

SAMEN IN THERAPIE  
GEZINSTHERAPIE ALS DIALOG

Dit boek is opgedragen aan mijn vrouw  
Greta en aan mijn zoon Nemo.  
Ze helpen me dagelijks begrijpen wat een  
gezin eigenlijk is.

Dit boek is ook opgedragen aan mijn  
ouders, Arthur en Hilda Rober, van wie  
ik zoveel heb gekregen.

Ten slotte is dit boek opgedragen aan  
mijn collega en vriend Lieven Migerode,  
die jarenlang mijn spitsbroeder was in  
mijn exploraties van de wereld van de  
gezinsterapie.

Peter Rober

# Samen in therapie

Gezinstherapie als dialoog

Acco Leuven / Den Haag

*Eerste druk*: 2002  
*Zevende druk*: 2013

*Gepubliceerd door*  
Uitgeverij Acco, Blijde Inkomststraat 22, 3000 Leuven, België  
E-mail: [uitgeverij@acco.be](mailto:uitgeverij@acco.be) – Website: [www.uitgeverijacco.be](http://www.uitgeverijacco.be)

*Voor Nederland*:  
Acco Nederland, Westvlietweg 67 F, 2495 AA Den Haag, Nederland  
E-mail: [info@uitgeverijacco.nl](mailto:info@uitgeverijacco.nl) – Website: [www.uitgeverijacco.nl](http://www.uitgeverijacco.nl)

*Omslagontwerp*: Danny Juchtmans

© 2009 by Acco (Academische Coöperatieve Vennootschap cvba), Leuven (België)  
Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

No part of this book may be reproduced in any form, by mimeograph, film or any other means without permission in writing from the publisher.

D/2002/0543/76

NUR 777

ISBN 978-90-334-5103-4

# Inhoud

<b>Inleiding</b>	9
<b>Deel 1. Enkele theoretische beschouwingen</b>	15
<b>1. Samen in therapie</b>	17
Gezinstherapie: de gezinsleden samen	17
Samenwerking: de therapeut en het gezin samen	23
<b>2. Gezinstherapie als dialoog</b>	29
Is dialoog hetzelfde als communicatie?	29
Woorden als afbeelding van de werkelijkheid	31
Woorden als instrumenten	31
De betekeniscontext van een dialoog	33
Onderhandelingen over de context	34
Woorden in de dagelijkse praktijk	35
Weten hoe men verder gaat	36
Dialogisch begrijpen	38
Wat betekent dit alles voor de gezinstherapie?	39
<b>Deel 2. Ruimte maken voor verhalen die nog niet verteld zijn</b>	41
<b>3. Het belang van de gesprekscontext</b>	43
Een mens spreekt in verhalen	43
Het verhaal is een selectie	44
De context van het verhaal	45
De betekeniscontext van het gesprek	48
Het sociaal constructionisme	49

Het postmodernisme	50
De relativiteit van onze kennis	52
Ethiek	53
Mild luisteren en de receptieve opstelling	54
Luisteren met alle zintuigen	54
<b>4. Over een context waarin kinderen hun verhaal kunnen doen</b>	<b>57</b>
Is er plaats voor kinderen in de gezinstherapie?	57
Kinderen: een last?	58
De betekeniscontext van therapie	59
Ruimte voor wat nog niet gezegd is	60
Een veilige betekeniscontext voor kinderen	61
Onderhandeling over betekenis	62
Enkele algemene aanbevelingen	64
<b>5. Aarzelingen en hun non-verbale uiting</b>	<b>75</b>
Hypothesen over aarzelingen	76
Verhalen en gesprekken	77
Zonder woorden is niet zonder waarde	79
Aarzelingen in het gezinstherapeutische gesprek	80
Goede redenen om niet te spreken	83
Aarzelingen bij het begin van een therapie	86
Tot besluit	91
<b>Deel 3. Het innerlijke gesprek van de therapeut</b>	<b>93</b>
<b>6. Elly's injectie: praten over wat niet gezegd wordt</b>	<b>95</b>
Weten-in-actie en reflectie-in-actie	95
Het innerlijke gesprek van de therapeut	96
Digitale en analoge communicatie	97
Cybernetica	98
Narratieve of collaboratieve therapieën	100
Het non-verbale blijft in het duister	101
Wat metaforen belichten (en wat ze in het duister laten)	101
Structuralisme-poststructuralisme	103
Enkele bouwstenen	104
Reflecties over potentiële betekenissen	107
Going public	114
Het belang van intuïtie	115
6   Luisteren naar wat niet gezegd wordt	116

<b>7. Constructieve hypothesevorming en het innerlijke gesprek van de therapeut</b>	119
Het narratieve paradigma	119
Dialogoog	120
Niet weten (not knowing)	121
Dialogisch begrijpen	122
Hypothesevorming als proces	125
Constructieve hypothesevorming	132
Tot besluit	136
<b>8. Het innerlijke gesprek van de therapeut als een dialoog tussen het zelf en de rol van de therapeut</b>	139
De cirkel van betekenissen	139
Niet weten	141
Het innerlijke gesprek van de therapeut	141
Het zelf van de therapeut	142
Het onderhandelingsproces	144
De therapeutische impasse	152
Tot besluit	159
<b>Deel 4. Samen in therapie</b>	161
<b>9. Enkele verhalen uit de praktijk</b>	163
Verhaal 1: de jongen die onrustig was op school	163
Verhaal 2: de dochter van een alcoholiste	166
Verhaal 3: “Gaat mijn zoon zelfmoord plegen?”	175
Verhaal 4: een gezin in rouw	178
<b>Nawoord</b>	185
<b>Literatuur</b>	189
<b>Een woord van dank</b>	197

Papa?  
Ja, jongen.  
Wat ben je aan het doen, Papa?  
Ik ben aan het schrijven.  
Ben je een brief aan het schrijven, Papa?  
Neen, jongen, ik ben een boek aan het schrijven.  
Oh.

Papa?  
Ja, jongen.  
Papa, ben je een boek over ridders en prinsen aan het schrijven?  
Neen, jongen.  
Waarover ben je dan een boek aan het schrijven, Papa?  
Over mijn werk.  
Oh.

Papa?  
Ja, jongen.  
Papa, als je een boek schrijft over je werk, ben je dan aan het werken?  
Ik weet het niet, jongen. Soms voelt het als werk, en soms niet.  
Oh.

Papa?  
Ja, jongen.  
Waar is Mama?  
Ik weet het niet, jongen. Misschien is ze in de tuin.  
Denk je niet aan Mama als je schrijft?  
Neen, jongen. Als ik schrijf, denk ik enkel aan mijn boek.  
Denk je dan ook niet aan mij?  
Neen, jongen.  
Oh.

Papa?  
Ja, jongen.  
Waarom schrijf je eigenlijk een boek?  
Ik wil aan de mensen iets vertellen.  
Wil je een verhaal vertellen?  
Ja, jongen, een verhaal over mijn werk.  
Oh.



