

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

Therapie als veldwerk

Systemische veldexperimenten geïnspireerd door Bruno Latour

Maarten van der Linde

Change will lead to insight far more often than insight will lead to change.
Milton Erickson (in Isebaert & Lefevere, 2022, p. 42)

Heb geduld met alles wat onopgelost is in je hart. Leef nu de vragen. Misschien leef je dan, zonder het te merken, op een dag langzaam het antwoord binnen.
Rainer Maria Rilke (in Rilke, 2004, p. 27)

Samenvatting

Hoe komt verandering in therapie op gang? In dit artikel wordt gesuggereerd dat elk theoretisch perspectief slechts een deel van het geheel zichtbaar maakt. Verandering ontstaat niet alleen door inzicht, maar ook doordat in het dagelijks leven iets kleins anders gaat. Vanuit systeemdenken en de filosofie van Bruno Latour wordt in het artikel duidelijk dat problemen niet alleen in een individu zitten, maar ontstaan in een netwerk van relaties, gewoonten, spanningen, woorden, dingen en omstandigheden. Vanuit die manier van kijken worden systemische veldexperimenten geïntroduceerd: kleine, betekenisvolle handelingen in het dagelijks leven waarmee mensen kunnen onderzoeken wat positieve veranderingen veroorzaakt. Zulke veldexperimenten kunnen helpen om een vastgelopen patroon stap voor stap te veranderen. Aan de hand van een casus over een jongen met dwangklachten wordt zichtbaar hoe kleine veranderingen in een gezin grote gevolgen kunnen hebben. Therapie wordt zo een gezamenlijk proces van proberen, waarnemen en ontdekken wat werkt.

<https://doi.org/10.5553/ST/092436312026038003002>

Wat als begrijpen niet genoeg is om vastgelopen gedrag te veranderen? Vaak komt verandering uit een onverwachte hoek. Als therapeut kan ik me soms het hoofd breken over de vraag wat mensen nu eigenlijk écht helpt. Ik zie dat alles wat meespeelt in iemands leven verschil kan maken en kan bijdragen aan het oplossen van diens probleem. Tegelijk zie ik door de veelheid aan theorieën soms door de bomen het bos niet meer. Elke theorie geeft een andere duiding aan wat psychische problemen veroorzaakt en wat helpend is. Juist die veelheid aan verklaringen laat zien hoe complex menselijk functioneren en verandering zijn (Scheepers, 2021). Het is daarom belangrijk dat therapeuten zich bewust zijn van de oorsprong en beperkingen van hun eigen denkkaders. Maar wat gebeurt er als therapeuten naast verklaren meer gaan experimenteren met wat daadwerkelijk beweging brengt? Als we niet alleen proberen te begrijpen waarom iets vastloopt, maar vooral onderzoeken wat er gebeurt als we iets kleins veranderen? In dit artikel werk ik dat idee uit aan de hand van systemische veld-experimenten: kleine, betekenisvolle handelingen in het hier-en-nu waarmee mensen kunnen onderzoeken hoe vastgelopen patronen in beweging kunnen komen. Niet door te analyseren op afstand, maar door in het systeem zelf iets te verschuiven en te kijken wat er gebeurt.

Om te begrijpen waarom zulke kleine interventies effect kunnen hebben, maken we gebruik van twee denkkaders. De actor-netwerktheorie van de Franse filosoof Bruno Latour laat zien dat wat er gebeurt altijd ontstaat in netwerken van mensen, dingen en context, niet in een individu (Kleinherenbrink, 2022). Het tweede denkkader is de systeem- en complexiteitstheorie. Deze bestudeert hoe interacties tussen mensen en hun omgeving kunnen leiden tot patronen die zichzelf in stand houden of juist veranderen. Voor die terugkerende patronen gebruiken systeemdenkers de metafoer van de attractor (Capra & Luisi, 2014): een systeem dat steeds weer in dezelfde dynamiek terechtkomt, zoals een ruzie die telkens op dezelfde manier escaleert. Vanuit dit perspectief kan ook een psychiatrische stoornis worden gezien als een patroon dat ontstaat uit de wisselwerking tussen vele factoren, in plaats van uit één afzonderlijke oorzaak (Scheepers, 2021). Juist daarom ligt de sleutel tot verandering niet alleen in begrijpen, maar in *doen*: in het zorgvuldig introduceren van kleine verschillen die het systeem uitnodigen om een andere richting op te bewegen.

De noodzaak van filosofie voor systemische hulpverleners

Maar eerst beschrijven we de noodzaak van het bevragen van de theorieën en uitgangspunten van hulpverleners. Binnen de geschiedenis van

