

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

Mijn weekend begint elke dag

Twintig jaar geleden, in 1988, werkte ik in Psychiatrisch Ziekenhuis 'Bloemendaal', op een open resocialisatieafdeling voor jonge, schizofrene patiënten. In 1986 had ik daar mijn eerste cursus Systeemtherapie gevolgd. Van 1988 tot 1990 deed ik de Voortgezette Opleiding Maatschappelijk (Therapeutisch) Werk en van 1993 tot 1998 volgde ik een tweede opleiding Systeemtherapie, inclusief supervisies in het Lorentzhuis. Sinds 1998 ben ik gewoon lid van de NVRG. Ik kon in 1997 nog net gebruikmaken van de overgangsregeling om toegelaten te worden tot de psychotherapieopleiding, waarmee ik in 2000 mijn BIG-registratie haalde. Ik ben de systeemtherapie tot nu toe altijd trouw gebleven.

Mijn eerste therapie-ervaringen in 'Bloemendaal' heb ik als ingrijpend en betekenisvol ervaren. De systeemtherapie kwam net op gang, iedereen begon er een beetje van te proeven en van mijn toenmalige bazen mochten we gaan pionieren. Samen met onder andere Tim Zwaan waren we een hechte club collega's met opleiders die we hoog hadden zitten.

De eerste jaren was ik vaak zenuwachtig en onzeker als we een nieuw gezin kregen. Ik voelde me groen als gras

en extra onzeker omdat ik niet universitair was opgeleid. De ergste beproeving in mijn leven was in 1987, toen wij met ons groepje *live* supervisie kregen van Leo van Dijk. Het was de eerste zitting. Een collega bracht een ingewikkeld gezin in en ik was ondertussen blij dat ik niet als eerste aan de beurt was. Totdat Leo zei dat hem beter leek dat ik en niet

...de ergste beproeving in mijn leven...

de vaste therapeut het gezinsgesprek leidde, omwille van de neutraliteit en om voor het gezin te benadrukken dat dit een belangrijk moment was. Ik schrok vreselijk. Maar

Leo zei dat ik gerust achteruit kon gaan leunen en doen alsof mijn weekend was begonnen. Niet ik had een probleem, maar de mensen tegenover mij. Ik heb het overleefd en deze ervaring zorgt er nog steeds voor dat ik binnen deze therapievorm veel durf.

We experimenteerden heel veel in die tijd, maar met zorgvuldigheid en respect. In de late jaren tachtig werd 'Bloemendaal', ook onze afdeling, in kort tijdbestek geconfronteerd met een aantal geslaagde suicides. Het leek wel besmettelijk. Van die patiënten werd een enkeling systemisch behandeld. Ik herinner me een keer, met een van ons vóór en een achter de spiegel, dat wij met een patiënt en diens ouders spraken over schizofrenie en drugsgebruik.

Dat gesprek was zeer beladen en familieleden zeiden onaangename dingen, over de patiënt maar ook over ons. Op dat moment konden we niets met zaken als circulariteit en neutraliteit en dergelijke. Deze patiënt maakte korte tijd later een eind aan zijn leven. Dit heeft ons toen zeer geschokt en we zijn lange tijd bezig geweest om te analyseren of het allemaal wel zo mooi en aardig was, die systeemtherapie. Daar kwamen we niet echt uit. Hadden we hen met rust moeten laten? Omdat we allemaal nog aan het begin van onze carrière als systeemtherapeut stonden, was onzekerheid voor ieder van ons zo nu en dan aan de orde. Het was een groot voordeel dat we nooit alleen hoefden te opereren. Ook het verpleegkundig team raakte in de ban van ons werk. Ze keken veel meer dan voorheen naar het grotere geheel rondom de patiënt.

In *live* supervisies bij Justine van Lawick raakte ik gegrepen door de kracht van het *reflecting team*, als zij het gesprek met het gezin stopzette en met mij en/of mijn collega ging overleggen over wat we beter konden doen of wat we dachten dat er op dat moment aan het gebeuren was. Deze werkwijze gebruik ik nog steeds. Cliënten en supervisanten vinden dat soms moeilijk, want er wordt over hen gepraat waar ze bij zitten. Maar juist dat is het sterke punt. Cliënten weten zo hoe er over hen en

de therapie gedacht wordt. En het zorgt ervoor dat ik zorgvuldig over cliënten praat en mijn woorden ten gunste van hen overweeg.