# *Deel 1*

## **Enkele theoretische beschouwingen**



# 1.

## Samen in therapie

Zoals uit de titel van dit boek blijkt, heeft het woord ‘samen’ een prominente plaats in dit boek, en wel om twee redenen. Ten eerste verwijst het naar de gezinstherapie, waarin de gezinsleden *samen in therapie* komen. Ten tweede verwijst het ook naar de therapeutische relatie die essentieel een *samenwerkingsrelatie* is tussen de gezinsleden en de therapeut.

### Gezinstherapie: de gezinsleden samen

Toen Freud op het einde van de 19de eeuw als eerste de psychotherapie ontwikkelde, was psychotherapie een individuele behandeling. Het was een *talking cure* waarbij één therapeut sprak met één cliënt. Pas later, in de jaren vijftig van de 20ste eeuw, ontstond geleidelijk de gezinstherapie: één therapeut praatte met meerdere gezinsleden die samen in therapie kwamen. Nu, jaren later, is de gezinstherapie uitgegroeid tot een erkende waarde in de geestelijke gezondheidszorg. Recent wetenschappelijk onderzoek toont aan dat gezinstherapie een effectieve behandelingsvorm is (Pinsof & Wynne, 1995, 2000; Carr, 2000a, 2000b). Gezinstherapie blijkt zelfs de voorkeur te verdienen boven een individuele behandeling in gevallen van huwelijksproblemen, depressie, autisme bij kinderen, gedragsproblemen van kinderen enzovoort (Pinsof & Wynne, 1995, 2000). Toch is het niet zo dat gezinstherapie alleen zaligmakend is. In heel wat gevallen volstaat een gezinstherapie niet, en is het best een gezinsaanpak te combineren met een individuele behandeling, bijvoorbeeld bij ernstige psychiatrische problematiek zoals

schizofrenie en manisch-depressieve stoornissen (Pinsof & Wynne, 1995, 2000).

Dé gezinstherapie bestaat niet. Er bestaan tientallen gezinstherapeutische richtingen en scholen: de contextuele school, de structurele school, de strategische school, de Milanese school, de narratieve therapie, enzovoort. Deze scholen leggen in hun therapeutische benadering soms verschillende accenten. De contextuele school bijvoorbeeld heeft veel aandacht voor de balans tussen geven en nemen tussen de verschillende generaties. De structurele gezinstherapie heeft meer aandacht voor het functioneren van het kerngezin en voor de wijze waarop het gezin gestructureerd is. De narratieve therapeuten hechten dan weer vooral belang aan de verhalen die gezinsleden vertellen en de wijze waarop die verhalen door de dominante cultuur beïnvloed worden. Zo zijn er heel wat verschillen tussen de diverse gezinstherapiescholen. Het gevolg daarvan is dat het vaak niet zo eenvoudig is een weg te vinden door het bos van verschillende perspectieven, ideeën en theorieën die de gezinstherapie rijk is. Toch moeten we het belang van die verschillen ook relativeren. Onderzoek wijst immers uit dat er qua resultaat niet één school is die beter is dan een andere (Pinsof & Wynne, 1995, 2000; Duncan & Miller, 2000). Voorzover het af te leiden is uit onderzoek, blijken alle scholen effectief en is er geen school die met kop en schouders boven de andere scholen uitsteekt.

De vraag stelt zich wat de verschillende gezinstherapeutische scholen dan wel gemeen kunnen hebben. Die vraag is moeilijk te beantwoorden. Het lijkt er echter sterk op dat alle gezinstherapiescholen menselijke problemen en klachten van cliënten niet enkel vanuit het perspectief van de aangemelde cliënt bekijken, maar bijzondere aandacht hebben voor het gezin en de bredere familie in hun sociale leefcontext (Tilmans-Ostyn & Mertens, 1992). Om deze algemene stelling te verduidelijken, is het goed met een voorbeeld te beginnen. In dat voorbeeld wordt geïllustreerd hoe een gezinstherapeut, in zijn poging problemen bij een kind te begrijpen, het bredere gezinsfunctioneren in zijn reflecties betreft.

#### **Casus: de jongen die met zijn fiets wegreed**

Moeder telefoneerde en vroeg een afspraak. Haar negenjarige zoon Michiel liep altijd weg van huis. Hij nam dan zijn fietsje en verdween. Na een uurtje kwam hij terug en hij wilde niet vertellen waar hij geweest was. Moeder maakte zich veel zorgen over hem: "Misschien heeft hij ADHD?" zei moeder bezorgd. Ze had een artikel over ADHD gelezen in een populair tijdschrift.

Moeder vertelde ook dat ze een alleenstaande moeder is: "Mijn man stierf zes jaar geleden."

Ik stelde voor dat ze de eerste keer samen met haar zoon zou komen.

Op die manier konden we kennismaken en samen bekijken hoe we verder met haar zorgen zouden omgaan.

In het eerste gesprek vertelde moeder hoe moeilijk het is als alleenstaande moeder een kind op te voeden.

“De dood van mijn echtgenoot is verwerkt, zowel bij mij als bij Michiel,” verzekerde ze me, “maar ik voel me als moeder vaak erg alleen.”

Ik vroeg haar of er de voorbije jaren, naast de dood van zijn vader, nog andere belangrijke veranderingen waren geweest in het leven van Michiel.

“Neen”, zei ze. “Of ja, toch. Zijn grootvader is vorige lente gestorven, maar Michiel heeft nooit veel contact met hem gehad. Voor hem was het niet zo zwaar.”

“Maar het was wel zwaar voor u?” vroeg ik.

“Ach nee,” zei moeder, “dat is al verwerkt. Ik heb in mijn leven geleerd met verdriet om te gaan.”

“Heb je je verdriet met Michiel gedeeld?” vroeg ik.

“Neen,” zei moeder, “voor hem betekende zijn grootvader niet zoveel. Als hij vragen heeft over zijn grootvader of over zijn vader, mag hij altijd bij me komen. Maar ik begin er niet over.”

Michiel was ondertussen aan het tekenen. Hij tekende een auto.

Ik vroeg meer uitleg en hij vertelde dat hij later een mooie auto wilde.

Ik vroeg wat hij zou doen met een grote auto.

“Ik zou met de auto gaan rijden. Soms alleen en soms zou ik mijn moeder meenemen.”

“Waar zou je naartoe rijden?” vroeg ik.

“Naar Amerika”, antwoordde Michiel.

“En wanneer je nu met je fiets wegrijdt, waar rijd je dan naartoe?” vroeg ik.

“Naar het dorp.”

Hij keek me niet aan maar bleef verder tekenen aan zijn auto.

“En wat doe je daar dan?” vroeg ik.

“Ik ga dan spelen achter de kerk”, antwoordde de jongen voorzichtig.

Hij keek even naar zijn moeder.

“Wat is daar dan?”

“Het kerkhof waar vader begraven is”, zei Michiel aarzelend.

Ik keek moeder aan. Ze schrok van Michiels antwoord.

Ik vroeg Michiel meer uitleg. Hij vertelde dat hij soms met zijn vader ging praten.

“Waarover ga je dan praten?”

“Over vroeger. Over vanalles.”

“Sinds wanneer doe je dat?” vroeg ik nog.

