

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)

## Reflectie

---

### Systeemtherapie in vitro

#### Hoe ambulante systeemtherapie uitdagend blijft in tijden van noodzakelijke fysieke afstand

---

**Aristides Tamboer**

---

Terneergeslagen zoals veel anderen luisterde ik op 15 maart 2020 naar de aankondiging over de maatregelen die getroffen zouden worden om het coronavirus te bestrijden. Ik vroeg mij af hoe ik mijn werk als systeemtherapeut binnen de ambulante geestelijke gezondheidszorg na deze maatregelen zou moeten uitvoeren. Mogelijk ben ik niet de enige geweest die dit zo heeft ervaren. Door een kijkje te geven in mijn digitale keuken wil ik anderen meenemen in het proces dat mij bracht van weerstand naar vernieuwde beroepsvreugde.

De periode die volgde na de aankondiging werd gekenmerkt door mijn overtuiging dat het werk onuitvoerbaar zou zijn via telefoon of videoscherm. Ik zou mijn cliënten gewoon blijven zien in de spreekkamer alsof het mijn operatiekamer betrof en ik de onmisbare verpleegkundige. Nadat deze gedachte was bezonken, realiseerde ik mij dat het vooral mijn eigen weerstand betrof, waarbij ik het comfort van een vertrouwde spreekkamer moest inruilen voor een van de vele beschikbare beeldbelprogramma's. Deze verhuizing was ongewenst, maar zoals ik hier zal beschrijven, heb ik geleerd om mijzelf ook in een digitale spreekkamer thuis te gaan voelen.

In mijn weerstand om te beeldbellen was ik ervan overtuigd dat de expliciete interactie tussen therapeut en cliënt in levenden lijve noodzakelijk was. Het contact maken via een beeldscherm, luidsprekers en microfoon voelde kil en onwerkelijk, alsof ik in een sciencefictionfilm was beland en de menselijke aard wordt vervangen door data.

Mijn eerste ervaringen met het 'digitale werk' als systeemtherapeut bracht met zich mee dat ik vooral praktische tips begon te geven, zoals ik

ook gewend was toen ik net als systeemtherapeut was gestart. Ik maakte vooral niet te veel contact via het door mij verafschuwde medium. ‘Gaan jullie maar dagelijks deze luisteroefening doen, dan zien we volgende week terug hoe het gegaan is’, hoorde ik mijzelf meermaals uitspreken tegen vastlopende stellen. Niet dat deze interventie slecht zou zijn, maar systemische duidingen kwamen er ineens niet meer aan te pas in die eerste paar weken. Ik denk dat ik in deze periode te veel met mijzelf en de digitale techniek bezig was, waardoor ik minder oog had voor de systeemleden, laat staan voor hun onderlinge dynamiek.

Ik neigde ertoe te berusten in het idee dat de spreekkamer, zoals ik deze kende, niet meer mijn domein was. Een voorbeeld hiervan zijn de spullen op mijn koffietafeltje die ik doorgaans gebruik om uit te beelden wat met woorden moeilijk is te omschrijven, of de stoelen die ik kan schikken naar wat mij systemisch zinvol lijkt. Denk maar aan de gelijke afstand tussen stoelen om de meervoudige partijdigheid te benadrukken, of het opstellen van de stoelen om coalities en allianties visueel te maken. Dit fenomeen resoneerde door in de vraag hoe ik de gelijkwaardigheid zou borgen in een digitale spreekkamer. Hoe zit dit eigenlijk wanneer de spreekkamer ineens virtueel is?

Ik beseftte dat ik vooral in onmogelijkheden verzandde binnen het digitale werkveld. De piekergedachten over het verlies van mijn vertrouwde omgeving maakten mij geen tevreden therapeut. Doordat ik ontevreden was over mijn rol, had ik minder aandacht voor het therapeutisch proces, waardoor ik mijn eigen onvrede versterkte. De omslag kwam nadat ik mijzelf weer nieuwsgierig kon maken naar de mogelijkheden. Ik ben mij meer gaan verdiepen in de technische kant van het beeldbellen. Daarnaast ben ik bij collega's te rade gegaan hoe zij met het beeldbellen omgaan. Ook heb ik enkele digitale sessies gezamenlijk opgepakt met een collega-systeemtherapeut. Dit gaf mij de gelegenheid om te reflecteren. Het voelde alsof er een periode van rouw nodig was om afscheid te nemen van mijn analoge spreekkamer. Ik besloot mijn ogen te openen voor de mogelijkheden die het beeldbellen wel kon bieden. Alleen al als ik terugkijk op de manier hoe de mensen in beeld kwamen, heb ik een veelheid aan variaties op het beeldbellen mogen ervaren. Ik herinner mij de ouders van een tiranniserende puber, die met mij in gesprek gingen al wandelend door de bossen, omdat zij thuis te weinig privacy kregen van hun kind. Er was een stel dat beeldbelde gezeten onder de nok van het dak op een anderhalf meter hoge zolder. Of ik denk aan de ouders die zich op de vloer tussen de kruipende kinderen bevonden. We zijn creatief en steeds vindingrijker in tijden van nood. Toch

geven deze situaties al veel indirecte informatie over hoe het gezinsleven georganiseerd is. Doorgaans zag ik cliënten uitsluitend in mijn spreekkamer en was een blik in hun persoonlijke leefomgeving niet zo visueel als nu met het beeldbellen.

