

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

Laat liefde aan het toeval over

Interview met Peter Rober over het vak systeemtherapie

Nine van Stratum & Leny van Dalen

Peter Rober is gezinstherapeut in Context (centrum voor relatie-, gezins- en sekstherapie, universitair psychiatrisch centrum aan de Katholieke Universiteit Leuven) en als hoogleraar verbonden aan deze universiteit. Hij is auteur van *Samen in therapie* (2002), *De naakte therapeut* (2003) en *Gezinstherapie in praktijk* (2012).

We ontmoeten hem op het universiteitsterrein in Kortenberg, waar hij net zijn laatste les van die dag gegeven heeft. Nog voordat de praktische zaken over het interview zijn uitgewisseld, gaan we de diepte in en zitten we midden in het gesprek.

De verbinding van het vak van systeemtherapeut met de therapeut als persoon – het onderwerp van ons gesprek – brengt Rober direct op een thema dat voor hem zeer belangrijk is. Namelijk, en dat zal als een rode draad door het interview lopen, hoe belangrijk het is oor en oog te hebben voor wat juist niet gezegd wordt. Het is een thema waarin hij zich in het bijzonder in zijn onderzoekswerk verdiept heeft en dat hem nog steeds boeit. Onze vraag naar wie de persoon Peter Rober is brengt hem bij een grens, zo zegt hij, tussen waarover hij wil spreken en waarover hij niet wil spreken. Het spreken over zichzelf als persoon raakt ook hen die belangrijk zijn in zijn leven, dus daar wil hij uit respect voor hen niet veel over kwijt. Maar wel praat hij graag over het belang van wat on gezegd blijft. Dat heeft hem altijd gefascineerd.

‘Alles wat gezegd wordt, is een selectie van wat gezegd zou kunnen worden. Deze selectie is ongelooflijk belangrijk.’ Door het wel of niet uitspreken van zaken definiëren we onze relaties. In onze cultuur en in de overtuiging van veel psychotherapeuten heerst er een gebod op spreken. Het is de impliciete norm dat men over moeilijkheden ‘moet’ praten en dat men openheid van zaken moet geven. Hierbij hoort ook onze neiging om het gesproken woord te veel gewicht te geven en kunnen we volledig voorbij gaan aan het belang van het niet spreken.

Het is heel belangrijk om in de therapie aandacht te geven aan het zwijgen, het geheim houden en het aarzelen om iets onder woorden te brengen. Rober benadrukt dat mensen juist recht hebben op zwijgen. Woorden zijn zeker belangrijk, maar als je echt goed wilt luisteren, moet je naar de stiltes luisteren. In die stiltes zitten meer woorden dan in de zinnen die uitgesproken worden. Hij illustreert dit met een treffend voorbeeld uit de film *Schindler's list* van Steven Spielberg over de Holocaust. 'Hoe kun je een Hollywoodfilm maken over de Holocaust?! Dan zie je dat Spielberg een film maakt die gaat over honderden joden die gered zijn, terwijl de Holocaust gaat over miljoenen joden die vermoord zijn. Het is moeilijk zo niet onmogelijk een film te maken over een paar miljoen joden die vermoord zijn. Dat gaat bijna niet, dat kun je niet laten zien. Als je daar iets over wilt zeggen, moet je praten over degenen die het overleefd hebben.' Wat hij in de film heel treffend vindt, is het meisje in de rode jas. De film is vrijwel helemaal zwart-wit, maar zij loopt erin rond in haar felrode jasje. Bij de ontruiming van het getto van Warschau loopt zij rond, anoniem, en ze lijkt aan niemand gebonden. Later komt ze terug, ze ligt dan op een kar met dode mensen. Rober zegt: 'Dat is het verhaal van de Holocaust. Het is een verhaal zonder woorden en voor mij gaat het daarover.'

In de systeemtherapie staat voor hem dan ook de vraag centraal: hoe kan de therapeut ruimte maken voor wat niet gezegd kan worden? Door goed te luisteren naar de stilte. En dat lukt wanneer de therapeut de niet-wetende houding aanneemt en accepteert dat hij of zij de ervaringen van cliënten niet kan grijpen of begrijpen. Onderzoek toont aan dat je zielenpijn nauwelijks in woorden kunt uitdrukken maar des te meer kunt horen in de stiltes. Ann Hooghe deed onderzoek naar rouw bij echtparen die een kind aan kanker verloren hebben. Zij vroeg aan deze ouders wat voor hen goede redenen zijn om er niet over te willen praten. Ze vertelden haar dat wat zij voelen niet in woorden uitgedrukt kan worden, want deze woorden zouden een gebrek aan respect tonen voor hun gevoelens. Dit komt overeen met een nog lopend onderzoek over getraumatiseerde vluchtelingen. Elk woord dat gezegd zou worden zou de ervaringen tekort doen.

