

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

Masterclasses door Jaakko Seikkula

Georganiseerd door het Lorentzhuis Haarlem, 19-20 mei 2011 te Amsterdam en Haarlem.

Jaakko Seikkula gaf in mei twee dagen een masterclass in Nederland. De eerste dag in Amsterdam met als titel 'Open Dialoog bij psychiatrische crises' en de tweede dag in het Lorentzhuis in Haarlem met als onderwerp 'Open Dialoog bij paren en depressies'.

Jaakko Seikkula is klinisch psycholoog en gezinstherapeut, en hoogleraar in de psychotherapie aan de universiteit van Jyväskylä in Finland. Tot 1998 werkte hij in Lapland, waar hij de zogenaamde Open Dialoog-benadering ontwikkelde en bestudeerde bij de behandeling van acute psychoses. Sinds 1998 doet hij onder meer onderzoek naar het effect van het gebruik van de Open Dialoog in andere settingen, bijvoorbeeld bij consultaties in bedrijven, maar ook, onder andere, naar het effect en proces van gezinstherapie bij depressies en psychose. Seikkula is onder andere de mede-auteur van het boek *Dialogical meetings in social networks* (2006) en publiceerde verschillende artikelen (2003, 2008).

De basis van de Open Dialoog is te vinden in een citaat uit 1984 van M. Bakhtin: 'To live means to participate in dialogue: to ask questions, to heed, to respond, to agree, and so forth. In this dialogue a person participates wholly

and throughout his whole life: with his eyes, lips, hands, soul, spirit, with his whole body and deeds.' Seikkula legde er in zijn masterclasses de nadruk op dat een persoon geen losse entiteit is maar alleen intersubjectief gedefinieerd kan worden. Een mens maakt tijdens zijn leven steeds contact met de omgeving, er is een voortdurende dialoog. De stemmen van die dialoog integreer je als mens in jezelf en zij zijn altijd in meer of mindere mate aanwezig. Het leven, zegt Seikkula, is leven in de polyfonie van stemmen. Hij maakt daarbij onderscheid tussen horizontale polyfonie en verticale polyfonie. Onder horizontale polyfonie wordt dan verstaan alle mensen, stemmen, die in een ruimte aanwezig zijn; onder verticale alle innerlijke stemmen. Dat kunnen de geïncorporeerde stemmen zijn van bijvoorbeeld man, vader, zoon, therapeut, etc. Het zijn de stemmen die innerlijk gehoord worden wanneer er gesproken wordt over een bepaald onderwerp. Verwijzend naar Bakhtin noemde Seikkula de innerlijke stemmen 'de sprekende persoonlijkheid, het sprekende geweten'.

Het intersubjectief gedefinieerd zijn van een persoon is natuurlijk niet een statisch geheel, maar is een zich steeds

ontwikkeld proces. Of anders gezegd, elke dialoog kan het polyfonische zelf doen veranderen. En daar ligt dan ook de mogelijkheid tot psychotherapie.

Wat voor methode is nu de Open Dialoog? Uitgangspunt, bijvoorbeeld bij het werken met psychotische patiënten of met mensen in crisis, is dat de aangemelde patiënt samen met het systeem gezien wordt.

Dit om zoveel mogelijk stemmen in de ruimte te krijgen die kunnen bijdragen aan de bespreking van de onderwerpen die het systeem aandraagt en ook om een nieuwe gezamenlijke ervaring te verkrijgen. Patiënten worden bijvoorbeeld niet opgenomen als er niet binnen 24 uur een systeemgesprek plaatsvindt. Het systeem wordt bij alle behandelbeslissingen betrokken.

Verder geeft Seikkula nog een aantal richtlijnen. Hij praat over thema's die het nu weergeven in plaats van te praten over verhalen uit het verleden. Volg wat gezegd wordt en praat niet vanuit een expertpositie. Het gesprek wordt van tevoren qua inhoud niet voorbereid door de therapeut. Luister naar de verschillende stemmen, zowel de horizontale als verticale, ook naar die van jezelf als hulpverlener. Neem ook tijd om tijdens het gesprek met je collega's te reflecteren. En neem vooral de tijd en de ruimte, ook stiltes zijn zeer belangrijk. Verder zegt Seikkula dat een crisis gebruikt kan en moet

worden. Het is een moment waarop mensen bereid zijn de dialoog aan te gaan en de mogelijkheid hebben om nieuwe ervaringen, nieuwe stemmen, te integreren.

