

Sabine Vermeire

**TRAUMA ONTRAFELLEN
EN VEERKRACHT WEVEN
MET NARRATIEVE
EN SYSTEEM-
THERAPIE**

Inhoud

Unravelling trauma and weaving resilience with systemic and narrative therapy	9
Recensie door Albert Neeleman	
Een amuse	13
Voorwoord door Glenda Fredman	
Inleiding	19
Drie verhalen als introductie	19
<i>Meer dan 25 jaar geleden</i>	19
<i>Tien jaar geleden</i>	21
<i>Een paar weken geleden</i>	25
<i>Drie van mijn vele leraren</i>	28
1 Een web vol complexiteiten	35
Inleiding	35
Drang tot handelen	36
Emoties en lichamelijke (re)acties in de kamer	37
De valkuil van niet-helpende interacties	38
Complexiteit omarmen	39
<i>Wetenschappelijke theorieën</i>	39
<i>Expertkennis en probleemdefinities</i>	43
Een multiversum van werelden	45
Bredere sociale en politieke contexten	47
Conclusies	50

2 Een gezamenlijke therapeutische reis	53
Het perspectief van binnenuit	53
Een systemische en narratieve benadering	56
<i>Wat bevordert welbevinden en welzijn?</i>	59
<i>Veerkracht en veerkrachtprocessen</i>	60
Een uitnodiging tot samenwerking	63
<i>Veilige grond</i>	64
<i>(Her)ontdekking van een gevoel van persoonlijke agency</i>	65
<i>Samen delen van ervaringen, emoties en verhalen</i>	66
<i>Nieuwe relationele dansen</i>	67
<i>Een gevoel van relationele agency (her)ontdekken</i>	68
<i>(Her)ontdekken van een gevoel van coherentie</i>	69
<i>(Her)ontdekken van een gevoel van belonging</i>	70
<i>Hoop als opening naar een mogelijke toekomst</i>	71
Ernstige speelsheid en speelse ernst	72
<i>Speelsheid als attitude</i>	73
<i>Toegangspoorten naar verbeelding</i>	78
<i>Speelsheid onderhandelen</i>	79
Creëren van netwerken van veerkracht	80
 3 Eerste ontmoetingen	 85
Intake als her-verbinding	85
<i>Samen 'veiligheid doen'</i>	89
<i>Het vizier openhouden</i>	91
<i>Een supportteam</i>	94
Praten over ons samen praten	95
<i>Mogelijkheden en lastigheden van zwijgen en spreken</i>	98
<i>Uitingen van relationele betrokkenheid</i>	99
<i>Waarover moeten we praten?</i>	101
Radicaal herpositioneren en luisteren: kinderen interviewen in aanwezigheid van getuigen	105
<i>Onontgonnen gebieden en vergeten verhalen</i>	107
<i>Een behapbare manier van spreken</i>	108
<i>Betekenisvol antwoorden op verhalen</i>	111
Plannen en documenteren van onze gezamenlijke reis	114
<i>De 'oogst' van onze eerste ontmoetingen</i>	114
<i>Gesprekssetting en wisselen van setting</i>	116

4 De tentakels van trauma en tegenspoed	121
Een context creëren voor het delen van pijnlijke verhalen	122
<i>De poppenkastvoorstelling: een gevoel van agency (her)ontdekken</i>	125
<i>Antwoorden op de voorstelling</i>	131
<i>Een quiz als context van erkenning</i>	132
De 'rotzooi' ordenen in een verhaal	134
<i>Doen paarden zichzelf pijn?</i>	141
<i>Verhalen brouwen: het ondenkbare denkbaar maken</i>	145
Gevangen in schuldgevoelens	152
Kijken naar 'toen en daar' vanuit alternatieve perspectieven	157
Een standpunt innemen: deuren openen naar nieuwe acties	158
Documenten als houvast	159
 5 Nieuwe relationele verhalen	 163
Verstrengelde relaties	163
Op zoek naar raakvlakken en gemeenschappelijke grond	165
Collectief onderzoek naar knellende relaties en sociale werelden	167
Van verlammeende werkwoorden naar nieuwe acties	171
Vraagtekens komen niet uit de lucht vallen	173
Verbinden met het lichaam	175
Ik ben de enige op deze planeet ...	177
Steeds wijdere kringen	179
Terug naar het begin?	180
Russische poppen die onvermoede bedoelingen onthullen	183
 6 Gekwetste relaties en 'gebroken gezinnen'	 187
Ambivalentie en complexiteit	187
Enkele inleidende gedachten over geweld	190
Gesprekken openen over problematische relaties	191
Een familieopstelling op tafel	192
Het onuitgesprokene uitspreken	197
Op zoek naar lichtpuntjes	199
Relaties buiten beeld	200
Gehechtheid zonder grenzen	203
Over schaamte en wraak	206
<i>Tijdlijn van schaamte</i>	207
<i>Gevoel van belonging als tegengif</i>	210
<i>Tegen de wereld aan schoppen</i>	210
<i>De pijn en het verdriet toen en daar</i>	212
<i>Wraak</i>	213

