

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

Een gezin is altijd een beetje pijnlijk

Interview met Lieve Cottyn

Cathy Van Gorp

Lieve Cottyn is klinisch psycholoog, systeemtherapeut en supervisor. Ze heeft drieëndertig jaar als opleider en trainer deel uitgemaakt van de staf van de Interactie-Academie te Antwerpen. In 2019 ging ze met pensioen wat betreft het opleidingswerk. Het is altijd haar passie geweest om mensen te leren reflecteren en te leren leren. Genoeg redenen voor ons als redactie om haar voor dit themanummer over opleiding en supervisie te interviewen.

Twintig jaar nadat ik mijn opleiding tot systeemtherapeut startte aan de Interactie-Academie wandel ik dezelfde weg van toen. Ik parkeer op een randparking, zet me in de zon in het parkje tegenover de Van Schoonbekestraat 33 in Antwerpen en laat de tijd even passeren.

Cottyn verwelkomt me in een ruim lokaal met zicht op de prachtige tuin. Als deelnemer aan de groepspraktijk doet zij hier nog een dag per week gesprekken met jongvolwassenen, ouders en gezinnen, en supervisies met zowel therapeuten in opleiding als meer ervaren therapeuten. 'Ik ben erg tevreden met mijn beslissing. Voor mij is het opleidingswerk voldaan. Ik heb gedaan wat ik wilde doen en kan nu achteroverleunen en zien hoe het balletje verder rolt.' Ze schrijft ook aan een boek over hoog-oplopend conflict tussen ouders na scheiding, een onderwerp dat haar al dertig jaar interesseert en dat haar de laatste jaren als opleider opgeslorpt heeft. Het boek wordt op 24 september 2021 gelanceerd op de feestelijke studiedag van het vijftigjarig bestaan van de Interactie-Academie. 'Het is een uitdagende en heerlijke klus. Het trage van het schrijven helpt me om de complexiteit laag voor laag af te pellen. Het is niet makkelijk om daarbij mijn eigen denkprocessen te ontrafelen en neer te schrijven. Ik ben ermee verkleefd als het ware. Daar zicht op krijgen betekent (dus) een beetje lostrekken, en dat doet zeer. Conflictueus ouderschap na scheiding is een bij uitstek voor systeemdenkers fascinerend onderwerp. Het gaat

Cathy Van Gorp

over de krachtige invloed die helse patronen hebben op mensen, therapeuten inclusief, en hoe daar verandering in te brengen. Systeemtheorie gaat in de kern over kijken naar patronen, naar contextbeïnvloeding en naar de effecten van het eigen denken en handelen. De systeemtheorie geeft je de steun om te volharden dat verandering mogelijk is. Er beweegt altijd iets, ook al lijkt het niet zo. Hoog conflict gaat over zeer starre en vastgeroeste patronen, mensen blijven hetzelfde doen. Geloven dat er iets kan veranderen aan destructieve patronen in het systeem door constructief weerwerk te bieden, is essentieel om het vol te houden als therapeut.'

Cottyn groeide op in een gezin met vijf kinderen. Ze werd elf maanden na haar oudste zus geboren. 'De drie kleintjes kwamen veel later. Ik heb altijd gehoord dat mijn moeder moest bekomen na mij. Ze was mogelijk niet klaar voor mij, zo kort na mijn zus. Ik heb al vroeg de drang gevoeld om ten opzichte van mijn broers en zussen naast gelijk en samenhorig te zijn, ook te mogen verschillen.' Haar beide ouders hebben maatschappelijk werk gestudeerd, wat in die tijd zeker voor een vrouw niet evident was. Financieel ook niet, daar haar ouders uit grote gezinnen kwamen. Door de druk op opvoeding en huishouden is haar moeder nooit buitenshuis gaan werken. Wat haar moeder betreurd heeft. Van haar heeft Cottyn de boodschap meegekregen dat het belangrijk is om als vrouw iets te betekenen in de samenleving, financieel onafhankelijk te zijn, en niet alles op te geven voor een man of kinderen. 'Ik heb altijd veel gewerkt. En deed het graag. Mijn zonen zijn snel zelfstandig geworden en hebben op eigen benen leren staan. Ze hebben nu hun eigen huishouden en gezin. Ik heb vier kleinkinderen die mij als oma boetseren.' Haar vader werkte voor de vakbond en verdedigde de rechten van arbeiders en werknemers op de arbeidsrechtbank. 'Van mijn vader heb ik het vechten tegen onrecht en het opkomen voor de zwakkeren in de samenleving meegekregen.' Geboren en getogen in Brugge wilde Cottyn koste wat het kost naar de universiteit in Leuven, ver weg. Met veel respect voor haar West-Vlaamse wortels, voelde ze sterk de nood haar vleugels uit te slaan. 'De bekrompenheid van schone schijn, de noestheid en vooral de druk van vanzelfzwijgendheden, het vele voelen maar weinig over spreken in de West-Vlaamse cultuur woog op mij. Ik leg graag taboes bloot en maak nog liever brokken dan niet te spreken. Ik ben nog steeds een dwarsligger en schenenschopper en wilde ook toen al verschil leren kennen.'

