

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 (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@bua.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Congressen

Trauma vanuit systemisch perspectief

Studiedag georganiseerd door de BVRGS
[Berchem, 18 maart 2022]

Jasmien Peeters

Exact twee jaar nadat de lockdown vanwege covid-19 inging, kan de studiedag van de Belgische systeemvereniging weer live doorgaan. Heerlijk ... Zelfs een uitgesproken introvert als ik kijkt ernaar uit. Eindelijk collega's terugzien en omhelzen, systemisch geroezemoes, blij weerzien van oude en nieuwe bekenden. Ik verlang er zo naar om mijn batterij op te laden in een groep gelijkgestemde denkers. Honderdnegenenveertig collega's, counselors en therapeuten kruisen een dag lang mijn pad in het Bluepoint congrescentrum in Berchem. Het systemisch paradigma is hier springlevend in al zijn heterogeniteit.

Onder een volle lentemaan fiets ik naar Berchem. 's Morgens op de keukenradio is trauma, het thema van deze congresdag, bittere realiteit. Het theater in de Oekraïense stad Marioepol is verwoest door raketten. Het werd door burgers als schuilplaats gebruikt. Daarbij kwamen wellicht driehonderd mensen om het leven. Wanneer ik dit verslag schrijf, eind april, woedt de oorlog nog volop. Mensen met beenmergtrauma's en amputaties worden binnenkort in België opgevangen om te revalideren. Ze hoeven gelukkig niet alleen te komen, maar mogen een familielid meenemen. Hechte banden zijn cruciaal bij herstel. Er is veel aandacht voor trauma in de eenentwintigste eeuw en dat is goed. Wat

kunnen systemische hulpverleners doen? Zijn wij van meerwaarde?

'Trauma vanuit systemisch perspectief.'

Een mooi affiche, letterlijk en figuurlijk, met acht vrouwenamen. De enige man op het podium zal Joeri Vilas Arras zijn, de aftredend voorzitter van de BVRGS. Vier jaar lang heeft hij de BVRGS als bevlogen stuurman door soms woelige wateren geleid.

Het is voelbaar met hoeveel zorg en liefde deze dag in elkaar is gestoken. Een Disney-animatiefilm *Far from the tree* (2021) over een kleine en een grote wasbeer, maakt alvast als dagopening levendig hoe trauma's met de bijhorende littekens intergenerationeel worden doorgegeven, en waar mogelijkheden tot herstel en geloof in verandering zitten.

Een tafel naast het podium met verfkwasten en kleurpotloden trekt mijn nieuwsgierige aandacht. Illustrator Heike Sofia Villavicencio vangt de impressies en gewaarwordingen en vertaalt die doorheen de studiedag in een beeld. Langzaam verschijnen een jongen die ondersteboven naar beneden valt en handen die vangen en beschermen. Het zal een palet van frissgroen worden. Het is een meerwaarde: gefascineerd zie ik op een groot scherm hoe een tuimelend beeld van schade en liefde zich ontvouwt.

We lopen trauma's (vaak) op in relaties en helen ze ook steeds in relaties. Hoe systemisch wil je het hebben? Daarover gaat deze dag. De twee sterke plenaire lezingen in de voormiddag zetten het thema stevig neer. Tussen twee geliefde collega's gezeten voel ik me geflankeerd door warmte en connectie. Langs links en rechts goed geworteld.

Trauma vanuit systemisch perspectief

Greet Splingaer, coördinator van Rapunzel en de eerste plenaire spreker, heeft door het nieuws uit Oekraïne een herkenbare reflex: terugdenken aan onze grootouders, getraumatiseerd na de Tweede Wereldoorlog. Ik denk aan mijn grootvader die naar het oorlogsfront trok en alle jaren van zijn verdere leven kampte met ernstige ptss.

Trauma is iets heel erg schokkends dat zich diep ingraaft en ons uit balans brengt. De hoop op heelheid wordt vernietigd. En trauma zorgt ervoor dat we uit verbinding geraken, met onszelf en met anderen.

Splingaer toont een foto van een beeldhouwwerk van de Belgische Berlinde De Bruyckere (Gent, 1964). Het geeft trauma zijn pijnlijke verwrongen gezicht (*J.L., 2005-2006*). Het beeld schreeuwt pijn, schaamte, zelfafwijzing, afgrijzen en diep wantrouwen. Bijna te pijnlijk om naar te kijken.

Splingaer hangt haar lezing uiteraard op aan een sprookje: Blauwbaard. Ze maakt het thema van de dag aanschouwelijk, samen met het verhaal van een cliënt: 'Er zit een raar zinnetje in mijn hoofd. Ik weet niet waar het vandaan komt en het gaat ook niet weg... "Ik ben misbruikt."' Ze schetst de opbouw van een hoopvol systemisch-relationeel kader in het werken met trauma, en hoe we als systeemtherapeuten onze unieke kennis en ervaring vanuit het systeemdenken kunnen koppelen aan de hedendaagse visie op trauma. De jonge vrouw van de moordenaar Blauwbaard vraagt aan haar zus om hulp te zoeken: 'Zuster Anna, ziet ge al iets komen?' De broers zijn op komst en redden haar. Dat zijn de veerkrachtige verbindingen die voor heling zorgen. Ook als hulpverlener helpen we om de weg te openen naar die betrouwbare connecties, zowel in onszelf als relationeel. Hét antidotum voor trauma zijn goede relaties.

