

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

Een relationele en systemische kijk op trauma

begonnen als een ontmoeting tussen therapeut en cliënt. 'Ik begin te zijn, of de nieuwe verhouding met jezelf en/via de ander' is de titel van hun lezing. 'De grootste beschermers of poortwachters om alle pijn eronder te houden, die rusten niet als je eenmaal volwassen bent.' Het duo vertelt over samen door de herbelevingen gaan, om van zelfreflectie tot authenticiteit en gewaar zijn te komen. Toen Vercaigne in behandeling was en nadacht over de dood, sprak Van Gorp tot haar: 'Je neemt je kinderen hun moeder niet af. Je gaat nu wandelen.' Dat moment was erg belangrijk voor Vercaigne: 'Iemand die je vertrouwen geeft, maar ook een directieve zorgzaamheid betracht.'

In de huidige tijd dreigen we soms uit het oog te verliezen dat een traumatische gebeurtenis nooit van een individu is. Het trauma kan niet los gezogen worden van de relationele context waarin die persoon leeft. Als ik één ding meeneem uit deze studiedag, dan is het wel dat verwonding en heling beide plaatsvinden in een net-

werk van relaties. En dat een mens tot herstel kan komen door zich opnieuw verbonden te voelen, met zichzelf en met anderen.

Remy Meesters is werkzaam als systeemtherapeut in het psychotraumacentrum van Sterk Huis. Daarnaast werkt hij als systeemtherapeut in het In Verbindings-team met de JIM-aanpak. E-mail: remy-meesters@sterkhuis.nl

Literatuur

- Herman, J.L. (1992). *Trauma & herstel – De gevolgen van geweld – van mishandeling thuis tot politiek geweld*. Wereldbibliotheek.
- Marsman, A. (2021). *Beyond dis-ease and dis-order – Exploring the long-lasting impact of childhood adversity in relation to mental health* [Doctoral Thesis, Maastricht University]. Ridderprint.
- Samuelson, C., & Haptas, J. (Regisseurs). (2019). *Life overtakes me* [Film]. Netflix.
- Van Gorp, C., & Vercaigne, K. (2023). *Trauma verteert/d*. Beefcake Publishing.
- Walsh, F. (1998). *Strengthening family resilience*. The Guilford Press.

Studiemiddag relatie- en scheidingsproblematiek en onderzoek

Georganiseerd door de wetenschapsadviescommissie van de NVRG
[Zwolle, 7 februari 2024]

Heleen van der Pijl

De scheidingsproblematiek staat in Zwolle al jaren hoog op de agenda. In het Zwolse coalitieakkoord van 2018-2022 is de ambitie opgenomen om preventief complexe (echt)scheidingen tegen te gaan en daarmee de instroom in de jeugdhulp te beperken (Zwolle, 2018). Geraldine IJzerman, teammanager van het Sociaal wijkteam Zwolle, kreeg de opdracht als projectleider

een relatie- en scheidingsteam te ontwerpen en te implementeren. Zij stelde een team van professionals samen en vroeg Els Bos-de Groot de visie te schrijven en actie-onderzoek te doen. Bos-de Groot is als onderzoeker en programmaleider Jeugd bij Werkplaats Sociaal Domein verbonden aan het Centrum voor Samenlevingsvraagstukken van Hogeschool Viaa. IJzerman en Bos-de Groot, beiden systeemtherapeut, presenteren op deze studiemiddag het resultaat van hun inspanningen: het Relatie- en Scheidingsteam Zwolle (RSTZ) dat inmiddels uitgerold wordt naar alle wijken van Zwolle en waarvoor landelijke belangstelling is.

Het is altijd leuk om een bijeenkomst te hebben in je eigen geboortestad. Zeker op

deze prachtige plek in het historische centrum van Zwolle. Ik parkeer mijn auto, wandel de gracht over en neem de stad in me op. De Lutherse kerk, waar de studiemiddag plaatsvindt, wordt omringd door monumenten. Aan de ene kant museum de Fundatie en aan de andere kant de oude herensociëteit, waar ik twintig lentjes geleden vol liefde en overgave trouwde. De sneeuwklodjes en winterakonieten komen al op in het aangrenzende Wezenlandspark. Met een gevoel van melancholie stap ik de Lutherse kerk binnen. Er heerst een rustige sfeer, omlijst door de klanken van het orgel dat in de ruimte ernaast door de organist bespeeld wordt.

Langzaam druppelt de kleine zaal vol met zo'n veertig deelnemers. Aanwezigen zijn voornamelijk systeemtherapeut(isch werker), maar er zijn ook ambulant hulpverleners, een beleidsmedewerker en een jurist. Voor iedereen geldt dat zij werken met of voor ouders en kinderen die een scheiding doormaken. Tot mijn verrassing start de bijeenkomst met een uitwisseling. De aanwezigen wordt gevraagd welke goede ervaringen zij hebben in het werken met relatie en scheiding en waar vragen en dilemma's liggen. IJzerman en Bos-de Groot gebruiken deze bijeenkomst niet enkel om te delen, maar juist ook als een gelegenheid om samen te leren. Vandaag vormen we een leergemeenschap en nemen we deel aan een mini-actieonderzoek, zo legt Bos-de Groot uit. Aan het eind van de dag zal ik leren dat dit de Zwolse samenwerking typeert: een heen en weer schakelen van implementatie naar visie, van praktijk naar onderzoek en van delen naar leren.

