

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

■ Vijf reflecties

Van systeemtherapie naar relatie- en gezinstherapie

Deze terugblik op 25 jaar systeemtherapie in Nederland is een goede gelegenheid om de vraag te stellen hoe we het werk dat we doen het best zouden kunnen benoemen. Is het nu 'relatie- en gezinstherapie' of 'systeemtherapie'?

Mijn deelname aan de relatie- en gezinstherapie van de jongste 35 jaar vond plaats in het Communicatiecentrum te Lovenjoel/Leuven. Dat heeft vanaf 1972 telkens vier à vijf paren een therapieprogramma geboden gedurende drie volle werkweken met verblijf in de buurt. Een gecontroleerde studie toonde het effect aan en tevens de duurzaamheid ervan, tot twee en zelfs zeven jaar. Het programma bestond uit een integratie van communicatie- en systeemtherapie met didactische en gedragtherapeutische elementen. Ik doceerde vanaf 1976 aan de K.U. Leuven een cursus 'Systeem- en Communicatietherapie; Relatie- en Gezinstherapie' met het daarbij horende practicum. Ik ontwierp ook een postgraduate opleiding in de relatie- en gezinstherapie en systeeminterventie. Ik voelde me zeer vereerd dat ik zo frequent naar Nederland werd uitgenodigd om te werken met relatietherapeuten.

Wanneer ik reflecteer op 25 jaar systeemtherapie in ons taalgebied, moet

ik eerst terugdenken aan het ogenblik in 1970 waarop een nieuwe manier van denken onze psychotherapiewereld binnenviel. Bateson leerde ons denken in termen van samengestelde gehelen. Het woord 'symptoom' kreeg een nieuwe betekenis. Het was nog steeds een teken van disfunctioneren, niet meer een disfunctioneren ergens diep in een persoon, maar een teken van een probleem binnen een groter geheel, een gezin, een systeem. Het symptoom werd ook bevraagd vanuit de toekomst: waartoe?

Ook de communicatie kreeg een nieuw belang. Watzlawick zag deze pragmatisch als alle interactie binnen een gezin of paar. Plots verschenen er paradoxen waarbij het probleem wordt opgelegd of aangezwengeld en dat leidde soms tot nieuwe oplossingen. Ook 'reframing' werd toegepast: het actief aanbieden van een nieuw zicht op de zaak. Minuchin leerde ons kijken naar de structuur van het systeem. Zijn interventies richtte hij op de vaste omgangspatronen, de regels van het gezin.

We leerden nieuwe vaardigheden. We leerden in het systeem in te voegen, 'joinen'. Minuchin leerde ons ook een kaartje te maken van het gezin en vijftien jaar later introduceerde Bowen de genogrammen. We tekenden vicieuze cirkels om aan echt)paren hun wederzijdse beïnvloeding duidelijk te maken. En vooral: we leerden de interactie binnen het paar of het gezin te bevorderen, eerder dan ons individueel te richten tot elk lid. We leerden bovendien wat de gedragstherapeuten allang deden: opdrachten meegeven voor buiten de sessie. We leerden circulaire vragen te stellen (Selvini Palazzoli, Tomm) en Selvini Palazzoli paste de paradox toe op het gezin als geheel.

De ware systeemdenkers waren esthetici: zij geloofden dat het systeem zelf het evenwicht herstelt. Het systeem geneest zichzelf. De therapeut 'faciliteert'. De therapeut hanteert interventies van de tweede orde, namelijk interventies op het vlak van het geheel van het systeem, waardoor de verhouding tussen stabiliteit en verandering gewijzigd werd (Keeney) door het aanbieden van wat zij noemden 'meaningful noise', een nieuw zicht op de zaak.

Maar de pragmatici ondervonden dat er voor gedragsveranderingen directieve interventies nodig zijn. De 'ware' systeemdenkers traden, volgens hen, dus niet therapeutisch op, intervenieer-

den niet. Zij werden strategen, onzuivere systeemdenkers, onder invloed van Milton Erickson en de 'power tactics' van Haley. Door hen gedreven volgden wij als gezinstherapeuten toen een opleiding in de hypnose. Ook in Vlaanderen werd de twist tussen Haley en Bateson over het bestaan van macht gevolgd. In Nederland leidde deze gedachtegang in 1981 tot de oprichting van 'Directieve Therapie' met als ondertitel 'Gedragstherapie, relatie- en gezinstherapie en hypnose'.

***...de ware
systeemdenkers
waren esthetici...***

Het werken met gezinnen en paren ontwikkelde zich steeds verder, deels binnen het systeemdenken, maar vooral daarbuiten.

Een voorbeeld van een evolutie binnen het systeemdenken was de ontdekking van Elkaim dat systemen soms sprongen maken naar een nieuw evenwicht als men doorgaat op hun singulariteit. Een ander populair voorbeeld van een evolutie was het denken van Nagy: hij benaderde gezinnen van uit een ethische dimensie, 'de balans van geven en krijgen' en het werd een systeemdenken over generaties heen.

