

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

Psychotherapie onder het vergrootglas – Mijmeringen en reflecties

Psychotherapie onder het vergrootglas – Mijmeringen en reflecties

Peter Lenaerts (2020). Oud-Turnhout/'s-Hertogenbosch: Uitgeverij Gompel & Svacina. 208 pp. € 29,90.
ISBN 978 94 6371 2477

Jan Olthof

*Een beeld moet een paar maten te groot zijn,
Als een winterjas. Een beeld brengt werkelijkheid
Mee naar huis ...
(De Coninck, 1997)*

Dit gedeelte uit een gedicht van De Coninck *Een winterjas moet een paar maten te groot zijn ...* brengt mij bij het mijns inziens mooiste hoofdstuk uit de bundel teksten die Peter Lenaerts heeft uitgegeven onder de titel *Psychotherapie onder het vergrootglas*. Overigens staat het gedeelte uit bovenstaand gedicht niet in de bundel.

Peter Lenaerts is klinisch psychoog, systeemtherapeut en supervisor in de systeemtherapie. Hij heeft twintig jaar lang vormgegeven aan een vierjarige opleiding in de systeemtherapie in België. Daarnaast is hij bekend als schrijver van verhalen en romans en als dichter onder het pseudoniem Orfeo Ruilgrond. Zelf noemt hij zijn poëzie relationele poëzie. Aan ieder hoofdstuk uit de bundel heeft Peter Lenaerts een gedicht van eigen hand toegevoegd.

De bundel boeiende teksten is geschreven tussen 1997 en 2020 en de artikelen zijn goeddeels al in verschillende tijdschriften gepubliceerd. Ze getuigen van een brede ervaring als systeempsychotherapeut in diverse settings, zoals ambulante systeemtherapie, dagbehandeling, systemische groepstherapie voor koppels en klinische gezinsbehandeling.

Het boek meandert door de tijd en de geschiedenis van de systeemtherapie en reflecteert op de visie op behandeling in de historie van het vak, op onderzoek, kunst- en filosofische stromingen.

Het hoofdstuk waar ik op doel, hoofdstuk 2, heeft als titel: 'Het derde element – Over het gebruik van poëzie in de appreciërende en samenwerkende systeempsychotherapie.' In dit hoofdstuk lopen de dichter en de psychotherapeut samen op. Het beschrijft de intermediaire ruimte in therapie, de ruimte voor dialoog en betekenisgeving en het organiseren van de betekenisruimte.

In een groepstherapie voor koppels introduceert Lenaerts gedichten om met de koppels in gesprek te gaan over hun relatie. Poëzie kan volgens hem helpen bij impasses en kan nieuwe perspectieven introduceren. De koppels zijn veelal vastgelopen in gestolde verhalen over en van elkaar. De gedichten hoeven niets te bewerken of te deconstrueren. In een appreciërende en samenwerkende dialoog wordt niet het verhaal van de cliënten verkend, maar het gedicht. Gezocht wordt naar nieuwe associaties en creatieve ingangen tot elkaar. De conversatie cirkelt rondom het gedicht als 'derde element'. De ruimte voor betekenis wordt vergroot, de ruimte bemiddelt. Het gedicht spreekt tot de cliënten met zijn vraagtekens. Het beeld moet een paar maten te groot zijn en niet precies passen; moet niet te dicht op de huid zitten en te veel herkenning geven. Een rechtstreeks verband met de gepresenteerde problematiek wordt vermeden. De afstand maakt nabij. Het gedicht is voor velerlei interpretaties vatbaar. Gedichten verwijzen naar de *condition humaine*, zij pathologiseren niet, maar 'brengen de problemen terug naar het domein van het menselijke'. Beschermingsmechanismen worden intact gela-

ten. Er ontstaat een narratieve sfeer en duidingen worden vermeden. Met dit hoofdstuk laat Lenaerts zien dat hij zich thuis voelt bij de appreciërende, op samenwerking en dialoog gerichte benadering van Harlene Anderson.

De hoofdstukken kennen geen logische volgorde en zijn niet gerangschikt op tijdstip van verschijnen. Ze hoeven niet van voor naar achter gelezen te worden. Ze overlappen elkaar soms en ze kennen herhalingen. De thema's zijn filosofische stromingen, kunstfilosofie, poëzie en kwalitatief onderzoek.