Daarna volgt Kris Decraemer, staflid bij de Interactie-Academie en systemisch

supervisor, met wat voor mij de meest verruimende en inspirerende lezing zal blijken te zijn: 'Veel wegen naar trauma. Een systemisch kompas als houvast.' Ze legt de focus op mensen die in het hart van relaties op langdurige wijze met geweld, afwijzing of emotionele verwaarlozing worden geconfronteerd.

Ze is gebeten om een systemische benadering vast het houden bij trauma-exposure en daarbij niet te kantelen naar een intrapsychische lens. Het is een zoektocht geweest om uit dat intrapsychische te blijven en gebruik te maken van de expertise die het systemische veld heeft. Ze heeft die methodiek SITE genoemd: systemische individuele trauma-exposure. Het is een omgekeerde beweging: je kan met gezinsleden samenwerken in de hoop dat elk gezinslid daar beter bij vaart, je kan ook op systemische wijze starten met een gezinslid en bewegingen in gang zetten die goed worden voor het hele systeem.

Ze werkt met cliënten om los te komen van het versmallend keurslijf van trauma. Een congresverslag is ontoereikend, maar ik voel hoe ik al luisterend een soort aha-erlebnis ervaar. Met elementen als het biografisch interview en als toehoorder het eigen verhaal beluisteren, reflecties van de twee luisteraars als betrokken getuigen aan het hele proces, *outsider witness*-bijeenkomsten met zelfgekozen familie- en netwerkleden en het uitproberen van nieuwe positioneringen ten aanzien van hechtingsrelaties.

In de namiddag zorgen de vijf workshops voor de klassieke keuzestress. Met pijn in het hart kies ik niet voor Katrien Lagrou, Sabine Bogaert en Yvette Desmet.

Ik sluit voor de eerste workshop aan bij dr. Nicole Ruysschaert, over individuele systeemtherapie met hypnose. *Ego-state therapy* en *internal family system therapy* zijn twee nauw verwante therapieën die de systemische visie binnen in een individu

uitwerken. We bestaan allemaal uit 'delen' (een kleurrijk allegaartje van mannetjes en popjes van Ruyschaert illustreert dat). Elk deel heeft goede bedoelingen. De basishouding heet alle delen, zonder voorbehoud, welkom. Ze worden uitgenodigd om samen te werken. Delen worden niet veroordeeld of verbannen. We zijn vooral nieuwsgierig naar hun positieve, beschermende functie. Door hypnose kunnen we het linkerbrein (gericht op logica en feiten) wat loslaten, dat biedt de meerwaarde van openheid en creativiteit.

Sabine Vermeire dompelt ons onder in 'de vele tentakels bij trauma', met 'ernstige speelsheid en speelse ernst' in het spreken met kinderen, (jong)volwassenen en hun netwerk. Origami, kralen en kwinkslagen vliegen in het rond. Er wordt veel gelachen: de levendigheid verdrijft instant de klasieke namiddagdip. Toch is het ook ernstig: hoe kunnen we samen veerkrachtbevorderende netwerken weven rond trauma en verlies (een verlies van gevoel nog grip te hebben op de gebeurtenissen, van gevoel ertoe te doen, betekenisvol te zijn, een waardevolle bijdrage te leveren, het leven te begrijpen). Niet met mirakels maar wel met kleine betekenisvolle stapstenen. Ook hier weer: relaties benutten als de krachtigste buffers en het tegengif voor de pijnlijke ingrijpende effecten van trauma.

Mijn 'internal family system' is op het einde van de dag alleszins verzadigd en fietst opgeladen terug naar huis. Zoals vanouds na een studiedag heerlijk overprikkeld. Het antwoord is alleszins duidelijk en unisono: systeemdenkers hebben een unieke meerwaarde bij het helen na trauma.

Jasmien Peeters is filosoof, systeemtherapeut en (eft-)relatietherapeut. Ze geeft les, werkt voor Duet relatiebemiddeling en in haar eigen praktijk. E-mail: jasmien@focus-op-verbinding.be.

Surviving and thriving in stepfamily relationships. What works and what doesn't

Workshop met Patricia L. Papernow
[Leuven, 24 maart 2022]

Kim Vliegen

Het was lang wachten op deze workshop. Initieel was de dag ingepland op 18 november 2021. Vier maanden later was het dan eindelijk zo ver. Zelf had ik voor de workshop nog niet zoveel gelezen van Patricia Papernow. Op aanraden van anderen werd toch mijn interesse gewekt. Zo leerde ik dat Papernow een autoriteit is in het domein van stiefgezinnen. Ze heeft als klinisch psycholoog meer dan veertig jaar ervaring en een grote bijdrage geleverd aan de kennis die we ondertussen hebben over stiefgezinnen of samengestelde gezinnen. Naast het klinisch werk is ze actief als opleider en supervisor.

De dag werd ingeleid door Barbara Lavrysen (klinisch psycholoog, relatie- en gezinstherapeut, opleider en supervisor, verbonden aan Context, centrum voor relatie- en gezinstherapie van het UPC Z.org KU Leuven). Zij heeft zelf ook veel kennis en ervaring in het werken met stiefgezinnen. Papernow nam het woord met veel passie. Ze sprak vaak vanuit haar eigen ervaringen met het dagelijks leven in een stiefgezin. Ze deed ook haar best om zorgvuldig te zijn. Voorafgaand aan de studiedag had ze al verschillende teksten doorgestuurd zodat iedereen haar goed zou kunnen volgen. Ze noemt zichzelf niet voor niets *the queen of handouts*. Papernow kwam op mij over als een vrouw met een missie. Ze wil de wereld, of toch zeker de hulpverleners, laten kennismaken met de specifieke worstelingen en uitdagingen waarmee stiefgezinnen te kampen hebben.