<i>Tekenen van betrokkenheid</i>	215
<i>Getuigen als kleine handreikingen naar her-verbinding</i>	215
7 Ouders, zorgfiguren en professionals als volwaardige samenwerkingspartners	217
Een speciale band en positie	217
Ouders of zorgfiguren in nood	220
<i>Opmerken van ouderlijke pijn en waarden</i>	221
<i>Opmerken van momenten van invloed</i>	223
<i>De schijnwerper op het kind</i>	224
<i>Openen van mogelijkheden</i>	225
<i>Gemeenschap van ouders en zorgfiguren</i>	226
Ouders (of familieleden) die tekortschieten	231
<i>Schuld en verzoening</i>	235
Ouders vanaf het begin betrekken	238
8 Al wandelend een pad aanleggen	241
Gevoel van coherentie en continuïteit	241
Tijdlijnen van het verleden	244
Tijdlijnen van de toekomst	248
Kralen om vast te houden	251
Het publiek betrekken bij een biografisch interview	253
Netwerken van erkenning en zorg	257
Een theaterstuk als getuige	259
Levens met elkaar verbinden als sociale actie	263
Doorlopende gesprekken van documenten en getuigenissen	264
Loslaten	267
Literatuur	271

Unravelling trauma and weaving resilience with systemic and narrative therapy

Recensie door Albert Neeleman

Het moet een jaar of tien geleden geweest zijn: mijn eerste kennismaking met Sabine Vermeire. Ik kwam opgetogen uit haar workshop. Geïnspireerd. Verwonderd. Begeesterd. Om niet te zeggen betoverd! 'Wauw, meesterlijk. Wat een aansprekende manier van werken! Kinderen wordt echt recht gedaan en de mensen om hen heen ook!' dacht ik. Intuïtief vond ik het op allerlei manieren kloppen. Consequent ethisch, de menselijke waardigheid recht doend. Creatief en speels. Goed oog voor context en relaties. Therapie met het hart. Maar snel daarna rezen ook vragen: 'Maar hoe dan? Hoe doet ze dat?' Ik heb haar nog vaak gezien en gesproken, maar dat 'Hoe doet ze dat?' werd nooit helemaal bevredigend beantwoord. Tot nu toe dan.

Sabine Vermeire is een vermaard systemisch en narratief therapeut, als trainer en supervisor primair werkzaam bij de Interactie-Academie in Antwerpen. Ze is niet alleen bekend in het Nederlands taalgebied, maar heeft ook een uitgebreid internationaal netwerk, onder andere in Groot-Brittannië (zie Neeleman & Peeters, 2022). Zo is ze gevraagd een boek over haar bijzondere manier van werken te schrijven in de illustere *Routledge Systemic Thinking and Practice Series*, die onder redactie staat van Charlotte Burck en Gwyn Daniel.

Dat boek is er nu met de titel *Unraveling trauma and weaving resilience with systemic and narrative therapy – Playful collaborations with children, families and their networks*. Wat fijn dat dit boek er gekomen is.

Want nu is er een wat uitvoeriger beschrijving van haar werkwijzen, uitgangspunten en uitwerkingen aan de hand van casuïstiek. Het is geen protocollenboek, gids of receptenboek geworden. Wie de auteur kent had dat ook niet verwacht.