Cottyn studeerde psychologie aan de KU Leuven, richting schoolpsychologie. 'Eigenlijk wou ik bioloog worden. Ik was geboeid door ecologie en de organische wisselwerking tussen binnen en buiten. Hoe de cellen werkten en in verbinding stonden, fascineerde me. Maar ik dacht niet genoeg onder-

Een gezin is altijd een beetje pijnlijk

legd te zijn in wiskunde om biologie te kunnen studeren. De opleiding tot psycholoog had een vak biologie en antropologie, dus was mijn keuze gemaakt. Gelukkig had ik pas later door dat statistiek ook een te halen horde was. Zo zie je maar, toevalligheden.’ Haar keuze voor schoolpsychologie was vanuit de interesse in preventie, mede beïnvloed door haar eigen ervaringen op school. ‘Al jong ervaarde ik dat volwassenen niet altijd beseffen wat ze bij kinderen teweegbrengen, hoe eenzaam en gekwetst een kind kan zijn en hoe het kan opveren om dat te boven te komen. In het derde leerjaar was er een leerkracht die me steevast “Stoute” noemde. “Jij verdient de naam Lieve niet”, was haar verantwoording. Ik overleefde door te voelen dat dit niet klopt en stelde me tevreden dat zij mijn gedrag in de klas lastig vond. Mijn sterkste verweer was meelachen met de klasgenoten, ook al lachte ik groen.’ Haar middelbareschoolperiode bracht ze door op een strenge nonnenschool in het centrum van Brugge waar voorrang gegeven werd aan dochters van dokters, notarissen, advocaten en bedrijfsleiders. ‘Ik leerde er dat het belangrijkste aan school je leeftijdsgenoten zijn. Zo’n regime van “een sterke wil te breken” overleef je door goed te zitten in de klas.’ Cottyn vertelt het verhaal van hoe een onnozele grap leidde tot een nachtmerrie voor haar. ‘Er circuleerde in de klas een blaadje met het opschrift “lege bovenkamer te huur”, dat we op elkaars rug plakten. Tijdens de pauze in de gang plakte ik het onachtzaam op de rug van een jongerejaars die ik niet kende. De dagen erna werd de sfeer in de school dreigend, het gonsde dat er iets vreselijks was gebeurd en de schuldige werd gezocht. Zuster directrice gebod alle driehonderd leerlingen om na de vrijdagse zangles te blijven staan tot de schuldige uit de rij zou stappen. Ik vond de ophef overdreven en was vastbesloten te blijven staan – tot ik mijn beste vriendin uit de rij zag stappen. Ik kon moeilijk toezien hoe zij zich opofferde, dus deed ik ook een stap opzij. Ik werd op het podium geroepen en kreeg van de directrice klappen met het kerkelijk zangboek terwijl ze voor de hele school mijn ouders en gezin met de grond gelijk maakte. Razend was ik, en loyaal. Ik heb het nooit thuis verteld. Ik overleefde de schande door steun van vriendinnen, ook van leerkrachten, die me tussen de lijnen lieten voelen dat ze het er niet mee eens waren, maar geen openlijk standpunt durfden in te nemen.’ Tot het einde van haar middelbareschoolperiode toonde ze haar protest door te blijven en goede punten te halen, zodat ze haar niet van school konden sturen, en door kleine ongehoorzaamheden, zoals het aanbrengen van veranderingen in haar uniform.

