

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

Verbinder op het scherpst van de snede – Interview met Jan Baars

Erica Siegers & Sanne van Megchelen-Oomens

Systeemtherapie leren van Jan Baars geeft het vak een speciale kleuring. Op de man af brengt hij de pijnlijkste onderwerpen ter tafel, met oog voor de menselijkheid die eraan ten grondslag ligt. Baars spreekt een taal die de systeemtherapie toepasbaar maakt in het werkveld van de psychiatrie, en die naast andere moeilijk te hanteren onderwerpen ook psychiatrische diagnoses toegankelijk maakt om systemisch te bewerken. Volgende reden dus om hem uit te nodigen voor een gesprek over zijn professie en persoon.

Op ons verzoek voor een interview reageert Jan Baars meteen enthousiast. Zo zal het onderhoud met hem ook verlopen: gedreven, enthousiast en met passie voor het vak.

We beginnen ons gesprek bij het sluitstuk van zijn rijke carrière. Begin 2018 heeft hij de overstap gemaakt naar de kinder- en jeugdpsychiatrie van GGZ Veenendaal en daar is hij razend enthousiast over. Hij had, zoals hij zegt, bijna alle takken van sport al gedaan en was toe aan iets nieuws. Zichzelf een uitdaging stellen, een avontuur aangaan. Iets dat niet alleen tot uitdrukking komt in deze laatste fase van zijn werk, maar zijn hele loopbaan blijkt te kleuren.

Jan Baars studeerde af in de klinische psychologie en organisatiepsychologie. Hij is klinisch psycholoog, psychotherapeut, supervisor en opleider van de NVRG. Hij heeft brede ervaring in de geestelijke gezondheidszorg en de forensische psychiatrie. Bij het crisiscentrum en op de afdeling sociale psychiatrie van de riagg (regionale instelling voor ambulante geestelijke gezondheidszorg) in Utrecht leerde hij als jonge psycholoog systemisch werken. Hij werkte als behandelcoördinator chronische psychiatrie bij Zon & Schild en in de forensische psychiatrie bij De Waag, waar hij de behandeling deed van (seksueel) geweld binnen gezinnen en partnerrelaties. Verder werkte hij in de ouderenpsychiatrie, had hij een eigen praktijk en was hij meer dan zesentwintig jaar verbonden aan GGZ

Erica Siegers & Sanne van Megchelen-Oomens

Centraal, bij de crisisdienst en als behandelinhoudelijk leidinggevende van de behandelprogramma's psychotische stoornissen, persoonlijkheidsstoornissen en stemmings- en angststoornissen.

Sinds 1993 geeft hij les in systeemtherapie en psychotherapie bij de RINO Groep in Utrecht, de laatste acht jaar als hoofdopleider systeemtherapie. Recent ontwikkelde hij een programma rond trauma en systeemtherapie. Hij is co-auteur van verschillende boeken over relaties en psychiatrie (Baars & Van Meekeren, 2013; Van Meekeren & Baars, 2016) en publiceerde artikelen over systeemtherapie, persoonlijkheidsstoornissen en (seksueel) geweld binnen families.

Het interview vindt plaats in het door groen omgeven huis van Baars in Den Dolder. Aan de eettafel vertelt hij graag, veel en snel. Op elke vraag komt een begin van een antwoord, dat onderbroken wordt door levendige anekdotes over de bureaucratie en het 'politieke spel' in grote organisaties in de geestelijke gezondheidszorg. Of over gesprekken die hij met cliënten heeft gevoerd, de intensiteit daarvan, hoe hij geraakt wordt en het plezier dat hij heeft in het vak van systeemtherapeut, vooral als het lukt om contact te maken met mensen die als moeilijk te boek staan. Na de associatieve onderbreking pakt Baars de draad van het gesprek weer op.