de psychiatrie en psychologie speelt filosofische reflectie al vanaf het begin een belangrijke rol. In de systeemtherapie zien we de invloed van denkers zoals Wittgenstein, Buber, Levinas en Foucault terug. Deze denkers laten zien dat kennis niet zo vaststaat als we vaak denken. De Amerikaanse wetenschapsfilosoof Thomas Kuhn en hedendaagse denkers zoals hoogleraar Jim van Os kijken van een afstand naar onze vakgebieden en hoe deze zich ontwikkelen (Van Os, 2022). Hun conclusies zijn dat psychologie en psychiatrie zich grotendeels in een preparadigmatische fase bevinden, een fase waarin nog weinig overeenstemming is, meerdere modellen naast elkaar bestaan en er weinig eensgezindheid is over de wetenschappelijke grondslagen (Kuhn, 2012). In andere vakgebieden is dat anders: bij een gebroken been weten artsen wat ze moeten doen. Binnen de psychiatrie en psychologie bestaan verschillende benaderingen, zoals biologische, gedragstheoretische, systemische, psychoanalytische en sociaal-constructivistische benaderingen, maar geen daarvan verklaart alles. Onze wetenschapsgebieden zijn volgens Kuhn nog niet 'volwassen'. Filosofie helpt om onze aannames te bevragen. Juist omdat we in ons werkveld weinig gedeelde aannames hebben en we direct interveniëren in het leven van cliënten, vraagt dit om voortdurende kritische reflectie. De geschiedenis van de psychiatrie laat zien dat wat ooit als passend werd beschouwd, later problematisch kan blijken, zoals lobotomieën of insulinecomatherapie om schizofrenie te behandelen. Ook de huidige tijd vraagt om manieren van denken en interveniëren die recht doen aan context, complexiteit en uniciteit. Dit begint bij de vraag hoe kennis over de psyche tot stand komt. De wetenschapsfilosoof Herbert Feigl omschreef de precisie van wetenschappelijke analyses in de psychologie ook wel als 'boter snijden met een scheermesje', een metafoor die duidelijk maakt dat precies weten en meten vaak niet aansluit bij de aard van psychische fenomenen en complexe systemen (in Scheepers, 2021, p. 131). Juist daarom is het nodig om anders te kijken.

Actor-netwerktheorie (ANT): een open denkkader

Het eerste denkkader dat ons hierbij kan helpen is de actor-netwerktheorie (ANT) van Bruno Latour. In plaats van te zoeken naar één oorzaak of waarheid, richt Latour zich op netwerken van elementen, ofwel actoren, die elkaar wederzijds beïnvloeden. Latour verschuift de vraag van wat waar is naar hoe waarheden tot stand komen. Tijdens een autorit op een winterdag begin jaren zeventig formuleerde de filosofiestudent Latour een inzicht dat zijn denken zou blijven sturen: 'Niets kan volledig worden herleid tot één oorzaak en alles staat in verbinding met al het andere'

(in Kleinherenbrink, 2022, p.11). Vanuit dit uitgangspunt ontwikkelde hij ANT als een metatheoretisch denkkader dat ruimte biedt aan meerdere perspectieven zonder te vervallen in willekeur. In plaats van te focussen op een enkel verklarend principe, zoals hechting, genetica of breinstructuren, nodigt ANT uit om de veelheid aan relaties en invloeden te onderzoeken die samen de werkelijkheid vormen. Latour denkt daarbij niet in hiërarchieën, maar in netwerken waarin zowel mensen als dingen, ideeën, taal, wetten en emoties als 'actoren' functioneren. Daarmee keert hij zich tegen een klassieke kennisleer die de wereld probeert te verklaren vanuit één dominante oorzaak. Alles wat bestaat is tijdelijk, relationeel en komt tot stand in een dynamisch weefsel van interacties. ANT nodigt uit om verschillende invalshoeken niet te verwerpen, maar ze te situeren binnen een bredere ecologie van invloeden. Wie uitsluitend vanuit een enkel perspectief kijkt, ziet immers slechts wat dat perspectief toelaat. ANT maakt zichtbaar dat systemen worden gevormd door meerdere, soms tegenstrijdige krachten tegelijk. Het doel is dan ook niet het vinden van de waarheid, maar het kunnen verdragen en benutten van complexiteit.

Deze filosofie heeft directe implicaties voor de psychologie en psychiatrie. Voor systeemtherapeuten betekent dit dat zij hun aannames blijven opschorten en telkens opnieuw, zo open mogelijk, onderzoeken wat er speelt binnen het systeem van de cliënt. Daarmee sluit ANT goed aan bij de systemische traditie waarin relaties, betekenissen en contexten centraal staan. Zo beschreef Brits antropoloog Gregory Bateson al dat de 'psyche', de 'mind' en mentale processen zoals cognitie, betekenis en gedrag, altijd relationeel en contextueel zijn (Bateson, 1972). Volgens Bateson ontstaat kennis niet uit afzonderlijke elementen, maar uit de verschillen en de relaties tussen afzonderlijke elementen. Bijvoorbeeld wanneer de ene partner zwijgt terwijl deze normaal veel praat (een verschil) en de ander dat zwijgen ervaart als afstand of spanning, ontstaat betekenis in de interactie. Die betekenis wordt vaak mede gevormd door eerdere ervaringen, de stemming van dat moment of andere externe factoren die een verschil maken. Batesons ecologie en Latours netwerkdenken raken hier aan elkaar. Beide beschouwen werkelijkheid en psyche als patronen van relaties in plaats van als op zichzelf staande entiteiten. Gedrag krijgt pas betekenis binnen een context.

Begrijpen door te onderzoeken

In het systemisch werken kunnen we veel leren van Bruno Latour, die stelt dat we de wereld alleen kunnen begrijpen door eraan deel te nemen.

