

# “Integratieve” motieven in Bodymind Integration – Lichaamsgerichte Psychotherapie

door Dirk Marivoet, geregistreerd Psychotherapeut (BVP-ABP, EABP, EAP, WAPCEPC) & Psychomotorisch Therapeut (VVPMT) ©2016

*“Het woord ‘integratie’ in Bodymind Integration refereert naar het samenbrengen van de affectieve, cognitieve, gedragsmatige, en fysiologische systemen binnen een persoon met als bedoeling de persoonlijkheid meer geïntegreerd en samenhangend te maken”.* Dirk Marivoet

Integratie in de psychotherapie, wordt gemotiveerd door het verlangen om buiten de grenzen van de eigen school naar benaderingen te kijken waar wat van geleerd kan worden. Het objectief om dit te doen is de effectiviteit en de efficiëntie van de reeds bestaande methode te vergroten, wat er in feite op neer komt dat het niveau van “complexiteit” toeneemt (Prigogine, 1972a, b; Waldrop & Mitchell, 1992; Kauffman, 1993, 1995). Gezien wij als evoluerende mensheid agentia zijn in een zich eindeloos ontvouwend universum kunnen we stellen dat dit ultiem ook de bedoeling is.

De “integratiebeweging” zoals die nu bekend staat in psychotherapeutische middens, wordt gekarakteriseerd door een geest van open onderzoek met een “zeste” van trans-theoretische dialoog (Norcross & Goldfried, 2005).

Men onderscheidt binnen de verschillende integratieve routes :

**Gemeenschappelijke factoren (Common factors):** men zoekt naar de kern-ingrediënten die verschillende therapieën gemeenschappelijk hebben (Norcross, 2005, p.9)

**Technisch eclecticisme:** men zoekt manieren om ons vermogen te verbeteren en zo te komen tot de beste behandeling voor de persoon en zijn probleem, en dit primair geleid door data omtrent hetgeen het beste gewerkt heeft voor anderen in het verleden. (Norcross, 2005, p.8)

**Theoretische integratie:** hier worden twee of meerdere therapieën geïntegreerd in de hoop dat het resultaat beter zal zijn dan de samenstellende therapieën alleen. (Norcross, 2005, p.8)

**Assimilatieve integratie:** In deze vorm van integratie wordt aan één systeem van psychotherapie de voorkeur gegeven, maar is er een bereidheid om in belangrijke mate perspectieven en praktijken van andere scholen te incorporeren en te assimileren (Messer, 1992, p. 151)

**Emergente (“Opkomende”) modellen die verschillende van deze routes combineren:** Dit zijn “nieuwere” modellen die aspecten combineren van de traditionele routes.

In hetgeen volgt beschrijf ik in welke mate hierboven vernoemde punten opgaan voor Postural Integration® (één van de Bodymind Integration – Lichaamsgerichte Psychotherapievormen, ontwikkeld door Jack W. Painter, PhD). In wat volgt formuleer ik een aantal stellingen en ga na of deze al dan niet “op gaan”:

- Postural Integration® is een Emergent Model : “Dit gaat op”
- Postural Integration® doet aan theoretische Integratie: “Gaat op”
- Postural Integration® doet aan Assimilatieve Integratie: “Gaat gedeeltelijk op”
- Postural Integration® doet aan technisch eclecticisme: “Gaat soms op”
- Postural Integration® maakt gebruik van Gemeenschappelijke Factoren: “Gaat op”, maar heeft ook een specifiek publiek dat zoekt naar “unieke” factoren.

## Postural Integration® is een Emergent Model : “Dit gaat op”

Als we Postural Integration® in het licht van de verschillende integratieve routes bekijken, dan kunnen we stellen dat het een “emergent model” is dat verschillende routes combineert. Postural Integration®-model (PI-model) ontstond in de “gouden” jaren 1960. In “Diep Lichaamswerk en Persoonlijke ontwikkeling” (1987), verhaalt Jack Painter hoe hij vanuit een persoonlijke zoektocht,

alsook in het werken met zijn cliënten, experimenteerde met vormen van sport en spel, hatha yoga, ademhalingsconcentratie-oefeningen, stretching, meditatie, Gestalt, Reichiaanse therapie, Rolfing, acupressuur (en de vijf-elementen leer), Feldenkrais, Alexandertechniek, om harmonie van lichaam, emoties en gedachten te vinden. (Painter, 1987).