De nieuwe uitdaging voor Baars is hoe met kinderen en jongeren contact te maken. Voorbeeld voor hem is Salvador Minuchin, die niet schroomde om op de grond te gaan zitten in het gesprek met kinderen. 'Ik vind wat die hele oude garde doet, ook Minuchin, erg inspirerend. Dat was niet *sophisticated* vragen, maar reageren vanuit het moment. Wat zie je, wat merk je.' Van die vroege generatie gezinstherapeuten riep ook Carl Whitaker bewondering bij hem op. 'Whitaker was voor mij een tovenaars, die liggend met zo'n gezin praat, die vrijheid neemt en interventies doet waarvan ik denk "hoe verzint ie ze." Vanuit het huidige hechtingsperspectief terugkijkend is het niet alleen tovenarij, maar is nu veel beter te begrijpen wat Whitaker deed. De huidige kennis over hechting biedt veel materiaal om verder uit werken, we hebben veel meer in de handen, waardoor we het vak beter over het voetlicht kunnen brengen.'

In het meer recente werkveld spreekt hem het werk van Dan Hughes met de ouders van getraumatiseerde kinderen aan. Hij herkent in zijn huidige werk het belang van de gesprekken met de ouders apart. Hij sluit aan bij Dan Hughes (2007) waar hij zegt: 'Je moet eerst die blokkade bij de ouders opheffen.'

Nog voor het einde van zijn opleiding psychotherapie werd Baars

Verbinder op het scherpst van de snede – Interview met Jan Baars

gevraagd les te geven in de cliëntgerichte psychotherapie. Na twee jaar ging hij met Jan Tromp en Liesbeth Beyaert meedraaien in de systeemtherapieopleiding. Met hen en Karin Wagenaar heeft hij vervolgens op de afdeling psychotherapie van de riagg Utrecht een gouden tijd gehad. Vooral het werk van Tromp was een inspiratie voor hem. 'Ik ken niemand die zo goed kon invoegen als Jan Tromp. Die kon virtuoos in een half uur tijd, op een luchtige manier naar de kern bewegen.' Liesbeth Beyaert was ook een voorbeeld. 'Zij was verfijnder, Tromp was van de snelheid.' Wagenaar en Baars volgden Beyaert en Tromp als opleiders op. 'Het is grappig', zegt Baars, 'dat ik misschien een beetje de Jan ben geworden en Karin de Liesbeth. Karin is meer op de millimeter en ik ben een beetje van grote halen snel thuis.' Wagenaar en hij vullen elkaar ook na vijftwintig jaar samen lesgeven op bijzondere wijze aan.

Baars is steeds blijven lesgeven, waarbij hij en zijn mededocenten Karin Wagenaar, Jaap Zoetmulder, Lenny Rodenburg uit principe verbonden blijven aan de reguliere psychotherapie- en klinische psychologieopleiding. 'Wij zijn de RINO trouw gebleven', zegt Baars. 'Als je je daarvan losmaakt heb je er geen invloed meer op, terwijl het broodnodig is om systeemtherapie in die opleidingen op tafel te houden.' Baars is erg uitgesproken over de NVRG, die in zijn ogen meer aandacht zou moeten besteden aan de plek van systeemtherapie in opleidingen en daarnaast ook in de psychotherapie en de geestelijke gezondheidszorg in het algemeen. De soms naar binnen gekeerde kant van de systeemtherapie roept een felle reactie bij hem op. Hij mist bij de NVRG dat er naar het systeem van de hulpverlening wordt gekeken. 'Ook hart hebben voor de families, voor de naastbetrokkenen, is er te weinig.' Samen met de psychiater Erwin van Meekeren breekt hij daar een lans voor. 'Ook', zegt hij, 'word ik er flauw van als je allemaal een beetje in jezelf gaat zitten staren wie nou de echte systeemtherapie doet.' Rigiditeit, een op zichzelf gerichte houding en dogmatisme onder systeemtherapeuten roepen een, mede door zijn achtergrond bepaalde, strijdbare kant in hem op. Dat geldt voor alle stromingen of visies in de systeemtherapie die heilig verklaard worden. 'Of het nu de postmoderne stroming, EFT of iets anders is, systeemtherapie moet geen religie worden', stelt Baars.

We vragen hem wat hij belangrijk vindt om als opleider over te dragen. Bevlogen geeft hij zijn mening: 'Je moet mensen gewoon gek maken van het vak, je moet overbrengen dat het het leukste vak van de wereld is en dat je het uiterste uit jezelf moet halen. Dus al die technieken, ideeën, concepten, die moet je op je eigen manier kleur geven.'