Een systeem leer je pas kennen door je ermee te verbinden. De hypnotherapeut en psychiater Milton Erickson, een belangrijke inspiratiebron van onder andere het Strategische Perspectief, benadrukte al dat een therapeut van patiënten moet houden om hen werkelijk te kunnen helpen (in Isebaert & Lefevere 2022, p. 19). Ook Latour wijst erop dat de werkelijkheid niet van buitenaf kan worden ontdekt. Zij wordt zichtbaar in het handelen, het onderzoeken en het verbinden (Kleinherenbrink, 2022). Op die manier kunnen we de complexiteit van mensen en hun psychische functioneren ontwarren. De therapeut leert adaptief, door die verbinding met mensen en te onderzoeken door te handelen. Door uit te proberen, te vertragen, te voelen, te wagen, fouten te maken en die weer te herstellen. Elk van deze handelingen levert informatie op. Actor-netwerken zijn zowel dingen als processen. Een gezin, school of organisatie bestaat uit vele actoren, maar kan tegelijkertijd zelf ook als actor worden gezien. Zodra netwerken ontstaan, krijgen ze een bepaalde identiteit, maar ze staan nooit stil en brengen ook voortdurend iets nieuws voort. Omdat ze uit verbindingen bestaan en geen vaste kern hebben, kunnen ze zich steeds opnieuw verbinden met andere actoren. Hun identiteit en handelingsvermogen blijven daardoor voortdurend in beweging (Kleinherenbrink, 2022). Dat klinkt moeilijk en abstract, maar laat zich eenvoudig voorstellen:

Een gezin zit aan tafel. De moeder vraagt hoe het op school was, de zoon haalt zijn schouders op en de vader probeert het gesprek geforceerd luchtig te houden. De sfeer verandert. Dan zegt de dochter dat ze buikpijn heeft. De moeder richt haar aandacht op haar dochter, de vader zucht en de zoon kijkt op zijn telefoon. Er ontstaat een voelbare spanning.

De gestelde vraag is een actor die invloed heeft op andere actoren. Stress en de maag beïnvloeden het hele systeem; woorden, blikken en rollen verschuiven. Wat eerst een gewone maaltijd was, krijgt een andere betekenis. Dit laat zien dat kleine veranderingen, menselijk of niet-menselijk, steeds nieuwe patronen voortbrengen. Actor-netwerken functioneren op vergelijkbare wijze. Ze bestaan uit mensen, relaties, woorden, objecten en ideeën die elkaar voortdurend beïnvloeden en samen steeds nieuwe vormen aannemen.

Actoren maken verschil

Een actor is iets wat een verschil toevoegt aan de realiteit (Kleinherenbrink, 2022). We kijken naar een actor op basis van diens acties, en we

kunnen alleen herleiden wat de acties zijn door te kijken wat de invloed is op andere actoren. Kortom, alles wat bestaat, ieder ding, wezen of eenheid, mens, idee, organisatie, algoritme, therapeut noemt Latour een 'actor' (Kleinherenbrink, 2022). Alles wat er in en rond een mensenleven gebeurt, heeft invloed. Een voorbeeld van een gezin met een puber:

Een puber zit in de woonkamer te studeren voor een wiskundeproefwerk. Ze ziet op haar telefoon dat haar vriendinnen zonder haar bij de McDonald's zitten. Ze voelt zich buitengesloten en wordt onzeker. Ze krijgt de angst om iets te missen, de behoefte om erbij te horen en gaat haar vriendinnen op haar telefoon volgen. Tegelijkertijd krijgt moeder op haar eigen Instagram berichten te zien over de gevaren van te veel schermtijd en het belang van grenzen stellen. Moeder besluit ter plekke nieuwe regels te maken over telefoongebruik, wat de spanning tussen haar en haar dochter vergroot.

In dit gezin zijn talloze actoren actief: de moeder, de puber, school, het wiskundeproefwerk, emoties, de nucleus accumbens (het beloningssysteem in het puberbrein), verwachtingen van moeder, de smartphones, de socialemedia-apps met hun algoritmes, de McDonald's en een artikel dat moeder las over gevolgen van te veel schermtijd. Elk van deze elementen beïnvloedt het geheel. De smartphone bijvoorbeeld *versterkt* het gevoel van de puber dat ze iets mist. Zo doet iedere actor iets in het netwerk. Alles werkt op elkaar in en vormt samen, voor een kort moment, de werkelijkheid van dit gezin.

Vertaling: hoe actoren elkaar beïnvloeden

Iedere actor voegt iets toe, hoe minimaal ook, want iedere actor heeft invloed, verandert of selecteert iets. Latour gebruikt hiervoor het begrip vertaling. Wanneer actoren met elkaar in contact komen, veranderen ze elkaar een beetje (Kleinherenbrink, 2022). In iedere verbinding ontstaat dus iets nieuws. Een diagnose, psychiater, cliënt, protocol, medicatie, zorgverzekering, EMDR-balk en een digitaal cliëntensysteem, het zijn allemaal actoren die iets doen met de situatie en met elkaar. Dat wordt zichtbaar in de behandeling van Janine:

Janine, zevenenveertig jaar, meldt zich bij de huisarts omdat ze veel ruzie heeft met haar man. Het gaat niet goed met haar. Daarbij blowt ze geregeld. In hun relationele patroon neemt hij steeds meer verantwoordelijkheid, terwijl zij zich terugtrekt. Via de huisarts wordt zij

verwezen naar de verslavingszorg. Tijdens haar intake vertelt ze dat ze in haar jeugd een vergelijkbare dynamiek zag: een moeder die probeerde te redden wat er te redden viel en een vader die zich met cannabis en alcohol onttrok aan het gezin. In de intake wordt de diagnose 'stoornis in het gebruik van cannabis' gesteld. Janine herkent zich daar niet in; zij voelt zich niet ziek, maar iemand die lijdt onder relationele problemen. Toch richt het zorgsysteem zich vooral op wat individueel en behandelbaar is. Haar aarzeling om een behandeling voor cannabis aan te gaan wordt gezien als vermijding. Wanneer dit met haar wordt besproken bij de terugkoppeling van de intake, stopt zij met de behandeling nog voordat die goed en wel is begonnen.