Zijn filosofische conclusie uit dit experimenteel pionierswerk was dat fundamentele verandering doorheen het “hele zijn” geschiedt. Volgens hem veranderen we m.a.w. niet eerst fysiek, en daarna mentaal, of vice versa, maar steeds in beide dimensies tegelijkertijd. De integratieve methode van persoonlijke ontwikkeling die hij ontwikkelde is dan ook gebaseerd op het simultaan overschouwen en betrekken van het lichaam, de emoties en de gedachten in een proces van “verandering”. Een nieuwe synthese ontstond, waarin gezichtspunten en werkwijzen uit de Gestalt Therapie, de Reichiaanse en neo-reichiaanse benaderingen, Rolfing werden samengebracht tot een nieuwe therapeutische benadering die meer is dan de som van haar onderdelen. Jack Painter schrijft over de ontwikkeling van zijn methode: Ik deel “... een benadering, een manier om een verscheidenheid van specifieke methoden samen te brengen die meer is dan een eclecticische combinatie, maar eerder een effectieve, geünificeerde weg [is] tot het directe, complete en onderhouden ontvouwen van de ganse persoon.” (Painter, 1987, p.15)

Vervolgens is deze benadering door Painter alsook trainers door hem opgeleid, op consistente en methodische wijze verder tot ontwikkeling gebracht. Deze integratieve werkwijze heeft naast Postural Integration® later ook “Energetic Integration”, “Bodymind Drama” en “Pelvic-Heart Integration” het licht doen zien. (Schlage & Erken, 2012). Tegelijk stelt zich de vraag omtrent de snelheid waarmee integratie mogelijk is. Ron Kurtz, grondlegger van Hakomi (een vorm van lichaamsgerichte Psychotherapie) zegt in het voorwoord van Jack Painter’s boek *Diep Lichaamswerk en Persoonlijke Ontwikkeling* het volgende: *“Jack gaat verder dan elk van de modellen waar ik vertrouwd mee ben. De waarheid die hij spreekt doet me afvragen waarom iets dat zo onmiddellijk herkend wordt als waar zo lang onherkend blijft.”* Mij baserend op Graves’ ELET-theorie) (2002), heb ik een artikel geschreven waaruit moet blijken dat het holistisch en het integratief denken in onze westerse wereld een vrij recente verworvenheid is die slechts door naar schatting 5% van de populatie wordt beoefend. (Graves, 2002, 2005; Marivoet, 2012). Een andere moeilijkheid is de conceptualisering van het integratieve denken. Jack Painter’s studenten dienden geregeld „sprongen in het duister te maken”. Collega Raffaele Cascone schrijft: *“...in Jack’s trainings some of the crucial knowledge, skills, and teachings were implicit, their identification and appreciation by the students were given for granted, some steps were ignored and many leaps in the darkness were required from the student. This creates anxiety to our generous western drive to efficiently and reliably share knowledge and resources, although it strikes a good strong blow to the intellect as a defensive function.”* (Cascone, 2012)

Dankzij terugkoppeling naar reguliere en zich snel ontwikkelende “kennispoelen” als bijv. de neurowetenschappen en de affectieve wetenschappen is er zoals voor vele stromingen is gebeurd, meer overbrugging mogelijk geworden naar de reguliere wetenschap en begint er een taal te ontstaan voor „integratieve modellen”

### **Postural Integration® doet aan theoretische Integratie: “Gaat op”**

Postural Integration® omvat in haar “theoretische integratie” de bestaande wetenschappelijke theorieën en wat Mahrer, “modellen van waarheid” en “modellen van bruikbaarheid” noemt. (zie Mahrer, 2004b).

