

Training Klinische Psychotherapie 2011, een impressie.

David Groeneveld is sociotherapeut bij het TKP-Collectief.

Het is woensdag 7 april. De ochtendzon werpt haar licht op Gasterij de Dijkgraaf, dat afgelegen staat op de dijk aan de rand van het kleine plaatsje Maasbommel in Gelderland. Het etablissement is in gereedheid gebracht voor de 38ste Training Klinische Psychotherapie (TKP), een specifieke meerdaagse training voor behandelaars die in een klinisch psychotherapeutische instelling of intensief met groepen werken.

Vijfentwintig deelnemers zullen gedurende drieënhalve dag ervaren hoe het is om in een gemeenschap te leven, inclusief eten en slapen en met een groep deel te nemen aan een multi-disciplinair behandelaanbod.

Dansen?

De eerste deelnemers verschijnen om 8.00 uur aan de deur, vroeg vertrokken uit België. Omdat zij pas om 9.00 uur welkom zijn, wordt hen verzocht zich nog even in Maasbommel te vermaken.

Een uur later is het zover: alle deelnemers, zestien vrouwen en negen mannen, zijn op tijd en staan gespannen, dicht bij elkaar te wachten op wat er komen gaat. Behalve dat

er koffie wordt verzorgd door mensen die later de sociotherapeuten blijken te zijn, is er verder nog weinig duidelijk. We maken wat kennis, wisselen verwachtingen uit en hier en daar wordt kritiek gedeeld door sommigen die de plek vinden tegenvallen.

Om 9.30 uur begint de intake. Per twee gaan de deelnemers naar binnen om met een psychotherapeut hun inschrijving en eventuele bijzonderheden te bespreken. In een van deze korte individuele gesprekken meldt een deelnemer bijvoorbeeld dat ze zwanger is en in een ander gesprek komen actuele familieomstandigheden van een deelnemer ter sprake. Gedurende de intake blijven de overige deelnemers dicht bij de ingang wachten.

Het eerst volgende programmaonderdeel is de huisvergadering, voorgezeten door de sociotherapeuten. De deelnemers krijgen in deze korte bijeenkomst veel informatie, zoals de groepsindeling, het therapie- en corveerooster en de huisregels. Men hoort dit alles stil aan en als er wordt gevraagd om vrijwilligers voor een aantal specifieke taken oogt men terughoudend.

Kort na de vergadering starten de werkpuntbesprekingen in de drie kleine groepen. De

deelnemers maken in een zitting kennis met hun groepsleden en bespreken hun doelstelling voor deze training. Veel deelnemers zitten aanvankelijk met een gespannen houding in deze bijeenkomsten en kijken vooral de trainers aan als ze aan het woord zijn. Gaandeweg ontstaat er iets meer contact tussen verschillende groepsleden.

Zo stil als de deelnemers in de eerste vergadering zaten, zo gretig gaan zij van start met hun taken. Terwijl de stafleden de eerste lunch serveren, worden zij in de keuken al door sommigen bevraagd over behoeftes. Aan tafel hangt een gespannen sfeer, die ook invloed heeft op de stafleden: ze zijn het met elkaar oneens over de tijdsbepaling. Kennelijk wil iedereen, zowel deelnemers als stafleden het goed doen in deze training.

Het is een thema dat vaker zal terugkomen in deze training, de rest van de eerste dag staat in ieder geval in het teken ervan. In de eerste zittingen van de 'kleine groepen', bestaande uit psychotherapie, sociotherapie en vaktherapie (beeldende en psychomotorische therapie), staat al snel de vraag centraal: wat voor een groep zijn wij, en wie valt er buiten? De groep die het eerst kookt, kiest voor een maaltijd zonder vlees en bespaart zich hoofdbrekens over het bedienen van vegetariërs en vleeseters. In de eerste 'grote groep', een zitting met alle deelnemers en stafleden, hangt een sfeer van gedrevenheid, men wil veel uit de training halen. Wel valt er iets op bij alle goede voornemens: men komt op veel momenten te laat. Hier wordt uitgebreid bij stilgestaan in de groepsbijeenkomsten; de trainers

stellen vragen over de redenen en betekenis.

