

Sporen van hoop – Over het goede in de mens als kompas voor de hulpverlener

dag die de focus legt op de goede intenties van de mens is prettig en geruststellend. Wij denken dat we zowel goede als minder goede intenties in ons hebben en dat het erom gaat deze beide kanten in onszelf en in de ander erkenning te geven.

Renske Hak is systeemtherapeutisch werker bij FamilySupporters Drechtsteden.
E-mail: renske.hak@familysupporters.nl.

Diversiteit en meerstemmigheid

Studiemiddag voor systeemtherapeutisch werkers georganiseerd door de NVRG
[online, 28 juni 2021]

Dieuwke Speksnijder-van Eijk

De eerste (online) studiemiddag voor en door systeemtherapeutisch werkers heeft als thema diversiteit en meerstemmigheid. Peter Rober, klinisch psycholoog, gezins-therapeut en hoogleraar in Leuven, start de middag met een webinar met als thema: feedbackgericht werken en de complexe alliantie in de gezinstherapie. Aansluitend zijn er twee workshopronden, die verzorgd worden door systeemtherapeutisch werkers, waarbij gekozen kan worden uit tien verschillende onderwerpen.

Tessa van Iperen, directeur van de NVRG, opent de middag. Ze is blij met deze studiemiddag waarbij met name in de workshops verschillende stemmen van systeemtherapeutisch werkers te horen zullen zijn, zowel verbaal als non-verbaal. Erik van de Kraats, opleider en supervisor NVRG, introduceert vervolgens Rober als 'man van de dialoog'. Van de Kraats hoopt dat deze studiemiddag systeemtherapeutisch werkers zal versterken en inspireren.

Rober licht in zijn webinar toe hoe

Wennie Roestenberg is systeemtherapeut en psycholoog, eveneens werkzaam bij FamilySupporters Drechtsteden. E-mail: wennie@familysupporters.nl.

Literatuur

- Bregman, R. (2019). *De meeste mensen deugen*. Amsterdam: De Correspondent.
Meiden, J. van der (2021). De toepasbaarheid van contextuele interventies in systeemtherapie. *Systeemtherapie*, 33(2), 171-185.

belangrijk het is om als therapeut flexibel te bewegen tussen twee posities: responsief zijn en reflecteren. Een therapeutische relatie opbouwen met alle gezinsleden is complex. De focus op bezorgdheden in plaats van op het probleem en de feedback van gezinsleden is een antwoord op de complexiteit van de alliantie. Aan de hand van een casus laat hij de werking van enkele feedbackinstrumenten zien, te vinden op www.sameningezinstherapie.com.

Rober baseert zijn betoog op wetenschappelijk onderzoek naar psychotherapie. Hij legt uit waarom de therapeutische relatie zo belangrijk is voor het resultaat van psychotherapie en daarmee ook voor het werk van de systeemtherapeutisch werker.

Onderzoek naar psychotherapie laat zien dat psychotherapie werkt, maar het garandeert niet dat het voor iedereen werkt. Het onderzoek van Lambert (Asay & Lambert, 1999), gebaseerd op schattingen, noemt dat gemeenschappelijke factoren het belangrijkste aandeel hebben in verbetering. Het model van Wampold (Wampold & Imel, 2015) gebaseerd op meta-analyse, benadrukt onder andere het belang van de therapeutische relatie. Meer hierover is bijvoorbeeld te lezen in het artikel van Van Tricht, Deslypere en Rober (2017) en Rober (2012, 2017).

Verschillende onderbouwde modellen binnen de psychotherapie werken volgens Rober even goed, maar nieuwe modellen werken niet beter dan die van veertig jaar geleden. Er is nauwelijks vooruitgang in effectiviteit op het gebied van psychiatrie en psychotherapie. Rober vraagt zich daarom af of het medisch model nog wel bruikbaar is voor psychisch lijden. Voor de uitwerking van die interessante en complexe vraag is er vanmiddag echter geen ruimte.

De therapeutische relatie is een samenwerkingsrelatie. Rober noemt twee aspecten uit een model van Bordin (1979) die voor effectieve samenwerking tussen hulpvragers en behandelaar nodig zijn: de overeenstemming over doelen en taken en een positieve affectieve band (acceptatie, empathie, respect, zorg, vertrouwen). Hoe beter de therapeutische relatie, hoe beter de uitkomst van therapie.

Het gebruik maken van een therapievorm is goed en nodig, maar de therapeut is belangrijker dan de vorm. Een therapeut overschat vaak zijn effect op de cliënt, de cliënt kan de kwaliteit van de relatie beter inschatten. Daarom is feedback van de cliënt belangrijk en is het essentieel dat de therapeut daar constructief mee om kan gaan.

Rober noemt vier kenmerken van de werkwijze van een effectieve therapeut:

1. Responsief zijn, een alliantie aangaan, emoties lezen en daarmee omgaan enzovoort.
2. Het psychisch lijden op meevoelende wijze bespreken en de hoop op verandering ondersteunen.
3. Vanuit een houding van zelfvertrouwen het professioneel handelen van zichzelf kritisch en mild bevragen.
4. Feedbackgericht werken, onderzoeken wat het effect is van wat je als therapeut doet.