Modellen van bruikbaarheid kunnen gecontrasteerd worden tegenover wat men theorieën van waarheid kan noemen, en dit op ten minste twee manieren (a) Theorieën van waarheid gaan er over het algemeen van uit dat hun basisconcepten echt en waar zijn; de basisconcepten van modellen van bruikbaarheid zijn daarentegen slechts handige ficties en verbeelde representaties die uitgevonden zijn omdat ze bruikbaar zijn... (Chalmers, 1982; Einstein, 1923; Mahrer, 1989a, 1996/2004, 2004b; Rorty, 1991; Skinner, 1938; Whitehead, 1929). Zaken als schizofrenie, metacognities, basisbehoeften, en pathologische depressie worden noch als echt noch als waar voorgesteld, maar slechts als handige ficties. (b) Daar waar theorieën van waarheid een grotere en

grotere benadering van de waarheid nastreven, leggen modellen van bruikbaarheid de nadruk op bruikbaarheid in het helpen bereiken van vooropgestelde doelen, taken en gebruiken. De vraag is, "Is het model bruikbaar? eerder dan, "Is het model waar?" Bijvoorbeeld: Is de "Energetische Cyclus" een model ontwikkeld door Jack Painter, Ph.D. en afkomstig uit Energetic Integration "waar" of "bruikbaar"? Onderneem 3 pogingen...

In het "exacte", "dualistische", "aristotelische" denken gaat men uit van de juistheid of onjuistheid der dingen, m.a.w. of iets waar is of vals. Het bedrijven van deductieve wetenschap, d.w.z. het toetsen van de juistheid van hypothesen, zoals de exacte wetenschap doet is dé methode bij uitstek van onderzoek bij dit soort denken. In een integratieve benadering omarmen we vanzelfsprekend deze vorm van denken, omdat ze ten eerste behoort tot het menselijke potentieel, maar realiseren we ons dat we door open te staan voor "modellen van bruikbaarheid", we onze effectiviteit vergroten.

In een integratieve benadering werken we met concepten als "ego's", "superego's", "het zelf", "cognities", .... We hebben in de Westerse traditie zoveel namen gegeven aan "dingen" die we nooit zullen kunnen toetsen op hun "juistheid". Ego's, cognities, metacognities, basisbehoeften, driften, archetypes, onderdrukte affecten, schizofrenie, addictieve persoonlijkheden, borderline toestanden, pathologische depressie klinken als "exacte" woorden, maar zijn jammer genoeg geen "echte" dingen. Er zijn geen metingen of tests of schalen voor de hoogte, het gewicht, de kleur, de densiteit, de snelheid, het volume of de intensiteit van het "potentieel voor ervaren", "het anale stadium van ontwikkeling", "het collectief onbewuste", "overdrachtsneurose", "seksuele driften", "afhankelijkheidsbehoeften", "irrationele geloofssystemen", "cognitieve schema's", cognitieve "kaarten" zelfs, "het minderwaardigheidscomplex", "actualiseringstendensen", "de groeikracht", het ganse "diagnostische systeem van mentale stoornissen", "introversie-extraversie", "geconditioneerde stimuli", .... Het kan niet bevestigd worden of tegengesproken door gecontroleerde experimenten. Ze kunnen niet gereduceerd worden tot onderliggende neurologische, fysiologische, of biochemische processen of gebeurtenissen. Hoe ga je ooit deze zaken kunnen lokaliseren in het brein, er een structuur in vinden die kan geïdentificeerd worden door onderzoek?

Het "potentieel voor ervaren" is net als al de rest een fictie die ons goed uitkomt, geen echt ding. Geen van deze metaforische/experiëntieële concepten of constructen zijn echt (het zijn hoogstens abstracte, figuurlijke, metaforische verwijzingen waar je je iets kan bij beginnen voorstellen en waar je in je taalgevoelig bewustzijn of in het "oog van je mind" kan mee beginnen "spelen"). Het zijn "handige ficties", uitgevonden omdat ze bruikbaar zijn en ons verder kunnen helpen als bakens of richtingsaanwijzers op "een pad", "een weg" of een "exploratie".