In dit netwerk vertalen actoren elkaar voortdurend. De huisarts vertaalt relationele nood naar een medisch probleem, de intaker maakt van een verhaal een diagnose en het team vertaalt aarzeling en protest als vermijding. Door al de vertalingen wordt stap voor stap steeds minder zichtbaar wat er speelt bij Janine. Janines oorspronkelijke betekenis van lijden raakt uit beeld. Vertalen is dus nooit neutraal. Elke stap verandert wat het probleem is, wie er iets over te zeggen heeft en wat er nog mogelijk is. Zo dragen al deze factoren bij aan het 'falen' van de behandeling.

Verstoringsveld: een probleemversterkende attractor

Het tweede denkkader is ontleend aan de systeem- en complexiteitsliteratuur. Vanuit deze traditie kunnen terugkerende patronen worden begrepen met behulp van het begrip attractor (Capra & Luisi, 2014). Een attractor is een toestand of patroon waarnaar een dynamisch systeem telkens terugkeert. Wat we een ruziepatroon of psychiatrisch beeld noemen, kan in die zin worden begrepen als een attractor. Geen vaststaand probleem, maar een vorm van herhaling die steeds opnieuw ontstaat in de interactie tussen mensen en hun context. Een stoornis is dan niet zozeer een afzonderlijke oorzaak, maar een patroon van krachten die elkaar wederzijds in stand houden, waardoor het systeem telkens terugkeert naar een vergelijkbare configuratie. Zo bekeken is een psychiatrisch beeld een tijdelijk samenspel van menselijke en niet-menselijke actoren die samen een relatief stabiel patroon vormen, een verstoringsveld. Deze manier van kijken wordt ondersteund door netwerkbenaderingen in de psychopathologie. Zo beschouwt hoogleraar Denny Borsboom het idee van attractoren als een mogelijke metafoor voor psychische dynamiek en psychiatrische beelden (in Scheepers, 2021, p. 134). Hoewel Latour zelf niet over attractoren spreekt, sluit dit aan bij zijn denken. Een netwerk houdt

stand zolang het erin slaagt actoren aan zich te binden, hun relaties te organiseren en deze tijdelijk te verankeren door bijvoorbeeld richtlijnen, protocollen of machtspraktijken van verzekeraars. Tegelijk blijft elke configuratie voorlopig en kwetsbaar voor verstoring; een kleine verschuiving kan het geheel doen kantelen (Deleuze & Guattari, 1987; Kleinherenbrink, 2017, 2022; Latour, 1987). Het systeem houdt zichzelf gaande zolang de onderlinge krachten in balans blijven.

Een gezin met twee vrolijke kinderen en lieve betrokken ouders brengt een fijne sfeer in de behandelkamer, maar het verdriet van de ouders is ook zichtbaar en voelbaar aanwezig. Moeder vertelt dat ze elke avond gevangen zitten in een vast patroon dat het hele gezinsleven bepaalt. De jongste zoon, Sem (elf jaar) heeft al twee jaar de diagnose (ernstige) dwangstoornis. Sem kan alleen in slaap vallen als zijn moeder in de gang voor zijn kamer blijft zitten, nadat er stevast een reeks vaste handelingen uitgevoerd wordt. De boeken in de kast moeten recht staan, de knuffels moeten op een rij staan en naar hem kijken, en naast andere rituelen moet zijn moeder telkens dezelfde zin uitspreken waarin ze bevestigt dat hij niet zal sterven in zijn slaap. Moeder heeft geen sociaal leven meer, gaat 's avonds pas laat naar beneden maar is dan al erg moe, sport niet meer en ervaart dat haar bestaan 's avonds volledig om de dwang van haar zoon draait. De betrokken en gevoelige vader is tegen zijn zin in buitengesloten uit het avondritueel; zijn pogingen om de zorg over te nemen leiden tot spanning en verzet. Tussen moeder en zoon speelt bovendien een geheim dat lange tijd onbespreekbaar is geweest. Wanneer de therapeut vraagt wat haar tegenhoudt om het geheim te delen, beseft zij dat zij vooral het vertrouwen van haar zoon wil beschermen. Een week later vertelt zij het geheim alsnog. Haar zoon is ooit bijna gestikt in een boterham met pindakaas, een ervaring die door moeder in eerste instantie werd onderschat, maar door het kind als traumatisch werd ervaren. Daarna zijn de dwangklachten begonnen.

