

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

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-

nig dat ik al een tijd lang helemaal geen individuele therapieën meer doe. Niet omdat ik daar niet in geloof – er leiden tenslotte altijd meer wegen naar Rome – maar omdat ik zelf systeembehandelingen veel leuker en interessanter vind. Iedere keer weer ben ik getroffen door de moed die mensen kunnen opbrengen om weer eens naar elkaar te luisteren en elkaar weer eens aan te kijken. Ik vind het altijd een hele eer daar bij te mogen zijn, er een beetje bij te mogen helpen, en ik leer er ook iedere keer voor mijn eigen leven weer veel van.

***...een tijd van
heroïsche
interventies...***

Zelf ben ik begonnen met mijn systeemopleiding in 1989. Het eerste verschijningsjaar van dit tijdschrift dus, en het is dan ook het enige tijdschrift waarvan ik alle jaargangen heb bewaard. In datzelfde jaar begon ik ook de zogenaamde Basisopleiding Psychotherapie met als hoofdrichting Psychoanalytische psychotherapie. In tegenstelling tot de systeemopleiding was deze opleiding vooral intrapsychisch en individueel gericht. Dat wrong toen nogal eens. De psychoanalytische opleiding werd gekenmerkt door lang doordachte theorieën, veel achterover zitten en soms moeizame stiltes. De systeemtherapie werd in die tijd gekenmerkt door heroïsche interventies, 'enactments', gedoe met spiegels en veel activiteit. Het had een revolutionair elan. Wat daarbij voor mij absoluut vernieuwend was, was dat je niet alleen naar

je cliënten keek maar vooral ook naar het systeem van cliënten samen met de therapeut. En heel bevrijdend in dit opzicht: je hoefde niet meer altijd angstig en alleen in je behandelkamertje te zitten, maar kon ook samen met collega's therapie doen. Nog steeds werk ik veel in co-therapie; wat iedere keer weer een uitje is.

Naast mijn enthousiasme voor alle nieuw verworven inzichten en ervaringen in de systeemopleiding was er echter ook een zeker onbehagen. Aan de ene kant genoot ik van de dynamiek van de sys-

teemwereld, aan de andere kant miste ik dikwijls ook het gesprek. Dan kwam ik in de psychoanalytische opleiding beter aan mijn trekken. De genoemde stiltes leverden soms ook meer doorleefdheid en een zekere rust op. Op gezette tijden leidde dat tot meer contact met cliënten dan ik in de systeembehandelingen ervoer. En terugkijkend naar mijn begintijd als systeemtherapeut zie ik nu dat de toen gebezigde aanpak dikwijls een beetje een sfeer van 'social engineering' had. Terminologieën als 'strategische interventies' komen achteraf gezien ook meer uit een discours van oorlog voeren dan van samenwerking.

Het postmodernistisch denken dat nadien in de systeemwereld haar intrede deed, heeft beide werelden voor mij uiteindelijk dichterbij elkaar gebracht. Het afscheid van de grote verhalen maakte

het mogelijk minder strategisch te handelen en meer samen met je cliënten te zijn. Als ik eerlijk ben, trouwens, was ik met name over de narratieve aanpak in eerste instantie wel wat sceptisch. Ik vond het allemaal nogal cognitief blijven (de psychoanalytische opleiding ging vooral over gevoel) en ik begreep ook niet zo goed wat er nu zo specifiek systemisch aan was (het zal me inmiddels worst wezen of iets al of niet 'systemisch' is). Het heeft een tijdje geduurd voordat ik over die oordelen heen kon stappen. En toen begonnen de stukjes van de puzzel langzaam in elkaar te vallen. Wat ik natuurlijk al lang wist uit mijn psychotherapieopleiding was dat als je echt samen met je cliënten een verhaal maakt, er een gesprek ontstaat waarin het gevoel vanzelf meekomt.