Ze wilde psycholoog worden om kinderen en jongeren laagdrempelig op de school zelf te begeleiden. Toen Cottyn zag dat de toenmalige psychosociale centra, de huidige centra voor leerlingbegeleiding, zich

Cathy Van Gorp

steeds meer op testen en beroepsoriëntering moesten focussen in plaats van op begeleiding, koos ze alsnog voor de richting klinische psychologie. Professor Karel Pyck, een kinderpsychiater die een voorkeur had voor preventie, gaf haar een klinische stageplek op de afdeling consultatie en kinderpsychiatrie van Gasthuisberg te Leuven. Tijdens dat stagejaar, eind jaren zeventig, werd ze ondergedompeld in de systeemtherapie door kinderpsychiater Theo Compennolle, die net terug was uit Amerika van een opleiding bij Minuchin. 'Wat een ongelooflijke leerschool was dat. De werkende therapeuten waren zeer gretig systemisch te leren werken. Het was een omgekeerde wereld. Wij als studenten zaten achter de spiegel te kijken naar de therapeuten die ons vroegen wat we van hen vonden.' Cottyn herinnert zich nog een belangrijk sleutelmoment tijdens haar stage. 'Als stagiairs werd van ons psychodiagnostisch onderzoek verwacht. Zo kreeg ik Bruno toegewezen, een zesjarige jongen die me letterlijk in beweging zette. Ik slaagde er niet in hem te testen. Hij gooide de blokjes van het testmateriaal uit het raam of rende weg de lange ziekenhuisgangen door, ik hem achterna. Op de dag van de synthesevergadering had ik niets, en vreesde een complete afgang als psycholoog. Tot mijn stagebegeleider zei dat "voor Bruno blijkbaar de relatie belangrijker is dan de prestatie". Wat een aha-erlebnis. Een mislukte testafname werd een belangrijke relatie. Ik voelde mijn zelfbeeld door een zin aan den lijve kantelen van dom en onbekwaam naar slim en deskundig. Zoiets wilde ik ook kunnen, en op de vraag waar hij dit geleerd had, bleek dit in de opleiding bij Annie Mattheeuws op de Interactie-Academie te zijn.'

De eerste werkplek van Cottyn was het Jongeren Advies Centrum (JAC) in Leuven. De drie pijlers van hun werk zijn in het werk van Cottyn altijd aanwezig gebleven: de koppeling tussen begeleiding, vorming en sociale actie. 'Het was een sprankelende context om in te werken, een bevlogen team van geëngageerde personen met uitgesproken meningen, een eerstelijnsdienst met veel zware problematiek, maar zonder dat psychiatrische diagnoses gesteld werden. Sprekend met de jongeren zag ik op de achtergrond de invloed van complexe systemen. Weglopers werden door ons op een geheim adres ondergebracht, maar konden niet echt geholpen worden door hen enkel te beschermen voor hun gezinssituatie: we moesten ook iets met de ouders doen. Ik ervaarde snel dat ik tekortschoot met mijn opleiding psychologie.' Op haar vijfentwintigste startte ze haar psychotherapieopleiding bij Annie Mattheeuws. Daar werd ze bevestigd in de gedachte dat een individu helpen niet mogelijk is als je het grotere geheel niet mee in rekening brengt. Op het JAC leerde ze ook het belang kennen van samenwerking met gevestigde instituties zoals de jeugdrechtbank, in

Een gezin is altijd een beetje pijnlijk

plaats van tegen te zijn. ‘Ook al werd dit door sommige collega’s als vaandelvlucht gezien, ik besloot me in te voegen in de omgangsvormen van een rechtbank en af te spreken met de jeugdrechter. Door rekening te houden met de regels van justitie werden wij als JAC-medewerker serieus genomen. We konden onze eigenheid bewaren en meer voor jongeren doen.’

