

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](http://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](http://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](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

## De Praktijk

---

# Eilanders — over de soms moeizame weg van de inhoud naar het proces

---

**Linne De Loof**

---

Charlotte (moeder): 'Hij moet dringend beseffen dat het vijf voor twaalf is! Hij heeft totaal niet door dat hij elk moment van school kan vliegen!' Kasper (zoon): 'Daar gaan we weer ... overdrijven ...' Therapeut: 'Jij beleeft dit precies helemaal anders dan je m-' Charlotte (moeder): 'En je moet niet denken dat hij zijn schoolboeken mee heeft!' Kasper (zoon): 'Ik weet niet waar die zijn! Dat heb ik je toch al gezegd.' Rollende ogen en diepe zuchten bij de zoon, steeds luidere paniek bij de mama.

Vandaag raken we geen stap vooruit. We zijn twintig minuten op weg in een huisbezoek vanuit onze dienst voor contextbegeleiding en we staan nog op hetzelfde punt als op het moment dat ik binnenkwam: nergens. Moeder en zoon blijven door elkaar spreken, van de hak op de tak springen, steeds luider argumenteren. Ellen, de dochter die in de zetel ligt met buikpijn, geeft af en toe commentaar op wat ze ziet gebeuren en hitst de boel daarmee nog meer op. Elke keer weer probeer ik achter het stuur van het schip te kruipen, maar in een, twee, drie heeft een van hen het roer overgenomen. Ik sta op het punt me neer te leggen bij het idee dat het vandaag geen productief huisbezoek zal zijn. Dat we niet verder raken dan het naast elkaar leggen van belevingen. Echt horen wat de ander te zeggen heeft, lukt deze vrijdagavond niet. Ik flap het er plots uit: 'Zo moeilijk dat jullie te sturen zijn vanavond.' Moeder schiet in de lach. 'Ja, eigenlijk wel, hè.' Kasper heeft niet echt geregistreerd wat ik zeg. Hij merkt wel dat de stemming van zijn mama even omslaat. Ik merk het ook. Even is het windstil.

Ik grijp mijn kans. 'Er hangt een onweerswolk boven jullie gezin. Kasper dreigt van school te worden gestuurd. Dat maakt jullie allebei ongerust. Jullie willen allebei dat hij naar dezelfde school kan blijven gaan.' Ze knikken instemmend. 'Charlotte, bij jou als moeder heeft het als effect dat je heel alert bent en in paniek schiet telkens wanneer je een telefoon van school krijgt. Je wil actie, je wil dit aanpakken, maar je merkt dat het niet lukt — waardoor je nog meer in paniek raakt en gaat aanpakken. En bij jou, Kasper, heeft het als effect dat je met momenten

---

*Eilanders – over de soms moeizame weg van de inhoud naar het proces*

actie onderneemt en heel wat andere momenten gewoon rustig bent. Hoe meer paniek bij mama, hoe rustiger je lijkt te worden. Je geniet van het feit dat het nog niet onweert. Het is maar een wolk ...' Kasper: 'Ja, het is toch zo?' Charlotte: 'Wel een wolk die elk moment kan uitbarsten in een stevige storm!' Daar zijn de rollende ogen weer. Voor mama opnieuw in haar paniek schiet, moet ik iets doen. Ik moet dit gesprek weghalen van de schoolresultaten en iets aanraken van waar het werkelijk om gaat. Ik moet de inhoud uit hun vingers losweken en het proces weer te pakken krijgen. 'Allebei bezorgd over hetzelfde: de school behouden. En toch zo anders in de aanpak of de kijk ernaar. Alsof jullie beiden op een apart eilandje zitten. Dat eilandje kennen jullie goed, denk ik. Als het over moeilijke gevoelens gaat, zitten jullie vaak elk op jullie eigen eiland.'

Het feit dat het gezin daarna een stilte kan verdragen, zegt veel. De dreigende schorsing is eventjes naar de achtergrond verdwenen. We zijn terug bij de reden waarom ik in dit gezin kom: op het moment dat de vader van de twee kinderen overleden is, stopte het gezin met spreken met elkaar. Het is voor hen veel comfortabeler en gewoner om ruzie te maken over de kleinste dingen dan te spreken over hun verdriet. Het is voelbaar hoe een lichte spanning in de lucht komt te hangen doordat ik de deur op een kier zet naar het grote gemis waar dit gezin zo onder lijdt.