In het eerste hoofdstuk bespreekt Lenaerts zes filosofische stromingen die van invloed zijn geweest op het systemisch denken. Hij noemt de romantiek, het modernisme, het postmodernisme, het postfundamentalisme, ultramodernisme en *post-truth*. De romantiek wordt opgevat als een protest tegen de nadruk op lineaire, causale kennis. Zij zoekt de wereld van de geleefde, existentiële ervaring, de wereld van de levensvraagstukken waar geen snelle antwoorden voor te vinden zijn. Het modernisme ziet de therapeut als de expert. Deze ontvouwt, weet en zoekt de achterliggende, werkelijke betekenissen in het verhaal van de cliënt. Het postmodernisme wordt niet beschreven als een 'na', maar als een - om met de postmoderne filosoof Lyotard te spreken - doorwerking van wat voorafgaat (Lyotard, 1987). Volgens de filosoof Kunneman hebben we dan 'trage vragen' nodig (Robbesom, 2017). De onbeantwoordbare 'trage' vragen vormen de kern van het therapeutisch proces en illustreren een samen zoeken. Het singuliere en de contingentie spreken in de ontmoeting. Postfundamentalisme zoekt weer naar de voorspelbaarheid, de meetbaarheid, en valt terug op een logisch-positivistische houding die de huidige tijd zo kenmerkt met zijn nadruk op efficiëntie,

kostenbesparing en marktwerking. Protocolaire behandelingen horen hierbij. Volgens Lenaerts vormt het ultramodernisme een opnemen van voorgaande stromingen met een nadruk op een voortdurend reflexieve houding. Het 'post-truth-tijdperk' stelt de relatie tussen therapeut en cliënt nog meer centraal. Ze moeten het samen doen, en de therapeut laat zien waar hij of zij voor staat. Geeft expliciet zijn of haar mening. Twijfel en onzekerheid kenmerken echter deze tijd. Vaste waarheden zijn vervaagd. Vanuit de *not-knowing position* zoeken we naar wat we hier en nu toch kunnen bieden. Verwijzend naar de filosoof Martha Nussbaum noemt Lenaerts: mededogen, wederkerigheid en individualiteit. Individualiteit geeft ruimte aan dissensus. Hij stelt voor deze stromingen nevenschikkend te laten zijn en na te denken over hoe we cliënten zien en tegen de organisatie van de hulpverlening aankijken.

Lenaerts besteedt ook een hoofdstuk aan overpeinzingen over de kunst als inspiratiebron voor psychotherapie en over de verbanden tussen de evolutie van kunstfilosofische beschouwingen en de stromingen in de psychotherapie. Hij bespreekt de nabootsingstheorie waarbij het wezen van kunst gelegen is in de verhouding tussen het kunstwerk en de fysieke, zintuiglijke realiteit. In psychotherapie zien we de cliënt dan als een 'schilderij' dat door ons geïnterpreteerd wordt. Klachten zijn in deze visie te zien als een weerspiegeling van een psychische realiteit binnen het individu. De relatie is 'rechtlijnig'. Kritiek op deze stroming is dat er geen zuivere waarneming bestaat. Perspectief, positie ten opzichte van het kunstwerk, lichtinval en visie spelen mee. De relatie is veeleer symbolisch op te vatten. De expressietheorie ziet de kunstenaar als iemand met een unieke uitdruk-

king die zichzelf in het kunstwerk legt. De cliënt in psychotherapie drukt zich eveneens op een unieke wijze uit; een klacht en een symptoom vertellen een verhaal en wij resoneren als psychotherapeuten op dit verhaal. Gevoelens van onze cliënten en van onszelf zijn onderdeel van de therapie. Het formalisme in de kunst wil louter naar het kunstwerk zelf kijken en zich niet laten afleiden door contextualiteit. Het kunstwerk is onafhankelijk en autonoom en moet voor zichzelf spreken. Het heeft een intrinsieke waarde. In psychotherapie zijn gestandaardiseerde behandelingen en het instrumenteel interveniëren voorbeelden van een formalistisch gedachtegoed. In de symbooltheorie gaat het om de relatie tussen de kunstenaar, het kunstwerk en de toeschouwer. Lenaerts vergelijkt op deze wijze het symptoom of de klacht met een kunstwerk, en de cliënt met de kunstenaar. Psychotherapeuten zijn in die vergelijking kunstfilosofen en kunstbeschouwers. Hij plaatst kunst en psychotherapie in een historische context. De kunstenaar en de kunstwerken resoneren met maatschappelijke problemen en vertalen die in een beeld of een schilderij. Kunst vervult dus een maatschappijkritische functie zoals psychotherapie dat ook zou kunnen doen.

