

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

De kracht van Community Mental Health Care

Studiemiddag sectie Interculturele Systeemtherapie van de NVRG

[Rotterdam, 2 juni 2023]

Irma Röder

‘Een warm, gastvrij buurtcentrum in de Rotterdamse wijk Middelland waar je thuis mag komen. Waar je de kans krijgt om wijkbewoners te ontmoeten en jezelf te ontwikkelen. Dat is Thuis in West.’ Zo presenteert de locatie zich op de website, zorgvuldig uitgekozen voor deze studiemiddag door de sectie Interculturele Systeemtherapie van de NVRG.

De afgelopen periode is er steeds meer aandacht voor het bredere systeem van de zorgvrager. Zie ontwikkelingen als de Nieuwe GGZ, Samen Beter, Ecosysteem Mentale Gezondheid en Netwerkpsychiatrie. Kern hierbij is de gedachte dat de gemeenschap essentieel is voor heling en herstel van het individu. Recent onderzoek (Van Ee, 2022) bevestigt dat de mensen om iemand heen onmisbaar zijn voor diens veerkracht. De studiemiddag werd ingezet vanuit twee heel verschillende contexten: Rwanda, een land waar veel armoede heerst en waar in 1994 een grote volkerenmoord plaatsvond, en Rotterdam-West, een wijk in een grote multiculturele stad in een welvarend land waar al decennia vrede heerst.

Annemiek Richters, arts-antropoloog en emeritus hoogleraar Cultuur, Gezondheid en Ziekte aan het Leids Universitair Medisch Centrum, trapte af. Zij is sinds 2004 betrokken bij de ontwikkeling van

community-based sociotherapie in Rwanda. De genocide, inmiddels al bijna dertig jaar geleden, en de directe nasleep ervan zijn nog steeds voelbaar onder de bevolking. Ondanks de inzet van de regering om het land te helpen over het trauma heen te komen, blijven er spanningen tussen slachtoffers en daders, inclusief hun kinderen, bestaan. Het trauma blijft levend. De meeste goedbedoelde hulpverlening raakt het hart van de mensen niet (Ingabire et al., 2022). Community-based sociotherapie is erop gericht wel tot dat hart door te dringen en de kloof tussen mensen te dichtten. Mensen worden uitgenodigd in hun eigen leefomgeving met elkaar in gesprek te gaan, in eerste instantie over hun dagelijkse problemen. Naarmate mensen zich veiliger voelen in de groep en zij zich met elkaar verbonden voelen, worden diepere en kwetsbare gevoelens en gedachten gedeeld. Zowel daders als slachtoffers worstelen met het gevoel hun menselijke waardigheid verloren te zijn geraakt. Ook lijden zij aan het verlies van een gemeenschapsgevoel. Foto's laten zien hoe in een groep gewerkt wordt: zittend in een kring, hulpverleners en 'cliënten'. Samenkomen, samen zitten, denken en rouwen. En dit werkt: daders en slachtoffers gaan elkaar helpen. Zij worden één hart. Veelal vormen deze gespreksgroepen een coöperatie met een sociaal-economisch doel, zoals het verbouwen van groenten op een gezamenlijk stuk grond.

In eerste instantie dacht ik: het is een prachtig verhaal, maar wat kunnen we ermee in Nederland? Maar al snel kreeg ik antwoord door de tweede spreker, Alexander Hogendoorn, docent social work en al

jaren actief in de Rotterdamse wijk Middel-land. Hij opende met de vragen: Wat is de opdracht voor ons als systeemtherapeuten en social workers? Hoe maken wij onze hoogspecialistische kennis op een laag-drempelige manier toegankelijk? Hij stelde dat de sociale bereidheid in een wijk vaak groot is, maar dat dit sociaal kapitaal niet altijd wordt benut. Elke vorm van Community Mental Health begint met het onderzoeken van wat er bij de mensen leeft, wat er nodig is en wat eenieder kan bieden. Men vertrekt niet vanuit de gedachte: hoe kan ik helpen? maar vanuit de wederkerigheid: wat kunnen wij voor elkaar betekenen? We kregen een voorbeeld van creatieve manieren om mensen uit te nodigen, zoals een 'aankaartmaaltijd' met een keuze uit recepten: Waar heb je zin in? Onder de mensen komen? Persoonlijke ontwikkeling? Gezondheid? Iets voor anderen betekenen?

Het belangrijkste is dat je benaderbaar bent, wat begint met een naam en een gezicht. Zo werd Caroline (Verheijde-Zeijl) aan ons voorgesteld: als psychiater werkzaam in de wijk, maar bij de mensen voornamelijk bekend als buurtbewoner die deelneemt aan gezamenlijke maaltijden en andere buurtfeesten. Hogendoorn gaf aan dat systemisch werken ook betekent dat (bestaande) netwerken versterkt moeten worden. Afsluitend kwam hij met het punt dat je dit ook kunt doen in de wijk waar je je praktijk hebt, zolang de focus maar is: hoe sluit ik aan bij de behoeften die leven in deze wijk en bij de bestaande netwerken en activiteiten? Kom uit je hok(je)!