De laatste jaren is de systeemwereld op zoek naar nieuwe referentiekaders. De oude dogma's worden wat gerelativeerd en er wordt weer meer over de grenzen van het eigen gedachtegoed gekeken. Termen als hechting en mentaliseren doen hun intrede. Oude wijn in nieuwe zakken denk ik persoonlijk, maar ook een kans om het oude psychotherapeutische metier van luisteren en inleven weer meer plaats te geven. Het aardige is overigens dat je dezelfde tendens ook bij de andere psychotherapieverenigingen in Nederland ziet. Het lijkt erop

dat de integratie is begonnen. Naar de toekomst kijkend denk ik dat dit de opgave van de NVRG is voor de komende jaren. Om zich daarna misschien wel te kunnen opheffen. Niet om het kind met het badwater weg te gooien; maar omdat systeemdenken dan zodanig met andere psychotherapieaders verweven is dat een aparte vereniging niet meer nodig is.

Zelf kom ik uit een domineesfamilie en wat dat betreft valt de appel niet ver van de boom. Ik zie psychotherapie en dus ook systeemtherapie toch ook altijd een beetje als pastoraat. Het gaat voor mij vooral om het organiseren van een context van zorg en hoop waarin er

plaats kan zijn voor echte aandacht voor elkaar. Wat dat betreft is de ontwikkeling van de systeemtherapie goed met mijn eigen ontwikkeling meegegroeid. En ik ben met de ontwikkeling van de systeemtherapie meegegroeid, zeg ik dan gelijk als goede systeemtherapeut. Het is allemaal veel genuanceerder en subtieler geworden en zodoende ook dichterbij de huid van zowel de therapeut als zijn cliënten. Ik ben net vijftig geworden en dan begint langzaam het besef door te dringen dat je jezelf niet altijd zo vreselijk serieus moet nemen. De NVRG is echter pas op de helft en dus wens ik haar nog veel eigengereide jaren toe. Of zij de vijftig haalt weet ik niet zo zeker, maar dat is ook niet zo be-

**... het zal me
inmiddels worst
wezen of iets al of
niet
'systemisch' is...**

langrijk. Wel belangrijk is het dat therapeuten van diverse pluimage met elkaar in gesprek blijven over hoe zij de vastgelopen gesprekken van hun cliënten weer vlot kunnen trekken. Ik ben nieuwsgierig hoe het verder gaat.

Hans Schuurman

is psychotherapeut en heeft een eigen praktijk in Hoorn. Hij is opleider en supervisor bij de NVRG. Verder is hij lid van het Algemeen Bestuur en de Commissie Bij- en Nascholing van de NVRG.



Blijven zoeken

Ruim 35 jaar geleden kreeg ik mijn eerste aanstelling als psycholoog bij een adolescententeam van de GGZ in Brabant. De bedoeling was dat ik adolescenten ging behandelen die bang, somber, verslaafd of anderszins de weg kwijt waren. Het was in die tijd niet echt mode om mensen van een diagnose te voorzien. De echo van de antipsychiatrie was nog hoorbaar in de provincie, dus ik besloot dat ik gedragstherapeut was, of zou worden.

Ik wilde op zichzelf best anti zijn (had tijdens mijn studententijd als vrijwilliger gewerkt bij het JAC, het Jongeren Advies Centrum, en in dat kader ouders van weggelopen jongeren uitgelegd dat ze alles totaal verkeerd aanpakten) maar wist te weinig van psychiatrie. In die tijd leerde je daar tijdens je psychologiestudie niet veel over. En in het veld stuitte ik

op de gedachte dat op een respectvolle en betrokken manier praten met patiënten over hun gevoelens al genezend zou werken. Daar was naar mijn idee niks mis mee, maar het was wel wat weinig.

Want als therapieën mislukken, ga je zoeken.

**... gezinstherapeuten
vlogen de
wereld over om die
te
verbeteren...**

De gedragstherapie bood een kader om problemen te verklaren en te behandelen. Ik vond het een hele opluchting. Van gedragstherapie naar systeemtherapie bleek een logische stap. Immers gedragstherapeuten wisten al dat de reactie van de omgeving gedrag kan doen toenemen of verminderen. De enige theoretische stap die je vervolgens hoefde te zetten, was dat niet alleen de een de ander beïnvloedt, maar ook de ander de een. Enigszins lastig bleek dat je als echte systeemtherapeut en als gezin het idee moest loslaten dat de een toch