Ik vind wel dat er de laatste jaren veel is veranderd. Niet zozeer wat mijn eigen vakinhoud betreft, hoewel ik natuurlijk sommige dingen anders doe dan vroeger. Vroeger leerde je bijvoorbeeld dat als het systeem niet in z'n geheel kwam opdagen, het gesprek niet doorging.

**...laat me toch
gewoon gaan praten
met die mensen...**

Daar ben ik al eeuwen vanaf. Maar eromheen is zoveel veranderd. Als ik een heel systeem aangeboden krijg, moet er zo veel administratie gebeuren. Dan denk ik wel

eens: laat me toch gewoon gaan praten met die mensen. Ander voorbeeld, ik werk nu onder andere op een afdeling Seksuologie. Ik merk dat ik als seksuoloog gemakkelijk praat over seks. Tegelijkertijd hoor ik van andere systeemtherapeuten die elders werken, dat er vandaag de dag nog steeds met moeite en zelden over seks wordt gesproken. In de opleiding mag daaraan wel meer aandacht worden besteed.

Door de jaren heen is systeemtherapie steeds meer gewoon en van mijzelf geworden. Ik had vroeger nooit gedacht dat dat zo sterk kon worden. In mijn dagelijks leven kom ik er echter niet meer omheen en niet meer van los. Dat wil ik ook niet. Nooit zie ik meer op tegen een 'lastig' gezin of paar. Altijd levert

het me positieve energie op. Ik realiseer me dat ik het veel moeilijker vind om een-op-een te werken dan met meer mensen tegelijk. Ik vind het heerlijk om er belangrijke anderen bij te hebben. Iedereen die bij de systemische context betrokken wordt, vindt dat ook prettig. Wat dat betreft kan ik niet meer terug. Nog steeds blijf ik geïnspireerd door gezinscontexten, met alles wat daarbij hoort. De grootste waarde zit hem voor

mij in de basishouding: oprechte belangstelling tonen in wat mensen te vertellen hebben, een beetje van hen houden, hun taal spreken en rustig blijven.

Mijn weekend begint iedere dag.

Ellie Smit

werkt als psychotherapeut, systeemtherapeut en seksuoloog bij Psy-Q in Den Haag en Voorburg en in een eigen praktijk in Delft



Hoe het ijs minder hard en koud werd

Mijn kennismaking met systeemtherapie begon twintig jaar geleden, toen ik als leerling B-verpleegkundige op een therapeutische gemeenschap voor jonge mensen met onder andere borderline problematiek werkte. De term 'borderline' was iets betrekkelijk nieuws dat te maken had met de grens tussen neurose en psychose. Daarbij konden deze mensen ook erg moeilijk grenzen stellen en verdragen, dus het was een mooie dubbelzinnige term, vond ik. En dat in het tijdperk dat Madonna de hitlijsten bestormde met het nummer 'Borderline'!

Na twee jaar geriatric en 'langdurig verblijf' keek ik mijn ogen uit. Hier gebeurde iets. Veel personeel, de een nog geleerder dan de ander, met opleidingen en titels die ik tot dan toe nog niet was tegengekomen, en het daarmee samen-

hangende jargon dat onbegrijpelijk was voor een nieuweling. Als leerling 'socio' mocht je niet zoveel. Allerlei spannende zaken zoals drama, groepstherapie en psychomotorische therapie mocht ik tot mijn grote spijt niet meemaken. Soms, heel soms, mocht ik echter wel plaatsnemen achter de doorkijkspiegel bij een gezinsgesprek. Ik zag wat er allemaal gebeurde met de gezinsleden, met het geklop op het raam, het heen en weer lopen van de diverse therapeuten, de opwindende heen en weer flitste tussen de teamleden... Ik genoot van de hectiek en de pure magie. Al begreep ik er eigenlijk niets van, ik wist: dít was het echte werk, hier draaide het allemaal om.

Toentertijd werd de oorzaak van deze ernstige ziekte van de jongvol-