

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

Voorwoord

En toch, ik kan het niet alleen

Cathy Van Gorp

Twintig jaar geleden aan het begin van mijn loopbaan. Ik herinner me een man vechtend tegen zijn alcoholverslaving en depressie. 'Weet je wat zo moeilijk is aan psychisch herstel? Ik besef ten volle dat ik het zelf zal moeten doen. En toch, ik kan het niet alleen.' In het verloop van zijn therapeutisch proces ontmoette hij een tien jaar jongere vrouw met wie hij na zes maanden ging samenwonen. Hij had zich jaren afgeschermd voor zijn noden op relatief vlak uit schrik voor afwijzing. Op die momenten maak je als therapeut een dankbare buiging voor het lot.

Twee weken geleden gebruikte ik deze eenvoudige doch krachtige quote van mijn vroegere patiënt in mijn kortdurende *multifamily*groep. 'Deze koppelgroep is voor mij de kers op de taart', zei een vrouw met borderlineproblematiek en opgestapelde trauma's. Ze volgde een groeps-therapeutisch dagprogramma en groeide in communicatievaardigheden en zelfregulatie. Maar ze voelde dat haar proces niets waard zou zijn als ze haar man niet mee kreeg in haar nieuwe verhaal. Ik belde mevrouw de dag voor de eerste sessie op omdat ze haar deelname nog niet had bevestigd. Bleek dat ze de data van de groepssessies fout had genoteerd waardoor ook haar man plots zijn plannen voor de volgende dag zou moeten omgooien. Dit communicatiefoutje deed mij mee belanden in hun zoveelste conflict. Een zoveelste conflict met hetzelfde grondthema ontaardde in hun beider vertrouwde destructieve hechtingsgedrag (Hargrave & Pfitzer, 2011). Mevrouw klampt aan en verwijt meneer dat hij haar weer in de steek laat en er niet voor haar is. Meneer heeft genoeg van de verwijten van mevrouw, voelt zich machteloos en vertrekt met gierende banden. Op de achtergrond hoor ik zijn verongelijkte stem waarin doorklinkt dat hij zich meegesleurd voelt in de zoveelste nood van zijn vrouw. Mevrouw negeert zijn angst en probeert mij te overtuigen van haar gelijk. En ik, ik adem. Na een uur of twee keren beiden terug op hun stappen, wordt er samen gegeten en zegt meneer dat hij wel voor een uurtje zal meegaan naar de sessie om te zien wat hij daar kan verwach-

Cathy Van Gorp

ten. Zonder meneers medeweten regelt mevrouw opvang voor hun zoon en belt ze zijn afspraak om zijn schoonbroer te verhuizen af, zodat hij de volledige drie uur aanwezig kan zijn. Deze keer gaat hij er niet onderuit komen, zal ze gedacht hebben. De volgende morgen begroet ik de man met een stevige handdruk en heet hem welkom, in de hoop dat mijn zelf-regulerende vaardigheden enige impact hebben (De Smet, Verhofstadt, Lemmens, e.a., 2015).

Bij elke eerste sessie van een groep met meerdere koppels voel ik aan de gezonde zenuwachtigheid in mijn onderbuik de avond tevoren wat er van mij verwacht wordt. Sommige patiënten in de groep hebben al meerdere hulpverleningsrelaties en contexten achter de rug. Meermaals hoor ik de verzuchting van partners zich nooit gezien te voelen in hun last, in hun machteloosheid, in hun nood. Aan de zijlijn van de put geraken ook zij uitgeput. Zij proberen het gezinsleven en de financiën op peil te houden. Zij missen hun partner, zijn bang voor wat die donkere gedachten nog meer zouden kunnen aanrichten. Ze schermen zich af, of doen er alles aan om zichzelf en hun partner staande te houden. Bovenop dit alles willen zij immers niet ook nog eens de last van de schuldvraag hoeven dragen.

Bij elke sessie voel ik hoe belangrijk en tegelijkertijd precair dit aanbod is. In groepstherapie kunnen de groepsleden elkaar ontregelen of elkaar steun en houvast bieden. In koppeltherapie kunnen partners elkaar erkennen in ieders gevoel of opnieuw elkaar verliezen zoals dit thuis al zo vaak is gebeurd. De uitdaging als groeps- en koppeltherapeut is dus meervoudig, dubbel uitdagend en naar mijn gevoel misschien ook wel twee keer zo krachtig. In de herkenning van patronen geven de koppels in de groep bestaansrecht aan elkaars last en zodoende aan zichzelf. 'Als therapeut moet je bereid zijn je omver te laten blazen', herinner ik me Ponnet (2015, p. 203) in haar interview enkele jaren geleden. Ik voel inderdaad hoe ik in deze koppelgroepen nog meer dan in andere settings, mezelf staande houd in de storm van emoties. Terwijl ik bewust adem en de complexiteit aan verbindingen die zich daar afspelen in banen probeer te leiden, word ik telkens opnieuw geraakt door de herstelkracht van relaties. En dan voel ik, inderdaad, ook ik kan het niet alleen. Dan ben ik zeer dankbaar voor deze moedige koppels die de arena die zo'n groepsessie soms wel lijkt, ook daadwerkelijk in durven te stappen.

Dus ook wij therapeuten kunnen het niet alleen. Het is belangrijk te beseffen dat veranderingen niet in een vacuüm gebeuren, maar in relatie met anderen. Ik hoop dat de artikelen in dit nummer jullie vertrouwen en durf kunnen aanscherpen om keer op keer de verbinding te zoeken, juist op momenten dat die ver te zoeken lijkt.