Nadat hij zich al geruime tijd verbonden had aan de wereld van de

psychotherapie, maakte hij in '92 de overstap naar psychiatrisch ziekenhuis Zon & Schild. Op de vraag wat hem ertoe bracht om met chronisch psychiatrische patiënten te gaan werken, antwoordt Baars: 'Het fantastische vak van psychotherapeut bij mensen brengen die daar niet zo makkelijk toegang toe hebben, is een rode draad in mijn carrière. Zon & Schild was indertijd een klassiek psychiatrisch ziekenhuis, dat nog niet deed aan rehabilitatie of revalidatie. Het was ook de tijd dat de zogenaamd schizofrenogene moeder opgang maakte en', uit hij zijn verontwaardiging, 'er waren systeemtherapeuten die allerlei dingen riepen over gezinnen en nooit achter die ruit vandaan kwamen. Dat de patiënt psychotisch was lag allemaal aan het gezin. Er was sprake van ongelooflijke arrogantie. De familie werd door de systeemtherapie soms diep gefrustreerd.'

Zijn eigen manier van werken wordt juist getypeerd door het zoeken van contact. Aandacht voor het non-verbale, het fysieke, is een belangrijk element. 'Hoe zit iemand erbij, wat valt op aan het gedrag en hoe maak ik ook met dat aspect van de persoon verbinding?' Baars vertelt over het eerste contact met een gezin waarvan de zoon is aangemeld. 'Zo'n heel net gezin, keurige meiden die het allemaal heel goed doen op de universiteit en zo'n jongen van zeventien die niet wil deugen en met een petje op in de kamer zit. Hij is de aangemelde patiënt, maar hij wil helemaal niet praten. Ik zeg na tien minuten tegen die vader, die zich kapot zat te ergeren en zich schaamde: "Meneer, ik heb een hele rare vraag aan u. U heeft drie dochters gekregen en ik zit opeens te denken, wat gebeurde er eigenlijk met u toen u uw zoon kreeg?" Man, ik zie gelijk dat dat aankomt. "Zó", zegt deze vader, "dat is wel een hele emotionele vraag. Ik was zo blij, ik kom uit een vrouwengezin en ik was zó blij om een zoon te krijgen." De zoon is er meteen helemaal bij.' Baars geniet ook nu nog zichtbaar. 'Het zijn die momenten dat je iets creëert.'

Opvallend in zijn voorbeelden is hoe Baars verbinding weet te maken en emotioneel op koers kan blijven, ook als er sprake is van heel complexe (persoonlijkheids)problematiek of gedrag dat een groot appel doet op het incasseringsvermogen van de therapeut. Met name in de forensische psychiatrie was het vaak 'op het scherpst van de snede'. 'Het was zo intens. Je moest heel anders psychotherapie toepassen, heel andere taal gebruiken, andere typen interventies inbrengen.'

Bij De Waag behandelde Baars (seksueel) geweld binnen gezinnen en partnerrelaties. Daar was het 'stuur maar naar Jan', als niemand verder iets met een persoon aankon. 'Ik weet nog wel', vertelt Baars, 'dat ik met een pedofiele man praatte die me verschrikkelijke verhalen ging vertel-

len, ook om me te provoceren, hoe hij dat dan deed met die kinderen. Dan zei ik: “Weet je, je probeert me en ik merk dat ik het naar begin te vinden hoe je erover praat”, en dan zei ie tegen mij: “Ja, maar jij bent therapeut, dus dat moet je maar gewoon verdragen.” “Wacht even, wacht even”, zei ik, “daar moet ik even over nadenken. Je zegt iets wat klopt, maar ik weet dat het ook niet klopt.” En toen zei ik tegen hem: “Er is ook een kinddeel in mij, en hoe je over dát deel van mij praat, dat is niet te verdragen. Ik weet niet of dat jij dat deel in jezelf ook nog hebt?” Toen viel het stil. “Zo”, zegt ie, “dat is wel een ding.” Hoe houd je zulke belastende gesprekken vol, vragen wij ons af. ‘Dat deed ook wel wat met mezelf’, zegt Baars met een understatement, ‘ik had toen nog geen kinderen, dat scheelde wel, en uiteindelijk wilde ik begrijpen hoe zo iemand dacht, hoe dat nou zat. Dat is altijd een behoefte van mij geweest. Daderbehandeling is uiteindelijk traumabehandeling’, licht hij toe, ‘want een dader moet zich iets toe-eigenen wat ie eigenlijk zelf niet wil dat ie gedaan heeft.’