Kasper duwt de deur spontaan verder open terwijl hij vertelt over een bezoek aan de vader van papa. Kasper: 'Dit weekend waren we bij opa. Hij was superkwaad op mama. Ik vond dat echt heel erg.' Therapeut: 'Dat moet lastig zijn, om tussen die twee mensen te staan die je zo graag ziet en te horen hoe de ene de andere verwijten maakt.' Ellen: 'Opa weer ... Waarom doet hij dat toch altijd? Die dingen aan ons zeggen. Ik weet dan echt compleet niet wat ik moet zeggen.' Therapeut: 'Het lijkt me inderdaad heel vervelend om die boodschap te horen. Als je akkoord gaat met mama, laat je opa in de steek en als je akkoord gaat met opa, laat je mama in de steek. En alle ogen zijn op jullie gericht ...' Er ligt nu een heel veld aan mogelijkheden voor me open om verder op in te gaan. Misschien wilde Kasper een zijsprong maken, iedereen weghalen uit de spanning door over opa te beginnen. Hoe dan ook, ik wil het gezin bij hun kern houden. Ik neem het stuur stevig in handen en kies ervoor om de rode draad van het gemis vast te houden. 'Ik wil nog even terugkomen op wat je daarnet zei, Kasper, dat je het zo erg vond dat opa kwaad was op mama. Wat gebeurde er met jou toen je dat hoorde?' Kasper: 'Ik vond dat gewoon echt erg voor mama. Opa zei echt kwetsende dingen. Het voelde alsof er een mes in mijn hart gestoken werd.'

*Linne De Loof*

Zijn betrokkenheid op zijn mama raakt me. De grote, onhandige puber met zijn rollende ogen is ver weg. Ik vraag aan mama hoe dit bij haar binnenkomt. Charlotte: 'Hoe komt dat binnen? Er komt niks binnen.' Dit antwoord had ik niet verwacht. Ik schrik even en het moet op mijn gezicht te lezen zijn, want ze vult aan: 'Je hebt me geleerd om eerlijk te zijn over wat ik voel. En eerlijk gezegd, ik voel nu niets. Het is raar, hè. Maar het is zo.' Ik zie de klap aankomen bij Kasper. Hij verstijft in de zetel. 'Charlotte, het is inderdaad goed dat jij ons kan vertellen wat je echt voelt. En het is moedig dat je iets heel verdrietigs in woorden durft te gieten, iets wat iedereen hier wellicht vaak voelt: dat je de liefde van je kinderen niet meer kan voelen. Ze staan hier klaar met hun handen vol liefde, zoals daarnet, als Kasper vertelde hoe gekwetst hij was als opa boos was op jou ... handen vol liefde en jij kan dat niet voelen.'

Het kost me moeite om Kasper niet te gaan troosten, want ik zie het verdriet in zijn ogen. Ik vang zijn blik in zijn glazige ogen. Voor ik dichter bij hem kan komen, moet ik zijn mama mee hebben. En zijn zus. Het valt me op hoe anders Ellen hierop reageert. 'Hoe is dat voor jou om dit te horen, Ellen?' 'Eigenlijk voel ik ook niets.' Ze zegt het bijna verontschuldigend. Mama springt haar bij: 'Ellen lijkt daarin heel erg op mezelf: wij hebben die deuren dichtgedaan, dus wij voelen dat niet.' Kasper staat heel alleen met zijn verdriet. Hij kent die plek, want hij zit daar altijd alleen mee. Maar nu sta ik ernaar te kijken. Ik moet hem laten voelen dat hij niet helemaal alleen is, dat ik zie dat hij daar staat. Zonder nog meer afstand te creëren in het gezin.

'Er gebeurt hier iets heel verdrietigs. Vijf jaar geleden zijn jullie je papa en ben jij je man verloren. Dat deed ongelooflijk veel pijn. Charlotte, op het moment dat jouw man stierf, brak je hart. En toch moest je voort. Omwille van de twee mooie kinderen die David bij jou achterliet. Maar zorgen voor kinderen terwijl je hart zo kapot is van verdriet, dat gaat niet zomaar. Dus je besloot om al die stukjes van je hart in een doos te steken en die diep in je binnenste te begraven.' Charlotte: 'Ik moest voort, hè. En zo lukte dat.' Therapeut: 'Je moest voort en je ging voort. Met je hart in een doos. En zo slaagde je erin om voor de kinderen te zorgen. Tegelijk ging er iets heel belangrijks verloren, want op het moment dat je het verdriet en gemis aan David in de doos stopte, stopte je ook je kinderen in de doos. Niks of niemand is voor jou meer verbonden met David dan Kasper en Ellen. Dus natuurlijk kan jij die liefde niet voelen die Kasper hier met open armen wilde geven aan jou.' Kasper vult mijn gedachten verder aan: 'En daardoor zijn we eigenlijk ons gezin kwijt.' Op dat moment begint mama te huilen. Kasper huilt stilletjes