Het geheim functioneert als een verborgen actor die de angst en controle versterkt. Samen met Sem, zijn ouders en materiële actoren zoals de slaapkamer, boeken, knuffels en de boterham met pindakaas, vormt het een netwerk dat zich organiseert rond angst en zorg. Dit netwerk werkt als een probleemversterkende attractor, ofwel als een 'verstoringveld', de term die we in dit artikel gebruiken: een terugkerend patroon waarin alle betrokkenen onbedoeld bijdragen aan het voortbestaan van de klacht. Een groot deel van het gezinsleven raakt hierdoor georganiseerd rond het beheersen van angst. Het sociale leven van de moeder, de vader-

rol, het gezinsgeluk en een deel van de normale ontwikkeling van Sem komen onder druk te staan. De dwang is daarbij niet zozeer een individuele stoornis, maar een gedeelde organisatie van zekerheid die het gezinsleven structureert. Pogingen tot verandering, bijvoorbeeld wanneer de vader het overneemt of een ritueel wordt doorbroken, leiden aanvankelijk tot meer spanning, waardoor het gezin gemakkelijk terugkeert naar het vertrouwde patroon van controle en geruststelling. De rituelen bieden op korte termijn rust, maar houden de angst op langere termijn in stand. Wat we een individueel psychiatrisch beeld noemen, kan vanuit dit perspectief worden begrepen als een zichzelf organiserend netwerk van relaties dat zich in stand houdt.

Groeiveld: gezondheidsbevorderende attractor

Naast probleemversterkende attractoren bestaan er ook gezondheidsbevorderende attractoren. In dit artikel duiden we die aan als een 'groeiveld'. Herstel betekent dat een systeem of mens zich losmaakt uit een verstikkende configuratie en beweegt naar een meer open en vitale ordening waarin nieuwe verbindingen mogelijk worden. Wanneer andere actoren en relaties elkaar gaan versterken, kunnen kantelpunten ontstaan richting zulke gezondheidsbevorderende attractoren (Scheepers, 2021). Een groeiveld kan worden begrepen als een samenhang van menselijke, relationele en materiële actoren waarin de samenhang gezondheidsbevorderend werkt. In zo'n veld versterken actoren elkaar ten positieve: mensen, woorden, dialogen, gebaren, aanrakingen, rust, voeding, slaap, beweging en humor lijken elkaar wederzijds te beïnvloeden en kunnen bijdragen aan een netwerk waarin meer mogelijkheden ontstaan voor het verdragen van verschil, het creëren en in stand houden van contact, samenwerking en het bevorderen van ontwikkeling. Ook de fysieke omgeving doet mogelijk mee in dit proces, doordat zij bepaalde vormen van interactie waarschijnlijker maakt dan andere.

Waar het verstoringsveld problemen veroorzaakt, werkt een groeiveld dus juist gezondheidsbevorderend. De grote vraag in alle therapieën is hoe je van een verstoringsveld in een groeiveld terechtkomt. Er is op deze vraag geen eenduidig antwoord. Maar de hierna beschreven veldexperimenten kunnen ons op weg helpen door ruimte te maken voor nieuwe ervaringen en ontdekkingen.

Iteratief werken met systemische veldexperimenten

Verandering ontstaat zelden door het inzetten van één interventie, maar in het samenspel van verschillende factoren die elkaar beïnvloeden. Vaak ligt de werkzame kracht niet alleen in de interventie zelf, maar juist in wat er daaromheen gebeurt (Duncan, 2014; Miller et al., 2020). Systemische veldexperimenten zijn een reeks van op maat gemaakte micro-interventies die gericht zijn op het creëren van een positief verschil. De term 'veld' is afgeleid van het Latijnse *campus*, wat 'open ruimte' betekent, en 'experiment' komt van *experiri*, wat 'proberen' of 'testen' betekent. Samen verwijzen ze naar een dynamische onderzoeksruimte. Binnen dit veld kan de geïdentificeerde cliënt met het gezin en de therapeut kleine, betekenisvolle handelingen initiëren die het systeem mogelijk helpen verschuiven van een probleemversterkende attractor (verstoringsveld) naar een gezondheidsbevorderende attractor (groeiveld).

De grote uitdaging en de kunst van therapie ligt in het formuleren van doelen en het bepalen van richting. Gregory Bateson (1972) waarschuwde dat het vaststellen van één enkel doel een simplistische en lineaire manier van denken weerspiegelt, die de wederkerigheid en complexiteit van relationele systemen miskent. Volgens Bateson begint verandering vaak met iets kleins dat anders gaat dan voorheen in de interactie tussen mensen en hun omgeving. Daardoor kan geleidelijk een nieuw patroon ontstaan (Bateson, 1972; Capra & Luisi, 2014). In andere meer exacte vakgebieden zoals industrieel ontwerpen en engineering (Magistretti et al., 2025) laat empirisch onderzoek zien dat professionals in complexe, onzekere en niet-lineaire systemen niet primair sturen op vooraf vastgestelde oplossingen, maar werken via *iteraties*: een reeks handelingen waarin kleine verschillen doelbewust worden geïntroduceerd en geëvalueerd. Iteratief werken is daarmee een rationeel onderbouwde strategie om te leren in situaties waarin lineaire planning tekortschiet en waarin niet het direct oplossen van het probleem centraal staat.