Dat willen begrijpen en met niemand het contact uitsluiten, schrijft Baars toe aan het voorbeeld dat zijn moeder bood. Baars is de vierde uit een streng orthodox gereformeerd Sliedrechts gezin met vijf kinderen. ‘Er lopen verschillende lijnen. Mijn beide ouders waren verbinders. Mijn moeder was de achtste van elf kinderen, de een wel kerkelijk, de ander niet, de enige waar iedereen kwam, was mijn moeder. Zij had een enorm verbindende kracht. Dat had misschien met haar handicap te maken. Op zestienjarige leeftijd is zij door een vrachtwagen aangereden en ze had een verbrijzeld been. Dat heeft haar leven getekend. Mijn moeder lag om de zoveel jaar maandenlang in het ziekenhuis, maar dat was nooit zo’n punt in ons gezin omdat we wisten waar we aan toe waren. Wat net zo belangrijk was: als wij op bezoek kwamen, was mijn moeder ook een echte moeder. Zij was dan echt aanwezig, deed er alles aan om te weten en te snappen hoe het met ons was.’ Zijn moeder kwam uit een groot arbeidersgezin. ‘Met zo’n rare mengeling van orthodox gereformeerd maar ook stemmen op de socialistische partij. En dat was terug te vinden bij mijn moeder, die trok haar mond open.’ Zij was in die streng gereformeerde geloofsgemeenschap echt moedig en bood ruimte aan de ander, ook als iemand niet het gewenste orthodox gereformeerde pad volgde. ‘Ik had een nicht in de prostitutie’, noemt Baars als voorbeeld, ‘zij kwam met rode lippen bij ons thuis in dat gereformeerde gezin en zij was bij mijn moeder totaal welkom. Ik weet ook nog goed dat mijn jongste zusje huilend thuiskwam van catechisatie. Zij zegt tegen mijn moeder: “De dominee negeert me. Ik krijg geen sjoerge.” Mijn moeder stapt daarop naar de pastorie en spreekt de dominee aan: “Je krijgt drie maanden de

Erica Siegers & Sanne van Megchelen-Oomens

tijd om dat te veranderen, anders haal ik haar van catechisatie af.” En na drie maanden ging zij naar de pastorie en haalde inderdaad mijn zus van catechisatie af. Terwijl mijn vader in de kerkenraad zat.’

Zijn moeder ging het aan, vertelt Baars, terwijl zijn vader de dingen meer uit de weg ging. Hij herinnert zich nog goed de discussie tussen zijn ouders waarin zijn moeder tegen zijn vader zei: ‘Jij denkt dat zwijgen van God is en ik zeg je dat zwijgen van de duivel is.’ Zijn vader kwam uit een ondernemersgezin met vier broers en een jongere zus, en bezat met drie van zijn vier broers een scheepswerf. Als jongste van de broers zorgde hij voor de verbinding. Ook Baars zelf is nu in zijn gezin van herkomst degene die verbindt. Net als zijn moeder zal ook hij een strijd voor de goede zaak niet gauw uit de weg gaan. ‘Hoewel ik vroeger een bang jongetje ben geweest’, zegt hij. ‘Als gevoelig kind met veel verbeelding was ik al jong bevangen door angst voor de hel en het verdoemenisgedoe. Ook al ga je naar de kerk en doe je alles keurig, je moet een persoonlijke relatie met God hebben en het is maar de vraag of die je uitverkiest, dus dat is altijd een heikel punt. Je hebt nooit zekerheid. Mijn vader, die toch een gerespecteerd gelovig man was in die gemeenschap, is bang doodgegaan. Net zoals in *Knielen op een bed violen*, de roman van Jan Siebelink, zorgde mijn vader ervoor dat ik op zijn sterfbed moest vertrekken. Ik werd vanwege het geloofsverschil uit zijn kamer weggerommeld.’ Hoe pijnlijk ook, Baars heeft begrip voor de keuze die zijn vader maakte. ‘Het is een van de moeilijkste dingen als je kind niet meer gelooft. Vanuit het geloof moest mijn vader zich bij zijn dood verantwoorden waarom zijn kinderen het geloof of Hem hadden verlaten. Dat is de angst.’

