

## De luisterruimte (volledige casus)

- F:** Wat zou je willen onderzoeken?  
**C:** Ik zou volgende stappen willen onderzoeken.  
**F:** En volgende stappen.  
Is er een van deze woorden die met name resoneert?  
Of is er nog meer onderzoek te doen?  
**C:** Stappen resoneert.  
En ik voel me een beetje zenuwachtig, hier. (Cliënt wijst op eigen borstgebied)  
**F:** Dus... stappen... of... volgende stappen?  
**C:** Stappen!

*De facilitator zorgt ervoor dat het te onderzoeken woord resoneert en dus relevant is voor de cliënt.*

- F:** En **wat voor** stappen?  
**C:** Het zijn MIJN stappen.  
**F:** MIJN stappen.  
**Is er nog iets over** stappen?  
**C:** Ze brengen me waar ik wil zijn.  
**F:** Brengen me waar ik wil zijn.  
En MIJN stappen.  
**En waar zijn** stappen **ongeveer**?  
**C:** Ik voel het in mijn benen, mijn onderbenen.  
En ik voel het in mijn borstgebied.  
En het is ook in mijn hoofd.  
**F:** In je hoofd. In je borstgebied. In je benen. Je onderbenen.  
**En zijn** stappen **aan de binnenkant of aan de buitenkant**?  
**C:** Aan de binnenkant.  
**F:** Aan de binnenkant.  
**En hebben** stappen **een vorm of een grootte**?  
**C:** Ik herinner me opeens het verhaal van de zevenmijlslaarzen.  
**F:** De zevenmijlslaarzen...  
En hebben stappen een geluid?  
**C:** Dat wisselt. Van bijna onhoorbaar tot 'GROU – GROU' – de zevenmijlslaarzen die veel geluid maken.  
**F:** Bijna onhoorbaar tot veel geluid.  
En zevenmijlslaarzen. Benen. Borstgebied. Hoofd.  
**Is er nog iets over** stappen?

*De facilitator herhaalt enkele woorden die de cliënt tijdens de sessie genoemd heeft. Vervolgens stelt ze de vraag 'Is er nog iets over ...?' een aantal keer gesteld, net zolang als de cliënt met nieuwe informatie antwoordt.*

- C:** Ik heb geen idee waar ze me gaan brengen.  
**F:** Geen idee.  
En brengen me waar ik wil zijn.  
En MIJN stappen.  
**Is er nog iets over** stappen?  
**C:** Dat ze me wat gespannen maken.  
**F:** Gespannen.  
Geen idee waar ze me gaan brengen.  
Zevenmijlslaarzen.  
**Is er nog iets over** stappen?  
**C:** Ik zou bijna dit gesprek willen beëindigen. Het maakt me zenuwachtig.  
**F:** Hmm... Oké.  
**Is er nog iets over** stappen?

*De facilitator geeft aan dat ze de cliënt gehoord heeft. Ze behandelt de informatie over het bijna willen stoppen niet anders dan andere informatie. Ze vertrouwt erop dat de cliënt ermee uit de voeten kan en het blijkt dat de cliënt dit inderdaad kan.*

- C:** Dat het ook heel vervullend kan zijn stappen te zetten.
- F:** Vervullend.  
Beetje gespannen.  
En zevenmijlslaarzen.  
**Is er nog iets over** stappen?
- C:** Misschien kies ik voor de zevenmijlslaarzen en niet voor kleine stapjes om minder gespannen te zijn.  
De zevenmijlslaarzen zijn er en ik trek ze aan!
- F:** Misschien kiezen voor de zevenmijlslaarzen.  
En MIJN stappen.  
**Is er nog iets over** stappen?
- C:** Ik kan flexibel zijn in zevenmijlslaarzen. Ik kan grote stappen nemen, kleine stappen, draaien.  
Ik kan zelfs dansen in zevenmijlslaarzen.
- F:** Je kan flexibel zijn.  
**Is er nog iets over** stappen?
- C:** Ik wil graag samen met anderen stappen nemen.
- F:** Samen met anderen.  
Kan vervullend zijn om stappen te zetten.  
En een beetje gespannen.  
**Is er nog iets over** stappen?
- C:** Stappen gaan over balans. En balans loslaten. En nieuwe balans vinden. En loslaten. En weer vinden.
- F:** Balans. En loslaten. En nieuwe balans vinden.  
En met anderen.  
**Is er nog iets over** stappen?
- C:** Nee, dat is het wel.
- F:** Ik nodig je uit om 'stappen' of wat je hebt ontdekt op papier weer te geven.  
Het mag een beeld zijn. Of enkele woorden. Of allebei.

*Cliënt maakt een tekening*

- F:** Wat merk je op wanneer je kijkt naar wat je hebt getekend?
- C:** De ik in het beeld is blij. Wat me verrast, is dat de anderen in het beeld vóór me zijn.
- F:** Is er nog iets wat je opmerkt wanneer je kijkt naar wat je getekend hebt?
- C:** De anderen hebben alleen nog maar wat contouren. Het is nog niet helder wie die anderen gaan zijn.
- F:** En wat weet je nu over stappen?
- C:** Ik kan flexibel zijn in mijn laarzen. Ik kan flexibel zijn in mijn stappen.  
En wanneer ik mijn weg ga, zal ik anderen vinden.
- F:** En wat voor verschil maakt het dit te weten?
- C:** Het maakt de eerste stappen minder spannend.
- F:** En is dit een goed moment om af te ronden?
- C:** Jazeker.
- F:** Ik nodig je uit om op te blijven merken wat er in de komende dagen in je opkomt over 'stappen'.  
Misschien wil je nog een keer naar je weergave op papier kijken en jezelf de vragen stellen:  
"Wat merk ik nu op?"  
"Is er nog iets dat ik nu opmerk?"  
Misschien merk je op dat je bepaalde dingen anders doet of dat je relatie met 'stappen' veranderd is.

*De cliënt schreef een week na deze sessie:*

"Ik heb het verhaal van de zevenmijlslaarzen opgezocht en gelezen.  
Ik merk op dat ik het minder spannend vind om stappen te nemen.  
Ik voel plezier en een dansachtige kwaliteit in mijn stappen."