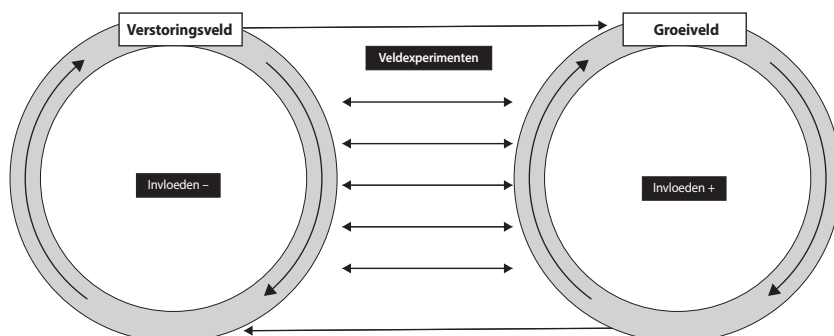
Systemische veldexperimenten zijn doelgerichte iteraties: kleine, precieze verschuivingen in het netwerk van actoren, ingezet om te onderzoeken wat er gebeurt wanneer één element anders gaat functioneren. De uitkomst van elk experiment fungeert als ingang voor het volgende veld-experiment, en zo ontstaat een iteratief proces waarin de nieuwe verschillen richtinggevend worden voor hoe het systeem zich verder ontwikkelt. Soms heeft zo'n iteratie weinig effect. Soms zet zij een keten van veranderingen in gang waardoor het patroon als geheel begint te bewegen. Omdat systemen relationeel georganiseerd zijn, kan een kleine verschuiving onverwacht grote gevolgen hebben. Deze manier van werken sluit aan bij wat Scott D. Miller *practice-based evidence* noemt

(Miller et al., 2020): therapie als een voortdurende afgestemde co-creatie, responsief aan de unieke context van cliënten. Deze werkwijze sluit aan bij collaboratieve benaderingen waarin plannen, handelen en evalueren nauw met elkaar verbonden zijn (Van Hennik et al., 2021).

Introduceren veldexperimenten

Het veldexperiment tijdens de therapie begint met het in kaart brengen van het netwerk van actoren. De therapeut werkt als medecartograaf en co-ontwerper, niet als expert, en wacht op een gezamenlijke ja-respons voordat een actor wordt toegevoegd. De therapeut focust op welke actoren de sterkste reactie oproepen.

Het formulier dat bij de veldexperimenten hoort (zie figuur 1) en dat ook op een whiteboard kan worden uitgewerkt, fungeert als visueel en conceptueel hulpmiddel om alle relevante menselijke en niet-menselijke actoren in kaart te brengen. Daarbij worden het verstoringveld en het groeiveld naast elkaar afgebeeld. Actoren die tijdens de therapiesessies sterke emoties oproepen of veel beweging genereren, verdienen bijzondere aandacht omdat zij vaak sleutelposities innemen in de dynamiek van verandering. Het model is circulair van aard, de veldexperimenten zijn ook (combinaties van) actoren die invloed kunnen hebben op beide velden. Verandering wordt begrepen als een netwerkproces en niet als lineair oorzaak-gevolgmechanisme. De ronde pijlen verwijzen naar de voortdurende wederzijdse beïnvloeding tussen actoren binnen het veld waardoor verstoring of groeibevorderende patronen zichzelf kunnen versterken. Ook zijn er pijlen direct van het groeiveld naar het verstoringveld en vice versa die de circulaire beïnvloeding tussen de velden aanduiden.



Figuur 1 Fase 1: actoren in kaart brengen

Je kunt op je eigen manier fase 1 uitleggen. Hierna staat een voorbeeld van een introductie.

Verstoringsveld introduceren: 'We kijken ook naar de momenten waarop het juist niet goed gaat. Of dat nu altijd is, vaak of soms. Wat gebeurt er dan meestal? Welke mensen, dingen die jij of iemand anders doet, welke gebeurtenissen, dingen, gedachten, gevoelens, gewoonten of situaties trekken jullie dan sneller het verstoringsveld in, alsof je in een moeras of magnetisch veld terechtkomt? Wat merk je in je lichaam, in het contact met elkaar, in huis, in de sfeer? Laten we al de elementen opschrijven in het verstoringsveld.'

Groeiveld introduceren: 'Ik wil met jullie kijken naar wat maakt dat jullie in een goede, meer open en rustige staat komen. Wat hoort daar voor jullie bij? Welke mensen, momenten, gesprekken, dingen, plekken of gewoonten helpen om je goed en verbonden te voelen? Waar merk je het aan in huis of in het contact? Laten we al de elementen opschrijven in het groeiveld.'

Wanneer zichtbaar is waar de grootste spanning of resonantie zit, kun je door naar de tweede fase: het ontwerpen van veldexperimenten.

Fase 2: ontwerpen veldexperimenten

Vanaf dit punt kunnen veldexperimenten worden ontworpen. Dit zijn kleine, haalbare handelingen of veranderingen die een of meer schakels in het systeem net iets anders laten functioneren. Niet om gedrag te corrigeren, maar om het systeem iets nieuws te laten ervaren en het speelveld te vergroten. Symptomen kunnen worden opgevat als gewoonten, ingesleten patronen van denken, voelen en doen die wellicht ooit begrijpelijk of helpend waren, maar die zich gaandeweg hebben vastgezet in het dagelijks leven en in de interacties met anderen (Isebaert & Lefevre, 2022). In een ANT-perspectief zijn dit geen individuele eigenschappen, maar knooppunten binnen een netwerk van menselijke en niet-menselijke actoren dat zichzelf tijdelijk stabiliseert. Een veldexperiment kan bijvoorbeeld bestaan uit exposure, een blootstelling aan angst (Beck et al., 1985), maar ook een beweging weg van het verstoringsveld of juist een eerste stap richting het groeiveld. Soms stellen cliënten veldexperimenten voor die op het eerste gezicht willekeurig lijken. Ook deze worden serieus genomen, omdat hun betekenis en werking zich vaak pas tijdens het experimenteren tonen. In essentie is alles welkom wat een lichte verstoring in het samenspel van actoren kan teweeg-

brengen, waardoor andere vertalingen en nieuwe ordeningen mogelijk worden.

