

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

Professie & Persoon

Liefdevol en vasthoudend – interview met Frans Holdert

Cathy Van Gorp & Erica Siegers

Op een zonnige winterse dag hebben we een afspraak met Frans Holdert in het Amsterdams Instituut voor Gezins- en Relatietherapie (AIGR) aan de Prinsengracht. We worden ontvangen in een ruime, lichte werkkamer, met zorg ingericht, gitaar in de hoek en prachtig uitzicht op de gracht.

Holdert is arts-psychotherapeut en heeft als (kinder)psychiater en systeemtherapeut meer dan dertig jaar gewerkt met gezinnen met voornamelijk een gezinslid met psychiatrische problemen. Hij is één van de oprichters van het AIGR. Hij en Marian Ploegmakers-Burg zijn de enige twee actieve medewerkers die sinds de oprichting in 1986 nog steeds werken voor het instituut. 'Dit is een zeer fijne praktijk om te werken, zowel de plek als de mensen', zegt Holdert met merkbare trots terwijl hij voor ons een krentenbroodje smeert. 'Mensen hebben echt behoefte aan relatie- en gezinsgesprekken. Ook al vergoedt de verzekeraar de gesprekken die wij bieden niet, mensen maken toch de keuze.'

Holdert is als opleider, supervisor en leertherapeut erkend door de Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie (NVRG) en de Vereniging voor Kinder- en Jeugdpsychotherapie (VKJP), publiceerde meerdere artikelen over systeemtherapie, schreef hoofdstukken in boeken en geeft lezingen en workshops op het gebied van systeemtherapie en psychiatrie. Daarnaast biedt hij een supervisoropleiding voor de NVRG en geeft hij coaching aan individuen en teams.

Zijn artikel 'Hubris in gezinstherapie' (1992) heeft in de tijd zijn waarde niet verloren. Holdert beschrijft hubris als de overmoed om te denken dat oncontroleerbare gebeurtenissen toch beheersbaar zijn. In een recent artikel (2013) komt dezelfde kritische toon naar voren ten opzichte van de neiging tot idealiseren van een nieuwe stroming en het overschatten van de vaak bescheiden bijdrage die therapie kan leveren bij een ernstige stoornis of handicap. Holdert heeft duidelijk zijn sporen verdiend in de systeemtherapie en hij heeft veel stromingen zien komen en gaan.

Wij zijn benieuwd hoe hij nu, na zoveel jaren ervaring en vanuit de specifieke combinatie van zijn werk als systeemtherapeut en psychiater, aankijkt tegen de ontwikkelingen binnen de systeemtherapie.

De vraag hierover brengt Holdert meteen in een bevlogen betoog in hoog tempo. 'Vaak wordt een tegenstelling gezien tussen psychiatrie en systeemtherapie. In psychiatrie gaat het over diagnoses en stoornissen die moeilijk kunnen veranderen. Systeemtherapeuten willen wonder vragen stellen zodat het allemaal weer toverachtig en fantastisch gaat. Over die hubris in gezinstherapie heb ik lang geleden een artikel geschreven. De voornaamste functie van de systeemtherapie is het gezin helpen te leven met wat er is: de beperkingen, de afwijkingen en het gedoe. De symptomen van een kind met ADHD worden inderdaad beter als de interactie verandert, maar daarmee is de ADHD niet weg. De beste behandeling is een kwestie van en-en-en; individuele gedragstherapie voor het kind, goede structuur, de interactie bespreken tussen de driftbuien van vader en zoon, afspraken maken over het nemen van een time-out. Als gedurende het behandelproces blijkt dat één van de ouders getraumatiseerd is, kan die ouder baat hebben bij EMDR. Als het gezin dan als gezin voor een gesprek komt, zie je dat dat helpt, al die dingen bij elkaar. En als dat allemaal nog niet voldoende is, dan kan ook Ritalin helpen.' Holdert is van mening dat de verschillende petten van psychiater en systeemtherapeut elkaar niet hoeven uit te sluiten zolang je altijd duidelijk communiceert over het hebben van deze beide rollen.

