

Congressen

Hans mijn Egel – Een verhaal over hechting, trauma en veerkracht

Studiedag georganiseerd door opleidings- en therapiecentrum Rapunzel

[Leuven, 7 juni 2013]

Jan De Vos

Hoe kunnen we kinderen, volwassenen en gezinnen in moeilijke omstandigheden begeleiden in het verrijken van hun verhaal? Hoe kunnen we, vertrekkend vanuit een eenzijdig slachtoffernarratief, meer ruimte creëren voor een heldennarratief? En hoe komen we van een verhaal van breuken en geweld tot een verhaal van verbinding en veerkracht? Deze vragen vormen de leidraad op de studiedag 'Hans mijn Egel' van opleidings- en therapiecentrum Rapunzel.

Centrale gast is Peter Jakob, relatie- en gezinstherapeut uit het Verenigd Koninkrijk. Jakob (2011; 2013) is in Europa met name bekend vanwege de implementatie van de methodiek van geweldloos verzet (Omer, 2004). Gedurende de dag wordt hij geflankeerd door verschillende Rapunzel-stafleden, waaronder de dagvoorzitters Luc Declercq en Jasmina Sermijn. Met gestileerde aankondigingen van de sprekers weven zij de bijdragen vakkundig in elkaar.

Inleidend vertelt Greet Splingaer het sprookje 'Hans mijn Egel'. Splingaer is systeemtherapeut, hoofdopleider en coördinator van Rapunzel. Het sprookje is niet beschuldigend van aard en richt zich op het weldoende effect van het weerstand bieden aan geweld, een adagium dat tijdens deze hele studiedag geldt. Splingaer reflecteert in haar betoog op de herleving van het hechtingsdenken en, geheel passend binnen het

constructivistisch metaperspectief, over de maatschappelijke relevantie van deze opleving: 'Zegt het iets over de maatschappelijke verbrokkeling? Verliezen we de grond onder de voeten en zijn we op zoek naar nieuwe bodem en verbondenheid?'

Het systeemdenken geeft volgens Splingaer een nieuwe kijk op hechting. De focus ligt tegenwoordig niet meer alleen op een-op-eenrelaties, maar op het samenspel van meerdere personen en de context die hechting mogelijk en veilig maken. Het ervaren van een warme, steunende relatie van iemand die er voor je is, blijkt daarbij een belangrijke protectieve factor. Als hulpverlener trachten we deze relaties binnen de context te versterken.

Aansluitend getuigt Annick Serneels van haar zoektocht als therapeut, aan de hand van een casus. Zij is relatie- en gezinstherapeut in een kinderpsychiatrische dienst en privépraktijk en tevens opleider in Rapunzel. Traumaverhalen geven volgens Serneels eenzijdig negatieve omschrijvingen van identiteit en intenties: 'De aandacht ligt op wat er niet is en wat er zou moeten zijn in plaats van op wat er wel is.' Probleemverzadigde verhalen ontnemen mensen hun zelfrespect en het vertrouwen in anderen. Een analoog proces vindt plaats bij hulpverleners, want ook zij voelen zich onzeker en onmachtig. De neiging bijvoorbeeld om een vijfjarig meisje en haar eenoudergezin te beschrijven in termen van een gedragsstoornis en hechtingsstoornis, van een multiprobleemgezin met transgenerationele verwaarlozing, en de neiging om begrenzend op te treden, bieden weinig oog voor de mogelijkheden van dit gezin. Serneels beschrijft hoe ze samen met het kind, het gezin en het team tracht het probleemverzadigde gezinsverhaal

te herschrijven naar een verhaal dat toekomst biedt. Ze imponeert, door de sensitieve, kwetsbare en krachtige manier waarop ze dit proces zichtbaar maakt. Serneels is sterk narratief geïnspireerd en integreert naadloos concepten uit het gedachtegoed van het geweldloos verzet.

In zijn lezing voert Peter Jakob een krachtig pleidooi om nee te zeggen tegen geweld en actief te kiezen voor de vrede. Jakob is klinisch psycholoog en systeemtherapeut, coördinator en trainer in de Sussex Partnership NHS Foundation Trust, een grote ggz-instelling met onderwijs- en onderzoeksstatus. Hij spreekt bewust over *multistressed families*, en niet over multiprobleemgezinnen. Hij noemt zijn werk collaboratief omdat hij ervan uitgaat dat gezinnen willen samenwerken. Hij streeft eerder naar afstemming op de noden van het gezin dan naar normalisatie en herstel. Uitgangspunt blijft het bieden van geweldloos verzet. Ons bewust zijn van het geweld in onszelf, en daar actief mee omgaan, is daartoe essentieel. Met de stelling 'There are no opponents, only the violence is the opponent' verwijst Jakob naar Omer (2004).

De namiddag start met een dialoog tussen Peter Jakob en Bruno Hillewaere. Hillewaere is relatie- en gezinstherapeut en opleider verbonden aan De Viersprong te Halsteren en Rapunzel. Het is een dialoog die zich 'gezellig keuvelend' ontspint. Aan de hand van videofragmenten gidst Hillewaere ons bijzonder vakkundig en enthousiasmerend langs inspiratiebronnen, techniek en model zoals deze door Jakob worden gebruikt. Centraal in het werken met *multistressed families* is het zoeken naar interventies die ouders versterken in plaats van beschuldigen. In heel zijn betoog imponeert Jakob met sociale beweging, emancipatorische gedrevenheid en geloof in het versterken van de natuurlijke sociale netwerken.