Daaropvolgend ging Cottyn aan de slag bij Cidar, een observatiecentrum van Bijzondere Jeugdzorg voor uitbehandelde jongeren. Ze pionierde daar met een mobiele ambulante begeleidingsvorm om kinderen en jongeren thuis of terug naar huis te begeleiden. De voorloper van de diensten Thuisbegeleiding die nu Contextbegeleiding heten. Daar kwam ze in aanraking met gezinnen die niet gemotiveerd waren voor hulpverlening en ver afweken van het ideale gezin. Van deze gezinnen werd gezegd dat ze niet vatbaar zijn voor therapie. ‘Als iemand zegt dat iets niet gaat in de hulpverlening, heb ik de neiging om te zeggen: “We zullen eens zien.” Als het moeilijk is, bijt ik mij er als een pitbull in vast. Als iets lastig wordt, maak ik er een studie van.’ Cottyn is hierin schatplichtig aan Annie Mattheeuws en de uitnodigende sfeer van de Interactie-Academie. ‘Het idee dat mensen en gezinnen verschillen, dat benadeling en last onvermijdelijk zijn en niet opgelost hoeven worden, dat je een eigen stem mag hebben en dat die anders mag klinken, werkte voor mij erg bevrijdend. Die sensitiviteit voor de druk van sociale perspectieven en maatschappelijke normen is een van de belangrijkste inspiratiebronnen voor mijn werk als psychotherapeut en opleider. Ook het idee dat je altijd invloed hebt en dat je die effecten niet zelf kunt bepalen, was voor mij een eyeopener.’ Als opleider nam Cottyn dominante aannames onder de loep door iets te zeggen wat groepsleden dooreenschudt en vanzelfsprekendheden op de helling plaatst.

In de werkjaren met zogenaamd onmogelijke gezinnen was ook Minuchin een grote steun en toeverlaat met zijn boek *Families of the slums – An exploration of their structure and treatment* (Minuchin, Montalvo, Guerney, Rosman & Shumer, 1967) (Cottyn, 2018b). ‘Zo’n chique ingebonden boek dat ging over die in de therapiewereld doodgezwegen marginale gezinnen heb ik als erg ondersteunend ervaren.’ Ook Alice van der Pas inspireerde haar en hielp haar op weg naar het vormen van haar eigen mening. ‘Zij schreef over deze gezinnen als structuurloze gezinnen, terwijl ik zag hoe ze wel een eigen structuur hadden, maar een die afweek van de dominante gezinsstructuren. Daarom waren dat lastige gezinnen voor hulpverleners, ze hielden zich niet aan de regels van de hulpverleningscultuur.’ Door bij mensen thuis langs te gaan en in onvoorspelbare en onvoorziene omstandigheden toch therapie te doen, heeft Cottyn veel

Cathy Van Gorp

geleerd. Vooral de niet direct beleefd en vriendelijk te noemen reacties van gezinsleden hebben haar stevig in het zadel gezet van een therapeutische positie. Een samenwerkingsrelatie met de cliënt is essentieel voor verandering, en die krijg je niet zonder reflectie. Om te reflecteren is het innemen van een metapositie noodzakelijk. Een hulpverlener vraagt zich af wat er gebeurt tijdens een gesprek en waar dat mee te maken heeft. Hij kan reflecteren over eigen aannames, visie en handelen en over de effecten daarvan. 'Ik heb hierover steeds met een scherp oog gewaakt als opleider en nu nog als supervisor.'

Het nadenken over gezinnen in het licht van de suprematie van het kerngezin en ruimte maken voor andersoortige gezinsvormen, is altijd haar ding geweest. Het valt haar bijvoorbeeld op hoe weinig genuanceerd er gedacht wordt over de relatie tussen ouder en kind. Haar recente blog over vervreemding tussen ouders en kinderen (Cottyn, 2018a) bracht heel wat beroering en reacties teweeg. 'Ik spreek liever niet van breuken tussen ouders en kinderen, want een breuk moet opgelost worden. De relatie tussen ouders en kinderen is niet uit een stuk en is geen constante, maar bevat vele lagen en verandert voortdurend. En er is daarbij veel meer verschil in een gezin dan doorgaans gedacht mag worden. Ik ben geïnteresseerd in de betekenis van de afstand die iemand nodig heeft. Soms moet een kind ver van "de boom" rollen om gezond te kunnen zijn. Om je autonoom te kunnen voelen, dien je goed verbonden te zijn. Een mens is met veel systemen verbonden die een belangrijke invloed kunnen hebben op welzijn. Een gezin is er daar een van en is net zoals andere systemen altijd ook een beetje pijnlijk. Dat is niet erg, het romantiseren van het gezin lijkt mij gevaarlijker.' Cottyn is een nuchtere therapeut en brengt graag mensen tot nuchterheid. Ik merk op dat hier haar West-Vlaamse wortels meespelen, die haar geleerd hebben dat voeten op en in de grond hebben steun geeft.