Holdert is zeer gedreven als hij praat over zijn visie en werk. Dan herneemt hij zich even. 'Ik moet bekennen dat ik in het begin van mijn loopbaan, toen ik nog maar net psychiater was en helemaal geloofde in wat Palazzoli (1979) verkondigde in *Paradox en tegenparadox*, ook volledig geloofde in de wonderen die ik zou kunnen verrichten voor gezinnen. Ik ben op een gegeven moment door een cliënt op mijn vingers getikt toen ik haar medicatie voor haar bipolaire stoornis drastisch wilde afbouwen. Dat was het moment waarop ik begon te luisteren naar de mensen', zegt hij met de nodige zelfrelativering. Holdert waarschuwt voor het geloof in de mythe die schuilt in het te ongenueanceerd en te gedreven voor één enkele theorie of vertegenwoordiger van een visie te gaan.

'Ik ervaar tot op de dag van vandaag gezinstherapie als zeer inspirerend. Dat heeft alles te maken met mijn eigen jeugd en familiegeschiedenis. Ik had een nogal ingewikkelde moeder en daarnaast een toch wel bijzondere geschiedenis aan zowel moeders als vaders kant.' Holdert beschrijft zijn moeder als een bij vlagen depressieve, dwangmatige vrouw. Toen Holdert zeven was, scheidden zijn ouders. Zijn vader kon niet

Cathy Van Gorp & Erica Siegers

goed meer tegen de ruzies. Holdert groeide daarna op bij zijn moeder en zijn acht jaar oudere broer. 'Ik ben ervan overtuigd dat het me in mijn werk sterkt dat ik me ook vroeger al wist staande te houden, als bemiddelaar en regelaar in het gezin. Ik zat er ook voor de scheiding vaak tussenin en ben niet bang van geschreeuw. En ze luisterden ook nog naar me. Ik leerde al snel dat mensen na heftige emoties ook wel weer rustig worden. Als therapeut is het een kwaliteit om die heftige emoties te kunnen laten zijn. Het had natuurlijk ook anders kunnen uitpakken, besef ik nu. Dat heeft alles te maken met het feit dat achter dit geschreeuw ook veel liefde schuilging. Op subtiele en bijzondere wijze was de verbondenheid toch voelbaar.' Holderts vader kwam na zes jaar terug en zijn ouders hertrouwden op latere leeftijd. Eenzelfde verhaal speelde zich af bij twee grootouders. Beide families zijn belast met psychiatrische problematiek. Tegelijkertijd heeft zijn familie een heel authentieke, rijke geschiedenis en komen er uitgesproken, kleurrijke persoonlijkheden in voor. Oma van moeders kant verhuisde op elfjarige leeftijd van Engeland naar Parijs om tijdens de wereldtentoonstelling aan de voet van de Eiffeltoren tennis-rackets te verkopen en daarmee tennis te introduceren in Frankrijk. Opa van moeders kant ging schilderen in Parijs, en aan de oevers van de Seine ontmoetten opa en oma elkaar. Het koppel verhuisde naar Nederland, waar Holderts moeder werd geboren. Opa van vaders kant was een heel driftige man, met het nodige gevoel voor drama. Hij trok zich terug in een hutje in het bos. Zijn temperament kon hem lastig benaderbaar maken. Toch herinnert Holdert zich ook wat hij van zijn opa leerde: aard-appelen verbouwen en augurken inmaken. 'Opa kon zo boos worden dat je afstand hield, maar toen hij op sterven lag, was ik de eerste die aan zijn bed stond. Op dat moment zei opa: "Wat lief dat je gekomen bent, want ik weet dat je moeite met me hebt." Zijn vrouw was mijn lievelingsoma, aan haar heb ik veel steun gehad. Zij leerde me genieten van de natuur, en over het belang van liefde en vriendschap. In mijn eigen leven', zegt Holdert, 'heb ik besloten te scheiden en gescheiden te blijven. Ook al was het een verschrikkelijk moeilijke beslissing om te scheiden en was het geen gemakkelijke periode, uiteindelijk is het goed geweest.' Hij wilde vooral zijn dochters niet kwijt en besloot het dus anders te doen dan zijn eigen vader. Later kreeg hij een relatie met Marian Ploegmakers-Burg.