“Sinds de grote vakantie”, antwoordde Michiel. Hij keek op en hij merkte dat zijn moeder huilde. Hij stopte met tekenen en ging naar zijn moeder. Hij legde zijn hoofd op haar schoot. Moeder huilde harder. Zo bleven ze een tijdje zitten. Moeder bleef een hele tijd huilen. Ik zei niets en liet alles gebeuren. Toen stopte moeder met huilen. Ze zei dat ze niet beseft had dat ze nog zoveel verdriet had over vroeger.

Daarna begonnen we te praten over grootvader en over vader. Moeder zei dat ze in haar leven al veel verdriet heeft gehad, maar dat ze het altijd wegduwde. Ze wilde niet huilen. Michiel vertelde dat hij na de dood van zijn grootvader op een bepaald moment besepte dat zijn moeder nu ook geen vader meer had, zoals hij geen vader had. Hij wilde er toen iets van tegen moeder zeggen, maar hij had de indruk dat moeder er niet over wilde praten. Daarom zweeg hij maar.

Na die sessie hebben we nog één keer afgesproken. Michiel was niet meer alleen weggereden met zijn fiets. Hij had op een bepaald moment wel aan moeder gevraagd of ze niet eens wou meegaan naar het kerkhof. Moeder had ingestemd en ze waren samen naar het graf van vader geweest. Daar had moeder een beetje gehuild.

“Dat was vreemd”, zei ze. “Ik huilde en het kwam van heel diep. Ik wist niet of ik voor mijn vader huilde of voor mijn man.”

“Voor allebei”, zei Michiel droogweg.

### Spanningen in een gezin

Deze casus illustreert hoe moeders verdriet in het gezin niet uitgedrukt kon worden en een weg vond in het gedrag van haar zoon. Moeders verdriet riep blijkbaar iets op van Michiels verdriet of Michiels gemis. Dit alles vond zijn uitdrukking in zijn geheime uitstapjes naar het kerkhof. Gezinstherapeuten zien vaak hoe emotionele spanningen (conflict, woede, verdriet, ...) in een gezin zich uiten in het gedrag van één van de gezinsleden. In het bijzonder kinderen blijken erg gevoelig te zijn voor onuitgesproken spanningen. Het zullen vaak kinderen zijn die als eerste signalen geven aan de buitenwereld dat er spanningen in een gezin zijn die moeilijk te dragen zijn. Dat kan op verschillende manieren gebeuren. Zo sprak gezinstherapiepionier Norman Bell van het zondebokfenomeen (Vogel & Bell, 1960). Hij stelde dat kinderen met emotionele problemen vaak betrokken zijn in emotionele spanningen tussen de ouders. De ouders konden een min of meer harmonieuze relatie hebben doordat hun spanningen op het kind geprojecteerd worden, stelde Bell. Hoffman (1981) geeft aan dat de zondebok zich in een gezin op verschillende manieren kan tonen: als een held, als een heilige, als een idi-

oot, als een clown, als een zieke, enzovoort. Door middel van al deze rollen kunnen kinderen de spanning in een gezin kanaliseren.

Dat kinderen spanningen in een gezin kunnen kanaliseren, wordt mooi geïllustreerd in een onderzoek van Salvador Minuchin bij gezinnen waarin één van de kinderen diabetes heeft (Minuchin, 1974). Minuchin beschreef een gestandaardiseerd gezinsgesprek met een gezin met twee dochters die beiden diabetici waren. Dede was 17 jaar en had een erg labiele vorm van diabetes. Ze moest de voorbije jaren 23 keer opgenomen worden op een spoedafdeling vanwege ketoacidose. Haar zus Violet, 12 jaar, had ook diabetes, maar die was medisch goed onder controle. Gedurende het gezinsgesprek werd aan de ouders gevraagd een conflict te ensceneren. Aanvankelijk keken de twee dochters toe vanachter een doorkijkspiegel. In een tweede fase werd hun gevraagd zich bij hun ouders te voegen. Gedurende heel het gezinsgesprek werd de stress van de gezinsleden gemeten door na te gaan hoeveel vrije vetzuren elk van de gezinsleden in hun bloed hadden. Veel vrije vetzuren betekent veel stress, weinig vrije vetzuren duidt op weinig stress.

Het onderzoek maakte duidelijk dat beide dochters een verschillende plaats kregen in het conflict tussen hun ouders. Dede werd door de ouders in het conflict betrokken. Beide ouders probeerden haar steun te krijgen. Violets steun daarentegen werd door de ouders niet gevraagd. Deze verschillende posities van de kinderen in het gezinsconflict weerspiegelden zich in de stressmetingen. Beide dochters waren gestrest in de eerste fase waarin hun ouders een conflict hadden, ook al keken ze toe vanachter de doorkijkspiegel. Die stress steeg echter sterk wanneer ze zich bij hun ouders in de kamer vervoegden. Zoals verwacht kon worden, steeg de stress bij Dede veel meer dan bij Violet. Verrassend was echter dat de stress bij de ouders daalde vanaf het ogenblik dat beide kinderen binnenkwamen. Het was alsof de stress bij de ouders naar de kinderen (vooral naar Dede) werd afgeleid vanaf het ogenblik dat de kinderen in de kamer aanwezig waren. Men spreekt dan ook wel eens over het kind als een bliksemafleider. Minuchin besluit met te stellen dat de verbondenheid van gezinsleden mooi gedemonstreerd wordt in dit experiment, waarin de conflicten tussen de ouders zelfs meetbaar zijn in de bloedsomloop van de kinderen.

### **Circulariteit, homeostase en feedback**

Wanneer gezinstherapeuten over deze verbondenheid tussen gezinsleden spreken, gebruiken ze vaak woorden die afkomstig zijn uit de cybernetica. Ze gebruiken woorden als circulaire causaliteit, homeostase en feedback. Deze woorden horen thuis binnen een visie op het gezin als een cybernetisch systeem. Het was de Engelse antropoloog Gregory Bateson die de cybernetica in de gezinstherapie introduceerde. Dat gebeurde reeds in 1956

bij de ontwikkeling van de *double bind*-hypothese (Bateson, Jackson, Haley & Weakland, 1956). In die hypothese legden Bateson en zijn medewerkers een verband tussen bepaalde communicatiepatronen in gezinnen en het ontwikkelen van schizofrene symptomen. Bateson e.a. (1956) geven het voorbeeld van een moeder die haar zoon bezocht in het psychiatrisch hospitaal.

De zoon was al vrij goed hersteld na een acute schizofrene periode. Hij was blij zijn moeder te zien en wilde haar omhelzen, maar zijn moeder verstijfde, dus trok hij zich terug. Op dat moment zei zijn moeder: "Hou je niet meer van me?" Daarop begon de jonge man te blozen. Moeder reageerde: "Lieverd, je moet niet zo verlegen zijn, je hoeft toch niet bang te zijn voor je gevoelens." Na het bezoek van zijn moeder was de jongen over zijn toeren en moest hij gekalmeerd worden met zware geneesmiddelen.

