

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 (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](http://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](mailto:info@bua.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

**Familieverhalen – Praktijkboek transculturele systeemtherapie**

Judith Limahelu (2023). Boekscout. 217 pp.,  
€ 21,99  
ISBN 9789464687132

**Cathy Van Gorp**

Limahelu heeft 25 jaar ervaring binnen de jeugdzorg en als familietherapeut in de kinder- en jongerenpsychiatrie. Vanaf 2015 werkt ze als zelfstandig therapeut in haar Praktijk voor Familieverhalen. Ze is gespecialiseerd in transculturele systeemtherapie, narratieve hulpverlening en traumabehandeling. Met dit boek heeft zij een echt praktijkboek geschreven.

In het boek worden vijf (familie)verhalen uit de doeken gedaan. Elk verhaal bestaat uit twee delen. In elk eerste deel wordt het verhaal van de persoon die voor therapie wordt aangemeld vanuit twee perspectieven verteld. In verhalende vorm stappen we letterlijk mee terug in de tijd, als een soort flashbacks naar belangrijke momenten uit de (familie)geschiedenis van de hoofdpersoon. Dit terugblikperspectief wordt afgewisseld door de hoofdpersoon die ons rechtstreeks aanspreekt, reflecterend op zijn eigen verhaal. Het tweede deel is telkens een beschrijving van de belangrijkste aspecten van het therapeutisch proces, verteld door zowel familietherapeut Limahelu als de cliënt.

Ik heb het boek uiteindelijk heel graag gelezen. Er staan pareltjes van processen in beschreven. Heel authentiek en open worden zowel het proces van de cliënt en zijn systeem, als het proces en eigen verhaal van de auteur verteld. Aanvankelijk heb ik me wel even moeten motiveren om door te bijten. Het boek komt naar mijn idee wat rommelig op gang. Voor mij zou het met wat extra redactiewerk nog mooier hebben

kunnen worden. De opbouw is stroef, en daar waar de auteur start met wat ik een uitgeschreven curriculum vitae zou noemen, was ik liever gewoon onmiddellijk gestart met de kracht van de verhalen en haar werk. Op het einde van het boek wordt het duidelijk dat dit boek voor Limahelu meer is dan een inkt in het werk van een transcultureel systeemtherapeut. Het is een waardig document waarmee ze noodgedwongen een zeer belangrijk stuk van haar leven afsluit. De uitgever had de auteur ook net iets meer in haar waarde kunnen zetten door de vele taal- en drukfouten op te sporen voor publicatie.

Het is een rijk boek van een gedreven therapeut, die ons een bijzondere inkijk geeft in de complexiteit van therapeutische processen en in de wijze waarop er met intergenerationele patronen aan de slag kan worden gegaan. Ik herken veel uit de narratieve, dialogische, contextuele visie en aanpak. Graag had ik daarom uit deze diverse invalshoeken meer referenties teruggevonden. Limahelu beschrijft elk van de vijf therapeutische processen aan de hand van de leidraad van Family and Community Continuity die zij en Van Bekkum beschreven in het artikel 'Hoe families helpen zichzelf te helpen?' (Limahelu & Van Bekkum, 2018).

In een eerste fase van de therapie gebruikt Limahelu het genogram of de levenslijn als externaliserend gereedschap om de familie en haar breuken, gestolde veranderingen, verlies en trauma zichtbaar te maken. Ze tracht een veilige transitionele ruimte te creëren, door onder meer op zoek te gaan naar een zo breed mogelijke samenwerking met de familie. Ze beoogt hiermee de verantwoordelijkheid voor beweging en verandering bij de familie terug te leggen, zodat zij zichzelf weer kan gaan helpen. Een laatste belangrijk aspect in haar werk is specifiek gericht op het

*community*-aspect, waarbij ze vaak bot vangt. Ze tracht steeds de samenwerking zo breed mogelijk op te zetten door te pogen een gemandateerde gezagspositie te installeren in de gemeente om samenwerking en het zelfsturend vermogen nog te vergroten.

Het eerste verhaal is het verhaal van de 37-jarige Marcel, met als titel: 'Cirkel doorbreken'. Het was immers niet Marcel die werd aangemeld, maar één van de twee tweelingdochters, omwille van zowel zorgen op school rond niveauverschil tussen beide meisjes als brutaal gedrag bij een van hen. Limahelu vertelt heel mooi het kronkelende en met momenten hortende proces dat ze met dit autochtone gezin en de gezinsleden bewandelde. Je leest doorheen het verhaal hoe Limahelu enerzijds ruimte laat voor de ander en anderzijds ook directief is wat betreft het proces dat ze wenst te gaan met hen. Zodoende creëert ze vertrouwen en respect en is ze wat ik zou noemen directief zorgzaam. Ze herverbint beide partners met belangrijke waarden uit hun gezin van herkomst. Daarnaast komt Marcel ook tot belangrijke inzichten omtrent de dubbelbindende communicatie waarin hij van kleins af aan vastgezet heeft. Zodoende kunnen er hernieuwde keuzes gemaakt worden in het licht van de volgende generatie, ook als de vorige generatie hierin niet volledig mee wil of kan.

Het tweede verhaal is het verhaal van David, een 17-jarige jongen met een Molukse vader en een Nederlandse moeder. David groeit vanaf zijn negende op zonder zijn vader. Dit verhaal zet vooral de herstellende krachten van families zelf in het licht. En het belang van goed luisteren: 'Het was fijn om niet bevroegd te worden op de waarheid, maar om te vertellen hoe wij het beleefd hebben' (p. 97). Een eerdere behandeling van de jongeman stond immers los van de context. Zowel letterlijk

als in betekenis werd niet naar inbedding van de klachten gekeken, noch naar krachten vanuit de familie aan vaders zijde.