'Ik weet dat mijn gedrevenheid soms tegen het boze aanleunt. Mijn felheid stamt ook uit mijn gezinsgeschiedenis en heeft te maken met bang zijn niet gehoord te worden. Ik heb altijd tegen mijn broer op moeten boksen.' Toen de vader van Holdert het gezin verliet, werd zijn broer de man in huis. 'Hij daagde me uit iets te kunnen wat ik nog niet kon. Zo

Liefdevol en vasthoudend – interview met Frans Holdert

kon ik op mijn vijfde mijn naam in het Grieks spellen. Hij hield van me en ik bewonderde hem, maar hij strafte me ook. Jammer genoeg greep mijn moeder nooit goed in, en ervaarde ik de strijd tussen mijn broer en mij vooral vanuit veel machteloosheid.' Als vijftienjarige heeft Holdert zich letterlijk uit deze positie vrijgevochten. Aanleiding was de vernietigende kritiek van zijn broer op Holderts favoriete muziek van Bob Dylan. Hij is zijn broer aangevlogen, en na het gevecht verbeterde de relatie. 'Het stomme is', vervolgt Holdert, 'dat ik door die felheid van mij vaak juist niet gehoord word.' Hij is bijvoorbeeld altijd tegen de invoering van diagnose-behandelcombinaties geweest, maar zijn stem daarover werd meestal niet serieus genomen. 'Ik kon mij alleen uiten met een felheid waarmee ik uiteindelijk niets bereikte. 'Het lukte me niet mijn punt op een meer intellectuele manier neer te zetten.' Hij merkt dat zijn vastberadenheid in gezinnen wel functioneel is. 'Als het voor een ander is, als het cliënten of supervisanten betreft, is mijn felheid vaak een kracht. In gezinstherapie ben ik heel duidelijk. Als iemand over de schreef gaat, laat ik dat niet gebeuren. Als een beginnende therapeut veel te veel verantwoordelijkheid krijgt, dan grijp ik in als supervisor.'

In zijn hoofdstuk in het *Handboek systeemtherapie* (2008) betoogt Holdert dat slagvaardigheid een van de drie belangrijkste therapeutische competenties is, naast flexibiliteit en het kunnen omgaan met heftige gevoelens. 'Zo begeleidde ik een jongen met bipolaire problematiek die in totale chaos leefde. Hij was er heel slecht aan toe en wou geen medicatie nemen. Hij liet totaal geen hulp toe. Ik ging op huisbezoek. Daar kreeg ik meer bewijs van zijn schrijnende toestand.' Holdert liet de jongeman gedwongen opnemen en er werd met medicatie gestart. Holdert bleef hem opzoeken tijdens de opname. 'Ik heb tot op heden nog af en toe contact met hem.' Holdert benadrukt het belang van continuïteit, en van accepteren dat er iets is wat je niet kunt wegtoveren en dat je daarmee om zult moeten gaan. Slagvaardigheid gaat gepaard met present zijn en vooral present blijven.

'Een gedwongen opname en gebruik van medicatie kan weliswaar op dat moment tegen de wens van iemand in gaan, maar dat hoeft niet te betekenen dat je de relatie met die persoon en zijn familie verliest, integendeel. Het doorbreken van een zeer zorgwekkende en gevaarlijke situatie is vaak de basis van een waardevol en helpend (gezins)therapeutisch contact.'

In feite blijf je als therapeut geloven in wonderen, want mensen maken positieve veranderingen door, terwijl de vraag is of je niet ook gewoon troost aan het bieden bent en dat zo goed mogelijk probeert te doen.

Samenvattend gaat het er om, aldus Holdert, 'dat je een pakket basale technieken uitfiltert uit de hele theorie en dat je die in je *toolkit* stopt. Het zijn inspiratiebronnen, maar ik hoor niet tot één specifieke stroming en ik wil niet in die idealisering terechtkomen.' We vragen welke stromingen of methodes Holdert aanspreken. Er volgt een hele opsomming van door de tijd heen verzamelde methodes en technieken. 'De video's van Minuchin zijn fantastisch. Mensen worden zich vanuit de *enactment* bewust van een patroon waarin ze zitten. De Bijbelse metafoor van de vier ruiters van de Apocalyps van John Gottman geeft inzicht in wat je bij de ander oproept. De kwetsbaarheidscirkel van Scheinkman is een belangrijk concept. Vansteenwegen heeft een aantal heel goede interventies voor echtparen gegeven rond communicatie. Denk aan 'de eigenaar van de taak' en de 'uitvoerder van de taak'. Mensen hebben meteen door waarover het gaat. De oefeningen voor echtparen van Harville Hendrix doen koppels beseffen hoeveel het vraagt om echt naar elkaar te luisteren.' Holdert maakt altijd een genogram. Hij is een verhalenverteller. Externaliseren vindt hij een mooie techniek en dat is vaak het eerste wat hij met kinderen doet. Het werken met een *reflecting team* kan heel nuttig zijn, vooral in supervisiegroepen.

