

Love at First Sight?

Een gezinsverslag van het congres over de verhouding tussen vaktherapeuten en (groeps)psychotherapeuten in de (dag)klinische setting.

Datum: 15 oktober 2009. Locatie: congrescentrum De Reehorst te Ede.

Organisatie: FVB, VKP, VMPD en NVGP. Aantal deelnemers: ruim 300.

Prijs: € 160 voor leden en € 180 voor niet-leden.

Frits van Hest, klinisch psycholoog / psychotherapeut, bezocht het congres samen met zijn dochter Klaartje van Hest, GZ-psycholoog in opleiding, en zijn vrouw Ineke van Hest-de Witte, muziektherapeut.

Nee, *Love at First Sight* was het zeker niet tijdens dit congres op 15 oktober 2009. Ik kon de vraag op de omslag van de folder gemakkelijk ontkennend beantwoorden, want mijn echtgenote, ikzelf en mijn dochter hadden afgesproken om gezamenlijk de conferentie te bezoeken. Mijn dochter had ons enkele maanden tevoren gezegd: 'Weet je wat ik nou zo mooi vind van therapie? Werken met groepen!' Spontaan greep ik mijn portemonnee om in dat geval voor haar de congreskosten te betalen. We voelden ons een machtig en trots blok, zo met zijn drieën. Maar als familiale subgroep verbrokkelden we onmiddellijk in de grote groep van meer dan driehonderd bezoekers. Nog niet eens een procent, rekende ik snel uit.

De start van het congres liep enige vertraging op. Een grote groep congresgangers zou te laat arriveren omdat hun trein werd omgeleid. Er ontstond een klassiek groepsdilemma: wachten tot de laatkomers gearri-

veerd zouden zijn, of doorgaan? Na enige aarzeling werd dit dilemma al even klassiek opgelost: de groep moet doorgaan!

Ook in de Reehorst zelf was het geen *Love at First Sight*. Ik trof een bevriende collega, net als ik gepensioneerd. We begroetten elkaar hartelijk en met een kop koffie hielden we ons op aan de rand van de groep, terwijl anderen geanimeerd rondwandelden bij deze interactieve *date*. Ondanks enkele verwijtende blikken van de actievelingen, genoten we. We vonden het wel een vermakelijk gezicht, al die hardwerkende collega's en misschien was het wel symbolisch voor onze positie als gepensioneerden: beschouwelijk terzijde staan, terugblikkend op onze contacten en genietend van de energie van een jongere generatie.

Na de plezierige lezingen van Hans Achterhuis en Giel Hutschemaekers

genoten we van de Firma Zorgbehang. Dit was *Love at First Sight* op zijn best, besloten we. Dit theater liet vooral zien hoe mooi het middel drama past in de familie van groepstherapieën.

Frits van Hest: Met enige scepsis had ik me aangemeld voor de workshop ‘Werken met gezinssculpturen, looking for a date’ van muziektherapeut Jack Verburgt.² Bij eerdere workshops had ik al met een mengeling van bewondering, ongeloof en tegenzin kennisgemaakt met de familieopstellingen van Hellinger. Als het om *evidence based* gaat, is deze wonderlijke mengeling van archetypische en uiterst individuele dynamiek zowat het tegenovergestelde van wat de wetenschap bedoelt. Maar telkens opnieuw ben ik onder de indruk van de krachtige impact die deze werkwijze op de protagonisten en overige deelnemers heeft. Jack Verburgt vroeg een vrijwilliger om haar ouderlijk gezin uit te beelden met muziekinstrumenten. Je hoefde geen verstand van muziek te hebben. Bedachtzaam legde de protagonist een harp voor haar moeder neer, een enorme klankstaaf als vader, een Australische regenboom voor de zus, een cimbaal voor het jongste broertje en een minimaal gitaartje voor de oudere broer. Alle instrumenten in een cirkel, zichzelf in het midden. Want het gezin moest volgens haar harmonieus zijn, zoals in de nabespreking bleek. Jack legde uit: ‘Kijk naar de protagonist, stoor haar niet in haar opstelling door te helpen. Ze weet voor zichzelf hoe het zit. En let u als toeschouwers op uw eigen associaties.’ De protago-