Dit is een voorbeeld van een double-bindsituatie. Het gaat met name over communicatiepatronen tussen mensen die een duurzame relatie hebben met elkaar waarin een bevel op één niveau wordt tegengesproken op een ander niveau. Zo kreeg de zoon het non-verbale bevel 'omhels me niet' op het ogenblik dat zijn moeder verstijfde. Haar reactie "Hou je niet meer van mij?" suggereerde dan weer dat hij hartelijker moest zijn. Wat de zoon ook deed, hij kon niet goed doen, want als hij het ene bevel opvolgde, negeerde hij het andere. Deze double-bindhypothese werd ondertussen door de wetenschap verlaten als de verklaring voor het ontstaan van schizofrenie. Ze is echter in de geschiedenis van de gezinstherapie belangrijk omdat in die hypothese voor het eerst de cybernetica gebruikt werd als taal om over persoonlijke en sociale verandering te praten (Keeney, 1983, p. 6).

## Cybernetica

Maar wat is de cybernetica? De cybernetica was lange tijd, naast de General Systems Theory (Von Bertalanffy, 1950), de belangrijkste theoretische fundering van de gezinstherapie. De cybernetica bestudeert circulaire processen van communicatie, informatie en feedback in machines, in levende organismen en in sociale structuren. Men gaat er daarbij van uit dat de terugkoppeling van informatie het systeem helpt bepaalde doelen te bereiken, bepaalde evenwichten te bewaren of bepaalde functies te vervullen. Als voorbeeld kunnen we naar de telegeleide raket verwijzen. Als die raket ondanks allerlei weersomstandigheden (bijvoorbeeld een zijwind) zijn doel wil bereiken, moet er tijdens de vlucht informatie teruggekoppeld worden (feedback) naar een controlecentrum over de exacte positie van de raket. Op grond van die informatie kan er bijgestuurd worden. Zo ontstaat er een keten van circulaire beïnvloeding tussen de raket en het controlecentrum, waardoor de raket op de juiste koers blijft.



Vanuit de cybernetica was men niet enkel geïnteresseerd in telegeleide raketten, maar ook in computers, in het weer, in het verkeer, in ceremonies in primitieve culturen, in de warmteregulatie in levende organismen, enzovoort. Gregory Bateson pastte de cybernetische ideeën toe op sociale systemen door zich te richten op het observeerbare gedrag en op de functie die dat gedrag heeft om bepaalde evenwichten in het systeem te bewaren. In menselijke gezinnen kan de spanning tussen de ouders onder controle gehouden worden door het probleemgedrag van het kind. Wanneer de ruzie tussen de ouders escaleert, kan het kind bijvoorbeeld beginnen te klagen over buikpijn. Dat maakt dat de ouders hun aandacht naar hun kind gaan richten en samen bezorgd zijn (“Wat is er, jongen? Doet het pijn?”) of samen boos zijn (“Ben je nu weer aan het janken?”) of samen een oplossing zoeken (“Zouden we niet beter met hem naar de dokter gaan?”), enzovoort. Onder invloed van de cybernetica werd het gezin zo opgevat als een zelfregulerend systeem dat door middel van feedbackprocessen (bijvoorbeeld een symptoom) een homeostatisch evenwicht instandhoudt. Zo werken de gezinsleden samen om de stabiliteit van het gezin te vrijwaren zodat het gezin ondanks moeilijkheden, obstakels en spanningen kan overleven.

Vanuit deze visie is het vanzelfsprekend voor gezinstherapeuten dat bij problemen met één gezinslid alle gezinsleden *samen* uitgenodigd worden voor een therapie. Vandaar de titel van dit boek: *samen in therapie*.

### Samenwerking: de therapeut en het gezin samen

Het woord ‘samen’ in de titel van dit boek verwijst niet enkel naar de gezinsleden die *samen naar de therapeut* komen. Het verwijst ook naar de *samenwerkingsrelatie* tussen de therapeut en de gezinsleden. Therapie is iets dat therapeut en gezinsleden samen doen. De samenwerkingsrelatie is de basis van het therapeutische proces. Dat zal in de rest van dit boek op verschillende plaatsen geïllustreerd worden. In dit hoofdstuk willen we er echter eerst expliciet bij stilstaan.

### Kritiek op de cybernetische visie

De samenwerking tussen de therapeut en het gezin is de laatste tien jaar in de gezinstherapie heel belangrijk geworden. Dit was een reactie op een grondige kritiek op de cybernetische en systemische metaforen die de gezinstherapie in de jaren zestig en zeventig inspireerden. Heel wat gezinstherapeuten waren ontgoocheld over de cybernetische gezinstherapie, het systeemdenken (onder meer James & MacIntyre, 1983; Dell, 1989), en met

name over de metafoor ‘gezinssysteem’ (Erickson, 1988; Luepnitz, 1988; Paré, 1995, 1996). Zo stelden de feministische gezinstherapeuten dat een circulaire visie verhindert om te spreken over macht, geweld en ongelijkheid. Hoe kun je bijvoorbeeld met slachtoffers van verkrachting werken vanuit een circulaire visie? Betekent circulariteit dat het slachtoffer even schuldig is als de dader? Betekent het dat daders niet verantwoordelijk zijn voor hun gedrag en niet gestraft moeten worden? Voor feministische gezinstherapeuten was de circulaire visie op relaties onaanvaardbaar. Gerald Erickson (1988) ging nog verder met zijn kritiek en stelde dat een theorie die vrouwen tekortdoet, ook niet kan deugen voor mannen en kinderen. Erickson's kritiek op het cybernetisch-systemische paradigma was ronduit vernietigend. Hij stelde dat het systemische denken heel wat grote menselijke problemen (zoals mishandeling, geweld, ongelijkheid) niet aankan, laat staan het kan verhelpen. Hij stelde dat het inherent is aan de cybernetische gezinstherapie dat er noch plaats is voor de bredere sociale context noch voor het individu. Binnen de context van het cybernetisch-systemische paradigma zou dit tekort ook niet te verhelpen zijn. Waar de metafoor ‘gezinssysteem’ therapeuten aanvankelijk hielp te kijken naar aspecten van de werkelijkheid die vroeger verwaarloosd werden (bijvoorbeeld: gehelen, interacties, complexiteit), bleek nu dat diezelfde metafoor ook belangrijke aspecten van de werkelijkheid in het duister liet (bijvoorbeeld: ongelijkheid, persoonlijke verantwoordelijkheid, geweld).

