

Maniërisme in systeempsychotherapie. Reflecties over creativiteit, inspiratie en afwijking

Lenaerts, P., Langenberg, S., & Olthof, J. (2023) • Gompel & Svacina

Thomas Fondelli •

Het boek is uit. Het ligt voor me op tafel. Een dun boekje, amper 146 bladzijden, met een aantrekkelijke, kleurige kaft. Het heeft indruk op me gemaakt en tegelijkertijd heb ik er even genoeg van. Misschien kun je het nog het beste vergelijken met dat gevoel dat je soms kunt hebben na een lekkere, maar copieuze maaltijd: ik heb genoeg, maar straks misschien toch nog een klein hapje, maar nu even niet, maar laat die pot toch maar op tafel staan. Ik merk dat ik tijd nodig heb om te verteren wat ik heb gelezen. Een recensie schrijven kan misschien helpen.

De auteurs zijn drie gepassioneerde systeempsychotherapeuten. Die passie proberen ze te delen door onder meer te superviseren, opleiding te geven en te schrijven. Ze zijn ook echte ouwe rotten in het vak. Dat betekent dat ze vanuit ervaring kunnen reflecteren over de weg die de systeempsychotherapie heeft afgelegd en de manier waarop het huidige maatschappelijke klimaat de geestelijke gezondheidszorg, en meer specifiek de uitoefening van de systeempsychotherapie, beïnvloedt. In het boek tonen ze zich bezorgd en hoopvol tegelijkertijd. Bezorgd door de mate waarin de zorg steeds meer gestuurd

-
- Klinisch psycholoog in het Zeepreventorium, De Haan. Systeemtheoretisch psychotherapeut werkzaam in een eigen praktijk, Moerkerke. Als trainer verbonden aan de Interactie-Academie en Autisme Centraal.
E-mail: thomas.fondelli@telenet.be

lijkt te worden door regeltjes, protocollen, de druk van het evidence-based werken en de invloed van verzekeringsmaatschappijen. Hoopvol omdat er steeds meer stemmen zich – vanuit onvrede over de huidige organisatie van de zorg – laten horen. Het zijn stemmen die de noodzakelijke aandacht voor de therapeutische relatie en het belang van creativiteit willen helpen opgraven van onder de stapel administratieve rompslomp. Met dit boek willen ze die stemmen ondersteunen en kracht bijzetten aan de hand van de metafoor van het maniërisme.

Het maniërisme is een stroming in de kunst dat z'n wortels kent in de hoogrenaissance (1525-1580). Kunst werd in de renaissance gekenmerkt door een streven naar de sublieme schoonheid, de perfectie: de perfecte vormen, de perfecte maten, de perfectie proporties, de perfecte composities. Het maniërisme is een antwoord op dat streven naar perfectie dat bijna wettelijk werd gedefinieerd onder de vorm van wetten en regels. Volgens de maniëristen beroofden deze regels en wetten kunst van haar ziel en maakten haar leeg. In het maniërisme imiteerde men ogenschijnlijk die modellen van 'sublieme schoonheid', maar ontcrachtten tegelijkertijd de regels ervan door 'lichte afwijkingen' te introduceren, bestudeerde nonchalance eraan toe te voegen, details uit te vergroten, ... Men wees het bestaande niet af, maar voegde de 'afwijking' toe.

De auteurs herkennen in de huidige tendens naar structuren, regels, evidence-based werken, protocollen en efficiëntie die zoektocht naar de perfectie uit de Renaissance, maar evengoed het verlies aan menselijkheid en ziel. Zou het maniërisme ook hier voor de systeempsychotherapie, en misschien wel voor de geestelijke gezondheidszorg in het algemeen, een antwoord of een uitweg kunnen bieden? Negen hoofdstukken lang nemen ze ons mee in die zoektocht, waarin ze ons geen pasklare antwoorden geven, maar ons deel laten uitmaken van hun mijmeringen, reflecties, bezorgdheden en dialogen.

In het eerste hoofdstuk licht Lenaerts toe waar het maniërisme voor staat en hoe het voor de systeempsychotherapie als metafoor kan dienen om zich te positioneren in het huidige zorglandschap.