Ook fase 2 kun je op je eigen manier uitleggen. Hierna volgt weer een voorbeeld van een introductie.

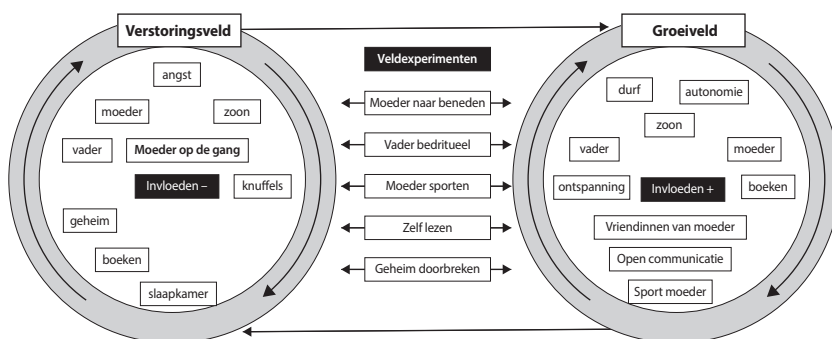
Veldexperiment introduceren: 'Nu we samen een beeld hebben van wat jullie richting het verstoringsveld trekt en hoe het is om in het groeiveld te zitten, kijken we of we kleine, veilige experimenten kunnen ontwerpen. Dat zijn geen grote veranderingen, maar heel gewone, haalbare dingen die jullie in het dagelijks leven kunnen uitproberen. Een mini-experiment is een kleine handeling die net iets anders is dan normaal, zodat het systeem iets nieuws kan ervaren. Het gaat niet om iets goed of fout doen, maar om te ontdekken wat er gebeurt als er één schakel in het geheel een beetje verschuift. Zo'n experiment kan iets zijn wat jullie helpt meer naar het groeiveld te bewegen, bijvoorbeeld door een moment van rust, een andere manier van reageren of een kleine verandering in hoe jullie contact maken. Het kan ook zijn dat we voorzichtig iets aangaan wat normaal spanning oproept, maar dan op een manier die veilig en te overzien is. Het belangrijkste is dat het haalbaar voelt, dat jullie er zelf voor kiezen, en dat het past bij wat jullie nodig hebben. En alles wat jullie uitproberen, gelukt of niet, nemen we weer mee in de volgende sessie. Want wat thuis en in het 'echte leven' gebeurt, vertelt ons vaak veel meer dan wat we hier in de kamer kunnen zien. Elke poging geeft informatie over wat werkt, wat niet werkt, en wat misschien een nieuwe richting kan openen.'

Voorbeeld uitvoering veldexperimenten Casus Sem

Veldexperimenten worden vaak uitgevoerd in het dagelijks leven van het systeem. Lees mee met het verloop van de veldexperimenten in de casus van Sem.

In de loop van drie maanden wordt een reeks veldexperimenten (figuur 2) uitgevoerd die stap voor stap het systeem in beweging brengt. Er was bij moeder veel emotie zichtbaar tijdens de sessie bij het idee dat ze niet langer op de gang zou zitten terwijl Sem probeerde te slapen, maar ze moest nog even nadenken om ergens anders te gaan zitten. Wanneer moeder in de therapie besluit het geheim met haar partner te delen, wordt een startschot gegeven voor de verandering van de dynamiek. In het tweede experiment besluit de moeder toch niet langer naast haar zoon Sem te blijven zitten tot hij in slaap

valt, maar naar beneden te gaan. Vervolgens wordt begonnen met het afbouwen van de dwanghandelingen rondom het slapengaan. Gaandeweg voert moeder andere veldexperimenten uit: zij pakt het sporten op en gaat weer aandacht geven aan haar sociale leven, wat haar stemming zichtbaar goed doet. De vader neemt geleidelijk (deels) de bedroutine over, waardoor de zorg evenwichtiger verdeeld wordt. De zoon wordt minder angstig. Hij begint zelf in bed te lezen voor het slapengaan en ervaart dit als prettig. Samen versterken deze kleine veranderingen elkaar. Er ontstaat een groeiveld: een relatief stabiel veld van vitaliteit waarin vertrouwen, autonomie en ontspanning elkaar voeden. De sfeer in huis wordt lichter. Sem voelt de rust en het vertrouwen die daarvan uitgaan en lijkt minder bang.



Figuur 2 Voorbeeld van een ingevuld verstorings- en groeiveld met vijf uitgewerkte veldexperimenten

Wat thuis werd uitgetoetst in de veldexperimenten, geslaagd of niet, wordt weer input voor de volgende sessie, waardoor het veld zichzelf blijft herordenen. Zo wordt therapie een cyclisch proces van waarnemen, proberen en betekenisgeven. Een collaboratieve werkplaats van het nieuwe leven in wording, waarin inzicht niet alleen voorafgaat aan verandering maar er ook door ontstaat. In de traditie van Milton Erickson staat de gedachte centraal dat mensen niet alleen leren door uitleg, maar vooral door ervaringen die hun kijk op zichzelf en de wereld veranderen. Verandering gaat daarbij vaak vooraf aan inzicht (Isebaert & Lefevere, 2022).