Via poëzie en kunst komt Lenaerts uit bij de schrijver Borges als inspirator voor de intermediaire ruimte tussen werkelijkheid en fantasie. Cliënten zitten veelal vast in een probleemdiscours en blijven dicht bij die realiteit. We worden uitgenodigd om onze fantasie te gebruiken als psychotherapeuten teneinde nieuwe betekenissen te genereren. De verhalen van Borges helpen Lenaerts om na te denken over de meervoudigheid van de identiteit en van het subjectbegrip. Metaforisch taalgebruik helpt om de relativiteit van een vastomlijnd perspectief vanwaaruit de werkelijk-

heid objectief kan worden waargenomen, aanwezig te stellen. Therapie kan vanuit een ander standpunt een andere lezing van de geschiedenis geven en zo, door betekenissen te verruimen, de werkelijkheid ‘achteruit veranderen’ (p. 81).

In een mooi hoofdstuk over een cliënte van veertig jaar die een lange geschiedenis in de hulpverlening heeft en al op vierjarige leeftijd in de kinderpsychiatrie was opgenomen, laat hij zien hoe in verschillende historische contexten klachten anders begrepen worden. In plaats van een intrapsychische klacht die al op zeer jonge leeftijd tot uitdrukking kwam, ziet de psychotherapeut in 1997 een traumageschiedenis en traumaspooren die niet als zodanig onderkend zijn.

Er volgen twee hoofdstukken over systeempsychotherapie en de relatie met schemagerichte psychotherapie. Het verband wordt een noodzakelijk verband omdat in de klinische setting schematherapie vigerend is en er tevens ook een beroep wordt gedaan op een systeemtherapeut voor de extramurale en contextuele zorg. De twee benaderingen komen samen als een ‘nieuw samengesteld gezin’; ze moeten samen de behandeling vormgeven. De hoofdstukken laten de maatschappelijke realiteit zien dat hulp op verschillende wijzen kan worden gegeven, er historische aanspraken zijn en verschillen in hoe instellingen de hulp organiseren vanuit verschillende visies.

Lenaerts bespreekt in de twee daaropvolgende hoofdstukken kwalitatief onderzoek waarbij de onderzoeker niet buiten het veld staat, maar op het veld meespeelt. ‘In plaats van de antwoorden uit de meta-vertellingen komen er antwoorden uit de singulariteit, het ondoorgrondelijke, en om met Derrida te spreken: de eindeloze andersheid’ (p. 169). *Evidence-based* wordt narratief en kwalitatief van aard.

Psychotherapie onder het vergrootglas – Mijmeringen en reflecties

*Geliefden
Nadien kan ook
Een begin zijn*

*Alle geliefden
Hebben een nadien.
En een voordien.*
(Lenaerts, 2020, p. 130)

Een vertelling sluit het boek af. Deze illustreert prachtig de esthetiek van de intermediaire en intermediaire ruimte. Hier zitten de dichter, de verhaler en de relatie-therapeut samen op de bank.

Psychotherapie onder het vergrootglas is een inspirerend boek voor de meer ervaren therapeut die de reis vanwege zijn of haar leeftijd met de schrijver mee kan maken. De beginnende therapeut zal makkelijk verdwalen in de tekst en de weg kwijtraken. Er is geen logische volgorde, zoals al

gezegd. De herhalingen en overlappingsen in de tekst zijn voor mij geen bezwaar, maar kunnen voor de lezer wel bezwaarlijk zijn.

Jan Olthof is psychotherapeut en opleider systeemtherapie. E-mail: olthofjanbg@hotmail.com.

Literatuur

- Coninck, H. de (2011). *Vingerafdrukken*. Amsterdam: Uitgeverij De Arbeiderspers. (Oorspronkelijk verschenen in 1997)
- Lyotard, J.F. (1987). *Het postmoderne weten – Een verslag*. Kampen: Kok Agora.
- Robbesom, D. (2017). *Werken aan trage vragen – De woorden van Harrie Kunneman*. Leusden: ISWW Uitgevers.