De derde casus zou makkelijk verengd kunnen worden tot 'moslima loopt vast omdat familie het moeilijk heeft met het aanvaarden van haar huwelijk met een Nederlandse man'. Limahelu toont in dit verhaal hoe complex loyaliteit kan zijn. Esma is een 47-jarige moeder die zich aanmeldt omwille van een traumatische gebeurtenis die oude patronen triggert. Ook met migratie als faseovergang en als deel van het intergenerationele patroon wordt aan de slag gegaan. De complexiteit van acculturatie voor zowel eerste als tweede generatie wordt mooi belicht.

'Precies dat, vechten voor zichzelf, is iets wat ze van huis uit niet geleerd heeft. Wat ze daar leerde, is het perspectief van de wij-gerichte identiteit. Hierbij gaat het om het voortbestaan van de familie. [...] Opkomen voor jezelf is in het hier-en-nu in de Nederlandse maatschappij juist wel van groot belang. Overleven, zorgen voor jezelf en voor jouw toekomst' (p. 127).

Limahelu gaat samen met Esma op zoek naar de stappen die zij zelf kan zetten, daar waar de vorige generatie in bepaalde *rites de passage* niet voorbij de liminele fase geraakte.

Het vierde verhaal is dat van Amber en haar twee Nederlandse moeders en twee Nederlandse vaders. Het verhaal van de 11-jarige Amber begint met een mooi stukje van Virginia Satir waarin de kracht van wat Limahelu diepveilige ruimtes noemt, heel poëtisch verwoord wordt. Het gaat over geen oordeel hebben over wat er is, niet verengen tot symptomen of eerste-orde diagnose, maar over ontvangen en verdragen wat er is.

Het laatste verhaal is dat van de 73-jarige, van oorsprong Surinaamse Celia, die heel graag haar versie van haar familieverhaal wil vertellen. Het gaat onder meer over de impact van kolonisatie op een familie, over de rol van de ontregelaar in een systeem, de stapeling van verlieservaringen door de generaties heen en over het belang van het stellen van circulaire vragen ten aanzien van de gezagspositie in de familie. 'Ik vraag me af: "Waar zit het systeem vast en waar is beweging nodig?"' (p. 180).

Doorheen de vijf verhalen weeft Limahelu af en toe een stukje van haar eigen verhaal. In het laatste hoofdstuk belicht ze nog enkele specifieke kerngedachten die voor haar belangrijk zijn. Dit gaat bijvoorbeeld over hoe ziekte verlies betekent en gestolde pijnen op de voorgrond kan brengen. En hoe ook daarin zowel risico's als kansen verborgen liggen. Limahelu pleit voor ruimte voor reflectie, die naar haar

ervaring binnen de ggz en jeugdzorg te weinig plaats krijgt, waardoor complexe vraagstukken vaak slechts lineair benaderd worden, er fragmentatie ontstaat en geen continuïteit. 'Breder kijken verdunt en breder kijken zorgt ervoor dat er andere verhalen op tafel komen en daarmee ook andere oplossingen of krachten' (p. 207).

**Cathy Van Gorp** is klinisch psycholoog en systeemtherapeut. Ze werkt als traumatherapeut bij Solentra vzw, geeft workshops, groepsessies en lezingen met haar collega bij Ck-Nieuwe Verhouding en heeft haar eigen privépraktijk. E-mail: [cathy.vangorp@telenet.be](mailto:cathy.vangorp@telenet.be).

#### Literatuur

Limahelu, J., & Bekkum, D. van (december 2018). Hoe families helpen zichzelf te helpen? Cultureel reflecteren in transcultureel systeem werken. *Keerpunt, Vakblad voor Geestelijke Hulpverlening*, 30-34.

#### **ACT in love – Over omgaan met verschillen en jezelf blijven in je relatie**

Denise Matthijssen (2023). Boom. 406 pp., € 29,95  
ISBN 9789024452033

#### **Jasmien Peeters**

Op de soepele, matte boekomslag rijden twee fietsers in oranje poncho's. Ze fietsen bergop door de regen. De ene heeft wind in de rug, de ander wind in de flank. Ze rijden richting de zon die op- of ondergaat. Fietslichtjes zijn er niet. Als je goed kijkt, is de ene poncho versierd met plusjes, de andere met minnetjes. Twee tegenpolen die bergop door de regen trappen zonder fietslichtjes? Dan komt een boek over omgaan met verschillen én jezelf blijven in

je relatie goed van pas. De Nederlandse Denise Matthijssen heeft dat boek geschreven: een praktisch zelfhulpboek voor koppels met oefeningen (onder andere om zelfbewustzijn te ontwikkelen, lichaamsgerichte aandacht te cultiveren en 'kant-en-klare' brieven om aan te vullen).

De auteur schreef eerder al *ACT in balans – Doen wat werkt voor jou in een 'maakbare' wereld* (Mathijssen, 2021). Matthijssen is sociaalpsychiatrisch verpleegkundige en systeemtherapeut en werkzaam binnen de kinder- en jeugd-ggz. Vanaf 2008 kwam ze door workshops in aanraking met ACT, onder andere bij psycholoog Steven Hayes, grondlegger van de methode. 'ACT in love' heeft hier een dubbele betekenis. Enerzijds het Engelse 'handelen in liefde', anderzijds is ACT ook het acroniem voor acceptatie- en commitmenttherapie. Dit is een methode