Zo trof ik in een gesprek met gescheiden ouders een vrouw die al haar zaakjes altijd netjes op orde had, en een man die juist moeite had orde op zaken te stellen. Dit was merkbaar in de internetverbinding, de kwaliteit van de audio en het beeld. Bij mevrouw was dit onberispelijk en bij meneer dramatisch, door wegvallend beeld, geluid of beide. Dit overduidelijke verschil bleek een parallel ten opzichte van hun voortdurende polariserende dynamiek.

Qua creativiteit begon ik steeds meer met het beeldcontact te spelen. 'Zitten jullie doorgaans ook zo dicht tegen elkaar aan, of is dit alleen om binnen het bereik van de camera te blijven?', was mijn vraag aan systeemleden. Ik begon mij ervan te overtuigen dat het beeldbellen werkt en ook de cliënten, die waarschijnlijk hetzelfde ongemak ervaarden als ik, zag ik steeds meer ontspannen in beeld komen. Ondanks de regel van afstand, kwam de wereld ineens dichterbij en stond de deur open voor invloedrijke familieleden in het buitenland om via deze weg deel te nemen aan de systeemgesprekken.

Ook huisgenoten die zich doorgaans onttrokken aan de systeemtherapie kwamen nu toch in beeld. Zo ontmoette ik bij een casus waarvan ik in de reguliere sessies alleen het echtpaar zag, nu ineens ook de kinderen. Het betrof een bijna apathisch depressieve man en zijn omgekeerd evenredig klagende echtgenote. Tijdens het gesprek besloot de dochter zich te mengen in de dynamiek, omdat zij ons gesprek kon volgen. Het twaalfjarige meisje dat zich juist uit het gezin terugtrok, leefde nu op door wat er gezegd werd en begon enthousiast deel te nemen aan het gesprek. In deze samenstelling kon haar de vraag gesteld worden: 'Wat zou jij graag weer willen ondernemen met papa?' Het gesprek resulteerde erin dat dochter en vader ter plekke een bal tevoorschijn haalden en samen naar buiten liepen.

Bij een ander echtpaar trof ik de vrouw voorovergebogen in beeld en dermate beeldvullend dat haar partner slechts in een klein hoekje van het beeldscherm te zien was. Haar houding in contrast met die van hem, werd een mooie metafoor voor hun dagelijkse rolverdeling: moest zij zover voorover leunen omdat hij zover achteroverleunt, of moest hij zover achteroverleunen omdat zij zover voorover leunt?

Met de komst van het beeldbellen ontstaat ook de gelegenheid voor cliënten om deze digitale route te gebruiken buiten kantoor tijden. Het

telefoonnummer van het secretariaat wordt dan als omweg ervaren, en mensen kunnen chatberichten sturen naar de online omgeving terwijl ik niet beschikbaar ben. Pas wanneer ik online kom, kan ik de beeldbel-pogingen of achtergelaten tekstberichten teruglezen. Of dit daadwerkelijk een voordeel is laat ik nog even in het midden. Het zou de illusie kunnen creëren dat de digitale therapeut te allen tijde beschikbaar is. Ook al weten cliënten dat er niet direct gereageerd zal worden, het kan op zich al verlichtend zijn wanneer zij op dat moment via een chatbericht hun verhaal kwijt kunnen. Zolang de spanning geparkeerd staat in de digitale ruimte zal die misschien minder aanwezig zijn in de onderlinge relatie. Ik zag pogingen tot beeldbelcontact in het weekend voorbijkomen of 's avonds om tien uur. Mensen die wanhopig advies wilden of, leuker, om gewoon te melden dat de inzichten hen ontzettend geholpen hebben en dat ze juist gelukkige momenten meemaken.

Een andere ervaring die ik graag wil delen in deze tijden van fysieke afstand, was een casus van een jong stel, waarbij vreemdgaan van de ene en aanklagen van de andere behoorden tot de reguliere gang van zaken. Hoe meer zij hem kwam aanklagen over dat hij niet te vertrouwen was, hoe minder hij zijn best deed haar vertrouwen te winnen en toch toegaf aan zijn behoefte om met een andere vrouw het bed te delen. Of was het andersom? Hoe meer hij haar vertrouwen beschaamde met 'vreemdgaan', hoe klageriger zij werd. Hoe dan ook, dankzij corona waren zij noodgedwongen samen tijd door te brengen en leerden zij elkaar beter kennen. Het stel leerde zo hun vicieuze cirkel te doorbreken. Ik hoop natuurlijk dat wanneer de pandemie weg is, zij het vertrouwen en de bereidwilligheid kunnen blijven tonen.