De eerste dag begint voorzichtig, ook in de avond na 21.30 uur als het laatste programmaonderdeel is afgerond. Verschillende deelnemers drinken wat met elkaar, als de sociotherapeuten nog even langskomen voor ze de Gastrij verlaten. Sommigen wisselen fantasieën en plannen uit om te dansen, maar het komt er nog niet van. Veel deelnemers trekken zich vroeg terug in de kamers om te gaan slapen.

Botsingen

'Wat hebben we het goed met elkaar', is het geluid dat in de therapieën met de kleine groepen klinkt aan het begin van de tweede dag. Naarmate de dag vordert, blijkt dat dit niet voor alle deelnemers geldt. Terwijl sommigen ook op deze dag een gretige werklust ten toon spreiden, zijn anderen duidelijk minder gemotiveerd. Zo komt naar voren dat sommigen tegen hun zin op deze training zitten of zich bang gemaakt voelen door spectaculaire verhalen op hun werk over heftige groepsprocessen. Op deze dag worden de posities die deelnemers in de kleine en grote groep innemen langzaam duidelijk. Ook ontstaan er botsingen, soms letterlijk in de psychomotorische therapie.

Vooral in de gemeenschappelijke tijd tussen de therapieblokken door, komt naar voren hoe eng of moeilijk sommigen het vinden om zich werkelijk te verbinden aan de rol van deelnemer. Het lijkt voor hen verleidelijk om de gebeurtenissen door een

professionele bril te bekijken, zeker als ze confronterend zijn. Dit komt naar voren tijdens de lunch, als een deelnemer geen antwoord krijgt op een persoonlijke vraag aan een sociotherapeut. Even lijkt er frustratie bij hem zichtbaar, maar snel zegt hij kalm: 'Ach natuurlijk, dat hoort bij je vak.'

In de grote groep heerst er een bepaalde gemoedelijkheid, ondanks de meer prikkelende houding van stafleden. Deelnemers ergeren zich weliswaar aan bepaalde regels of adviezen, maar ze snappen de stafleden ook goed, waardoor de lading wegblijft. Een deelnemer vraagt of hij naar huis mag om z'n kat eten te geven en de vraag rijst of dit met spanning of angst te maken heeft. Een stafflid maakt duidelijk dat het niet de bedoeling is tussentijds de training te verlaten.

Later op de dag komt er nog wat meer ruimte voor verschillen. In de kleine groepen gaat het over boosheid, verdriet, de behoefte om te schuilen en ook over autonomie. In de gezamenlijke sport en spelsessie is veel speelsheid aanwezig en leven sommigen zich flink uit. In de grote groep is de sfeer stugger: het lijkt erop dat men zich onveilig voelt, waardoor het innemen van een standpunt eng is. De deelnemers zijn behoorlijk kritisch tegenover elkaar en de stafleden houden een ontevreden gevoel over aan de zitting. Over onveiligheid gesproken: de deelnemer die naar huis wilde heeft hier nog geen uitspraak over gedaan. Een sociotherapeut neemt dit met hem op, hij blijft en spreekt af de andere deelnemers in te lichten. De sfeer in de avond lijkt lossier en meer gezamenlijk dan

in de eerste avond, de meeste deelnemers trekken zich minder vroeg terug op de slaapkamers.

Tafels dekken

Op de vrijdag lijkt er een scherpere tegenstelling te bestaan tussen verschillende deelnemers. Er is een club die zich graag tegendraads opstelt en een club die belang blijft hechten aan het volgen van de regels van de staf. Aan tafel lijkt het erop dat er nog steeds weinig risico genomen wordt, aangezien er steeds voor te veel stafleden wordt gedekt. Tot twee keer toe is er echter een bord te weinig voor een deelnemer. De voorzittende therapeut legt dit als betekenisvolle gebeurtenis neer in de eerstvolgende grote groep, tot ongeloof van veel deelnemers. Waarom zoekt de staf overal wat achter, is een geluid. Het is de eerste grote groep waarin daarna boosheid meer een plek heeft, zeker als een therapeut expliciet de lading van een deelnemer benoemt.

