

---

# Mijn TA-leermeesters

---

TEKST: ALEX LAGAS • BEELD: SZILVIA-BASSO



Midden 2006 was ik aan het vastlopen in een leven waarvan ik dacht dat ik dat wilde leiden. Ik vroeg rond naar een goede therapeut en een vriendin van mij raadde mij Theo van der Heijden aan. Theo heeft een instituut in Utrecht van waaruit hij therapeutische begeleiding en opleidingen aanbiedt op basis van Transactionele Analyse (TA). Toen ik aanbelde bij zijn praktijk, werd ik door hem warm welkom geheten. Bij latere sessies zou ik ook kennismaken met zijn hartverwarmende knuffel, die hij altijd bij zijn welkom en afscheid geeft.

Theo had mij naar zijn gespreksruimte gebracht en ging naar de keuken om thee te halen. Ik keek rond en mijn oog viel op een flap die aan de muur hing. Een flap van het model van de Egotoestanden uit de TA met daarop ook de ouderboodschappen die wij hebben gekregen en nog steeds met ons meedragen. Ik keek ernaar en zag de indeling in Ouder, Volwassene en Kind. Drie cirkels, aansluitend op elkaar met de Ouder bovenaan, Kind onderin en de Vol-

wassene ertussen. In één keer voelde ik de ontwarring vanbinnen; kijkend naar dit beeld ordende ik als vanzelf vanbinnen welke gevoelens en gedachten hoorden bij Ouder en welke bij Kind. En dat dit bij elkaar bestond in de volwassen man die ik was. In deze ordening kon ik contact maken met het kind dat ik ooit was onder de vormende invloed van mijn ouders en andere ouderfiguren. Staand voor dit beeld, hield ik het handje vast van de kleine >

---

jongen die ik ooit was. Een ontroerende ervaring. En in het parallelle proces werd deze ervaring op zich weer van betekenis omdat ik mij ervan bewust werd dat ik het zo vaak, zo alleen doe. Theo was immers nog thee aan het maken. Het model van de Ego-toestanden heeft nog steeds zo'n ordenend effect op mijn binnenwereld en is mij hiermee zeer lief.

Van Theo heb ik de liefde voor TA overgenomen. En dan vooral vanuit de ervaringsgerichte manier van werken met de ontwikkelingspsychologische grondslag van de TA. Ik heb van Theo geleerd hoe een groot, warm hart als welkom kan dienen om de opgedroogde plekken weer langzaam water te geven. Theo is bereid in het geding te zijn en in zijn therapeutische groepen met Toos Graaff heb ik hem dat zien doen. Naar Toos toe, Toos naar hem toe en zij naar de groep. Ik zal nooit meer vergeten dat ik hen een oefening zag voordoen en ik voelde: dat wil ik ook zo doen. Dat alles er mag zijn, van daaruit werken, met als kader dat het de cliënt of cursist dient.

Van Theo heb ik geleerd hoe goed kinderen zijn in het uitdrukken van de ingeboren capaciteiten tot bewustzijn, spontaniteit en intimiteit. En ook hoe wij deze als kind kunnen vergeten, soms ook moeten vergeten om in ons nest te blijven passen. De liefde voor de integrerende Volwassene, van waaruit wij ons in de ontmoeting met de ander deze capaciteiten weer kunnen herinneren en inzetten, heb ik van Theo overgenomen.

Als cliënt in de groepen van Theo en Toos ging ik steeds meer voelen dat ik wat zij deden, ook wilde gaan doen. Ik ben bij Phoenix in opleiding gegaan en het 'toeval' wilde dat ik Sander Reinalda als trainer kreeg naast Conny ten Klooster. Sander is net als Theo een TA-leermeester van mij. Wat een genot was het en is het nog steeds om naar Sander te luisteren. De ogenschijnlijke moeiteloosheid waarmee Sander het ene concept verbindt met het andere en deze thuisbrengt met heldere voorbeelden, waarvan vele persoonlijk, had een verkoelend effect op mijn soms koortsachtig zoeken in complexiteiten die er niet altijd hoeven te zijn. Sander is voor mij een

meester in het gebruiken van TA zoals het door Eric Berne is bedoeld; om te verhelderen en te dienen als gemeenschappelijke taal tussen begeleider en cliënt.

In mijn opleidingen bij Sander heb ik mijn liefde voor de TA verder verdiept. Het aanstekelijk enthousiasme waarmee Sander zijn supervisiegroepen begeleidt maakte ook dat ik mij bleef verdiepen in de TA. Hoe leuk was het dat Sander ruimte gaf om wat ik in de TA-theorie had ontdekt, met hem en de groep te kunnen delen, bespreken en ervaren. En dat anderen deze ruimte ook pakten. Wat ik ook van Sander heb geleerd is om open te blijven staan voor de visie van iemand anders zonder dit door het TA-kader te laten inperken. Sander kan het zoeken in vorm en inhoud hand in hand laten gaan.

Bij Sander heb ik de kracht ervaren van hoe ik in het 'kleine werk' een grote stap kan maken. Met TA maak ik zo een vraag voor mijzelf, mijn cliënten en cursisten behapbaar en houd ik focus op wat is afgesproken.

Een aantal jaren geleden ben ik mijn officiële certificering in de TA bij Sander begonnen. Hij was er ook bij toen ik slaagde voor het CTA. Wat een rijkdom: Theo en Sander achter mij in het nemen van de hobbels in mijn proces richting gecertificeerd TA-opleider en -supervisor. Sander die zegt: het zit allemaal al in je, je hoeft het er alleen uit te halen en Theo die heeft laten zien hoe volhouden vanuit de Volwassene eruit kan zien.

Wat beide mannen gemeenschappelijk hebben, is hun trouw aan hun eigen bewegingen, waarden en uitgangspunten. Hierin zijn ze veilige havens voor mij geweest. En gedurende mijn ontwikkeling ging ik ook de verschillen ervaren tussen hen en mijzelf. Kinderen groeien op en gaan uit huis. Zoals Berne schreef: 'Ik wil het. Op mijn manier.' Mijn schip dreef een stukje de veilige haven uit, en dat heeft ook weleens gebotst. In mijzelf en met Theo en Sander. Zo heb ik uiteindelijk geleerd dat ik én het ruime sop kan kiezen én af en toe weer even kan aanmeren. 🌊