Het lijken allemaal open deuren. Maar naar de praktijk kijkend, ook die van mijzelf, weet ik dat het zo niet vaak gaat. Over het algemeen staat er meer een probleem centraal, waarbij de therapeut misschien niet altijd in de rol van expert zit maar minstens wel in de rol van gids.

Maar wat Seikkula, naast de manier waarop hij gesprekken voert, bijzonder maakt, is de uitkomsten die hij laat zien van eigen, naturalistisch, onderzoek. Van de mensen die met een acute psychose bij hem en zijn groep kwamen en samen met hun systeem volgens de Open Dialoog-methode werden behandeld, was 55% na vijf jaar weer geheel aan het werk en zo'n 20% studeerde. 80% had geen psychotische episode meer in de vijf jaar die volgden. En daarbij vertelde Seikkula ook dat er een minimum aan anti-psychoptica werd gebruikt, bij tweederde van de patiënten zelfs helemaal niets. Ook was na de invoering van de Open Dialoog-methode het aantal opnamedagen in de vijf jaar na de eerste psychose meer dan gehalveerd ten opzichte van de periode daarvoor.

Dit zijn resultaten die iedereen wel zou willen hebben en die bij een aan-

...leven in de polyfonie van stemmen...

tal deelnemers aan de masterclasses de vraag deed rijzen wat zij in hun dagelijks werk verkeerd doen. Een van de grote verschillen met ons land is dat in de streek waar Seikkula dit onderzoek heeft gedaan iedereen in het psychiatrische ziekenhuis systeemtherapeutisch getraind is. Een van de andere mogelijke verklaringen die door de deelnemers werd genoemd, is dat dit onderzoek is gedaan in de context van een kleine plaats in Lapland waar geen andere ggz-voorziening is. Maar ook in een aantal grote steden, onder meer in Duitsland, wordt nu met de Open Dialoog geëxperimenteerd. Een veel gehoorde vraag was ook: is datgene wat Seikkula en medewerkers als psychose hebben geclassificeerd ook de psychoses die wij zien?

Op de laatste dag was er een live gesprek met een echtpaar in crisis, dat door een van de therapeuten van het organiserende Lorentzhuis samen met Seikkula gevoerd werd. Wat opvalt is dat Seikkula veel luistert, af en toe wat teruggeeft in de woorden van het echtpaar. Dat teruggeven, doordat dit toch maar enkele elementen zijn van hetgeen gezegd is, is eigenlijk het enige sturende in het gesprek. Maar dat is maar zeer beperkt. Voor de toehoorder lijkt het tempo soms erg laag. Maar ik kan me ook voorstellen dat men zich zeer gehoord voelt.

Beide dagen gaven veel stof tot reflectie. Het zou naar mijn idee geweldig zijn als de psychiatrie in Nederland ooit nog eens op zo'n manier systemisch kan gaan werken als Seikkula doet. Ik ben me er weer erg bewust van geworden dat ik nog meer in dialoog moet gaan en minder bezig met doelen en interventies. En dan natuurlijk die onderzoeksresultaten – die zijn zo goed

dat het bijna ongeloofwaardig is. Als er maar een gedeelte van deze resultaten bereikt zou kunnen worden door in de psychiatrie meer via een Open Dialoog, dus ook systemisch te werken, dan is dat al winst. Maar bovenal was het bijzonder om de persoonlijke stijl van Seikkula te zien. Zoveel rust en acceptatie. De Open Dialoog is geen methode maar een stijl van leven, zoals hij zelf zei.

Jurgen Cornelis

Literatuur

- Seikkula, J. (2003). Open dialoog met goed en slecht resultaat bij psychotische crises. *Gezinstherapie Wereldwijd*, 14(2), 113-132.
- Seikkula, J., & Arnkil, T.K. (2006). *Dialogical meetings in social networks*. London: Karnac.
- Seikkula, J. (2008). Inner and outer voices in the present moment of family and network therapy. *Journal of Family Therapy*, 30(4), 478-491.