Conclusie

Bruno Latours denken nodigt therapeuten uit om een niet-wetende houding te zien als een noodzakelijke ruimte waarin nieuwe observaties mogelijk worden. In ons vak bestaan geen eenvoudige oplossingen die alle complexiteit opvangen. Latours ANT maakt zichtbaar dat individueel psychisch lijden enorm verweven is met de unieke netwerken waarin het ontstaat: mensen, dingen, taal, instituties, macht en geschiedenis beïnvloeden elkaar voortdurend. Werkend vanuit dat idee verschuift het accent van verklaren naar onderzoeken, van corrigeren naar deelnemen. Therapie verandert in veldwerk waarin verschuivingen zichtbaar worden die anders verborgen blijven. Systemische veldexperimenten openen het speelveld door kleine veranderingen uit te lokken die duidelijk maken hoe een systeem zich kan herordenen richting meer gewenste vormen van leven. Door het speelveld te vergroten ontstaat ruimte voor nieuwe of onverwachte actoren die een beweging richting het groeiveld (de gezondheidsbevorderende attractor) kunnen initiëren. De casus van Sem laat zien hoe menselijke en niet-menselijke actoren samen een relatief stabiel verstoringsveld vormen, maar ook hoe veldexperimenten ruimte maken voor nieuwe verbindingen, bewegingen, richtingen, zoals toename van vitaliteit, autonomie en vertrouwen. In die zin kan Latours benadering worden opgevat als een uitnodiging tot een meer ecologische, ervaringsgerichte vorm van weten. Een therapie van *doen*, een therapie als onderzoek in het levende, voortdurend veranderende veld van relaties, waar inzichten voortkomen uit het handelen zelf. Therapie wordt op die manier geen plek waar we verklaren wat er mis is, maar een veld waarin we samen onderzoeken wat er kan ontstaan.

Maarten van der Linde is gz-psycholoog en systeemtherapeut bij Het Veld Instituut (Hilversum) en promoveert aan de Vrije Universiteit Amsterdam. E-mail: info@hetveldinstituut.nl

Referenties

- | | |
|---|---|
| <p>Bateson, G. (1972). <i>Steps to an ecology of mind</i>. University of Chicago Press.</p> <p>Beck, A.T., Emery, G., & Greenberg, R.L. (1985). <i>Anxiety disorders and phobias – A cognitive perspective</i>. Basic Books.</p> <p>Capra, F., & Luisi, P.L. (2014). <i>The systems view of life – A unifying vision</i>. Cambridge University Press.</p> | <p>Deleuze, G., & Guattari, F. (1987). <i>A thousand plateaus – Capitalism and schizophrenia</i> (B. Massumi, Trans.). University of Minnesota Press.</p> <p>Duncan, B.L. (2014). <i>On becoming a better therapist – Evidence-based practice one client at a time</i> (2nd ed.). American Psychological Association.</p> |
|---|---|

-
- Hennik, R. van, Limpens, V., & Römer, M. (2021). Het systemisch kompas – Samenwerken, afstemmen en koers uitzetten in het veranderproces van systeemtherapie, supervisie en opleiding. *Systeemtherapie*, 33(1), 101-119.
- Isebaert, L., & Lefevere, G. (2022). *De therapeutische alliantie – Het Brugs model van oplossingsgerichte cognitieve en systemische therapie*. Academia Press.
- Kleinherenbrink, A. (2017). *Alles is een machine – Filosofie van Gilles Deleuze en Félix Guattari*. Boom.
- Kleinherenbrink, A. (2022). *De constructie van de wereld – De filosofie van Bruno Latour*. Boom.
- Kuhn, T.S. (2012). *The structure of scientific revolutions* (4th ed.). University of Chicago Press.
- Latour, B. (1987). *Science in action – How to follow scientists and engineers through society*. Harvard University Press.
- Magistretti, S., Dell’Era, C., Candi, M., Swan, S.K., Bianchi, M., Calabretta, G., Stigliani, I., & Verganti, R. (2025). Unpacking experimentation in design thinking – Contributions to innovation performance and the moderating role of digital technologies. *Technovation*, 141.
- Miller, S.D., Hubble, M.A., & Chow, D. (2020). *Better results – Using deliberate practice to improve therapeutic effectiveness*. American Psychological Association.
- Os, J. van (2022, 28 maart). *An open science paradigm shift for the wicked problem of mental healthcare* [Diesrede, Universiteit Utrecht]. Universiteit Utrecht. www.uu.nl/sites/default/files/UU-DiesNatalis2022-Diesrede-JimvanOs-EN.pdf
- Rilke, R.M. (2004). *Letters to a young poet* (M.D. Herter Norton, Trans.). W.W. Norton & Company. (Oorspronkelijk werk gepubliceerd 1929)
- Scheepers, F. (2021). *Mensen zijn ingewikkeld – Een pleidooi voor acceptatie van de werkelijkheid en het loslaten van modellen*. De Arbeiderspers.