nist moest veel werk verzetten in dit gezin, vond ik. Ze moest voortdurend zorgen dat het een beetje bleef stromen, ze is intermediair. Vader was kolossaal en indringend aanwezig, op de weinige momenten dat hij zich liet horen na. Toch zorgde hij voor een basaal ritme. Het jongste broertje bleef veilig achter moeders rokken. De oudste broer stond heel ver weg, naar buiten gericht. ‘Zullen we gaan spelen?’ vroeg Jack en toen ging iedereen spelen. De protagonist luisterde buiten de groep van haar uitgebeelde familie, want zij had een representant gekozen voor zichzelf. Eerst was het ritme traag, saai, daarna versnelde het. Aan het slot werd het geluid steeds zachter. En terwijl ieder zijn eigen partij speelde en er geen dyadische contacten leken te ontstaan, behalve dan tussen moeder en het jongste zootje, was er toch iets van een samenspel.

Tijdens de nabespreking vertelde de protagonist: ‘Ik wilde meedoen, meer contact krijgen in dit gezin. Maar ik kon niet echt een eigen geluid of melodie maken, geen ritme, ik was onzijdig. Ik werd er geïrriteerd door, verveeld. Of was ik storend? Ik voelde me onthand, alleen, terwijl mijn vader op de achtergrond bleef en mijn jongste broertje onder de vleugels van moeder. Mijn oudste broer wilde het gezin ontvluchten. Mijn ouders hadden geen contact. Dat ritme dat de bas – klankstaaf – laat horen, ja dat zegt iets over mijn vader. Het klinkt als een hartslag. Hij is trouwens te vroeg aan een hartkwaal gestorven.’ Bij deze woorden moest ik onmiddellijk denken aan de bewering van Hellinger dat

² Wie meer wil weten over het werken met muzikale gezinssculpturen leze: Jack Verburgt. *Werken met muzikale gezinssculpturen*. De Gelderse Roos, 2007.

familieopstellingen familiegeheimen openbaren. De protagonist raakte ontroerd en bedankte de groep voor het inzicht dat ze had gekregen in de geschiedenis van haar gezin en in haar rol. Ondanks alle problemen was het toch een gezin geweest en ze was daar trots op, zei ze. Als vertegenwoordiger van een delegatie van drie personen uit een gezin, begreep ik wat ze bedoelde.

Klaartje van Hest: Niet luisteren maar doen, dat leek het thema van de workshop ‘Delictanalyse; bepraten of beleven?’ Er waren weinig deelnemers, zeven, een fout van de organisatie die de woorden ‘minimaal’ en ‘maximaal’ door elkaar gehaald had. Hierdoor kon ik mij niet verschuilen in de grote groep en stond ook ik in *no time* op de dansvloer. Na een korte introductie ondervonden we aan den lijve wat danstherapie is. Julie Kil, dans- en bewegingstherapeut bij Rheinische Kliniken te Bedburg-Hau, Duitsland, begon met een warming-up. Alle zeven stonden we in een cirkel met de muziek aan. Het was tijd om onze spieren los te schudden, geluiden te maken, en gelukkige en mindere gelukkige emoties aan te nemen en deze vast te houden: ‘freeze’. We ondervonden hoe het is om een delict al dansend te plegen. Zelfs ik, die nog nooit een delict heeft gepleegd, kon mij helemaal inleven in het verhaal. Met een denkbeeldig mes beroofde ik een denkbeeldige dame van haar tas en dat was eigenlijk best spannend. Dit delict was nog redelijk klein; de dames waar Julie Kil mee werkt hebben allerlei delicten gepleegd.

Door de weg naar het delict na te spelen, voelen de ze de oplopende spanningen en leren ze waar ze in het vervolg kunnen ingrijpen om een volgend delict te kunnen voorkomen. In een veilige setting worden hun delicten voorzichtig herbeleefd en waar nodig worden er ‘freeze’ momenten ingelast zodat de delinquent geen plezier ondervindt aan het herbeleven. De workshop was een mooie ervaring en bijzonder was dat Julie Kil het voor elkaar kreeg dat iedereen ongedwongen en enthousiast mee deed.

Grappjes over namen zijn niet netjes maar toch bedachten we achteraf: jammer dat je Julie Kil met één ‘l’ schrijft. Als het er twee waren geweest was ze voor deze doelgroep geboren!