### Nieuwe metaforen voor de gezinstherapie

Zo groeide geleidelijk de nood aan het opnieuw uitdenken van de gezinstherapie, door te zoeken naar nieuwe “metaphors we live by” (Lowe, 1990). Terwijl vroeger over gezinstherapie gedacht werd in termen van cybernetische metaforen zoals gedragspatronen en feedbackmechanismen, werden nu taalmetaforen zoals ‘verhaal’, ‘conversatie’ en ‘dialogoog’ centraal gesteld in het denken en praten over gezinstherapie. Men stelt dat de kennis van de mens opgeslagen wordt in verhaalvorm. In navolging van het postmodernisme wijst men erop dat verhalen in de eerste plaats sociale constructies zijn (Gergen, 1991, 1999): verhalen zijn geen weerspiegeling van de werkelijkheid, maar ontstaan uit de dialoog met de sociale context. Het narratieve paradigma in de gezinstherapie was geboren.<sup>1</sup>

Belangrijke vertegenwoordigers van deze nieuwe benadering zijn Harlene Anderson en Harold Goolishian (1988, 1990a, 1990b). Therapie wordt door Anderson en Goolishian gezien als een taalgebeuren: therapie is een

1. Frans Boeckhorst (2001) wijst er terecht op dat er uiteenlopende opvattingen zijn over narrativiteit in de psychotherapie. Voor een mooi overzicht van deze opvattingen verwijs ik graag naar zijn artikel.

gesprek waarin de therapeut respectvol luistert naar de verhalen van de cliënten, en ruimte maakt voor wat nog niet gezegd is (*the not-yet-said*). De therapeut gaat niet op zoek naar de betekenis achter de verhalen van de cliënten. Hij wil niet die echte werkelijkheid achterhalen. Hij is in de eerste plaats een participant in het gesprek, waarbij hij luistert en samen met de cliënten een ruimte maakt waarin de cliënten kunnen uitdrukken wie ze zijn, hoe hun leven eruitziet, hoe ze hun wereld ervaren.

Ook andere vertegenwoordigers van de narratieve of postmoderne gezinstherapie pleiten voor een samenwerkingsrelatie. Michael White (1991) bijvoorbeeld spreekt over de therapeut en de gezinsleden als *co-authors*. Daarmee bedoelt hij dat de gezinsleden en de therapeut in de therapie samen een nieuw verhaal maken, een verhaal dat een betere toekomst mogelijk maakt. Lynn Hoffman (1991) spreekt van een ethiek van participatie, en stelt voor dat de gezinstherapeut zijn attitude van alwetende objectieve observator zou laten varen en zich zou engageren in een dialoog met het gezin waarin samenwerking centraal staat.

### **Therapeutische relatie en outcome**

Dit alles schetst in enkele grote lijnen de theoretische ontwikkelingen binnen de gezinstherapie die gemaakt hebben dat de samenwerking tussen de therapeut en het gezin centraal in de aandacht kwam te staan. Naast deze theoretische ontwikkelingen zijn er ook enkele wetenschappelijke bevindingen die deze visie ondersteunen. Uit een overzicht van recent wetenschappelijk outcomeonderzoek (Assay & Lambert, 1999) blijkt immers dat de therapeutische samenwerkingsrelatie van enorm belang is voor het resultaat van de therapie. Wanneer een cliënt de therapeutische relatie als goed beoordeelt, is dat de beste voorspeller van therapeutisch succes. De gunstige beoordeling van de therapeutische relatie door de cliënt is zelfs een betere voorspeller dan de diagnose, de therapeutische benadering, de therapeut of welke andere variabele dan ook (Duncan & Miller, 2000, p. 57-58). Uit onderzoek blijkt verder dat de therapie beter werkt als de cliënten zien dat de therapie relevant is voor hun bezorgdheid en als ze als actieve participanten betrokken worden (Duncan & Miller, 2000). Dit laatste is heel belangrijk. Onderzoek toont inderdaad aan dat de participatie van cliënten in het therapeutische proces de meest belangrijke determinant is van de outcome (Orlinsky, Grawe & Park, 1994).

### **Naar de praktijk toe**

Deze wetenschappelijke bevindingen zijn een belangrijke basis waarop onze therapeutische benadering steunt. Deze bevindingen dienen echter vertaald

te worden naar de therapeutische praktijk toe: wat betekent kiezen voor ‘samen werken’ in de dagelijkse hulpverleningsgesprekken? Op die vraag gaan we verder in dit boek dieper in. Als voorlopig antwoord kunnen we nu reeds in een aantal stellingen aangeven wat samen werken in therapie meer concreet inhoudt.

- Samen werken betekent: luisteren naar de bezorgdheid van de cliënten en aansluiten bij hun doelstellingen

Het verhaal van de cliënt staat centraal. Zijn zorgen en zijn lijden zijn het uitgangspunt van de therapie, en geven de grenzen aan van wat er in de therapie besproken kan worden (Anderson & Goolishian, 1988): de therapeut kan uit de doeken doen waarom hij denkt dat een bepaald gesprekstema relevant is, maar als de cliënt de relevantie niet ziet van dat thema, dan hoort het niet thuis in het gezinstherapeutische gesprek. Ook wat de doelstellingen van de therapie betreft, krijgt de cliënt een belangrijke stem. Therapeut en cliënten praten samen over mogelijke doelen van de therapie, maar een therapie wordt uiteindelijk slechts gestart als de therapeut kan aansluiten bij één of meer doelstellingen *van de cliënten*. De therapie begint pas als de therapeut en de gezinsleden een (ongeschreven) contract hebben gemaakt over de therapie, waarin overeenstemming is bereikt over vragen als: waar zullen we in de therapie aan werken? Wat is het doel van de therapie? Wat zijn de mogelijke obstakels die de therapie kunnen bemoeilijken? Wanneer en hoe gaan we de therapie evalueren? Enzovoort.

- Samen werken betekent: aandacht hebben voor de competentie van de cliënt

Het is de eerste taak van de therapeut te luisteren naar de bezorgdheid en het lijden van de cliënten, maar het is ook belangrijk dat hij aandacht heeft voor de competentie van de cliënten (Duncan & Miller, 2000). Dit is een moeilijke evenwichtsoefening. Uitsluitend luisteren naar het probleemverhaal van de cliënt zou de cliënt kunnen vastzetten in zijn identiteit van probleemgeval. Anderzijds, wanneer de therapeut te snel zou zoeken naar de competenties en de dingen die goed lopen, ondanks de problemen, zou het kunnen dat de cliënt zich niet gehoord voelt in zijn lijden. Het is dus de bedoeling dat de therapeut luistert naar het hele verhaal: de pijn én de kracht, het verdriet én het verlangen, de wanhoop én de hoop, het vallen én het opstaan.

- Samen werken betekent: veranderingsgericht kijken

Als therapeuten hebben we geleerd te kijken naar relatiepatronen, naar die relationele dingen die zich keer op keer herhalen. Wanneer we bijvoorbeeld met een gezin de familiegeschiedenis bekijken aan de hand van een geno-

gram, hebben we een aha-erlebnis als we in een genogram zien hoe hetzelfde relatiepatroon zich herhaalt van generatie op generatie. Het vaststellen van dergelijke vaste patronen is lang het belangrijkste onderdeel van ons werk geweest. Hier wil ik er echter voor pleiten ook aandacht te hebben voor de veranderingen in het leven van onze cliënten. Wat is er anders in deze generatie dan in de vorige? Welke vooruitgang is er geboekt? Welke nieuwe dingen treden er op de voorgrond? Dit is belangrijk, want door open te staan voor het nieuwe wordt het erkend en kan het een onderdeel worden van het gesprek. Zo ontstaat er een nieuw verhaal van de cliënt dat de cliënt meer keuze geeft. Het is een verhaal waarin het oude en het nieuwe een plaats krijgen.