---

*Eilanders – over de soms moeizame weg van de inhoud naar het proces*

mee. Ellen kijkt heel open en geconcentreerd naar haar broer en haar mama. ‘Dat maakt het net zo verdrietig. Jullie verloren niet alleen jullie papa en jouw man, maar ook jullie gezin. Dus elke keer als er iets moeilijks gebeurt – Kasper die het niet goed doet op school, vaderdag, bijeenkomsten met de familie van papa, wat dan ook ... dan kruipen jullie elk op jullie eiland. Zo proberen jullie elkaar te sparen voor alle verdriet. Maar zo staan jullie vooral heel alleen met zoveel verdriet en angst en spanning ...’

Ons schip vaart weer in de juiste richting. En dan kiest het gezin of we de zeilen hijsen, of ze op het dek willen staan of in het kraaiennest willen klimmen. De inhoud is weer aan hen, want we werken weer rond het proces waarvoor ik bij hen kom. Dus ik laat mama vertellen. ‘Het is juist wat Kasper zegt. We staan allemaal alleen. Terwijl we hetzelfde meegemaakt hebben. Weet je dat we bijna nog nooit samen naar het kerkhof zijn geweest? Misschien helemaal in het begin een of twee keer. We gaan altijd apart. Of de kinderen met mijn ouders. We zouden dat eens samen moeten doen met ons drieën.’ Ellen en Kasper schieten meteen in actie: ‘Dan gaan we eerst naar de markt om bloemen te kopen voor bij het graf van papa.’ ‘En we halen gebraden kip om daarna op te eten.’ ‘Met van die lekkere gebakken patatjes.’ ‘Oh, dat zijn echt de lekkerste patatjes!’ ‘Nee, puree is nog beter.’ ‘Wanneer is het markt? Morgen?’

Ze zijn weer vertrokken zoals we begonnen zijn: door elkaar, van de hak op de tak. Maar dit keer niet elk op hun eiland. De eilanders hebben elkaar gevonden. Ik laat hen achter in hun gezellige chaos. Dus toch een stap vooruit vandaag. Dat zag ik om vijf voor twaalf niet aankomen.

### *Voorbij de inhoud*

Gezinnen verleiden ons zo graag te verdwalen in de inhoud en waarmee ze worstelen. Vaak staan ze al vanaf het begin van een gesprek te trappelen om verslag uit te brengen van allerlei gebeurtenissen. Gebeurtenissen die hen raakten, hen in de war brachten, tot conflicten of onzekerheden leidden ... gebeurtenissen die de gezinsleden telkens heel verschillend beleefden. Vaak zijn het net die verschillen die hen frustreren en waarover strijd ontstaat. Een strijd waarbij ze ons als hulpverlener vaak als een soort rechter willen inschakelen: Zeg ons wie gelijk heeft! Zeg ons wie het meest gezorgd heeft, wie het meest geleden heeft.

Hoe belangrijk sommige gebeurtenissen ook zijn, het is cruciaal dat onze focus als hulpverlener blijft liggen bij het proces dat deze gebeurte-

*Linne De Loof*

nis uitlokt of markeert. Het moment dat we mee in de inhoud stappen, komt de regie van het gesprek bij de gezinsleden te liggen. Dan worden wij toeschouwers, scheidsrechters, publiek ... allerlei rollen die hun zin hebben, maar waarvoor mensen niet in begeleiding gaan. Het is onze taak om bij alle inhoud die een gezinslid aanbrengt, te bekijken hoe we die kunnen verbinden met de rode draad die we samen met hen geweven hebben: datgene waarin ze in essentie vastlopen en waarvoor ze een ander antwoord willen zoeken dan ze tot hiertoe zelf vonden.

Charlotte en Kasper weten al dat ze een groot meningsverschil hebben over de moeilijkheden die Kasper op school ervaart. Dit simpelweg herhalen met mij erbij maakt voor hen geen verschil – behalve misschien dat het de hopeloosheid nog vergroot, omdat ze merken dat ze er niet uit raken. Hoe hardnekkig ze ook zijn in het aanbrengen van deze inhouden en daar telkens op terugkomen, ze hebben er behoefte aan dat ik iets toevoeg aan de inhouden. Dat ik een laag zichtbaar maak die zij in hun strijd niet meer zien.