Als sluitstuk van de dag brengt Greet Spingaer een lezing over veerkracht in de

context. Volgens Spingaer ontwikkelt veerkracht zich dankzij de aanwezigheid van stress; ze illustreert dit aan de hand van filmfragmenten en een casus. Veerkracht ziet ze niet als personeuseigenschap, het is een samenspel tussen mensen waarin omgegaan wordt met het moeilijke en met elkaar. Veerkracht is een groeiproces, zowel in de individuele levensloop als intergenerationeel. Goede hechtingsrelaties vormen een beschermende factor bij stress en trauma. Essentieel is de inzet op verbondenheid. Via het herschrijven van verhalen wordt gezocht naar betekenis en zingeving. Zo komen mensen van een eenzijdig slachtoffer- naar een veelzijdiger heldennarratief. De klemtoon ligt niet op de tekorten, maar op identiteit: hoe worden mensen wie ze zijn vanuit wat ze meemaken? Ook transcendentie en spiritualiteit ofwel het zoeken naar een nieuw moreel kompas, en de focus op een gevoel van meesterschap ofwel het gevoel dat we iets kunnen doen aan de situatie, zijn fundamenteel. Hierbij is de techniek 'dubbel luisteren' essentieel. De therapeut luistert naar het verhaal van het trauma en tegelijkertijd naar het verhaal van de kracht: datgene waar mensen belang aan hechten. Hoe hebben mensen ondanks het trauma beschermd en behouden wat voor hen van belang was? Wat hebben ze gedaan en hoe zijn ze verbonden gebleven met wat en wie belangrijk was voor hen?

Geweldloos verzet en hechting – het zijn thema's met een hoog hypegehalte. Rapunzel is er in geslaagd een verfrissend en rijk geheel neer te zetten, in alle eenvoud en kwetsbaarheid, krachtig zoekend... We kregen een systeem-dynamische en hoopvolle, meerzijdige kijk op hechting, met de klemtoon op het proces dat gezinnen, deels samen met hulpverleners, doorstaan.

Een aspect dat ik miste op deze dag was de belichting van de invloed van kinderen op het hechtingsproces. In mijn beleving lag de

Hans mijn Egel - Een verhaal over hechting, trauma en veerkracht

focus te sterk op volwassenen, op hun verantwoordelijkheid om een veilige hechtingsvriendelijke omgeving te creëren. Het tot stand komen van hechting wordt daarmee gezien als uni-directioneel beïnvloed door de volwassen hechtingsfiguren. Wanneer ik echter ouders en kinderen met elkaar bezig zie, ben ik telkens weer verrast door de invloed die kinderen op hun ouders hebben. Zo beschrijft ook De Mol (2008) groei en ontwikkeling als resultaat van een bi-directioneel beïnvloedingsproces tussen ouders en kinderen.

Heb ik handvatten gekregen in het omgaan met geweld, eigen angst, angst in teams, onmacht? De dag liet me zeker stilstaan bij de manier waarop ik zelf omga met geweld en ongehoorzaam zijn, en hoe dat aansluit bij mijn levenservaringen. Bovenal was het een enthousiasmerende dag die stimuleert om zich samen met medestanders te blijven inzetten tegen geweld en onrecht, voor vrede.

De NVRG pakt uit – 30 jaar NVRG

Jubileumcongres van de NVRG
[Amsterdam, 20 september 2013]

Anna van der Meer

Zoals de titel al aangeeft heeft de Nederlandse Vereniging voor Relatie- en Gezinstherapie vanwege haar dertigjarig bestaan uitgekapt met twee dagen vol lezingen en workshops. En feest was het; inspirerende sprekers, klinische inhoud, Tuschinski als sfeervolle entourage en vele fijne collega-feestenden. Ik beperk me in dit verslag tot de eerste dag.

Pim Cuijpers, hoogleraar klinische psychologie aan de Vrije Universiteit Amsterdam, startte de dag met zijn lezing 'Onderzoek naar psychotherapie – Over RCT's, wer-

Jan De Vos werkt als kinder- en jeugdpsychiater en systeemtherapeut in DBC Openlucht-opvoeding te Brasschaat en als freelance supervisor en opleider in Brussel en Vlaanderen. E-mail: jan_devos@telenet.be.

Literatuur

De Mol, J. & Buyse, A. (2008). The phenomenology of children's influence on parents. *Journal of Family Therapy*, 30, 163-193.

Jakob, P. (2011). *Re-connecting parents and young people with serious behaviour problems – Child-focused practice and reconciliation work in Non Violent Resistance Therapy*. New Authority Network International, www.newauthority.net.

Jakob, P. (2013). Geweldloosheid en gezinnen in crisis, cocreatie van positieve gezinsnarratieven tegen de achtergrond van trauma, deprivatie, middelenmisbruik en belastende sociale contexten. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 31(1), 5-27.

Omer, H. (2004). *Nonviolent resistance – A new approach to violent and self-destructive children*. Cambridge: Cambridge University Press.

kingsmechanismen en essentiële componenten'. Cuijpers betoogde, degelijk onderbouwd met onderzoeksresultaten, dat allerlei therapievormen ongeveer hetzelfde effect sorteren en dat we weliswaar goed kunnen onderzoeken of iets werkt in therapie, maar dat we bijna niets weten over hoe een interventie werkt. Zelfs bij depressie, het best onderzochte ziektebeeld, is niet voldoende duidelijk welke componenten in de behandeling effect sorteren en hoe verandermechanismen in een cliënt(systeem) daarbij werken.

Peter Rober en Justine van Lawick namen het stokje van Cuijpers over door met elkaar in dialoog te gaan over hun werk: 'Luisteren kan pijn doen.' Rober nam ons mee naar wat volgens hem de specifieke non-specifieke factoren zijn in therapie die werken. Een van