- Samen werken betekent: verandering in de toekomst ondersteunen

Soms blijkt dat er al verandering is in het gezin vóór het eerste gesprek. Soms wordt verandering pas na één of meerdere gesprekken gemeld. Hoe dan ook is het belangrijk de verandering bij de cliënt op één of andere manier en in de mate van het mogelijke te verbinden met de inzet van de cliënt of met zijn eigen competentie (Duncan & Miller, 2000). Als de therapeut erin slaagt een verband te leggen tussen de gewenste verandering en iets dat de cliënt gedaan heeft, dan geeft dat de cliënt, misschien voor het eerst, een gevoel van meesterschap over zijn zorgen. De cliënt ervaart zijn eigen invloed en komt weer in contact met zijn eigen competentie. Dit vergroot opnieuw de kans op een gewenste verandering in de toekomst.

- Samen werken betekent: aandacht hebben voor uitzonderingen

We liggen als therapeuten vaak op de loer om vast te stellen dat onze cliënten op dezelfde manier reageren in verschillende situaties (zij gaat *steeds* in de aanval bij meningsverschillen, hij stelt zich *steeds* afstandelijk op, ...). Dat is interessant want het toont iets van de habituele gedragspatronen van onze cliënten. Interessanter is echter aandacht te hebben voor de verschillen tussen verschillende situaties, bijvoorbeeld door te vragen: “Gebeurt het ook dat je *anders* reageert?” Dan zal wellicht blijken dat onze cliënt wel vaak zo reageert, maar niet altijd. Er zijn dus uitzonderingen (De Shazer, 1988). Als de therapeut aandacht heeft voor die uitzonderingen, ontstaat er ruimte voor de rijkdom van het verhaal van de cliënt. Verder zal het zorgvuldig bespreken van die uitzonderingen vaak ideeën geven over hoe in de therapie aan verandering gewerkt kan worden.

- Samen werken betekent: gebruikmaken van de competentie in de natuurlijke omgeving van de cliënt

In de gezinstherapie staat de persoon met zijn probleem niet alleen. De leden van zijn gezin zijn ook aanwezig in het gesprek met de therapeut. De

therapeut spreekt de gezinsleden ook aan op hun inzet en competentie om bij te dragen tot een oplossing van het probleem. De therapeut kan echter ook een beroep doen op de competentie van anderen uit de omgeving van de cliënt (Andolfi & Haber, 1995): vrienden, burens, scoutsleiders, pastoor, enzovoort.

- Samen werken betekent: in alle omstandigheden een machtsstrijd met het gezin vermijden

Het is belangrijk een machtsstrijd met het gezin te vermijden, niet enkel omdat die onaangenaam is voor alle betrokkenen, maar ook omdat het gezin altijd sterker is dan de therapeut. De enige kans die de therapeut heeft om zijn doel te bereiken, is samen te werken met het gezin.

- Samen werken betekent: openstaan voor de feedback van de cliënten

De cliënten zijn experts wat hun eigen leven en hun eigen gezin betreft. Zij weten beter dan de therapeut wat ze nodig hebben en wat goed voor hen is. Het is daarom heel belangrijk dat de therapeut openstaat voor de feedback van de cliënten en rekening houdt met hun ideeën en ervaring (Duncan & Miller, 2000).

Dit zijn allemaal aspecten van het samen werken in therapie. Deze stellingen vormen de pragmatische basis van wat verder in dit boek volgt. Ze weerspiegelen tevens een ethische basishouding die verder in dit boek op verschillende plaatsen naar voren zal komen.

# 2.

## Gezinstherapie als dialoog

In dit boek vatten we gezinstherapie op als een dialoog. Een dialoog is meer dan de uitwisseling van informatie. Dialoog verwijst naar het grensgebied waar twee (of meer) mensen elkaar ontmoeten. Het is het gebied waar onze gelijkenissen en verschillen in inzichten en in manieren van leven elkaar tegenkomen, en waar nieuwe gelijkenissen en verschillen ontstaan (Strong, 2000, p. 20). Het is een levend gebeuren waarin de betrokkenen onderhandelen over betekenissen en manieren onderzoeken om samen verder te gaan met hun relatie, met hun gesprek (Strong, 2001, p. 5). In dit hoofdstuk willen we dieper ingaan op wat we precies bedoelen met het woord 'dialoog'.

### Is dialoog hetzelfde als communicatie?

Alles wat mensen samen doen, doen ze in dialoog met elkaar. Dit sluit aan bij wat Watzlawick schreef: alle gedrag is communicatie (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967). Maar een dialogische visie gaat verder. Een dialoog is meer dan het uitwisselen van informatie. In een dialoog krijgt de relatie vorm.

Communicatie wordt traditioneel gezien als het overbrengen van informatie. Het proces van communicatie wordt dan schematisch weergegeven zoals in figuur 1.

Er is iemand die een boodschap verzendt naar een ontvanger. Als de boodschap, zonder te veel vervorming, aankomt bij de ontvanger, kan men spreken van goede communicatie. Dit model is eenvoudig toepasbaar op de grote communicatiemediën, zoals tv. Er wordt een tv-uitzending (= bood-

schap) uitgezonden door een tv-station (= verzender). De kijker (= ontvanger) bekijkt die uitzending op zijn tv-scherm. Wanneer we echter naar de dagelijkse praktijk van intermenselijke communicatie gaan kijken, merken we dat die te complex is om in een dergelijk eenvoudig model te vatten. Immers, in gesprekken tussen mensen worden door alle betrokkenen voortdurend boodschappen aan elkaar verzonden. Er is geen duidelijk onderscheid te maken tussen verzender en ontvanger. Verder is het ook zo dat een boodschap nooit exact zo aankomt als ze door de verzender bedoeld is: er zijn steeds vervormingen. De boodschap die aankomt, is niet meer dezelfde als deze die verzonden is. Zoals Gadamer (1988, p. 264) schreef: “We understand differently, if we understand at all.”



**Figuur 1.** Traditioneel model van communicatie.

Belangrijker echter is dat, ondanks die onvermijdelijke vervormingen van de boodschappen, de communicatie tussen mensen toch doorgaans goed verloopt. Soms loopt er wel eens iets mis en zijn er misverstanden, maar doorgaans kunnen mensen zich goed verstaanbaar maken aan elkaar. Terwijl psychologen en communicatiedeskundigen zich in de jaren zestig en zeventig lang hebben beziggehouden met het zoeken naar manieren om communicatie goed te laten verlopen (ze onderstreepten bijvoorbeeld het belang van duidelijke boodschappen), lijken onderzoekers tegenwoordig meer getroffen te zijn door het feit dat mensen elkaar doorgaans goed verstaan. Ze verstaan elkaar in elk geval voldoende om samenleven mogelijk te maken. Zo zijn gespreksanalisten zoals Hutchby en Wooffit (1998) bijvoorbeeld erg geïnteresseerd in de wijze waarop gesprekspartners om de beurt spreken. Billig (1997) stelt dan weer dat uit de analyses van gesprekken blijkt dat mensen een voorkeur hebben voor instemming en vriendelijkheid. In vergelijking met de onderzoekers uit de jaren zestig en zeventig stellen deze onderzoekers de inhoud van de communicatie minder centraal. In dat verband schrijft Strong (2000, p. 16): “We have put too much emphasis on the ‘what’ of words and not enough on ‘how’ we use these conversational resources to achieve our social purposes.” Niet de inhoud van de boodschappen is het belangrijkste, maar wel het proces: het feit dat mensen met elkaar communiceren en hoe ze dat doen.