#### *Elkaar horen en zien*

Dit heeft er onder andere mee te maken dat ik hen help elkaar te zien. Want hoe hard ze hun standpunt ook proberen uiteen te zetten (en ze kunnen allebei stevig brullen), ze zitten beiden met het gevoel dat de ander hen niet hoort. Anders zouden ze hun beleving niet eindeloos herhalen. Mijn taak als hulpverlener is hun blik te openen, de oogkleppen af te zetten, zodat ze plots zien wie er aan de overkant zit. Mensen kunnen dit pas als ze zichzelf ook gehoord en gezien voelen. Daarin is de hulpverlener een brugfiguur: iemand die hoort en ziet wat ze willen zeggen, die hier taal aan geeft en het zichtbaar maakt voor de ander. Door dit bij alle gezinsleden te doen, komt er meer rust en ruimte. Dit is te merken aan het tempo van spreken. Als mensen rustiger gaan spreken, vragen beginnen te stellen en stiltes verdragen, zijn ze niet langer reactief en is hun blik niet langer naar binnen gekeerd, maar beginnen ze open en ontvankelijk te zijn voor de andere gezinsleden. Als gezinsleden zich gehoord voelen – al is dit tijdelijk door de hulpverlener – krijgen ze hun oren en ogen terug. Als een van hen opnieuw het gevoel heeft dat hij of zij niet gehoord wordt, laaien de monologen weer op en gaat het tempo weer omhoog. Of wordt de stilte ijzig. Dat zijn signalen dat we als hulpverlener onze taak als brugfiguur weer moeten opnemen: dat we vertaalwerk te doen hebben vanuit onze meerzijdige partijdigheid.

---

*Eilanders – over de soms moeizame weg van de inhoud naar het proces*

### *Een rode draad weven*

Het vertaalwerk alleen is niet voldoende. Het is eerder een voorwaarde gezinsleden in staat te stellen met elkaar in dialoog te gaan – om elkaar te beginnen te ontmoeten. Wanneer je erin slaagt om deze voorwaarde te creëren, komen de gezinsleden eerst heel kwetsbaar te staan. Ook dan is onze sturing weer van groot belang. Raakt de boot op dat moment iets te veel uit zijn koers, dan kun je stranden op een zandbank. De gezinsleden moeten voelen hoe jij het roer losjes in handen houdt en op die manier de veiligheid creëert zodat zij over het schip kunnen ronddwalen zonder angstvallig naar de horizon te moeten speuren.

Dat roer krijg je niet zomaar in handen. Het is iets wat je samen met de gezinsleden installeert en ontwerpt. Bij aanvang van een begeleiding ga je meteen op zoek naar de rode draad: datgene waar het hele gezin het meest last van heeft en waar het iets mee wil doen. Het gaat hier niet altijd om het eerste probleem dat een gezin naar voren schuift. Over de reden voor aanmelding bestaan vaak verschillen van mening tussen de gezinsleden. Toen Charlotte in een eerste gesprek aangaf dat vooral Kaspers gedrag een probleem was, ging hij daar niet mee akkoord. Hij was ervan overtuigd dat zijn mama het probleem was, dat zij veel te vaak brulde en zaagde. Ellen, zijn zus, stelde dat haar broer soms wel lastig kon doen, maar dat het probleem vooral was dat er zoveel ruzie in huis was en dat ze niet snapte waar iedereen zoveel problemen over maakte. In de zoektocht naar de gemeenschappelijke last of vraag begint een rode draad te ontstaan. Het is de moeite waard hier voldoende tijd voor te nemen tot de draad zo duidelijk mogelijk is. Hoe helderder de richting voor iedereen is, hoe sneller je de bestemming bereikt. Ook bij deze zoektocht komt heel wat van het eerdergenoemde vertaalwerk kijken. Reeds op dat moment is het belangrijk voldoende tijd te nemen zodat iedereen iets te horen en te zien krijgt van waar de anderen het werkelijk moeilijk mee hebben.

Bij het doorvragen naar ieders lasten en wensen verscheen in dit gezin vrij snel een gemeenschappelijke zorg: sinds het overlijden van hun papa leken ze elkaar kwijt te zijn, was het heel moeilijk geworden met elkaar te spreken over dingen die wat gevoeliger lagen. Dat leek enkel nog te lukken via kwaadheid. Die kwaadheid voedde het gevoel van afstand. Op het einde van het eerste gesprek konden ze zich allemaal vinden in het doel dat ze wilden leren hoe ze opnieuw op een meer rustige manier van mening konden verschillen, zonder elkaar pijn te doen. Dat was vanaf dan onze rode draad.