In de kleine groepen is er steeds meer ruimte voor differentiatie en intimiteit en wordt er hard gewerkt: conflicten worden aangegaan en er vinden gesprekken over kwetsbare thema's plaats.

De avondmaaltijd begint spannend. De tafel waaraan de stafleden eten is niet gedekt. Zonder overleg wil men alle stafleden en niet alleen de sociotherapeuten bij de deelnemers aan tafel hebben. Na koortsachtig beraad besluiten de stafleden de rolverdeling helder te houden, niet anders te doen dan anders en te gaan zitten

aan de ongedekte tafel. De sociotherapeuten kiezen ervoor om niet op te scheppen zolang hun collega's geen eten krijgen. De deelnemers weten niet hoe snel ze moeten zorgen voor de benodigdheden voor de stafleden. Gedurende de maaltijd hangt een voelbare spanning, die ook speelt tussen de groep die gekookt heeft en de groep die de tafel gedekt heeft en dit plan heeft bedacht.

Die laatste groep is vooral bang om gestraft te worden, blijkt in de sociotherapie. Door met elkaar verschillende intenties te onderzoeken lukt het hen om minder gewapend de laatste grote groep in te stappen. Er volgt dan ook een zeer gevarieerd en genuanceerd groepsgesprek waarin pittige irritaties naast angst en rancune kunnen bestaan, zonder dat er een onveilige sfeer ontstaat. Kennelijk werkt dit proces dusdanig door dat er op de laatste avond een levendig feest gevierd wordt door de deelnemers.

Moeizame ontrolling

Op de laatste ochtend komen er in de kleine groepen nog een aantal losse eindjes aan bod in emotionele zittingen. Tijdens het koffiedrinken eraan is het de bedoeling dat de deelnemers en stafleden 'ontrollen' zodat ze als collega's de eerste ervaringen kunnen uitwisselen, maar dat valt voor sommigen niet mee. Verschillende deelnemers zijn behoorlijk geëmotioneerd door persoonlijke thema's die ze op het laatste moment in de groep hebben besproken, wat deze stap bemoeilijkt.

Na het gezamenlijk opruimen van de

Gasterij, volgt de evaluatie. De trainers geven hun verslag van de training en zij lichten hun keuzes toe. Hoewel de deelnemers zichtbaar vermoeid zijn, net als de trainers, ontstaat er een levendige terugblik op de training. Uit hun reacties in deze bijeenkomst, maar ook uit de ingevulde evaluatieformulieren blijkt dat de deelnemers zonder uitzondering een indrukwekkende training hebben beleefd die waardevol is voor hun werkzaamheden. Sommigen beschrijven dat ze sterk de kracht ervaren hebben van de verschillende disciplines: ze hadden allen een duidelijke eigen focus en er was toch een sterke samenhang merkbaar. Doordat stafleden eenduidig te werk gingen en zorgvuldig reageerden op de gebeurtenissen in de groep, werd een grote veiligheid gevoeld.

Er moet uiteindelijk afscheid genomen worden, wat een weemoedige stemming teweegbrengt die getuigt van het intense contact dat ontstaan is in deze training. De deelnemers zullen nog wat onwennig en wiebelig huiswaarts keren, terwijl de trainers op weg gaan naar een ontmoeting met de overige collectiefleden om hun ervaringen te delen.

Ook voor mij als trainer-sociotherapeut was deze training indrukwekkend, met als kernwoord intensiviteit. Het draaide om een intensieve samenwerking met mijn medetrainers en een intensieve werkrelatie met de deelnemersgroep, die energie vroeg, maar vooral heel inspirerend werkte. Tegelijk met de ervaring dat ik hard aan het werk was, voelde het ook riant: op welke werkplek kun je als team je met niets

anders bezighouden dan met patiënten en met elkaar? Ik heb me werkelijk ingebed en gesteund gevoeld in dit kleine team. De Training Klinische Psychotherapie ondersteemt naar mijn idee niet alleen de grote kracht van het multidisciplinair en samenhangend behandelen, maar ook het enorme belang van de aandacht voor samenwerking binnen een team.

De volgende Training Klinische Psychotherapie vindt plaats van 18 t/m 21 april 2012. Voor meer informatie:
www.tkpvvoorprofessionals.nl