In september 2022 startte het RSTZ, zo leer ik, met als doel het integraal ondersteunen van ouders die gaan scheiden, met ook praktische begeleiding zoals juridische ondersteuning, huisvesting en finan-

ciën. De sociaal werkers van het RSTZ, 'de eerste schil', kunnen expertise inschakelen uit 'de tweede schil', een interprofessioneel team van deskundigen onder wie juristen, mediators, inkomensondersteuners, relatietherapeuten en opvoedkundigen. In de benadering van het RSTZ ligt de focus op het leren omgaan met de stress die relatieproblemen en een scheiding met zich meebrengen. De sociaal werkers zijn systemisch geschoold en bespreken wekelijks hun casuïstiek in interprofessioneel teamverband. Door het tekenen van systemogrammen brengen ze het gezin en de familie in kaart, op zoek naar patronen en hypothesen. Theoretische verkenning leidde tot een triage-instrument, de Systemische Zwolse Vragenlijst, dat gaandeweg werd bijgeschaafd en aangescherpt. Deze lijst ondersteunt sociaal werkers om thema's in het gezin te signaleren en een startpunt van interventies te kiezen. Tegelijkertijd startte actieonderzoek naar de werkzame factoren van het RSTZ.

De meerwaarde van het RSTZ zit in de brede integrale expertise die goed vindbaar en laagdrempelig beschikbaar is. Zo kunnen ouders tijdig hulp vinden en hoeft de stress bij scheiding minder hoog op te lopen. Ook de paradigmashift is helpend. Er wordt niet gefocust op het probleem: het conflict van de ouders, met oordelen over wat ouders niet zouden moeten doen. De focus ligt veeleer op interactie, gezonde processen, flexibiliteit, het versterken van veerkracht en het opbouwen van vertrouwen in zichzelf en elkaar. Zo is er primair aandacht voor de stress en de pijn die de ouders ervaren en die hen het zicht belemmert op hoe het anders kan. De professionals ervaren meerwaarde in de systeemgerichte aanpak. De niet-veroordelende houding werkt hoopgevend voor zowel ouders als professionals. De Systemische Zwolse Vragenlijst helpt hen bij het vor-

men van hypothesen en het bepalen van de insteek.

De soep en de broodjes zijn inmiddels gebracht en de geur ervan leidt mijn aandacht af. De presentaties van IJzerman en Bos-de Groot wisselen elkaar af. Ze nemen ons mee van de werkwijze van het RSTZ naar de resultaten van het actieonderzoek en weer terug. Ik verlies het overzicht wat en zoek naar houvast. Dan doet Bos-de Groot een uitspraak die mijn interesse wekt: 'Actieonderzoek ondersteunt het proces van vernieuwing.' Zo had ik er nog niet over nagedacht. Bos-de Groot legt uit dat haar onderzoek een samen-leerproces in gang zet, dat een aanjager vormt voor het project. Zij beschouwt zichzelf als onderzoeker onderdeel van het team en ziet de teamleden als mede-onderzoekers. Dat spreekt de systeemdenker in mij aan. Als je weet dat alles met alles verbonden is, hoe kan ik dan vasthouden aan mijn orderlijke neiging om projecten stapje voor stapje op te bouwen? IJzerman en Bos-de Groot zijn mij mijlenver vooruit.

Na de pauze pakt Bos-de Groot het Stress- en (De-)escalatiemodel erbij (Bos-de Groot, 2023). Ze legt de alarmfase uit waarin ouders kunnen verkeren na de scheidingsmededeling. Om te komen tot herstel, adaptatie en groei naar transitie maken zij verschillende fasen door, en die lopen vaak niet synchroon. Bos-de Groot wijst erop hoe deze stress inwerkt op het brein en hoe lastig het dan is om helder te denken en tot besluiten te komen. Het RSTZ heeft daar aandacht voor en is er om ouders en gezinnen hierin te begeleiden.

Ik kan het niet helpen dat mijn gedachten afdwalen naar 2015, het jaar dat mijn huwelijk strandde. In shock na een aankondigde scheiding, zocht ik dolend in een woud van informatie mijn weg via formulieren en contracten, overal handtekenin-

gen achterlatend – bezwaard met een diepe schaamte dat dit mijn kinderen overkwam. In de zaal gonst het van uitwisseling over meegebrachte casuïstiek, terwijl ik terugga naar het jaar dat ik probeerde te vergeten. Ik pak de Systemische Zwolse Vragenlijst erbij. Ik herken de aandachtspunten onder het kopje 'Sociaal-economisch': ouderschapsplan, financiële en juridische zaken regelen, huisvesting op orde. Maar juist onder de overige vier kopjes lees ik minstens zo belangrijke aandachtspunten: het hanteren van de stress van de scheiding, het kunnen loskoppelen van ex-partnerschap en ouderschap, het doorlopen van fasen van rouw en lijden, het hanteren van de relatiegeschiedenis en een constructief gezamenlijk scheidingsverhaal vertellen. Zomaar een greep uit de aandachtspunten op de Zwolse Systemische Vragenlijst die je helpen uit de alarmfase te geraken.

Als de dag ten einde is gekomen, verlaten de deelnemers met het onderzoeksrapport in de tas de Lutherse kerk. Ik loop door het donker terug naar mijn auto. Wat ben ik blij voor mijn mede-Zwollenaren dat het RSTZ er is om gezinnen bij de hand te nemen in de transitie naar hun nieuwe levensfase. En wat voel ik mij trots op de gemeente Zwolle, die hierin met IJzerman en Bos-de Groot aan het systemische roer een innovatieve koers heeft gevaren.

Heleen van der Pijl is psycholoog in opleiding tot systeemtherapeut. Ze werkt als coördinator bij het Centrum voor Consultatie en Expertise (CCE) waar zij systemische consultaties vormgeeft. E-mail: heleenvanderpijl@cce.nl

Literatuur

Bos-de Groot, E. (2023). *Onderzoeksrapport Werkwijze Relatie- en Scheidingsteam Zwolle*. Viaa. Zwolle. (2018). *Coalitieakkoord 2018-2022*. Zwolle.