---

*Linne De Loof*

*Van een rode naar een blauwe draad*

De rode draad is een dynamisch weefsel. De essentie blijft meestal gelijk, maar de vorm verandert doorheen de tijd. Er kunnen elementen worden toegevoegd, andere worden geschrapt. Waar onze taak als hulpverlener in schuilt, is dat we steeds voor ogen houden waarvoor dit gezin naar ons komt. Dit is geen verantwoordelijkheid van de gezinsleden. Zij mogen verward raken, afgeleid zijn en verdwalen in allerlei inhouden. Zij mogen vergeten wat de richting van het schip was. Het is aan de hulpverlener om deze steeds in zijn eigen achterhoofd te houden en de rode draad in het gesprek te weven wanneer het gezin dit uit het oog verliest.

Uiteraard zijn er heel wat momenten waarin het onduidelijk lijkt te worden of de rode draad nog steeds de richting is die het gezin uit wil. Net omdat hij uit dynamisch weefsel bestaat, krijgt hij vorm in de constante onderhandeling tussen het gezin en de hulpverlener. 'We hebben samen besloten dat we zouden werken rond jullie manier van spreken met elkaar, dat we zouden zoeken naar manieren om op een minder pijnlijke manier van mening te verschillen. Hebben jullie hier nog steeds last van? Klopt het dat jullie hier nog steeds aan willen werken?' Je kunt deze richting niet genoeg bevragen. In het bevragen krijgen de gezinsleden telkens meer eigenaarschap over hun eigen wensen en doelen. Elke keer dat je dit expliciet maakt, wordt de draad tastbaarder voor de gezinsleden zelf.

Zo werd in de onderhandeling met het gezin van Kasper op een bepaald moment duidelijk dat de draad niet langer rood, maar ook blauw was: ze wilden niet alleen rustiger ruzie kunnen maken, ze wilden ook manieren vinden om meer fijne contacten met elkaar te hebben. De twee stukken sloten mooi bij elkaar aan en vanaf dat moment nam ik ze beide mee in elk gesprek met het gezin.

*De draad uit handen geven*

Soms zal duidelijk worden dat een bepaald doel niet haalbaar is of dat het bereikt is, dat het gezin zelf voort kan. Dat is een moment om de draad los te laten. In het eerste geval start je weer bij het begin: Kan er een andere draad in de plaats komen? Welke richting zou wel haalbaar zijn? In het tweede geval kom je samen tot de vaststelling dat de lasten hanteerbaar zijn geworden, dat de gezinsleden voldoende manieren hebben gevonden hiermee om te kunnen gaan. Dan is het tijd de draad terug te geven aan het gezin en de begeleiding af te ronden.



---

*Eilanders — over de soms moeizame weg van de inhoud naar het proces*

In heel het traject van het weven van de draad, deze vasthouden en hem terug kunnen geven aan een gezin, worden we als hulpverleners vaak op de proef gesteld. De gebeurtenissen die onze gezinnen overkomen zijn vaak intens, soms ronduit pijnlijk of schokkend en ze hebben de neiging ons op te sloppen. Bij heel wat inhouden is het belangrijk stil te staan, het onderliggend proces los te laten en ruimte te maken voor de zaken waar de gezinsleden op dat moment voor staan. Wanneer we ons echter louter door deze inhouden laten leiden, worden we samen met de gezinsleden speelbal van de gebeurtenissen en dobert ons schip stuurloos op een steeds woeliger wordende zee.

Zoals ik eerder beschreef, lijken we soms echt een gevecht te leveren met gezinnen om het proces in handen te houden. Op sommige momenten hoeft dit niet, op andere momenten lukt dit niet. Maar het blijft de moeite waard het te proberen. Het is in de pogingen daartoe dat plots stapjes van verandering mogelijk blijken. Dat een gezin dat angstvallig elk gesprek over hun overleden vader mijdt, plots besluit om na vijf jaar samen zijn graf te bezoeken.

**Linne De Loof** is klinisch psycholoog en contextueel systeemtherapeut. Ze was jarenlang werkzaam als contextbegeleider in Sigma Contextbegeleiding van vzw Martens-Sotteau (bijzondere jeugdzorg) te Oostakker. Daarnaast heeft ze een zelfstandige praktijk voor relatie- en gezinstherapie en is ze verbonden als opleider aan de Systemisch Contextuele Counselingsopleiding van Leren over Leven.  
E-mail: linne\_dl@yahoo.com.