## Woorden als afbeelding van de werkelijkheid

Hoe communiceren mensen eigenlijk met elkaar? Ja, ze gebruiken taal: woorden, gelaatsuitdrukkingen, gebaren. Maar hoe functioneert taal? Hoe komt het dat mensen elkaar verstaan als ze met elkaar spreken? In een traditionele structuralistische visie op taal wordt gesteld dat woorden afbeeldingen zijn van de werkelijkheid. Een woord heeft een betekenis omdat het verwijst naar de wereld die we allemaal kunnen waarnemen: het woord ‘hond’ verwijst naar een huisdier op vier poten dat met zijn staart kwispelt, het woord ‘vliegtuig’ verwijst naar een voertuig met vleugels dat door de lucht zoeft, het woord ‘chocolade’ verwijst naar een zoete lekkernij die gemaakt is van cacao. We verwoorden wat we zien in de wereld rondom ons. Vanuit deze visie stelt men dat het woord dat door de spreker wordt uitgesproken, de betekenis van het woord oproept in de geest van de luisteraar. Ik zeg “hond” en jij ziet voor je geestesoog een hond. Ik zeg “vliegtuig” en jij ziet een vliegtuig.

## Woorden als instrumenten

Heel wat auteurs vinden deze structuralistische visie op taal echter achterhaald. Ze stellen dat woorden niet in de eerste plaats tekens zijn die verwijzen naar een duidelijke betekenis buiten de woorden of naar een waarneembare wereld. Woorden zijn vooral instrumenten die mensen toelaten samen te leven (Wittgenstein, 1953).

Als ik bijvoorbeeld zeg: “Er lag een grote rode strandbal op het strand”, dan kan iedereen zich een beeld vormen van een rode strandbal. Niemand ziet een groene kubus voor zich. Dit lijkt de structuralistische visie te bevestigen. Echter, in de praktijk van de dagelijkse gesprekken die mensen hebben met elkaar, is taal complexer dan dat. Hoewel sommige woorden als vanzelfsprekend kunnen verwijzen naar bepaalde stukken werkelijkheid, is dat met andere woorden niet zo evident. Denk maar aan woorden als liefde, vrijheid, rechtvaardigheid, enzovoort. Welke werkelijkheid wordt hier precies mee bedoeld? Welk beeld wordt hier opgeroepen? Iedereen heeft er wel enig idee van, maar het is duidelijk dat er heel wat verschillen zijn in wat mensen verstaan onder liefde, vrijheid en rechtvaardigheid.

Laten we even stilstaan bij de wijze waarop taal functioneert. Als ik iemand zou vragen: “Denk eens aan een appel”, dan zou die persoon daar ongetwijfeld in slagen. Hij zou zich een innerlijk beeld vormen van een appel. Ik zou dan die persoon over dat beeld kunnen ondervragen: is het een groene appel of een rode, is het een gave appel of een verrimpelde, enzovoort? Dit zou

men als voorbeeld kunnen nemen van het feit dat woorden wel een soort afbeelding zijn van een waarneembare werkelijkheid. Maar als ik in de loop van een gesprek ergens het woord ‘appel’ zou laten vallen, is het niet zo zeker dat er bij mijn gesprekspartner een duidelijk beeld van een appel wordt opgeroepen. Stel dat ik bijvoorbeeld aan iemand vertel over een trip die ik met de auto heb gemaakt, en stel dat ik aan mijn gesprekspartner zou zeggen: “De man achter het stuur van de gele bestelwagen wierp een appel uit het raam en die appel belandde aan de rand van de weg in het gras.” Mijn gesprekspartner zou deze zin begrijpen. Het is geen nonsens en hij is grammaticaal correct. We zouden wellicht beiden het gevoel hebben dat we elkaar verstaan. Toch zou hij in zijn eigen geest niet achtereenvolgens een duidelijk beeld krijgen van een man, een stuur, een gele bestelwagen, een appel en een wei met groen gras. Mijn gesprekspartner zou waarschijnlijk, naast zijn algemene gevoel dat we elkaar verstaan, eerder een globaal beeld maken van wat ik beschrijf. Hij zou mijn woorden met elkaar verbinden tot een betekenisvolle zin, en die zin zou hij begrijpen in de context van het gesprek dat we hebben. Als ik hem zou vragen: “Welke kleur had de appel?”, dan zou hij mij vreemd aankijken en zeggen dat hij het niet weet. Als ik wat aandrung, zal hij misschien aarzelend zeggen: “Mogelijk was het een groene appel”, maar het kan best zijn dat ik in mijn verbeelding een rode appel zag.

Dit voorbeeld illustreert dat de woorden van de spreker bij de luisteraar niet dezelfde beelden oproepen als de beelden waardoor de spreker geïnspireerd werd. Woorden zijn geen afspiegeling van een innerlijke of uiterlijke werkelijkheid (Wittgenstein, 1953). Gergen (1999, p. 21) stelt de problematiek van het woord als afbeelding scherp door stil te staan bij namen: “(...) to what specific object, in what specific state, does your personal name correspond?” Mensen zijn voortdurend in verandering, ze bewegen zich van hier naar daar, ze groeien, ze verwerven dingen, ze verliezen andere dingen, ze zijn geen twee momenten in hun leven dezelfde... Toch weten we wie we bedoelen als we een naam van iemand uitspreken. Hoe kan dat dan? Het antwoord is: sociale conventie. Taal berust op afspraken die mensen met elkaar gemaakt hebben. Mensen geven iemand volgens bepaalde gewoonten of conventies een naam en spreken die persoon de rest van zijn of haar leven aan met die naam. Ook al groeit die persoon, veranderen zijn of haar overtuigingen, verandert zijn of haar sociale rol, of gaat hij of zij zich anders gedragen dan vroeger. De persoon verandert voortdurend maar iedereen weet wat zijn of haar naam is. Met andere woorden: ons taalgebruik is niet gestoeld op een overeenkomst tussen een woord en een achterliggende werkelijkheid die in dat woord wordt uitgedrukt, maar op min of meer uitgesproken afspraken tussen mensen over hoe ze woorden gebruiken om met elkaar op een zinvolle manier samen te leven. Hier duikt de naam op van de Oostenrijkse filosoof Ludwig Wittgenstein, die de beeldmetafoor van taal verving door het concept ‘taalspel’. Wittgenstein (1953) stelde dat woorden

geen werkelijkheid uit-beelden, maar dat ze betekenis krijgen in het taalspel dat mensen met elkaar spelen: woorden zijn vooral instrumenten die mensen gebruiken om met elkaar in een goede verstandhouding te leven. Woorden helpen ons om met enig begrip en waardigheid samen te leven. Ze creëren een soort kader van verstandhouding dat een zekere voorspelbaarheid creëert, zodat veilig samenleven mogelijk wordt. Een dergelijk kader kunnen we de betekeniscontext van de relatie noemen. Wat houdt die context precies in?