Typerend voor Baars is dat hij het contact niet snel uit de weg zal gaan, ondanks de angst die hij in bepaalde situaties wel degelijk kan voelen. Hij zegt hierover: ‘Ik heb wel geleerd me daardoorheen te vechten, er is een kant in mij die zich nooit de mond laat snoeren.’ Bij zijn sollicitatie voor de opleiding tot psychotherapeut viel zijn directe manier van doen op als niet meteen passend in het plaatje van ‘de’ psychotherapeut. Een opleider uit die tijd typeerde het als volgt: ‘Ja, je bent heel direct en meestal noem ik dat dominant, maar jij weet door je directheid ruimte te scheppen.’

Baars laat zich ook inspireren door gedachtengoed buiten de systeemtherapie. De kennis vanuit de neurowetenschap, wat we vanuit de hersenen weten over wat er gebeurt in en tussen mensen, zoals het werk van Jaak Panksepp (1998) en Mark Solms (2015), fascineert hem enorm. Daar wil hij ook in de systeemtherapie verder mee aan de slag. ‘Er wordt gezegd het brein is de *hardware* en de *mind* is de *software* en de *mind*

Verbinder op het scherpst van de snede – Interview met Jan Baars

wordt relationeel gevuld', haalt Baars aan. 'Wat moet je nou nog meer, het is fantastisch als dat zo is.' Ook de beschrijving van Panksepp van spel als basisbehoefte sluit aan bij waar hij als therapeut belang aan hecht. 'Als twee jongetjes aan het stoeien zijn en daarbij binnen een bandbreedte blijven van dominantie en volgend van 60-40% en het wederkerig is, dan is het leuk en spel. Als die verhouding doorbroken wordt, dan komt er een in de verdrukking en wordt het macht. Dat vind ik nou zo leuk', zegt Baars enthousiast, 'dat spelelement moet ook in therapie zitten. Het is empathisch, maar het is ook een beetje stoeien en op het scherpst van de snede de spanning opzoeken.'

Baars zoekt de uitdaging en soms is het 'grote halen snel thuis'. Hij kan zeer direct zijn, wat gepaard kan gaan met een zekere overweldigende, confronterende, dominante aanwezigheid. Maar het spel wordt nooit spelen met gevoelens. Zijn liefde voor het vak, het willen begrijpen en het blijven zoeken van contact, houden hem binnen de goede bandbreedte en maken hem tot de gedreven en verbindende therapeut die hij is.

Erica Siegers is klinisch psycholoog, psychotherapeut en systeemtherapeut, werkzaam in eigen praktijk. E-mail: ericasiegers@gmail.com.

Sanne van Megchelen-Oomens is psychotherapeut en systeemtherapeut, werkzaam bij PsyQ Den Haag op de afdeling voor Systeemtherapie & Consultatie.

Literatuur

- Baars, J. & Meekeren, E. van (2013). *Een psychische stoornis heb je niet alleen – Praten met families & naastbetrokkenen*. Amsterdam: Boom.
- Hughes, D.A. (2007). *Attachment-focused family therapy*. New York/London: Norton.
- Meekeren, E. van & Baars, J. (redactie) (2016). *De ziel van het vak – Over contact als kernwaarde in therapie*. Amsterdam: Boom.
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience – The foundations of human and animal emotions*. New York: Oxford University Press.
- Siebelink, J. (2005). *Knielen op een bed violen*. Amsterdam: De Bezige Bij.
- Solms, M. (2015). *The feeling brain*. London/New York: Routledge Taylor & Francis Group.