Een goed team hebben is een andere belangrijke steunbron voor haar als therapeut. 'Ik functioneer het best in samenwerking. Daarenboven is een team rond je hebben dat kan nadenken echt een cadeau. Zonder mijn collega's zou ik niet bereikt hebben wat nu is.' De steun van een team is onontbeerlijk om te blijven leren, nieuwe ideeën te ontwikkelen en zekere risico's te durven nemen. Verandering kan niet gebeuren als alles onder controle gehouden wordt. 'Jammer genoeg stel ik vast dat therapeuten vandaag banger zijn om tegen de stroom in te gaan. Het angst- en veiligheidsdenken is troef in onze maatschappij.' Cottyn stelt vast dat resultaatsdenken de overhand neemt op procesdenken. Therapeutisch werken gaat niet over momentopnames maar over een proces dat bezig

Een gezin is altijd een beetje pijnlijk

is en over denken op lange termijn. In opleiding is het belangrijk dat therapeuten erin getraind worden om in hun werk zichzelf de toestemming te geven het proces op de voorgrond te zetten. Sociale perspectieven zijn door de jaren heen verschoven, wat op de houding en wendbaarheid van jonge therapeuten een impact heeft. 'Je mag jezelf niet kwetsbaar opstellen. Conflict dien je te vermijden. Op zeker spelen is nodig. Bewijzen dat je het kunt, is belangrijker dan hoe je het doet. Niet betrokken zijn en niet weten, kunnen te dwingende leidmotieven worden. Zo gebeurt het dat een therapeut zich afstandelijk opstelt, geen standpunt durft in te nemen en te volgend is. Directiviteit moet opnieuw aangeleerd worden als een manier van invloed hebben.'

Opleiding geven is doorheen de jaren volgens Cottyn anders geworden. 'Het leren gebeurt in, met en door de groep. We hebben in deze coronatijden kunnen ervaren hoe bij online contacten de kracht van interactieeel leren verloren gaat.' De dynamiek van de interactie komt op de heling te staan door de druk op evaluatieve toetsen. Je dreigt als opleider enkel een beoordelaar te worden en dat kan vervreemdend zijn. Opleiding volgen is net als therapie doen, wroeten en werken. 'Je durft iets moeilijks te vragen van je cliënt als je ook iets moeilijks durft te vragen van jezelf. Ik zie dat therapeuten eerder te zacht zijn voor cliënten. Therapie is een vak, een ambacht met de kunst van precisiewerk. Idealen en moetens kunnen je beletten zelf na te denken en iets met je gewaarwording te doen. En ook al kan ik me soms lomp en in effect bruut bewegen, als de relatie goed zit, kun je je veel permitteren.'

Ik wandel dezelfde weg naar mijn auto terug, dankbaar en tevreden, me zeer bewust van de invloed die Lieve en haar collega's van het eerste uur in de Interactie-academie hebben gehad op de therapeut die ik nu ben.

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 praktijk. E-mail: cathy.vangorp@telenet.be.

Literatuur

Cottyn, L. (22 maart 2018a). *Het taboe van vervreemding tussen ouders en kinderen*. blog.interactie-academie.be/opinie-debat
Cottyn, L. (2018b). Weerzien met Minuchin. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 36(1), 59-68.

Minuchin, S., Montalvo, B., Guerney, B.G., Rosman, B.L., & Shumer, F. (1967). *Families of the slums - An exploration of their structure and treatment*. New York: Basic books.