

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

Intergenerational couple therapy

nele band van het paar vormt. Het gaat ook om hun gevoel van wederzijds vertrouwen. Als er meer we-ness komt, kan het paar een nieuwe manier van samenzijn vinden met erkenning voor de andere persoon in zijn volledige gedifferentieerde entiteit.

Dit boek brengt de tijd over generaties heen binnen en verbreedt opnieuw het denken over relatietherapie, terwijl recente modellen vooral verdiepen. Deze publicatie brengt het eerdere werk van Andolfi samenvattend in beeld en biedt tegelijk een handig overzicht om met het

Intergenerationele Partnerrelatietherapie-model aan de slag te gaan.

Mieke Hoste is opleider bij vzw Rapunzel, therapeutisch coördinator in AZ Oostende en heeft een eigen systeemtherapeutische praktijk in Aalter. E-mail: miekehoste@hotmail.com

Literatuur

Carter, B., & McGoldrick, M. (Eds.). (1988). *The changing family life cycle - A framework for family therapy* (2nd ed.). Gardner Press.

Elke familie heeft een verhaal - Over de erfelijkheid van liefde en verdriet

Julia Samuel (2022). Balans. 349 pp., € 23,99
ISBN 9789463822251

Chris Van Speybroeck

Julia Samuel, Brits psychotherapeut gespecialiseerd in rouw en verlies, schreef dit boek omdat ze vaststelde dat bijna al haar cliënten verhalen brachten over hun familie. Dit prikkelde haar om meer onderzoek te doen naar de wijze waarop families omgaan met ingrijpende gebeurtenissen en welke dynamieken hierin spelen. Hoe - dikwijls onuitgesproken - regels bepalen óf en hoe emotieregulatie ruimte krijgt. Hoe onverwerkt trauma uit eerdere generaties kan doorwerken tot iemand ermee aan de slag gaat en er zo zuurstof komt voor wezenlijke verwerking en herstel.

Samuel onderstreept hierbij het belang van goede supervisie, omdat de eigen familie en familiegeschiedenis ook mee over de schouder kijken tijdens het cliëntenwerk. Zij beschouwt als cruciaal element binnen de psychotherapie dat cliënten de kans krijgen om met andere oren te

horen wat zijzelf en de anderen als verhaal brengen. Wat aan feedback van de ander terugkomt, kan een perspectiefwijziging faciliteren en begrip verhogen van hoe de ander naar het probleem kijkt of dit ervaart.

Om ons als lezer zo dicht mogelijk bij haar wijze van werken te laten aansluiten, laat de auteur ons binnen in haar eigen therapiekamer. Ze laat ons stille getuige zijn van acht familiechronieken, met als rode draad onverwerkte emoties bij ingrijpende gebeurtenissen. Elk verhaal is een beknopte weergave van een aantal sessies, fysiek of online (enkele verhalen spelen zich af tijdens de coronapandemie).

Soms brengt ze tot vier generaties samen waarbij ze, voor elk apart en tegelijk samen, een veilige plek wil creëren, met ruimte voor wat ieder nodig heeft. Door een familie, of een deel ervan, samen te brengen, worden verhalen tot leven gebracht. Meer levend dan wanneer ze verteld zouden worden door een familielid in de gespreksruimte. Ook geeft deze setting Samuel de mogelijkheid dynamieken tussen de leden te zien gebeuren *as they speak*. Samen biedt gewoon meer informatie. Al is Samuel ook nuchter.

Elke familie heeft een verhaal – Over de erfelijkheid van liefde en verdriet

Samen moet ook mogelijk zijn en elk familielid moet in alle vrijheid kunnen instemmen tot deelname.

De thema's die aan bod komen, zijn heel verscheiden: emotionele verwaarlozing in de vorige generatie, adoptie bij een lgbtq+-koppel, transitie binnen een gezin en het proces van loslaten dat hiermee samenhangt, kinderen in nieuw samengestelde gezinnen en het loyaliteitsp spel dat daarbij hoort, gecompliceerde rouw bij de dood van een kleindochter, zelfdoding, geloof en religie, de laatste levensfase en de zogenaamd dwingende plicht afscheid te moeten nemen.

Samuel benadert ze met een open blik vol nieuwsgierigheid, terwijl ze zich ook zeer bewust is van wat zich achter haar persoonlijke scherm afspeelt. De wijze waarop ze eigen reflecties uitsprekt, geeft je het gevoel naast haar te zitten. Dit maakt van de auteur een erg menselijke therapeut. Ik hoor het een van mijn eigen opleiders nog zeggen: 'Mensen willen in de eerste plaats mensen ontmoeten.' Bij elke familie bouwt Samuel aan wederzijds vertrouwen, waardoor elk lid zich gewaardeerd voelt. Er wordt telkens een programma opgemaakt, wat de lezer een duidelijker beeld geeft van de constellatie van de familie.