Net als de maniëristen wil hij systeempsychotherapeuten uitnodigen op zoek te gaan naar een nieuwe speelruimte, waarin zekerheden achterwege gelaten

mogen worden, opnieuw vragen gesteld mogen worden en realiteiten niet vast hoeven te staan. Hij pleit ook voor een geweldloos verzet tegen de overname van ons vak door administratieve beslommeringen en een herwaardering van de creatieve zoektocht naar afstemming op onze cliënten en hun verhaal.

In het tweede hoofdstuk neemt Langenberg ons mee in een aantal filosofische beschouwingen. In het streven naar perfectie ontstaat volgens Langenberg een categorisering waarin ‘perfectie’ tegenover ‘afwijking’ komt te staan, ‘rede’ tegenover ‘waanzin’ en ‘waarheid’ tegenover ‘onwaarheid’. Ze benadrukt het belang, geïnspireerd door het maniërisme, om te ontsnappen aan deze tweedelingen.

Ze houdt een pleidooi om psychisch lijden niet zomaar af te schuiven als ‘waanzin’ of ‘pathologie’ en opnieuw oog te hebben voor de complexiteit waarin het verweven zit. Eén manier om dat te bereiken is door psychisch lijden te beschouwen als een grensobject: een thema waarrond verschillende disciplines met elkaar in dialoog gaan zonder per se te streven naar een consensus of compromis (Keulartz, 2007). De perspectieven openhouden en het verschil leren verdragen.

In hoofdstuk drie mag Jan Olthof het podium nemen. In dit hoofdstuk wordt de psychopathologie en het stoornisdenken onder de loep genomen. Volgens Olthof ontleent het stoornisdenken het verhaal achter het lijden. Lijden wordt contextloos gemaakt en ontdaan van al zijn verbindingen.

We maken er een regelsysteem van: een protocollaire behandeling voor een fobie. Daarmee gaan we ervan uit dat we kunnen vaststellen wat een fobie is en iedere fobie kunnen reduceren tot hetzelfde, alsof iedere fobie hetzelfde verhaal vertelt, dezelfde ontstaansgeschiedenis heeft en tot hetzelfde punt leidt. (p. 64)

Het maniërisme, zo stelt Olthof, biedt hierin een uitweg door z’n oog voor en het uitvergroten van details. Door te luisteren naar wat cliënten ons te vertellen hebben, oog te hebben voor details in het verhaal (en hoe dat verhaal gebracht wordt) en deze uit te vergroten, ontstaat weer ruimte voor het binnenbrengen van verschil: datgene wat nog niet verteld is geweest en het lijden in een ander daglicht kan plaatsen.

De volgende twee hoofdstukken zijn opnieuw van de hand van Lenaerts. In hoofdstuk vier maakt hij een uitstapje naar het maniërisme in de architectuur, de beeldhouwkunst en de muziek. Daarin zoekt hij houvast en kader voor een aantal reflecties over de psychiatrie. Die heeft naar zijn gevoel zich het maniërisme ten onrechte ‘toegeëigend’ en het lijden als afwijking bestempeld. Daarmee wordt het een symptoom, iets negatiefs dat moet behandeld worden, en verdwijnt elk ander perspectief op het verhaal van de cliënt. Hoe we anders kunnen luisteren naar dat verhaal van de cliënt werkt hij verder uit in hoofdstuk vijf, waarin hij verkent hoe het maniërisme zich in de literatuur heeft gemanifesteerd.

De therapeut hoort hele dagen complexe verhalen en ik denk dat therapie precies hierover gaat: lezen wat er staat, horen wat de cliënt zegt en voelt en dat samen een meerwaarde geven door het te manieren. [...] We drijven het verhaal van de cliënt naar andere oorden, vervormen het, vergroten dingen uit, versmallen dingen enzovoorts, zoals de manieren. (p. 99)

In de laatste vier hoofdstukken duikt Lenaerts in zijn praktijkervaring en wordt hij daarin vergezeld door Langenberg. Hij beschrijft er onder meer de weg die hij als systeempsychotherapeut heeft afgelegd en de uitdagingen die hij op z'n pad is tegengekomen om zijn creativiteit en ambitie telkens weer anders vorm te geven binnen de diverse contexten waarin hij heeft gewerkt. Hij brengt ook een aantal casussen waarin hij toont wat het kan betekenen om ‘af te wijken’. Hij sluit zijn boek af met een laatste pleidooi:

