

3 dagen MSP

Waarom een 3 daagse workshop Mental Space Psychology?

Omdat je daarin naar hartelust kunt experimenteren met de nieuwste concepten en methoden op het gebied van de psyche. Je leert ook een aantal praktisch bruikbare technieken, maar daar gaat het hier niet om. Waar het wel om gaat is dat die technieken helpen om je visie op het functioneren van het brein te verruimen met het begrip ruimte. Daarmee krijg je toegang tot een onzichtbare, maar overal om je heen aanwezige realiteit: de mental ruimte, waarin alle gedachten en gevoelens hun plaats hebben.

Mental Space Psychology is de naam voor een nieuw paradigma in de psychologie, dat er vanuit gaat dat de ruimte het primaire organiserende principe van het brein is. Is dit pseudo wetenschap? Nee. Is dit oude wijn in nieuwe zakken? Nee.

Universitaire onderzoekers werken in een systeem dat ze stimuleert om een uniek specialisme te ontwikkelen. Binnen de psychologie is dat misschien wel het sterkst. Daarom hebben maar weinig psychologen een overzicht over de in hun vak relevante invalshoeken. Dat is vaak frustrerend voor de betrokkenen en voor mensen die in de psychologie ondersteuning hopen te vinden bij hun werk. Want werk je dagelijks met menselijke breinen, als coach of therapeut of als iets anders, dan biedt de huidige universitaire school-psychologie je weinig steun. Want tussen theorie en praktijk bestaat er een diepe kloof.

De psychologie van de mentale ruimte belooft die kloof te gaan dichten. Omdat het concept mental ruimte past op de meest up-to-date vormen van ruimte gebruikende psychotherapie en het laatste psychologisch onderzoek naar belichaamde simulatie (embodied simulation).

Te mooi om waar te zijn? Ja! Maar toch is het zo.

In deze drie dagen begeven we ons op het snijvlak van de psychotherapie en het *spatial cognition* onderzoek. Hierbij verkennen we een fundamentele karakteristiek van het menselijke functioneren: dat al onze ervaringen zich voordoen in de ruimte in en om ons lichaam. En waar dingen zich bevinden, bepaald of we ze ons kunnen herinneren, of we ze van elkaar kunnen onderscheiden en of we er logische verbanden tussen kunnen zien. Dit geeft inzicht in hoe psychologische problemen tot bepaalde symptomen leiden.

De bestaande psychotherapie- en coachingmethoden, zoals de levenslijn, opstellingen, sociaal panorama en ruimtelijk ankeren, staan in direct verband met wat wetenschappers embodied simulation, grounded cognition of ruimtelijke cognitie noemen. Het praktische werk van Connirea Andreas staat daarbij naast de experimenten van Vittorio Gallese. De inzichten over de rol van ruimte voor cognitieve doelen van Barbara Tversky kunnen we relateren aan het werken met familieopstellingen, trauma behandelingen en depressie. Wat mensen als Bert Hellinger of James Lawley in de ruimte doen, raakt bijvoorbeeld aan het onderzoek naar peripersonal neurons van Michael Graziano.

Als therapeut of coach ga je naar huis met een krachtig overkoepelend model, dat bijna zeker helpt om je werk effectiever te maken. Als wetenschapper worden je ogen geopenend voor een psychische realiteit die direct via suggesties en goed gemikte interventies aangepast en verbeterd kan worden. Als onderzoeker krijg je nieuwe ideeën voor onderzoeksvragen die direct verbonden zijn met de therapeutische praktijk.

Misschien klinkt dit nu als een te grote belofte? Maar bedenk dat je ook als scepticus heel erg welkom bent. Want via kritische vragen komen we verder.

De onderwijsvorm bestaat uit het doen van een serie experimentele technieken die afgeleid zijn uit de therapeutische praktijk. We doen waarnemingen, trekken conclusies en komen hopelijk tot verdiepende vragen en antwoorden.