Na een mooi voorwoord van Glenda Fredman volgt de inleiding van de auteur. Het is een soort plaatsbepaling, een eerste afbakening van het landschap. We ontmoeten de eerste drie van de 'vele leraren' van Vermeire. De verhalen van David,

Yana en Esma worden tot leven gebracht in vignettes met transcripties, die onmiddellijk de toewijding aantonen om de stemmen van kinderen, hun ervaringen en verhalen, op de voorgrond te stellen. De wens is dat we als lezers onze rugzakken kunnen vullen en inspiratie kunnen vinden in een veelkleurig mozaiek van reisroutes die 'meanderend, zigzaggend en heen en weer' kunnen zijn. Het is geen rechte lijn. Een transformatie neemt tijd en is, zeker bij de populaties waarmee Vermeire werkt, zelden in een klap klaar. Hier wordt geschreven en gewerkt vanuit rijke systemische, narratieve en postmoderne tradities. Als een gids wil Vermeire ons helpen onze eigen moed te vinden om ter plekke en in het moment keuzes te maken, terwijl wij 'ondergedompeld zijn in het hier-en-nu van de belichaamde dialogen.' Na de basis die gelegd is in de inleiding, volgen acht hoofdstukken die verschillende aspecten uitwerken.

Hoofdstuk 1 verkent het web van complexiteiten dat speelt bij ongunstige levenservaringen. Belangrijk zijn de stemmen in de familie en het netwerk van het kind. Voor therapeuten dient het gevaar zich aan om toe te geven aan de drang om te handelen, en verleid te worden te vervallen in blikvernauwingen en onbehulpzame dansen, die goedbeschouwd onderdrukking reproduceren. De waarschuwing geldt voor diverse, vaak onopgemerkte, discoursen over kinderontwikkeling, hechting, socialisatie en traumatheorieën die we tegenkomen in medische, psychiatrische, juridische of educatieve contexten. Vermeire maant ons om deze stemmen te herkennen wanneer ze opduiken en ons afhouden van een meer gewenste therapeutische opstelling.

Hoofdstuk 2 omschrijft de collaboratieve therapeutische praktijk aan de hand van een aantal concepten die Vermeire als vertrekpunt neemt. 'Hoe kan een leven dat getekend is door trauma en tegenspoed toch de moeite waard zijn om geleefd te worden?' is daarbij een leidende vraag. Als de jongere zich gewaar kan worden van gevoelens van zeggenschap, verbondenheid en coherentie is dat misschien het begin van een antwoord. Dan hebben we ons als therapeuten af te vragen wat we kunnen doen om de kans op die ervaringen in de therapeutische samenwerking op te roepen.

Dat wordt verder uitgewerkt in het derde hoofdstuk, dat inzoomt op ideeën voor eerste ontmoetingen. De intake is te zien als een mogelijkheid tot (her)verbinding en (her)ontdekking. De voorbeelden van de auteur tonen hoe nauwgezet Vermeire aandacht besteedt aan het creëren van veilige plekken voor de jongeren en om niet te herhalen wat al is gedaan. Speelsheid maakt de weg vrij om samen met kinderen activiteiten te ondernemen en hun creativiteit en verbeeldingskracht te benutten bij het aanpakken van problemen in en buiten de therapieruimte. Moeilijke ervaringen worden voorzichtig verkend, erkend en recht gedaan door te onderhandelen over welk woord of welke naam ervoor zou passen en ze te veruitwendingen via tekeningen, sculpturen, objecten en kleimodellen. Gespreksveiligheid wordt

verder vergroot door de introductie van vetorecht, in de vorm van een rode kaart, en door problemen zo nodig metaforisch in een doos, kast of hoek op te bergen.

Hoofdstuk 4 onderzoekt hoe trauma, geweld en pijnlijke levensgebeurtenissen met tentakels problemen vastzetten. Individualiseren en decontextualiseren door de omgeving vormen zo'n tentakel, wanneer jongeren overweldigd worden door pijnlijke emoties of lichamelijke reacties, zichzelf verwonden, verstrikt raken in vastgeroeste betekenissen van waardeloosheid of gegrepen worden door schaamte en schuldgevoelens. Hopeloosheid, stilte en verleiding om het gedrag van kinderen te corrigeren zijn krachten die dan op werkers of verzorgers kunnen inwerken. Vermeire toont hoe middels 'dubbel luisteren' naar keuzemogelijkheden en de vaardigheden van elk kind er veel creatieve, kindvriendelijke ideeën ontstaan die kunnen helpen wat los te komen van de tentakels. De casuïstiek is zeer ontroerend als de elfjarige Iris haar eigen krachtige en kwetsbare poppenshow van trauma en weerstand regisseert, en vervolgens als quizmaster van het zorgvuldig georkestreerde publiek een hervertelling hoort van haar vaardigheden in een context van erkenning.