De voorbeelden die Holdert geeft, waar slagvaardigheid samengaat met een grote betrokkenheid en het blijven zoeken van verbinding, doen ons denken aan de 'nieuwe autoriteit' van Omer. 'Die nieuwe autoriteit raakt me in de ziel. Ik las het artikel van Omer een jaar na een zorgelijke periode met mijn dochter. Zij onttrok zich in die tijd aan afspraken, verdween uit zicht en volgde geheel haar eigen spoor.' Holdert liet dat niet lopen, ging er achter aan, belde andere ouders tot hij wist waar zij was en confronteerde haar met zijn ouderlijke aanwezigheid. Het belang van slagvaardig en vasthoudend zijn, niet loslaten en in relatie blijven wil hij ook als opleider overdragen. Deels gebeurt dat door het voor te doen. In de supervisoropleiding krijgt iedereen op alle reflecties een antwoord. Een verbatim uitgeschreven zitting wordt zorgvuldig gelezen en van commentaar voorzien teruggegeven. Hij is bereikbaar tussendoor, laat mensen niet los, als iemand uitvalt zoekt hij contact. 'Ik vind het zelf zo belangrijk om gezien en gehoord te worden dat ik dat gevoel zeker bij anderen wil overbrengen.'

Het werk is ook zwaar, dat wil hij ook gezegd hebben. Juist als je meeleeft met mensen en ook op afstand nog met hen meedenkt, kan het werk heel aangrijpend zijn. 'Soms word je verdrietig, soms denk je: "Het kon niet anders". De machteloosheid te laat te zijn bij een suïcide, de familie die er onder lijdt. Dat gaat je niet in de koude kleren zitten.'

De studiedag 'Oude vlam, nieuwe liefde' in november 2016, waarmee het dertigjarig bestaan van het AIGR werd gevierd, had niet toevallig als thema 'Wat vinden we nu echt essentieel om door te geven aan volgende generaties systeemtherapeuten?'. Een andere manier van doorgeven aan de volgende generatie is het maken van liedjes, voor gelegenheden, maar vooral voor zijn dochters. Ieder jaar voor hun verjaardag zingt hij een zelfgemaakt liedje, begeleid op de gitaar, hun verhaal van dat jaar. 'Je laat op die manier horen: "Ik heb gezien wat er is gebeurd, ik heb jou gezien".' Ook aan het einde van die zorgelijke periode, toen het weer beter ging met zijn dochter, zong Holdert een lied voor haar. Als hij erover vertelt, krijgt hij opnieuw een brok in de keel. Zijn jongste dochter, muzikant geworden, schreef niet zo lang geleden een lied voor hem. Verhalen als communicatiemiddel, als verbindend en verzoenend element, zijn belangrijk in het gezin Holdert.

De felheid en het hoge tempo aan het begin van ons interview hebben plaatsgemaakt voor ontroering en bezinning. 'In deze fase van zowel mijn werkzame leven als mijn familieleven, is het doorgeven van al deze dingen die voor mij van waarde zijn het belangrijkste', besluit Holdert.

Cathy Van Gorp is klinisch psycholoog en systeemtherapeut, werkzaam als coördinator en groepstherapeut van de Bres, psychiatrisch dagziekenhuis van AZ Groeninge te Kortrijk en in haar eigen privépraktijk. E-mail: cathyvangorp@azgroeninge.be.

Erica Siegers is klinisch psycholoog, psychotherapeut en systeemtherapeut, werkzaam in eigen praktijk.

Literatuur

- Holdert, F. (1992). Over hubris in gezinstherapie. *Systeemtherapie*, 4(4), 209-222.
- Holdert, F. (2013). Narratieve therapie moet geen religie worden – Reactie op het artikel van Jasmina Sermijn. *Systeemtherapie*, 25(4), 231-235.
- Holdert, F. (2008). *Psychiatrische problemen*. In: Savenije A, Lawick, M.J. van, Reijmers, E.T.M. (red), *Handboek systeemtherapie*. De Tijdstroom Utrecht, 609-620.
- Omer, H. (2001) Helping parents deal with children's acute disciplinary problems without escalation – The principle of nonviolent resistance. *Family Process*, 40, 1, 53-66.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. & G. Prata (1979). *Paradox en tegenparadox, een nieuwe vorm van gezinsbehandeling*. Alphen aan de Rijn: Samsom.