Rober vertelt ons hoe hij min of meer toevallig in het vak van systeemtherapie terecht is gekomen. Na zijn studie kinderpsychologie wilde hij psychoanalytisch speltherapeut worden. Hij stelde zich kandidaat in Leuven maar kreeg tijdens het sollicitatiegesprek het advies om nog een jaar ervaring op te doen in het werkveld. Vanwege de toen geldende dienstplicht kreeg hij de kans om zijn vervangende dienstplicht uit te oefenen in het Communicatiecentrum, onderdeel van de universitaire psychiatrische kliniek te Lovenjoel, onder leiding van Alfons Vansteenwegen. Hij

raakte gefascineerd door de praktijk van het werken met gezinnen en echtparen en door de passie waarmee de medewerkers van het centrum werkten. Daar is de interesse in het vak ontstaan en gegroeid. De vraag wat hem aan het vak gebonden heeft gehouden, waarom hij niet alsnog de analytische opleiding is gaan doen, kan hij niet direct beantwoorden.

In zijn loopbaan als gezinstherapeut heeft hij van vele verschillende therapeuten uit vele verschillende stromingen geleerd. Hij noemt Minuchin, Andolfi, Whitaker. Ook maakt hij gebruik van psychoanalytische en gedragstherapeutische interventies. Het artikel van Harlene Anderson en Harold Goolishian, *Human systems as linguistic systems* (1988), is van grote invloed op hem geweest. Dit was het eerste artikel dat hem de taal gaf om over zijn gezinstherapeutisch werk na te denken. Hij is zich vervolgens meer gaan verdiepen in de betekenis van taal, de taalfilosofie en ook in de narratieve therapie. De zogenaamde 'linguistic turn' in de filosofie en in de menswetenschappen aan het einde van de vorige eeuw, waarbij taal plotseling heel belangrijk werd, is van grote invloed op de gezinstherapie geweest. Zo ontstond het sociaal-constructionisme en werden de werken van onder andere Wittgenstein en Bakhtin belangrijk.

Vanwaar deze fascinatie met taal? Misschien, zo zegt Rober, omdat hij uit een familie komt waarin taal altijd belangrijk is geweest. Zijn moeder en een aantal ooms en tantes en nichten studeerden Germaanse filologie. Zijn vader heeft altijd veel gelezen en literatuur was belangrijk in hun gezin. 'Ik heb het dus voor een deel met de moedermelk meegekregen en houd daarnaast zelf ook erg van schrijven.'

Tijdens het gesprek staan we ook stil bij het 25-jarige bestaan van dit tijdschrift. We kijken terug op de ontwikkeling van het veld tot nu toe en kijken vooruit. Rober deelt zijn zorg met ons, die gaat over hoe wij momenteel omgaan met kennis. 'Ik ben bang dat we in onze cultuur in een richting evolueren waar enkel de kwantificeerbare dingen nog tellen. Als het niet telbaar is, betekent het niets.' In zijn nabije omgeving maakt hij momenteel mee dat collega's en personen die belangrijke leermeesters waren met pensioen gaan of zijn overleden. Hij had niet voorzien dat met het uit het veld verdwijnen van deze personen ook voor een belangrijk deel hun kennis verdwijnt. De ervaring dat kennis niet enkel opbouwt maar dat sommige kennis ook verdwijnt, heeft hem bang gemaakt. Deze angst hangt nauw samen met de huidige tijdgeest, waarin kennis steeds meer gevat wordt in kwantitatief-wetenschappelijke paradigma's. Hij vindt kwantitatief en effectonderzoek belangrijk, maar dat is niet de enige kennis die we bezitten en moeten vergaren. In de discussie over kwantitatieve en kwalitatieve kennis is het niet het een of het ander. Het is beide. Er heerst echter een soort nuchterheid waarbij

we eerder minder dan meer verhalen willen en waarbij evidence-based onderzoek als de enige 'waarheid' wordt gezien.

Psychotherapie is juist eerder te vatten in verhalen, benadrukt Rober, en niet in de vraag of psychotherapie wel effect heeft. Dit vindt hij een verkeerde vraag. Psychotherapie is een relatie aangaan. Het gaat niet over objectiveerbare zaken maar over de betekenis die je geeft aan het gesprek en over wat je ervaart tijdens het gesprek. Uitgaan van de vraag of therapie effect heeft, heeft vervolgens ook invloed op de politieke debatten die gevoerd worden. Rober zou het ons vak gunnen om onder andere de vraag 'heeft therapie effect' niet als vanzelfsprekend aan te nemen, maar na te denken over of de vragen die wij stellen wel zo vanzelfsprekend zijn. Oftewel: terug naar de Franse complexiteit in ons denken. Wanneer we uitgaan van de idee dat psychotherapie een relatie is, dan is de vraag of dit effect heeft eigenlijk haast dezelfde als de vraag of verliefdheid effect heeft. Zelfs de liefde wordt in de huidige tijdgeest meer en meer gevat in