Dientengevolge, omdat ze door hun proponenten verondersteld worden echte dingen te zijn (en om die reden als dusdanig door bepaalde wetenschappers onderzocht worden op hun exactheid!!), of omdat ze niet bruikbaar zijn voor het bereiken van bepaalde doelstellingen van therapie, worden virtueel een aantal concepten, constructen, en persoonlijke componenten door een aantal therapieën verworpen die zich precies baseren op exacte maatstaven.

Vermits iedere cliënt in feite een relatief uniek systeem van mogelijkheden of potentialiteiten is, zijn bijvoorbeeld "het vermogen tot het ervaren van tederheid", "zachtheid", "speelsheid", "gekheid", "fluttigheid", "kracht", "hardheid", "valsheid", "duivelsheid", "avontuurlijkheid", "dociliteit", "meegaandheid", "toegeeflijkheid", "rijpheid", "vruchtbaarheid", "creativiteit", "rebelsheid", "dominantie", "controle", "afleidbaarheid", en vele andere potentialiteiten ultiem onvatbaar. Hier hebben we modellen van bruikbaarheid nodig.

Heinrich Zimmer (1890-1943) de beroemde oriëntalist heeft ooit gezegd dat "De beste dingen niet verteld kunnen worden," omdat ze het denken transcenderen. "De tweede beste verkeerd begrepen worden," omdat deze gedachten verondersteld worden te refereren naar datgene waar niet over nagedacht kan worden, en men vast komt te zitten in de gedachten. "De derde beste zijn waar we

het over hebben". Het zijn de veilige, vatbare, controleerbare, meetbare, gelegaliseerde zaken. Sport, het weer, en wat de geburen doen....

Vermits de beste dingen dus niet gezegd noch beschreven kunnen worden, laat het ons daarom houden bij een benadering van de werkelijkheid. Een benadering van de werkelijkheid noemen we "plausibel". In deze manier van denken wordt "bewijsmateriaal" niet in de nauwkeurigheid en statistische nuance van de geobserveerde "gegevens" verklaard, maar in de alom toepasselijkheid en onderlinge coherentie van "voorgestelde verklaringshypothesen". Als het gaat over "bodymind" of "psyche" of "zelf" zal dus in wezen en om te beginnen het "beste" "niet gezegd kunnen worden", vervolgens zal het geïnterpreteerd worden ("verkeerd" dus), en vervolgens kunnen we dikke boeken schrijven (en is dat geen geweldige expressie van ons potentieel...) waaruit moet blijken dat de voorgestelde theorie van de voorgestelde methode voor "zoveel" = "XY en Z" toepassingsgebieden opgaat – waarbij uitzonderingen natuurlijk de regel moeten bevestigen – en als dusdanig een aanneembare verklaring biedt voor de psychologische, "bodymind" of andere problemen dan andere theorieën. Een goed boek lezen we omwille van het feit dat het het voorafgaande in zich integreert en vervolgens een nieuwe "meer complexe" bruikbare synthese voorstelt die de weg verlicht...

Als het boek te lijk zou worden, is poëzie evenwel ook nog een optie. Je bereikt er weliswaar een minder groot publiek mee. Het "bewijsmateriaal" zit laat ons eerlijk zijn, evenwel nooit in het gepubliceerde gedicht, proza, "wetenschappelijk" of "pseudo-wetenschappelijk" verhaal, maar in het grotere geheel zelf. Hetgeen geschreven staat kan hoogstens transparant zijn naar het "transcendente".

