschreven worden als datgene in ons wat de ervaring en de wereld om ons heen observeert: zowel datgene wat de eigen ervaring (fysiek, emotioneel, rationeel, spiritueel) van de therapeut observeert als datgene wat diezelfde ervaring van de cliënt observeert en alles wat er op een bepaald moment in het nu gebeurt. Door te gaan zitten en uitsluitend te letten op wat er in het heden gebeurt, wat je waarneemt, wat je gedachten zijn, wat je (fysieke en emotionele) gevoelens zijn, zonder af te dwalen kan deze Getuige al praktisch ervaren worden. Dit is een behoorlijk lastige taak, zoals gemerkt kan worden als je het voorgaande en minuut of tien probeert vol te houden. De Getuige is overigens al vanaf de geboorte aanwezig, immers, ook een baby observeert al, maar de toegang ertoe is een aparte ontwikkelingslijn die de *Causale* ontwikkeling wordt genoemd. “Causaal” houdt hier in dat deze Getuige de *oorzaak* (Latijn: *causa*) is van oplettendheid, opmerkzaamheid, van de Essentiële Leegte als de creatieve bron van alles wat er is, kortom van het aanwezig zijn van de therapeut. Hiermee wil ik aangeven dat de Attitude van de therapeut direct verband houdt met de Getuige uit de Gestalt Therapie en met de causale ontwikkelingslijn van de therapeut. Het is gebleken dat deze causale lijn pas goed tot bloei komt in de transpersoonlijke stadia van de menselijke ontwikkeling. Het feit dat dit in de hoogste regionen van menselijke ontwikkeling ligt geeft

opnieuw aan dat de persoonlijke ontwikkeling van de therapeut bij voorkeur zeer ver gevorderd is en het verklaart bovendien waarom de juiste attitude zo lastig te bevatten is. Desalniettemin is het des te meer lonend wanneer de juiste attitude aangenomen kan worden om daarmee prachtige resultaten met cliënten te kunnen bereiken.

### **Conclusie**

U heeft in het voorgaande kunnen lezen dat de attitude van de NLP Counselor een centraal aspect is in hoe die met diens cliënten te werk gaat. Die attitude heeft veel te maken met de persoonlijke geschiedenis en psychologische ontwikkeling van de therapeut. Verder is er een aantal gedrags- en houdingselementen aan te wijzen die leiden tot de juiste attitude, terwijl de kern ervan feitelijk veel verder gaat dan die gedragingen alleen. De kern van attitude is het contact maken met de eigen Getuige, met datgene in de mens dat waarneemt, datgene dat de oorzaak is van oplettenheid, geraaktheid en creativiteit. Die Getuige is het waard ontwikkeld te worden, niet alleen in therapeutische context, maar ook in de alledaagse communicatie met anderen. Een goed ontwikkelde Getuige en daarmee een goed ontwikkelde attitude zullen dan kunnen leiden tot effectievere, zuiverdere communicatie en een betere verstandhouding tussen mensen.

#### Literatuur:

1. Ken Wilber – Integral Psychology, Shambhala, 2000.
2. A.H. Almaas – Spacecruiser Inquiry, Shambhala, 2002.
3. Chris van de Velde – Syllabus NLP Counseling, 2005.

Dolf van der Haven is NLP Master Practitioner en afgestudeerd NLP Counselor. Hij is werkzaam als Manager Engineering in een telecombedrijf en werkt daarnaast als counselor in zijn eigen praktijk.  
Meer info en contact auteur: [www.icc-vanderhaven.nl](http://www.icc-vanderhaven.nl)