

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

Zusters zonder liefde – Vrouwelijk misbruik in de kerk

weinig gebeurd. De kerk heeft de systematiek van misbruik in haar naam nooit erkend, ondanks verpletterende evidentie. Ze heeft geen openheid gecreëerd. Daardoor is loutering onmogelijk, en blijven deze gebeurtenissen zonder onderscheid kleven aan iedereen die van dichtbij of veraf betrokken is: niet alleen aan de daders, maar ook aan het systeem waarin zij dader konden zijn, aan de slachtoffers, en aan de kloosterzusters en priesters die het wel goed meenden en de kinderen met liefde omarmden.

De pastorij waar ik dit schrijf was ooit eigendom van een systeem dat zwijgen tot een vernietigend wapen maakte. Dat de stilte hier vandaag de dag wat meer doorbroken is, volstaat geenszins om de schade van dat wapen te herstellen. Maar het doorbreken van het zwijgen is wel een noodzakelijke voorwaarde voor herstel. Het boek geeft stem, een ruimte om gehoord te worden. Sommige slachtoffers getuigden voor het eerst, of uitgebreider dan ooit

tevoren, in gesprekken met Stevens. Deze interviews functioneren als een soort getuigenistherapie: een proces waarbij erkenning en verwoording bijdragen aan verwerking. Het resultaat creëert ruimte voor heling, niet door het geven van therapie, maar door waarheid te laten bestaan. Het boek is voor mij een pleidooi voor het doorbreken van stilte, voor het erkennen van onzichtbaar leed, en voor het begrip van gedrag binnen zijn context – precies daar waar systeemtherapie haar kracht vindt. Laat ons als systeemtherapeuten elk slachtoffer uit de stilte halen.

Sofie Dieltjens is systeemtherapeut en klinisch seksuoloog. Ze werkt in haar groepspraktijk Relatiehuis, en is verbonden aan het Heilig Hart Ziekenhuis te Lier. Als freelancer bij Sensoa geeft ze vormingen over onder andere grensoverschrijdend gedrag. E-mail: sofie@relatiehuis.be

<https://doi.org/10.5553/ST/092436312025037003012>

Het uur van het hart

Irvin D. Yalom & Benjamin Yalom (2025).
Uitgeverij Balans. 272 pp., € 23,99
ISBN 9789463823548

Maud Schaepkens

Irvin D. Yalom schreef dit boek, dat uit tweeëntwintig hoofdstukken bestaat, en daarmee uit tweeëntwintig casusbeschrijvingen, samen met zijn zoon Benjamin. In de inleiding blikt Yalom terug op de enigszins premature angsten om de wereld te verlaten die ruim twintig jaar geleden leidden tot het schrijven van *Therapie als geschenk* (Yalom, 2010). Daarin wilde hij zo snel mogelijk doorgeven wat hij in de tot

dan toe in vier decennia als psychotherapeut had geleerd. Nu hij de negentig ruimschoots is gepasseerd, lijkt het hem urgenter dan ooit om de lessen die hij door de jaren heen leerde, door te geven.

In de inmiddels zes decennia die hij werkzaam is als therapeut, zag hij dat het verlangen naar persoonlijk contact doorgaans een van de belangrijkste drijfveren is om hulp te zoeken. Om verbinding te voelen is het nodig je kwetsbaar op te stellen. Yaloms benadering in zijn werk is dan ook intermenselijk, uitgaande van het hier-en-nu in de emotionele ruimte tussen therapeut en cliënt, met als doel dat de cliënt het geleerde in zijn leven inzet en groeit in relaties met anderen.

Vanwege zijn achteruitgaande geheue-

gen besloot Yalom losse consulten te gaan aanbieden, in plaats van de langdurige therapieën die hij gewoon was te geven maar waarbij hij niet meer kon garanderen dezelfde effectieve therapeut te zijn die hij zo lang was geweest. Omdat hij zijn gedachtelijnen moeilijker kon vasthouden, kwam de hulp van zoon Benjamin goed van pas bij het schrijven van dit boek.

In de praktijkvoorbeelden die Yalom deelt, wordt meer dan eens duidelijk dat hij de menselijke verbinding vooropzet als (meest) werkzame factor in therapie-sessies. Niet specifieke methodieken, maar nieuwsgierigheid en diepgaand persoonlijk onderzoek ziet hij als meest helpend om symptomen te bestrijden.

Yalom haalt ook zijn eigen eenzame jeugd aan, waarin boeken zijn gezelschap vormden terwijl hij hunkerde naar vriendschappen. Als hij geraakt wordt door het ernstige levensverhaal van een jonge vrouw en iets over zijn eigen start in het leven deelt, beseft hij dat niet een bepaalde interventie het verschil maakt voor de cliënt, maar dat het draait om de kwaliteit van de relatie. De ander werkelijk zien en eerlijke feedback geven die we in het dagelijks leven nauwelijks krijgen: daar ligt volgens Yalom de verborgen schat. Oprechte eerlijkheid is volgens hem een van de sterkste dingen die een therapeut kan geven.