Maar veel meer evoluties grepen plaats buiten het strikte systeemdenken om. Reeds in het Mental Research Institute van Palo Alto sprak men over 'tactics of change'. Weakland werkte kortdurend en probleemgericht, en niet meer met het hele gezin. De 'oplossingsgerichte therapie' van De Shazer die later daaruit ontstond, bood dan weer

een heel andere benadering: hij vertrok vanuit de oplossing in plaats vanuit het probleem.

De 'narratieven' (White) hadden aandacht voor de wijze waarop het verhaal van de cliënt veranderd kan worden als bijdrage tot de oplossing van het probleem, en ze hadden het over gezinnen als linguïstische systemen.

De 'emotiegerichte relatietherapie' (Johnson) sprak recent vele relatietherapeuten aan. We vonden er de basis van de *client centered* therapie in terug. De 'collaboratieve therapie' (Anderson) was ook meer gericht op de beleving van het individu. Ook de mentalisatie bevorderende therapie en de hechtingsideeën komen uit een niet-systemische context. De aandacht voor de innerlijke dialoog tenslotte (Rober) bood een nieuwe manier om te reflecteren op de therapeutische praktijk in het algemeen.

Al deze evoluties gebeurden buiten het strikte systeemdenken. Ik vind dat we ons werkdomein veel beter zouden omschrijven als relatie- en gezinstherapie dan als systeemtherapie. Ik vind dat veel duidelijker en juister. In dat werken met gezinnen is het systeemdenken een onmisbare hulp, maar de meeste verdere ontwikkelingen in het werken met gezinnen liggen buiten het strikte systeemdenken. In de relatietherapie bleek het communicatiedenken belangrijk, het

werd aangevuld met elementen uit de gedragstherapie, de cognitieve therapie en de belevingsgerichte therapie. Trouwens, er is veel meer gelijkenis tussen relatietherapeuten van psychoanalytische, experiëntiële, of gedragstherapeutische origine dan tussen individuele therapie en relatietherapie binnen elk van die richtingen.

Ook stel ik vast dat er nu in alle ambulante en klinische psychiatrie en in de psychologische hulpverlening meer aandacht is voor het gezin. Dit is een blijvend resultaat van het systeemdenken en de gezinstherapeutische beweging.

De effectiviteit van systeemtherapie en gezinstherapie is overigens slechts zeer beperkt aangetoond. De claim op het genezen van psychosen bleek absoluut onjuist! Maar het betrekken van het gezin bij de behandeling van psychiatrische problemen blijkt empirisch duidelijk winst op te leveren. De resultaten van de 'expressed emotion'-ideeën bieden een steun voor gezinseducatie. Het denken in termen van gehelen stond een tijd lang in tegenstelling tot het empirisch paradigma dat lineair en enkelvoudig was. Onderzoek doen bij gezinnen is ook moeilijker. De gedragstherapeutische en de emotiegerichte relatietherapie zijn beide wel 'empirisch gevalideerd'.

...al deze evoluties gebeurden buiten het strikte systeemdenken...

Gezinstherapie is voor de cliënt zeer arbeidsintensief: alle gezinsleden verzamelen is in de praktijk slechts voor enkele sessies mogelijk.

De grote goeroes met de spectaculaire – onnavolgbare – ‘trucs’ zijn aan het verdwijnen. De meesten van hen waren geboren supertherapeuten. Ik heb veel geleerd uit persoonlijk contact of workshops met Papp, Weakland, Minuchin, Satir, Watzlawick en Jacobson, en kon mezelf goed herkennen in het recente werk van Johnson en Anderson.

Ondertussen bestaat de Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie 25 jaar en werd zowat vijf jaar geleden de Belgische Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie en Systeeminterventie opgericht. Twee jaar

geleden werd het blad *Systeemtherapie* ook door de Vlaamse vereniging aangenomen.

Als praktisch besluit bij dit alles is mijn stelling: laten we spreken over 25 jaar relatie- en gezinstherapie, en niet over 25 jaar systeemtherapie! Ook de naam van het blad *Systeemtherapie* zou ik willen wijzigen in *(Tijdschrift voor) Relatie- en Gezinstherapie*.

Alfons Vansteenwegen

Psycholoog, relatietherapeut en seksuoloog, emeritus hoogleraar en voorzitter van de BVRGS, de Vlaamse zustervereniging van de NVRG



Het lijkt erop dat de integratie is begonnen

In de vraag om een persoonlijke reflectie over 25 jaar systeemtherapie in Nederland zit al gelijk iets ingewikkelds, want systeemtherapie als therapie bestaat helemaal niet. Systeemtherapie is een manier van kijken waarbij mensen worden gezien in relatie tot hun omgeving. Op basis van die manier van kijken is het soms handig om met een heel gezin in gesprek te gaan, maar soms ook om te beslissen tot een individuele therapie,

of wie weet om juist aan medicatie te denken. Wat wel bestaat is de setting systeembehandeling. Iedere hulpverlener die een keer met meerdere cliënten in de kamer heeft gezeten, weet dat deze setting een geheel eigen dynamiek heeft. Mensen die zichzelf systeemtherapeut noemen, hebben in ieder geval goed nagedacht over hoe je in deze situatie te bewegen. Een situatie overigens waarin ik mijzelf zeer thuis voel. Zoda-