Ik wil op een tweetal inzoomen. Zo is er het verhaal van de familie Browne en Francis. Grootmoeder Patience verliest haar kleindochtertje Amani op driejarige leeftijd na een lange, uitputtende periode van behandelingen bij een hersentumor. Eerder is haar oudste dochter Marianne overleden, ook aan kanker. Patience bekeert zich, verzwolgen door verdriet, tot een nieuwe religie die haar erg veel restricties oplegt, onder andere het niet mogen vieren van Kerstmis, terwijl de jaarlijkse rijkelijk gevulde tafel altijd een familietraditie was geweest. Ook moet ze het contact

verbreken met bekenden die niet tot de religieuze gemeenschap behoren. De kinderen en kleinkinderen worden meegeleurd in een voor hen onbekend religieus verhaal, waarin ze zichzelf geen plaats kunnen geven. En dit bepaalt mee hoe er gerouwd wordt. Er zijn gevoelens van rouw om Amani en Marianne, maar ook om het verlies van een verbindende traditie die er nu opeens niet meer mag zijn. Er is kwaadheid, onbegrip en verdriet bij de kinderen, maar evenzeer bij Patience. Ook is er bij haar behoefte aan respect voor de beslissing die ze nam toe te treden tot de religieuze gemeenschap, met alle verregaande consequenties van dien.

De eerste stap naar herverbinding wordt gezet dankzij een volwassen kleinkind, Linford, die tot dan toe een stille aanwezig is geweest, schijnbaar ongeïnteresseerd. Voor Samuel zijn de meest zwijgzame figuren vaak diegenen die het meest van zich laten horen. Linford tracht een nieuw soort familiediner te introduceren, eentje dat niet op Kerstmis valt. Voor Patience komt dit tegemoet aan haar loyaliteit jegens de religieuze gemeenschap en ze kan zo tegelijk haar kinderen en kleinkinderen weer rond de tafel krijgen.

Hier poogt Samuel helder te krijgen dat druk en tragedies breuklijnen kunnen vormen, waardoor familieleden van elkaar verwijderd kunnen raken. Toch blijven we verbonden in ons diepste wezen, of we elkaar nu (willen) ontmoeten of niet. Hier raakt ze de kracht van families aan, de loyaliteit tussen ouder en kind, tussen broers en zussen, elkeen die er deel van uitmaakt. En tegelijk laat ze zien dat herverbinding tussen familieleden vaak mogelijk is door een persoon die de litten van de vorige generatie niet rechtstreeks met zich meedraagt.

In een ander verhaal leren we Archie kennen. Vierenvijftig, ongeneeslijk ziek.

Elke familie heeft een verhaal – Over de erfelijkheid van liefde en verdriet

Het proces van gaandeweg afscheid moeten nemen en nog willen blijven leven, is al voluit op gang gekomen. Alles wat Samuel over de sessies schrijft, blijft plakken. De helse pijnen, de rollercoaster aan emoties, de onmacht en het verder moeten van de nabestaanden na de dood. Dat hij het contact met zijn ouders heeft verbroken om zichzelf geestelijk en lichamenteel te beschermen, maakt zijn verhaal nog beklemmender. Met deze bijkomende bekommernis, slingerend tussen een gevoel van schuld en opluchting, kan Archie inzien dat de letterlijke afstand nodig is om zo los te kunnen komen van een moeder die leunt op destructief recht door een onverwerkt trauma uit haar verleden. Haar gedrag is voor Archie toxisch geworden. Hij kan het mentaal en fysiek niet meer aan dat zij zijn ziekte is blijven minimaliseren en hij mee dwingend moet verdrinken in haar eigen onverwerkt verdriet. De belangrijkste taak voor Samuel hier is nabij zijn, het mee helpen dragen van het ondraaglijke en trachten woorden te vinden voor het benoemen van wat liever niet uitgesproken wordt. Het doet ons beseffen dat ook wij als therapeuten een verhaal hebben, met ook kwetsuren door eigen pijnlijke ervaringen.

In haar conclusie herinnert Samuel ons eraan dat familieverhalen universeel zijn, maar dat we allen worstelen met verschillende versies van diezelfde verhalen. Familiekwetsies spelen zich vaak onderhuids af en, ondanks ieders grote inzet, wordt er dichtgeklapt of in de aanval gegaan. Dit zijn reacties uit angst of als gevolg van psychologische verwondingen.

De auteur benadrukt dat therapie ruimte biedt voor emoties en onderzoek naar (vastgeroeste) patronen binnen de familiedynamiek. Het blijkt de moeite waard om deze patronen onder de loep te nemen. Wel vergt het moed en een bodem

waar vertrouwen in kan groeien. Samuel laat dit doorheen de sessies mooi zien, zowel door middel van de gesprekken zelf als door de wijze waarop ze haar lichaam als instrument inzet. Ze zoekt daarbij vaak naar een passende balans van afstand en nabijheid. Binnentreden in het verhaal van de ander leert je ook heel veel over je eigen (familie)verhaal en helpt je om anders naar je eigen familiethema's te leren kijken. Dit illustreert hoe krachtig en inspirerend cliënten ook voor ons kunnen zijn.