Frits van Hest: ‘Zelf struikelen over de *pretend mode*; de *pretend mode* zelf laten struikelen’, heette de workshop van Martijn Gjaltema (beeldend therapeut), Robert Statema (psychomotorisch therapeut) en Lucas Zwaan (klinisch psycholoog), allen werkzaam bij Lentis te Zuidlaren.

In deze workshop dreigden de workshopgevers even over elkaar heen te struikelen. Ieder wilde iets noemen, ieder had wel een powerpointplaatje, een theoretisch inleidendje, een oefeningetje of een grappje paraat. Een beetje een overkill, maar het ging om de inhoud. Gelukkig hoefden we aan het begin van deze *mentalisation based workshop* niet naar een krent te kijken of naar een Tibetaans gongetje. (Ik hoor het geluid van die gong uit een eerdere work-

shop nog steeds irritant door mijn hoofd zoemen). De verrassing was dat we elkaars schoenen mochten 'ervaren'. Niet zo maar, want je moest je schoen of laars uitdoen en die aan je buur geven. Daarna mocht je er aandachtig mee doen wat je wilde.

De meesten keken. Anderen voelden en weinigen snuffelden, bleek uit de nabespreking. Ik schaamde me onmiddellijk terwijl ik keurend keek naar het glanzend gepoetste laarsje van mijn buurvrouw, want ik had zelf mijn schoenen niet gepoetst. Behalve concentratie op zintuiglijke ervaring leverde dit experiment ook een leuk contact op met mijn buurvrouw. Na deze warming-up werden we met een snelreinvvaart langs de theoretische begrippen van *pretend mode*, *equivalent mode* en *teleological mode* geleid. Ik had het te druk met luisteren, opschrijven en oefeningen doen om alles te onthouden. Duidelijk werd dat in deze groep van therapeuten veel deskundigheid en enthousiasme aanwezig was, maar ook veel concurrentie. Verrassend was en is dat zelfs in onze geprotocolleerde DBC-tijd, cliënten zelf voor *mentalisation based treatment* mogen kiezen en dat de groepen met twee therapeuten worden uitgevoerd. Het doel van de behandeling is het bevorderen van het mentaliseren, een doelstelling die mij meer bij een wellnessconcept dan bij een behandelconcept lijkt te passen. Ik vraag me af hoelang de ziektekostenverzekeraar de realisatie van dit concept nog zal betalen.

Ondanks mijn bedenkingen heb ik me wel vermaakt in deze workshop. Onder de deelnemers kwam veel energie vrij, en er ont-

stond dynamiek en humor. We werden in ieder geval verleid om niet te blijven steken in onze *pretend mode*, waarin je geen contact hebt met je gevoelens.

Bij de Reflectiegroepen had ik als pater familias de kans om samen met mijn familie in dezelfde groep te reflecteren. Ik besloot dat niet te doen: te veel van het goede leek me. Zelf reflecteerde ik dat een congres als vandaag vragen oproept over de grenzen tussen privacy en openbaarheid. Met zoveel bekenden, familie en vrienden, die ook nog eens in de leiding van het congres zaten of een workshop gaven, vond ik die vraag lastig te beantwoorden. Maar waarschijnlijk is dit fenomeen eigen aan het vak van groepstherapeut. Bij individueel werkende therapeuten ligt dat weer anders.

Door mijn keuze om niet in familieband te reflecteren, miste ik wel een mooi moment. Want de reflectieleider (hoe noem je iemand die een reflectiegroep leidt?) had de vraag gesteld wat de mooiste *date* van die dag was. Mijn echtgenote bedacht dat ze zou antwoorden: 'Dat ik mijn dochter hier vandaag trof.' Maar mijn en haar dochter, die net binnen kwam op het moment dat de vraag werd gesteld, was haar te snel af en antwoordde spontaan: 'Dat ik mijn moeder hier aantrof'. Een beproefde liefde is toch zeker zo mooi als *Love at First Sight*, vindt u niet?

In onze familiale reflectiegroep na het congres (zonder opstelling van muziekinstrumenten!) overwogen we om bij het

volgende congres gedrieën een workshop te geven over het onderwerp ‘transgeneratienele hulpverlening in de psychiatrie’. Als u daar iets voor voelt, kunt u zich alvast opgeven.