In systeemtherapie is de therapeutische relatie ingewikkelder omdat deze zich met en tussen meerdere personen in de therapieruimte afspeelt. Rober noemt de focus op bezorgdheden en de feedback van de gezinsleden over hoe de therapie wordt beleefd (het proces) het antwoord in de benadering van deze complexe alliantie. Tijdens de therapie merkt de therapeut de onuitgesproken feedback op. Een gezinslid kan zich bijvoorbeeld aangevallen voelen, de therapeut past zich daarop aan. Aan het einde van de sessie wordt met behulp van vragenlijsten gericht naar feedback gevraagd. Deze feedback zorgt ervoor dat de therapeut nadenkt over het eigen handelen en hij gebruikt die in een volgende sessie om de dialoog aan te gaan.

Na deze webinar waarin vooral het dagthema 'meerstemmigheid' is uitgewerkt, volgen de workshops. Daarbij wordt de 'diversiteit' zichtbaar. Elke workshop laat een andere werkcontext en diverse werkvormen zien. Een systeemtherapeutisch werker kun je vinden in een kliniek, behandelkamer, ziekenhuis, revalidatiecentrum, in het gezin of in de wijk. De systeemtherapeutisch werker kan werken met video, dans, beeldend materiaal of paarden; of er nu sprake is van een eetstoornis, dementie, verslaving, gedragsproblemen, huiselijk geweld, inburgeringsproblemen, multi-stresssituaties, solk-klachten of een verstoorde hechtingsrelatie. Door te kijken naar de invloed van relaties en systemen op situaties, is de systeemtherapeutisch werker van toegevoegde waarde in elke setting.

Zelf volg ik de workshops 'Stw in gewelddoos verzet en verbindend gezag' van Silvan Tijhuis, ambulant gezinsbehandelaar bij Pactum, en 'Kleur in de relatie' van Edith van Manen, vaktherapeut beeldend bij GGZ Rivierduinen en zelfstandige bij De Spreekkamer Rotterdam. Twee heel

verschillende methoden die gebruikt worden om te werken aan herstel van relaties. Waar Van Manen zich met name richt op relatietherapie, werkt Tijhuis met ouders en jongeren, waarbij hij zich onder andere richt op het versterken van de ouderlijke aanwezigheid. Het doet mij denken aan het verhaal van Rober. Ouders worden geholpen om responsief te zijn en te reflecteren om daarmee de relatie te herstellen.

De workshops zijn met dertig minuten vrij kort en maken mij nieuwsgierig naar verdieping in de methoden en materialen. Van Manen laat in haar workshop zien hoe ze met klei werkt. Soms zeggen beelden meer dan woorden en kan het gebruik van klei helpen woorden te vinden voor wat er in relaties gebeurt.

Het heeft zo zijn voordelen om een studiemiddag online te volgen. De workshops werden opgenomen en de andere workshops kunnen we thuis bekijken om daarmee nog meer inspiratie op te doen. Daardoor komt het thema diversiteit en meerstemmigheid echt tot zijn recht.

Terugblikkend op deze middag ben ik blij dat ik erbij was. Ik vind het bijzonder te merken dat er ruim honderd deelnemers aanwezig waren, werkzaam op zoveel verschillende plekken. Tegelijk realiseer ik mij dat dé systeemtherapeutisch werker niet bestaat en is het zoeken hoe je als systeemtherapeutisch werker de vertaling maakt naar je eigen context. Om met de woorden van Rober te spreken: 'Het is nodig om feedback te krijgen en te zoeken bij cliën-

ten, in intervisie of supervisie.' Om zo vanuit de praktijk een metapositie in te nemen, te reflecteren, toe te passen en opnieuw te ervaren wat werkt.

Dieuwke Speksnijder-van Eijk is werkzaam als individueel behandelaar en systeemtherapeutisch werker bij De Hoop ggz, poli Kinder- en Jeugdpsychiatrie te Dordrecht. E-mail: dmspeksnijder@gmail.com.

Literatuur

- Asay, T.P., & Lambert, M.J. (1999). The empirical case for the common factors in therapy – Quantitative findings. In M.A. Hubble, B.L. Duncan, & S.D. Miller (Eds.), *The heart and soul of change: What works in therapy* (pp. 23-55). American Psychological Association.
- Bordin, E. (1979). The generalizability of the psycho-analytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 16(3), 252-260.
- Rober, P. (2012). *Gezinstherapie in praktijk – Over proces, ontmoeting en context*. Leuven: Acco.
- Rober, P. (2017). *Samen in gezinstherapie – Over afstemming en dialoog in de gezinspraktijk*. Kalmthout: Pelckmans Pro.
- Van Tricht, K., Deslypere, E., & Rober, P. (2017). Feedback georiënteerde gezinstherapie – Het belang van dialogische feedbackinstrumenten in de eerste sessie. *Systeemtherapie*, 29(4), 241-259.
- Wampold, B., & Imel, Z.E. (2015). *The great psychotherapy debate – The evidence for what makes psychotherapy work* (2de ed.). Routledge: New York.