En toch, ik kan het niet alleen

In het hoofdartikel doen Anniek Verschuur en Minny Kramer verslag van hun onderzoek naar het effect van psychomotorische gezinstherapie. Het is u misschien al opgevallen dat we als redactie onderzoeksartikelen die rechtstreeks een meerwaarde hebben voor onze systeemtherapeutische praktijk, graag extra in de verf zetten. Deze twee therapeuten toonden het belang aan van het doelbewust betrekken van de vaders in therapie. 'If you get stuck, enlarge the system', leerde Bateson ons al. Zij tonen aan dat het letterlijk in beweging brengen van het systeem het welzijn bevordert.

In de rubriek *Professie & Persoon* interviewen Cathy Van Gorp en Erica Siegers de Amsterdamse psychiater en systeemtherapeut Frans Holdert. Die ervaarde als kind hoe achter geschreeuw ook veel liefde kan schuilgaan. Holdert pleit voor een liefdevolle vasthoudendheid van de therapeut, zonder je te verliezen in de hoop op wonderoplossingen. Op zijn eigen felle wijze houdt hij de uitdagingen van ons zware werk tegen het licht.

Studiedagen zijn bij uitstek geschikt om verbinding te zoeken met collega's in het veld. Afgelopen seizoen is er een keur aan inspirerende congressen en studiedagen geweest, zodat we maar liefst zes congresverslagen kunnen presenteren. Afgelopen maart hield de sectie Kinderen en Jeugdigen van de NVRG een studiedag over de veranderende visie op ouderschap. Jan Meerdinkveldboom schreef het verslag.

Yves Dingens woonde de jaarlijkse studiedag van de BVRGS bij. Sylvia London, een Mexicaanse opleider, supervisor en therapeut, was de centrale gast op deze dag met als narratief thema het verrijken van je eigen praktijk en het exploreren van je professionele identiteit. De live consultatie in de namiddag ging wat de mist in door de volgens Dingens meer rationele dan relationele connectie tussen de deelnemers en de therapeut. Het ontroerde hem hoe London transparant en kwetsbaar de dialoog alsnog weer op gang kreeg. Een uitdaging die we in onze praktijk ook niet uit de weg mogen gaan, dunkt me.

De World Conference of the International Family Therapy Association vond dit voorjaar plaats in Bangkok. Anna Huisman zag haar deelname als een verrijking in het werken met gezinnen in een multiculturele samenleving. Ze schetst de overeenkomsten in werkwijzen en menselijke behoeften binnen een context van volkomen andere verwachtingspatronen en sociale structuren.

Altijd leuk als de deelname aan een congres je opnieuw laat voelen waarom je doet wat je doet als therapeut. Dit ervaarde Helma Visser tijdens het derde narratief en dialogisch congres in Utrecht. Ze schreef een geïnspireerd verslag.

Cathy Van Gorp

Emotionally Focused Therapy Nederland organiseerde in april een congres met een aantal gerenommeerde Nederlandse, Vlaamse en Amerikaanse sprekers. Karen Aerden en Katrien Lagrou voelden zich als Vlamingen alvast gesterkt door de tijdens de dag in praktijk gebrachte verbinding om eft in Vlaanderen verder op de kaart te zetten.

Het zesde congresverslag is van de hand van Mirjam Bakker en René Knip. Zij bezochten in april het internationale congres voor contextuele therapie waar de toekomst van deze therapiestroming onder de loep werd genomen. Hoe abstract voor velen de relationele ethiek van Nagy ook lijkt te zijn, de kernwaarden blijven overeind en engageren de organisatoren tot een nieuw congres binnen twee jaar.

In dit nummer van *Systeemtherapie* ook drie boekverslagen. Leny van Dalen las voor ons het nieuwste boek van Peter Rober. Door het lezen van zijn boek over de afstemming en dialoog in gezinstherapie, geraakte ze nog meer doordrongen van het gegeven dat het in de geneeskunde om meer draait dan genezing alleen.

Vicky Maes brengt een gezond kritisch relaas over het boek van Diana Evers, *Bemiddeling – Meer dan een hype*. Hoewel ze als systeemtherapeut de blik op de context mist, is ze wel blij met het enthousiasme waarmee Evers de kracht van bemiddeling probeert te vatten.

Dit jaar verscheen een boek van Franky D'Oosterlinck over kinderen en jongeren in crisis. Rien Geluk vindt het een verdienstelijke poging om de lezer breed te leren kijken naar de context van storend gedrag. Het lijkt hem dan ook een goed boek voor basiswerkers die in hun organisatie op zoek zijn naar een denkkader om crises te kunnen hanteren vanuit een gezonde hechtingsrelatie.

Misschien is het wel de essentie van ons vak: kracht zoeken in de verbinding. De verbinding tussen patiënten en hun naasten, tussen therapeut en patiënt, tussen de therapeut en de instelling en tussen therapeuten onderling. We hoeven het niet alleen te doen.

Literatuur

- De Smet, O., Verhofstadt, L., Lemmens, G., Hinnekens, C., Vanhee, G. & Kindt, S. (2015). Onderzoek naar zelfregulatie in hechte relaties – Een internationaal gebeuren, *Systeemtherapie*, 27(4), p. 238-243.
- Hargrave, T. & Pfitzer, F. (2011). *Restoration therapy*. Abingdon: Routledge.
- Van Gorp, C. (2015). Ontvankelijkheid – Interview met Rika Ponnet over ontvankelijkheid en emotionally focused therapy, *Systeemtherapie*, 27(4), p. 226-232.