Afsluiten doet ze met het meegeven van twaalf criteria voor het welzijn van families. De rode draad is verbondenheid. Verder maken er deel van uit: zelfcompassie, open communicatie, grenzen stellen en respecteren, alert zijn voor machtsdynamieken, gewoontes verheffen tot rituelen, verandering toelaten en reflecteren over onszelf en onze familiepatronen. Het is als het ware een cadeau dat Samuel ons aanbiedt aan het eind van een reis vol verhalen van pijn, verdriet en eenzaamheid, maar ook van herwonnen kracht, hoop en verandering.

In het begin van haar boek deelt Samuel mee dat ze zelf geen systeemtherapeut is, maar dat ze niet anders kan dan pogen een heel brede bril op te zetten bij het kijken en luisteren naar familieverhalen. Ze is hierin bescheiden door niet de rol van expert aan te nemen. Daarbij slaagt ze er mooi in systemische vraagstukken en contextuele taal correct en op eenvoudige wijze in te zetten. Ze hanteert heldere formuleringen, zowel naar de familieleden als naar de lezer. Het heeft me tijdens het lezen getroffen dat ze hierin zowel kritisch naar zichzelf als tegelijk zelfzeker is gebleven. Nergens merk je dat ze hierbij wankelt en zich laat verleiden om het systemisch-contextuele pad te verlaten en te grijpen naar misschien voor haar meer

Elke familie heeft een verhaal – Over de erfelijkheid van liefde en verdriet

vertrouwd gedachtegoed. Het boek leest vlot, brengt herkenbare verhalen en kan zo hulp, troost en hoop bieden aan elkeen die zich in het lijden van de ander kan verplaatsen.

Chris Van Speybroeck is maatschappelijk werker, contextueel therapeut en coördinator van Praktijk Traverse, groepspraktijk voor psychotherapie, lichaamsgerichte therapie en counseling in Kortrijk. E-mail: chrisvanspeybroeck@outlook.com

Oneindig ver

Winy Ang & Marie Van Praag (2023). De Eenhoorn. 48 pp., € 19,95
ISBN 9789462917422

Iben Verstuyf

Met *Oneindig ver* brengt Winy Ang haar nieuwste boek voor kinderen en volwassenen uit. Winy Ang is kinder- en jeugdpsychiater in de regio Antwerpen. Zij behaalde een master in de Transculturele Psychiatrie (McGill University, Canada) en heeft een uitgesproken interesse en expertise in cultuursensitieve zorg. Een deel van haar (klinisch) werk doet ze vanuit haar ambulante praktijk 't Verhaal. Ook is zij verbonden aan de faculteit Geneeskunde van de Universiteit Antwerpen als praktijkassistent. Ang verzorgt vormingen rond cultuur en diversiteit in de zorg.

Marie Van Praag werkte als illustrator mee aan dit boek. Van Praag is kunstenaar en illustrator. Als artistieke duizendpoot maakt ze eigen werk en is ze betrokken bij verschillende kunst- en theaterprojecten. Ze was actief in verschillende internationale kunstresidenties. Daarnaast geeft ze les aan het Heilig Pius X-instituut, de Academie Noord en werkt ze op freelancebasis bij Wisper vzw en De Veerman. Haar bijdrage met de 'Praag-tige' tekeningen, doen de zorgvuldig gekozen teksten resoneren bij de lezer en voeden de leeservaring van het boek.

Oneindig ver is een boek voor zowel jong als oud, waarin we meezweven met een meisje en een jongen. Hun namen worden niet genoemd, wel wat ze doen en zien. Beiden gaan ze op ontdekking. Zij via de zee, hij via de bergen. Ze raken verwonderd, komen nieuwe vragen tegen en dobberen door hun gedachten.

Het krachtige aan dit kleine boek is dat er veel mogelijke interpretaties zijn, zonder dat er een vaststaand verhaal is. 'Hij' en 'Zij' gaan op ontdekking, net zoals onze cliënten en wijzelf. Ang lijkt te willen focussen op het proces van de onbevungen exploratie van het jonge kind. De link met onze therapieruimte is snel gemaakt. Hierbij staat de ervaring centraal, eerder dan een vaststaand verhaal. Vanuit deze ervaring, rijker gemaakt door de tekeningen, kan elke lezer geraakt worden in iets van zichzelf. De meerstemmigheid die in Angs werk zo'n belangrijk onderdeel vormt, komt dus ook naar voor in (de leeservaring van) dit boek.

Ikzelf las het boek vanuit de context van de therapieruimte, maar het boek lijkt ook bruikbaar erbuiten: jeugdhulp, jeugdwerk, onderwijs, ouders en meer. Ook zij kunnen dit boek gaan ervaren en meenemen doorheen hun eigen zoektocht. Zowel in het werken met kinderen als met volwassenen kan het boek inzetten op de woorden die nog niet uit te spreken zijn.

Winy Ang is geboeid door verhalen. Met dit stukje poëzie raakt ze verschillende therapeutische thema's. Het doet denken