Ook was er een stel dat ter plekke ruzie kreeg, waarbij ik het angstige gevoel kreeg dat ik door het beeldbellen geen rechtstreekse manier had om een dreigende escalatie te stoppen. De man in dit verhaal voelde zich gekleineerd door zijn vriendin en reageerde vervolgens als klein kind door stampvoetend het balkon op te lopen om een joint op te steken. Ik was allang blij dat ik geen getuige werd van een fysieke vergelding, maar na vijf minuten zag ik de man terug de kamer in lopen en zijn vriendin een dikke kus geven. Doorgaans onderzoek ik juist hoe het gebruik van middelen zich verhoudt tot de primaire aanmeldklacht, maar toen ik dit verloop van een conflict van dichtbij meemaakte, neigde mijn gedachte toch meer naar het gezegde 'het doel heiligt de middelen'.

Tot slot was er nog een typische ervaring met een nieuw samengesteld gezin, verblijvend in dezelfde woning. Sommige leden van het gezin besloten hun eigen apparaat te gebruiken om te beeldbellen en anderen

waren gezamenlijk in beeld. In dit specifieke geval zag ik de ene dochter op haar kamer, de andere dochter met moeder samen op dezelfde tablet, en stiefvader die buiten beeld op de bank lag. In een oogopslag was duidelijk hoe de gezinsverhoudingen waren. In lijn met het gedachtegoed van Minuchin (1974) worden hypothesen over coalities en allianties visueel gemaakt. Het herstructureren van deze gezinsverhouding kreeg prioriteit aangezien de aanmeldklacht bij dit gezin was terug te brengen naar een langdurige strijd tussen stiefvader en moeder, waarbij de grenzen voor de kinderen leken te vervagen. Moeder en stiefvader zouden samen in beeld komen en de kinderen gezamenlijk via hun eigen apparaat.

Ik heb geleerd het medium van het beeldbellen steeds beter toe te passen. Een leerproces dat mij doet denken aan de eerste keren dat ik met een systeem de spreekkamer betrad. Ik had de neiging om te veel bezig te zijn met de inhoud of met mijzelf als therapeut, waardoor het grotere plaatje minder goed zichtbaar werd. Ik zie nu in dat de betrekkingen echt wel duidelijk kunnen worden via een digitaal scherm en dat ook de spanning gevoeld kan worden en soms zelfs versterkt. Als voorbeeld van dit laatste trof ik een gezin rond de tafel voor de laptop, waarbij ik via mijn koptelefoon ineens een zwaar trillend geluid hoorde. Het bleek dat een trillend been van een van de gezinsleden bleef stoten tegen de tafel waarop zich de laptop bevond. Deze signalen worden dan ineens uitvergroot door de microfoon. In dit specifieke geval bleek het 'tromgeroffel' een signaal dat als vooraankondiging diende van een confrontatie in een overbeschermend gezin.

Helaas werd ik ook meermaals geconfronteerd met de werkelijke beperkingen van het beeldbellen. Dit was bijvoorbeeld wanneer de techniek mij of mijn cliënten in de steek liet. Soms is bij een van de deelnemers de verbinding onvoldoende, waardoor die wegvalt uit het gesprek. Het is alsof iemand voortdurend in en uit de spreekkamer loopt. Dit gaf een onveilig gevoel, zowel bij mij als bij de deelnemers. Wanneer een goede verbinding niet tot stand komt, schakel ik over op telefonisch contact of stel ik de sessie uit naar een later moment.

Ik kan concluderen dat het nog steeds mijn voorkeur heeft mensen in levenden lijve te ontmoeten. Ik merk bij mijzelf dat ik, vanwege de ingrijpende gevolgen van de pandemie, enige terughoudendheid heb met de beweeglijkheid in de kamer, laat staan met het aanraken van mensen zoals sommige grondleggers van de systeemtherapie dit zo mooi doen. Het gebruiken van speelgoed of voorwerpen blijft ook nog even buiten beschouwing. Het whiteboard voor de genogrammen is nu mijn meest creatieve middel. Een whiteboard is overigens ook prima te gebruiken via

---

*Systeemtherapie in vitro*

beeldbellen met sommige programma's. Ik verheug mij op een herstel van alle mogelijkheden, hoewel ik er inmiddels van overtuigd ben dat het beeldbellen ons systeemwerk niet hoeft te belemmeren. Het kan zelfs een mooie aanvulling zijn, zoals bij familieleden in het buitenland, die bij mij nu in de fysieke spreekkamer op een afzonderlijke stoel een beeldscherm krijgen.

**Aristides Tamboer** is maatschappelijk werker en systeemtherapeut, werkzaam als systeemtherapeut bij PsyQ Haaglanden en Youz Levenslooppoli.

E-mail: [a.tamboer@psyq.nl](mailto:a.tamboer@psyq.nl).

**Literatuur**

Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy – A structural approach*. Cambridge, MA: Harvard University Press.