Hoofdstuk 5 behandelt de relationele complexiteit en kwetsuren die worden opgeroepen in contexten van geweld, verwaarlozing en trauma. Vermeire helpt ons zoeken naar manieren om problemen op een verbindende, relationele, in plaats van individualiserende, manier aan te pakken. Dit hoofdstuk, waarin haar benadering wordt geïllustreerd aan de hand van de therapeutische reis van Mauro, is vorig jaar in het Nederlands verschenen in ons tijdschrift (Vermeire, 2022).

De complexiteit die ontstaat wanneer kinderen schade hebben ervaren binnen hun families, staat centraal in het hoofdstuk 6. Een zorgvuldige evenwichtsoefening van de therapeut is nodig tussen het waarborgen van verantwoordelijkheid voor schade en het contextualiseren van vaak verborgen sociale kwesties die daaraan hebben bijgedragen. Praktische en visuele manieren om deze situaties uit te drukken worden toegelicht, zoals het beeldhouwen van figuren of objecten om familieopstellingen op tafel te zetten en het gebruik van matroesjkapoppen om tegenstrijdige en gemengde gevoelens te onderzoeken.

Hoofdstuk 7 zoomt in op de betrokkenheid van ouders en verzorgers. Enkele veelvoorkomende sociale instructies, die zwaar op de schouders van ouders en verzorgers kunnen drukken, worden met compassie en nauwkeurigheid geschetst. Het therapeutische standpunt is duidelijk:

'Het probleem is het probleem, niet de ouder of de verzorger.' De therapeut gaat hen niet op de onderzoekstafel leggen of advies geven, maar onderneemt een niet aflatende zoektocht naar manieren waarop ouders of verzorgers ertoe doen. Dat begint bij de verkenning van de gekoesterde waarden en overtuigingen van ouders en verzorgers en erkenning van contexten van achterstand. Steeds blijft het vizier op momenten waarop wat ze doen ertoe doet. Een benadering als deze eert

het vermogen van kinderen om de liefde voor ouders vast te houden in de meest uitdagende situaties.

Het achtste en laatste hoofdstuk heet 'Al wandelend een pad aanleggen.' Hierin exploreert de auteur praktische technieken voor het construeren van meer coherente verhalen over de geschiedenis, levens, families, relaties en waarden van de jongeren. Wezenlijk is meer leefbare paden te ontwikkelen waarover deze jonge mensen verder kunnen reizen dan de therapie. Leven wordt opgevat als een 'nooit eindigend proces van worden' in voortdurende dialogen met netwerken en de samenleving, en daarin heeft de therapeut een poosje (of meerdere periodes) meegelopen. Levenslijnen worden getekend en objecten worden als kralen geregen, om dierbare momenten en vaardigheden weer te geven die in het werk aan het licht komen. Levensloopinterviews en optredens worden zorgvuldig gecreëerd binnen het netwerk en genereren erkenning. Het openbaar maken van verhalen, bijvoorbeeld via theaterstuk, documentaire of rap, creëert mogelijkheden voor het steeds weer ervaren van keuzevrijheid, verbondenheid en samenhang. De wens is dat deze sociale actie ook beweging vermag te creëren in de hardnekkige overtuigingen in onze samenleving over jonge mensen en gezinnen die in tegenspoed verkeren.

Ik ben blij dat Vermeire de uitnodiging heeft opgepakt om haar benadering en haar uitgangspunten op papier te zetten. Het geeft veel meer zicht op het 'hoe dan' van haar werk. De benadering is waardegedreven. De stemmen van jonge mensen krijgen voortdurend voorrang boven institutionele normen. Tegenover zoveel pijn en ellende een zo consequente speelse, hoopvolle, respect tonende opstelling weten te vinden, blijft het werk van een meester.

Als opleider kan ik enkel maar hopen dat een uitgeverij ook een Nederlandstalige uitgave wil verzorgen.

Albert Neeleman, Klinisch psycholoog en psychotherapeut, is werkzaam als systeemtherapeut, opleider en (leer)supervisor bij het Amsterdams Instituut voor Gezins- en Relatietherapie.

Literatuur

Neeleman, A., & Peeters, J. (2022). De vele lagen van verbondenheid – Interview met Sabine Vermeire. *Systeemtherapie*, 34(2), 109-115.

Vermeire, S. (2022). 'On the road again' – Nieuwe relationele dansen met kinderen en hun netwerk na ingrijpende levensgebeurtenissen. *Systeemtherapie*, 34(3), 156-173.

Uit *Systeemtherapie* Jaargang 35 Nummer 4 December 2023

Overgenomen met toestemming van de uitgever