### **Postural Integration® doet aan Assimilatieve Integratie: "Gaat gedeeltelijk op":**

Gedeeltelijk is er in Postural Integration ook sprake van een vorm van "assimilatieve integratie", in die zin dat Postural Integration bijvoorbeeld kan gezien worden als in essentie een "Reichiaanse" therapie (iets wat Jack Painter's herhaaldelijk uitgesproken heeft tijdens zijn lessen), waarin bijv. het concept van "pantsering" (karakterattitudes/musculaire pantser, emotionele repressie, enz.) een "diepe" of "fundamentele" plaats inneemt in het geheel van de theorie. De integratie van technieken uit Gestalt of Rolfing, waar deze noties in de theorie expliciet en impliciet afwezig zijn, worden in Postural Integration op dusdanige wijze in het geheel geïntegreerd dat ze uiteindelijk het proces van het bevrijden van "pantsering" in de hand werken. Gestalttechnieken en technieken uit bijv. Feldenkrais, Alexander, ademhalingstechnieken, e.a. hebben daarnaast vooral tot bedoeling het humane potentieel en bewustwording tot ontwikkeling te brengen.

„Als Jack Painter demonstraties van zijn werk gaf aan mensen van verschillende strekkingen, dan zorgde hij er steeds voor om woorden en concepten te gebruiken die zouden verhinderen dat mensen oude namen zouden plakken op nieuwe concepten en de nieuwe ervaringen waar hij naar verwees, en vermits hij geen interesse had om erkend te worden door gevestigde beroepen, gilden, enz. had hij geen nood om zich te conformeren en te passen binnen bestaande labels.” (Cascone, 2016, persoonlijke communicatie).

### **Postural Integration® doet aan technisch eclecticisme: "Gaat soms op"**

Bij technisch eclecticisme zoekt men manieren om te komen tot de beste behandeling voor de persoon en zijn probleem. Men laat zich hier primair leiden door gegevens waarvan men weet dat ze het beste gewerkt hebben voor anderen in het verleden.

Postural Integration® werd oorspronkelijk ontwikkeld als methode ter bevordering van persoonlijke groei, en niet ter behandeling van specifieke symptomen, problemen of geestesziekten. Over het algemeen is deze therapie geschikt voor ieder soort van pijnlijk ongelukkig gevoel in gelijk welke pijnlijke ongelukkige situatie of scène. Deze therapie is geschikt voor virtueel elk soort zorg, bezorgdheid, moeilijkheid, last, of pijnlijk of ongelukkig gevoel. De methode is geschikt voor zij die van zichzelf denken dat ze min of meer gewoon en normaal zijn, maar ook voor mensen die van

zichzelf denken dat ze geplaagd worden door iets dat ernstig verkeerd is, compleet gek, gestoord, psychotisch of afwijkend.

Is deze therapie geschikt voor de behandeling van psychologische problemen, klachten, symptomen en mentale stoornissen? Ja. Het worden van een kwalitatief beter (meer geïntegreerd) persoon heeft gewoonlijk het positieve “neveneffect” dat gepresenteerde klachten, psychologische problemen, symptomen en mentale stoornissen “weggewassen” worden.

De therapie is evenwel noch ontworpen, noch kan er op vertrouwd worden als bruikbaar voor de behandeling van psychische stoornissen. Ze is dus niet noodzakelijk geschikt voor het behandelen van diegenen die gediagnosticeerd zijn met symptomen of stoornissen als alcoholisme, onvruchtbaarheid, eetstoornissen, drugsverslavingen, pijnbehandeling, inadequaat rouwgedrag, gokverslavingen, vermindering van impuls-controle, abusieve persoonlijkheid, depressie, enz.

Beoefenaars van Postural Integration die in een kader werken waar deze psychiatrische diagnoses gesteld zijn, zullen “technisch eclecticisch” werken. Technieken en werkwijzen van Postural Integration zullen dan ingepast worden in een breder en dikwijls multidisciplinair behandelingskader.

**Postural Integration maakt gebruik van Gemeenschappelijke Factoren: “Gaat op”, maar heeft ook een specifiek publiek dat zoekt naar “unieke” factoren.**

Tenslotte, wat betreft het Gemeenschappelijke Factoren verhaal, is men zich binnen Postural Integration bewust van het verrichte onderzoek door bijv. Duncan & Miller. Anderzijds bestaat de overtuiging dat het werken met “grote complexiteit” en diepe integratie- het simultaan werken met lichaam, emoties en gedachten – een specifiek antwoord bied op het existentiële zoeken van mensen die op zoek zijn naar “experientiële lichaamsgerichte integratie” d.w.z. mensen die specifiek het gespecialiseerde bindweefselwerk willen ontvangen in het teken van het opdoen van diepe ervaringen die leiden tot het integreren van voorheen ongekend en onbenut potentieel. (Marivoet, 2011)