Na de casusbeschrijvingen volgen in sommige gevallen ook de reacties van betreffende cliënten op de tekst die Yalom over hun sessie schreef. Het is leerzaam te lezen wat zij aan de sessie beleefden en eruit meenemen. Hoewel Yalom enkel individuele sessies aanbiedt, is het voor systeemtherapeuten bijzonder te merken hoe systemisch hij werkt, alleen al door stil te staan bij hoe de relatie met hem als therapeut symbool staat voor wat er in het dagelijks leven gebeurt tussen de cliënt en

belangrijke anderen. Aan de hand daarvan helpt hij mensen inzien welk ander gedrag ze kunnen uitproberen om meer uit hun relaties te halen. In het contact met zijn cliënten toont Yalom zich zorgvuldig, transparant, met hier en daar een vleugje humor. Zoals wanneer een cliënt hem teruggeeft dat ze nog nooit op zo'n manier met iemand gesproken heeft en Yalom reageert met: 'We leven allebei nog. We kunnen dit niet alleen aan, we zijn hechter en eerlijker tegen elkaar' (p. 60), en net dat gunt hij haar. Om de cliënt dit te kunnen bieden en effectief te kunnen zijn als therapeut, moet de therapeut zichzelf door en door kennen. Daartoe is het aangewezen zelf in (leer)therapie te gaan, aldus Yalom. Volgens hem blijkt het zichzelf laten zien als een mens met gebreken, in contact met de cliënt, verreweg de dienstbaarste positie.

En ieder mens maakt weleens fouten. Yalom deelt de zijne openlijk en reflecteert op zijn gedachten en handelen tijdens sessies. Hij haalt er leerpunten uit voor het vervolg waar iedere lezende therapeut ook zelf mee aan de slag kan in de eigen praktijk.

Yalom zet regelmatig zelfonthulling in als voorbeeld en als hulpmiddel om inzicht te verstrekken in patronen en belemmeringen. Hij is opener dan ooit en deelt jeugd-trauma's en fouten die hij maakte in zijn leven. Hij toont zijn menszijn in volle glorie, en dat levert, aldus de auteur, ook iets op. Mensen voelen zich vereerd en laten op hun beurt ook meer van zichzelf zien. Het werkt verbinding en daarmee therapie-effect in de hand, zo bepleit Yalom.

De gesprekken waar Yalom de lezer deelgenoot van maakt, ademen dan ook verbinding. Yalom ziet de relatie als de remedie, en therapie als 'een generale repetitie voor het leven waarbij de therapeut als medespeler optreedt' (p. 237). Daar

waar de gelijkwaardigheid voelbaar is, wanneer de therapeut de cliënt uitnodigt vragen te stellen, ontstaat het echte contact. Yalom stelt dat hoe meer hij van zichzelf onthult, hoe meer de ander van zichzelf onthult, en dat je 'pas echt empathisch kunt zijn als je zelf ook emotionele risico's neemt' (p. 232). Hierbij toont hij dat iets van jezelf als therapeut delen, altijd in het belang van de cliënt moet gebeuren. Zolang dat het geval is, kan ik mij daar helemaal in vinden. Al kun je soms moeilijk van tevoren goed inschatten welke uitwerking een zelfonthulling zal hebben. In het nawoord benadrukt zoon Benjamin het belang van onderwijs over zelfonthulling of *metaprocessing*, en hoe dit in te zetten. Daar Yalom zelf enorm geniet van het krijgen van waardering en hij zijn zelfvertrouwen voelt groeien door complimenten, vindt hij dat we niet karig moeten zijn met lof, zowel naar cliënten als naar vrienden en collega's toe.

Yalom haalde en haalt altijd veel zin en betekenis uit 'er zijn voor anderen'. Hij vraagt zich af hoeveel zin hij nog in het leven heeft als het niet meer mogelijk is dit in te vullen als therapeut en als schrijver. Tegelijkertijd wil hij zijn cliënten behoeven, en zijn lezers eveneens. Met die boodschap sluit hij het boek dan ook af; op tijd, zo schrijft hij, voordat de chaos en verwarring in zijn hoofd overslaan op die van de lezer.

Eigenlijk is Yalom geen voorstander van enkelvoudige consulten. Eerder beveelt hij langdurige therapie aan, waarin voldoende ruimte en tijd is om te werken aan grote thema's, zoals het zoeken naar de zin van het leven, persoonlijke identiteit en het begrijpen van impulsen en gedrag.

De enkelvoudige sessies die hij aanbiedt, doen aan als een kleine maar soms hoog complexe puzzel die Yalom ondanks zijn hoge leeftijd behoorlijk klaart. De beperkte tijd maakt dat hij regelmatig sneller op pijnlijke emoties en herinneringen duikt dan hij gewoonlijk in een langere durende therapie zou doen. Er is onvoldoende ruimte om de cliënt zelf patronen te laten ontdekken, waardoor hij ze eerder benoemt. Hoewel Yalom meermaals het belang benadrukt van een veilige therapeutische relatie alvorens bepaalde interventies in te zetten, zet hij in de enkelvoudige sessies regelmatig interventies in voor er tijd is geweest de relatie te vestigen. Hierbij lijkt een voordeel dat de cliënten die zo'n sessie bij hem hebben, de dokter al wel kennen – en vaak zelfs op een voetstuk plaatsen. Yalom vermeldt bij herhaling zijn geheugenproblemen, en inderdaad lijkt hij te vergeten dat zijn status en bekendheid dermate groot zijn dat die wel degelijk een rol spelen in het contact met de cliënt.

Dit boek zet het belang van de therapeutische relatie in een reguliere therapie opnieuw in het licht, evenals het grote belang van verbinding tussen mensen in het algemeen.

Maud Schaepkens is als psychotherapeut en systeemtherapeut werkzaam bij de K&J poli van Mondriaan te Heerlen en in eigen praktijk. E-mail: info@psychotherapie-schaepkens.nl

Referentie

Yalom, I. (2010). *Therapie als geschenk*. Uitgeverij Balans.

<https://doi.org/10.5553/ST/092436312025037003013>