25 JAAR SYSTEEMTHERAPIE

'Knowledge and expertise are tentatively offered as food for thought and dialogue and remain open to challenge and change.'
(Harlene Anderson)

objectief meetbare zaken. Rober moet denken aan een reclame van een huwelijksbureau met de slogan: laat liefde niet aan het toeval over. 'Doe dat alstublieft wel', roept Rober ons toe, 'laat liefde aan het toeval over.' Daarin zit een wijsheid die de software die datingbureaus gebruiken om mensen te matchen niet kent.

Therapie moet natuurlijk wel nut hebben, nuanceert Rober. Maar de manier waarop dat nut tegenwoordig gemeten wordt, met de focus op het oplossen van een probleem, is te eng. Psychotherapie wordt tot een product gemaakt, te vergelijken met andere economische producten. Echter, in een therapie ga je samen met de cliënten op weg en stuur je gezamenlijk het proces. Wanneer de focus slechts het oplossen van een probleem is, verdwijnt de vertrouwensrelatie en ontstaat er meer en meer een economische relatie.

Wat is volgens Rober dan dat nut van psychotherapie? Wat is het meest waardevolle wat je als therapeut een gezin te bieden hebt? 'Luisteren, naar de stiltes, met al je zintuigen, met je hart.' Dat luisteren zelf en het beluisterd worden al een effect heeft, illustreert hij aan de hand van een live sessie van Lieven Migerode met een echtpaar in de opleidingsgroep. Het echtpaar vertelde over hun worsteling en daarop stopte Migerode de

sessie. Hij vroeg aan de groep om in één zin te zeggen wat zij gehoord hadden. Er kwamen korte zinnen als 'ik mis je' en 'ik mis wie we waren'. Dit betekende zoveel voor deze mensen, want dat was wat zij tegen elkaar probeerden te zeggen. Na afloop bij het afscheid draaide de vrouw zich nog naar de groep en zei: 'Bedankt dat jullie zo goed geluisterd hebben.'

Momenteel lijkt er, parallel aan de economische crisis, in de psychiatrie en in mindere mate ook in de klinische psychologie een verandering gaande. Er worden vraagtekens gezet bij diagnoses en het veelvuldig gebruik van medicatie wordt in twijfel getrokken. De fundamenteën van de psychiatrie zoals die zich in de laatste decennia heeft ontwikkeld, worden ter discussie gesteld. Door kritiek en twijfel of zaken wel zo moeten, ontstaan nieuwe ideeën en ontstaat er ruimte waarin geëxperimenteerd kan worden. Dit stemt Rober hoopvol. Het is een kans voor ons veld en hij hoopt dat we deze kans zullen grijpen. 'Ik hoop dat de geestelijke gezondheidszorg weer een alternatief wordt voor maatschappelijke evolutie en dat zij niet enkel een handlanger van de maatschappij zal zijn. Wanneer we luisteren naar het verhaal van mensen met geestelijke problemen, wordt ons de weg gewezen naar wat er mankeert aan onze tijd. Wij moeten deze mensen helpen en tegelijkertijd, naar aanleiding van wat zij ons vertellen, nadenken over waar we naartoe willen met de maatschappij.'

Rober vindt het positief dat er in ons tijdschrift altijd aandacht is gegeven aan taal, aan casussen en interviews. Maar we moeten er wat hem betreft ook voor zorgen dat er aandacht blijft voor de grondleggers van het vak. Hun verhalen en kennis moeten we blijven horen en meenemen, zodat niet met hun afscheid ook hun wijsheid en rijke ervaringen verdwijnen. Hopelijk blijven we aan ons mooie systeemvak bouwen met alle soorten kennis die in heden en verleden zijn verzameld.

Nine van Stratum is systeemtherapeut i.o. bij polikliniek Traverse van Intermetzo in Zutphen en Maarsbergen. E-mail: nvanstratum@intermetzo.nl.

Leny van Dalen is psychiater en systeemtherapeut bij Stichting Geriant in Heerhugowaard.

Literatuur

Anderson, H. & Goolishian, H. (1988). Human systems as linguistic systems — Evolving ideas about the implications for theory and practice. *Family Process*, 27(4), 371-393.

Rober, P. (2002). *Samen in therapie — Gezinstherapie als dialoog*. Leuven: Acco.

Rober, P. (2003). *De naakte therapeut*. Leuven: Acco.

Rober, P. (2012). *Gezinstherapie in praktijk — Over ontmoeting, proces en context*. Leuven: Acco.