## **Conclusie**

Postural Integration (PI) betekent restauratie van een onbedorven postuur (postuur in iedere betekenis) en daarbij integratie in een groter geheel. (Schlage & Erken (Eds.), 2012). Postural Integration® is vooral een pragmatische methode voor persoonlijke transformatie. Ze ontstond in de jaren 1960 en was met haar “emergente” integratieve karakter haar tijd vooruit. Integratie is gebeurd op theoretisch vlak door theorieën uit Gestalt, Reichiaanse en neo-reichiaanse therapie, Rolfing, e.a. tot een nieuwe unieke synthese te smeden. Deze theorie wordt heden geëxpliciteerd door beoefenaars en trainers opgeleid door Jack Painter zelf. We merken dat er verder binnen het integratief model op geen enkele wijze contradicties zijn met het “gemeenschappelijk factoren” principe, het technisch eclecticisme en het assimilatief integratieve model.

## **Referenties**

Cascone, R. (2012) Biology, psychotherapy and somatic ecology. Postural Integration after Jack Painter. In : R. Erken & B. Schlage (Eds.), Transformation of the Self with Bodymind Integration, Holzinger

Cascone, R. (2016) Personal Communication

Chalmers, A. F. (1982). What is this thing called science? Queensland, Australia: University of Queensland Press.

- Duncan, B. L., Miller, S D., Wampold, B. E., & Hubble, M. A. (Eds.). (2010). *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Einstein, A. (1923). *Sidelights of relativity*. New York: Dutton.
- Graves, C. W. (2002) *Levels of Human Existence*, ECLET Publishing, Santa Barbara, CA
- Graves, C. W. (2005) *The Never Ending Quest*, (Eds. Cowan, C., Todorovic, N.) ECLET Publishing, Santa Barbara, CA
- Kauffman, S A (1993) *The Origins of Order: Self-Organization and Selection in Evolution*, Oxford University Press, New York.
- Kauffman, S. (1995) *At Home in the Universe: The Search for Laws of Self-Organisation and Complexity*. London: Penguin.
- Mahrer, A. R. (2004b). *Theories of truth, models of usefulness: Toward a revolution in the field of psychotherapy*. London: Whurr.
- Marivoet, D. (2012), *Postural Integration and Social Evolution*. In B. Schlage & R. Erken (Eds.), *Transformation of the Self with Bodymind Integration*, Holzinger
- Messer, S. B. (1992). A critical examination of belief structures in integrative and eclectic psychotherapy. In J. C. Norcross, & M. R. Goldfried, (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 130–165). New York: Basic Books.
- Norcross, J. C., & Goldfried, M. R. (Eds.). (2005). *Handbook of psychotherapy integration* (2nd ed.). New York: Oxford.
- Norcross, J. C. (2005). A primer on psychotherapy integration. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (2nd ed., pp. 3–23). New York: Oxford.
- Prigogine, Ilya, Nicolis, Gregoire, and Babloyants, Agnes. (1972a). "Thermodynamics of Evolution," (part I). *Physics Today* (pgs. 23-28), Vol. 25, November.
- Prigogine, Ilya, Nicolis, Gregoire, and Babloyants, Agnes. (1972b). "Thermodynamics of Evolution," (part II). *Physics Today* (pgs. 38-44), Vol. 25, December.
- Rorty, R. (1991). *Philosophy and the mirror of nature*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Schlage, B. & R. Erken (Eds.), *Transformation of the Self with Bodymind Integration*, Holzinger
- Skinner, B. F. (1938). *The behavior of organisms*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Waldrop, M Mitchell, (1992), *Complexity, The Emerging Science at the Edge of Chaos*, Simon and Shuster, New York.
- Whitehead, A. N. (1929). *Process and reality: An essay in cosmology*. Cambridge: Cambridge University Press.