Een gedeeltelijk losmaken van het therapeutische werk van de voorgeschreven context, de autonomie van de psychotherapeut vergroten en een halt te roepen aan de wet- en regelgevende, administratieve kolonisering van de therapeutische ruimte waarvan al ruimschoots is bewezen dat we daar ongrijpbaar goed in zijn. Dit is creativiteit, onvoorspelbaarheid en vindingrijkheid. (p. 135)

Maniërisme in de systeempsychotherapie is een bijzonder mooi boek voor wie houdt van verdieping. Het biedt een grote verscheidenheid aan stemmen en stijlen. Filosofische reflecties worden afgewisseld met interludia, gedichten, verhalen en casuïstiek. Sommige zinnestukjes waren om van te smullen. En meer dan eens heb ik een gedicht of een stukje tekst gedeeld met een collega.

De auteurs geven taal aan wat het betekent om systeempsycholoog te zijn, zonder het helemaal vast te leggen. Ze cirkelen bij wijze van spreken rond de identiteit van de systeempsycholoog door er telkens weer een ander aspect van te belichten. In dat opzicht kan het ook een steun zijn voor wie een eigenzinnig pad wil bewandelen in het hulpverlenerslandschap, maar gebukt gaat onder de druk van de regelgeving.

Toch zijn ook een tweetal kleine waarschuwingen op z'n plaats voor wie nieuwsgierig is geworden naar het boek. In sommige (weliswaar beperkte) passages wordt de metafoor van het maniërisme naar mijn gevoel iets te veel uitgemolken. Vooral hoofdstuk vier, waarin uitstapjes gemaakt worden naar hoe het maniërisme zich manifesteert in de architectuur, de beeldhouwkunst en de muziek voelde aan als een calvarietocht om te lezen. De tekst wordt naar mijn gevoel te complex, de vergelijkingen vergezocht. Misschien zijn die passages nog wel de belangrijkste reden waarom het boekje wat 'verteerd' moest worden en ik er ook even genoeg van had.

Verder merk ik op dat de auteurs zich in sommige passages verliezen in hun gedrevenheid en daardoor uitspraken doen die naar mijn mening nogal kort door de bocht zijn. In een passage over zijn ervaringen als eerstelijnspsycholoog beschrijft Lenaerts bijvoorbeeld hoe onder medewerkers oplossingsgerichte opleidingen lijken te floreren en al te snel gegrepen wordt naar protocollaire behandelingen, kortdurend en efficiënt (p. 26). Deze tendens werkt volgens hem niet en is ook schadelijk voor zowel de (jonge) therapeut, die liefde voor het vak zou moeten kunnen ervaren, als de cliënt, die zich niet gezien noch gehoord voelt in de complexiteit van diens verhaal.

Ik volg de auteurs van het boek in hun stelling dat psychotherapie vraagt dat er een ruimte gecreëerd kan worden waarin 'afgeweken' mag worden, een ruimte waarin nieuwsgierigheid en creativiteit niet de kop in worden gedrukt door een weten van buitenaf onder de vorm van diagnoses of protocollen. Ik volg de auteurs ook in een aantal verzuchtingen die ze uiten over hoe de hulpverlening bij momenten georganiseerd is. Tegelijkertijd denk ik dat het belangrijk is om die veelheid aan insteken op hulpverlening te kunnen blijven bewaren. We hoeven niet met z'n allen psychotherapeut te worden. Kortdurend werken kan waardevol zijn, het aantal sessies beperken kan soms goed zijn en niet iedereen heeft nood aan een diepgaande verkenning van hoe hun klachten ingebed zitten in complexe, historisch gegroeide contexten.

Toch kan ik het boekje aanraden voor wie houdt van filosofie en vanuit die insteek zich wil verdiepen in het beroep van de systeempsychotherapeut. Het voelt aan als een ruggensteun en het zet aan tot reflectie. En mocht je er even genoeg van hebben ... het boek kan ook verspreid over de tijd geconsumeerd worden in kleinere porties. Op die manier kun je er ook langer van genieten.