Ten slotte kwam Roxane Warring, (wijk)-psycholoog, systeemtherapeut en medeauteur van het boek *Verschillen omarmen* (Jesurun & Warring, 2018), aan het woord. In een bevlogen presentatie nam ze ons mee in hoe je als systeemtherapeut aan de slag kunt. Haar insteek sloot aan bij de andere

sprekers: maak psychologische en systemische kennis toegankelijk voor mensen zonder drempels op te werpen. Zorg hierbij ook voor een financiële waardering. Er is vaak meer mogelijk bij de gemeente dan je denkt. Sluit aan bij sleutelfiguren in de wijk, zoals buurthuiswerkers en jeugdt teams. Naast het vraagstuk hoe je systeemtherapie aan de community 'toevoegt', richtte zij zich ook op de vraag hoe je de community de systeemtherapie binnenkrijgt. Warring stelde een uitbreiding voor van het genogram met vragen over je omgeving: Bij wie of welke gemeenschap hoor je? Wie zijn je burens? Hoe ziet je buurt eruit?

Na afloop kwam de vraag op: hoe voorkomen we dat deze acties een stille dood sterven zodra de aanjagers van een dergelijke aanpak er niet meer zijn? Dit is een uitdaging, maar zolang het initiatief aansluit bij de mensen zelf, zullen zij degenen zijn die het in stand houden, omdat ze bij elkaar willen horen. Zo zijn de coöperaties in Rwanda ontstaan en blijven ze voortbestaan.

Hiermee was de cirkel rond, en restte ons nog het afscheid van twee mensen die aan de wieg stonden van de sectie Interculturele Systeemtherapie: Chrisje van Gogh en Monika Jongerius-Joras. Zij werden geroemd en bedankt voor al het werk dat zij hebben verricht, de inspiratie en de ruimhartigheid in het delen van hun kennis en ervaring. Eén belangrijke doelstelling van de sectie is bereikt: interculturele systeemtherapie is onderdeel van alle systeemopleidingen geworden. Van Gogh nam afscheid zonder écht afscheid te nemen: 'Systeemtherapie, en met name de interculturele visie, zit in mijn hart, mijn bloed. Dat raak ik nooit meer kwijt. En als ik deze inspirerende mensen van vandaag in mij laat spreken, zou ik zo weer in de praktijk willen werken.' Jongerius-Joras

pleitte ervoor om gebruik te maken van elkaars kennis van de eigen cultuur en taal, en niet meer te spreken over ‘mensen uit een andere cultuur’. De polarisatie in woorden ligt op de loer. Zij las een prachtig gedicht van eigen hand voor, over één familie: de Mensheid. De woorden in haar blijven stromen, daarvan hoeft ze geen afscheid te nemen.

Op deze middag, op deze plek, werd voelbaar gemaakt wat de uitspraak van wijlen Jules Deelder, Rotterdamse stadsdichter, betekent: ‘De omgeving van de mens is de medemens’ (Deelder, 1991), de slogan die dit buurtcentrum in zijn hart heeft opgenomen.

Op de weg terug leidt tram 21 mij naar station Rotterdam Centraal. En opeens staat ze daar, het beeld dat ik twee dagen ervoor op het nieuws aangekondigd had gezien: een jonge meid, op sneakers, in vrijetijdskleding, vier meter hoog. Ze kijkt vol vertrouwen naar haar ‘stadsie’ Rotterdam, met haar blik op de wereld. Hiermee brengt zij een ode aan de alledaagse persoon, een ode aan iedereen. En op die middag in dat buurtcentrum voelde ik hoe dat

kan zijn: een wereld waarin verschillen tussen mensen verbinden. Als systeemtherapeuten zijn we daar dagelijks mee bezig, in onze spreekkamer. We doen goed werk, maar er kan méér, buiten deze muren.

Irma Röder is gz-psycholoog, kinder- en jeugdpsycholoog-specialist, systeemtherapeut en supervisor K&J, werkzaam vanuit een eigen praktijk. E-mail: irma.roder@euronet.nl

Literatuur

- Deelder, J.A. (1991). *Euforismen*. De Bezige Bij.
- Ee, E. van (2022, 21 september). *New Light – Loved ones as a vertex for recovery from trauma* [Inaugurale rede]. Radboud Universiteit, Nijmegen.
- Ingabire, C.M., Kagoyirez, G., Habarugira, N., Rutayisire, T., & Richter, A. (2022). ‘They tell us little and we end up being confused’ – Parent-child communication on familial experiences of genocide and its aftermath in Rwanda. *Transcultural Psychiatry*, 59(3), 349-361.
- Jessurun, N., & Warring, R. (2018). *Vershillen omarmen – Transcultureel systemisch werken*. Coutinho.

Verlies en rouw vanuit een hechtingsperspectief

Studiedag georganiseerd door Verbinding in Verlies, Euthopia en School voor Transitie

[Hoeven, 4 september 2023]

Sandra Braam

Het was een prachtige zonnige dag op een inspirerende locatie in een oud klooster in Hoeven. Een gitarist en zangeres openden de dag met klanken die voelbaar gingen over rouw en verlies, waarna Phyllis Kosminsky hartelijk welkom werd geheten

door An Hooghe van Verbinding en Verlies, Jakob van Wielink van School voor Transitie en Bruno Hillewaere van Euthopia. Kosminsky is overgekomen uit de Verenigde Staten, waar zij de afgelopen dertig jaar counseling en ondersteuning heeft geboden aan rouwenden, in haar privépraktijk en in het Center for Hope in Darien, Connecticut. Nationaal en internationaal verzorgde ze honderden trainingen over rouw, verlies en levensovergangen en vele publicaties over deze onderwerpen staan op haar naam. In 2016 verscheen bij Routledge haar baanbrekende en inspirerende boek *Attachment informed grief therapy – The clinician’s guide*