### De betekeniscontext van een dialoog

De betekeniscontext van een dialoog bevat uitgesproken en onuitgesproken overeenkomsten tussen de gesprekspartners over wat ze in hun dialoog zullen beschouwen als waar, als (ethische) waarde en als authentiek. Dit noemt Habermas (1981) de geldigheidsaanspraken. Zo gaan een architect en een aannemer die overleggen over het aanleggen van een tennisveld, bijvoorbeeld vertrekken vanuit de onuitgesproken vooronderstelling dat de architect de plannen maakt en dat de aannemer zorgt voor de concrete realisatie ervan. Een architect en een aannemer moeten daarover niet meer met elkaar discussiëren. Verder zullen ze bijvoorbeeld ook vertrekken vanuit de idee dat ze eerlijk met elkaar zullen omgaan, dat ze zullen samenwerken, dat ze elkaar niet zullen beliegen, enzovoort. Er is tussen de architect en de aannemer ook een onuitgesproken consensus over wat waar is en wat niet. Zo kan het zijn dat de architect en de aannemer beiden met elkaar spreken alsof de aarde plat is. Toch weet iedereen dat de aarde rond is. Echter, een architect en een aannemer die met elkaar praten over het aanleggen van een tennisterrein, weten dat de idee ‘de aarde is rond’, hoe waar ook, niet relevant is. Ook die onuitgesproken vooronderstellingen liggen aan de basis van hun verstandhouding en van hun voornemen om samen te werken. Ze zorgen voor een zekere voorspelbaarheid en ze geven aan wat er mogelijk is in hun samenwerking, en wat niet mogelijk is; wat gezegd kan worden en wat niet gezegd kan worden. Immers, als één van de onuitgesproken vooronderstellingen van de architect en de aannemer is dat ze gaan werken aan een tennisveld, zullen ze eventueel wel praten over tennisvelden en hoe die gemaakt moeten worden, maar waarschijnlijk niet over zwembaden of sauna’s. De vooronderstellingen geven op die manier een perspectief op het domein van hun samenwerking, maar ze geven tevens de horizon aan van dat domein: tot daar zullen we samen gaan en niet verder. Zo zorgt de context van een dialoog voor voorspelbaarheid en rust in het samenleven tussen mensen.

De vooronderstellingen waaruit de context is opgebouwd, zijn te vergelijken met de regels van een spel, bijvoorbeeld van een voetbalwedstrijd. De spelers

gaan niet bij elke nieuwe wedstrijd opnieuw samen de regels doornemen en bespreken. Er wordt van uitgegaan dat die regels door iedereen gekend en aanvaard zijn. Die regels zijn heel belangrijk. Ze structureren het spel, geven aan wat kan en wat niet kan, wat de grenzen zijn (van het voetbalveld bijvoorbeeld), hoe de wedstrijd verloopt, enzovoort. Binnen de lijnen van de gemeenschappelijke vooronderstellingen is er veel vrijheid om samen te spelen. Er is plaats voor creativiteit, competitie, ambitie, meningsverschil, samenwerking enzovoort. Er is echter een belangrijk verschil tussen de regels van een voetbalwedstrijd en de vooronderstellingen die de context van een dialoog uitmaken. De vooronderstellingen in een dialoog structureren en beveiligen wel de samenwerking, maar ze blijven meestal impliciet. In tegenstelling tot de regels van een voetbalwedstrijd staan ze nergens neergeschreven, en is er geen scheidsrechter die waakt over de naleving van de regels.

### Onderhandelingen over de context

Hoe ontstaan die onuitgesproken regels van een dialoog dan? Dat gebeurt meestal impliciet in de eerste contacten. Wanneer twee mensen elkaar voor het eerst ontmoeten, is alles nog mogelijk. Maar al gauw ontstaat er tussen die twee mensen in hun prille omgang een impliciet aftasten van elkaar, waarbij de onuitgesproken regels van hun dialoog onbewust worden genegotieerd.

Een voorbeeld. Jan en Els beginnen samen een relatie. Na een tijdje is het moment gekomen dat ze voor het eerst samen slapen. De volgende morgen worden ze wakker en Jan zegt: "Ik zal koffiezetten." De dag erna slapen ze weer samen en 's ochtends zegt Jan weer: "Ik zal koffiezetten." Als hij zo nog een paar ochtenden doorgaat, ontstaat de onuitgesproken regel: 'Jan zet 's morgens koffie'. Het zou echter ook kunnen dat Els die regel niet aanvaardt. Dan kan ze de derde ochtend zeggen: "Jij hebt al twee keer koffiegezet, nu zal ik het doen." Als Jan zich met dit voorstel akkoord verklaart, ontstaat de impliciete regel: "In onze relatie proberen we wat evenwicht te houden in wie 's morgens koffiezet."

Zoals gezegd zijn dergelijke relatieregels min of meer impliciet. Ze groeien uit een samen leven met elkaar. Ze ontstaan uit vaak onuitgesproken onderhandelingen in de praktijk van het samenleven. Maar dat wil niet zeggen dat ze niet expliciet gemaakt kunnen worden.

Een voorbeeld. Stel dat in de prille relatie van Jan en Els het al na enkele maanden de gewoonte is dat Jan 's morgens opstaat om koffie te zetten. Nu zou het kunnen dat Jan dat na enkele maanden beu is, en dat hij vindt dat ze beter een beurtrol kunnen afspreken rond koffiezetten. In dat geval kan hij

de impliciete regel bespreekbaar maken door te zeggen tegen Els dat hij niet zo gelukkig is met de wijze waarop het de voorbije maanden gelopen is rond het ontbijt. Zo kunnen ze expliciet gaan onderhandelen over de regels die hun samenleven structureren.

In de volgende hoofdstukken zullen we zien wat deze ideeën over dialoog, betekeniscontext en onuitgesproken veronderstellingen impliceren naar een therapeutisch gesprek toe. Nu reeds kunnen we zeggen dat het voor de therapeut belangrijk is aandacht te hebben voor onuitgesproken regels en verwachtingen die kunnen ontstaan in de therapeutische relatie, en dat het vaak goed is sommige regels expliciet met de cliënten te bespreken. Zeker in de eerste contacten moet hij waakzaam zijn en proberen bij te dragen tot het creëren van een optimale context om therapie mogelijk te maken (zie hoofdstuk 3). Voor we daarop dieper ingaan, wil ik hier echter nog stilstaan bij enkele andere aspecten van een dialogische kijk die belangrijke implicaties hebben voor een therapeutische dialoog. Ik wil met name stilstaan bij de vraag wat begrijpen eigenlijk is in een dialogische context. Als communicatie niet het overbrengen van informatie is, maar het onderhandelen over manieren om samen te leven, wat is dan ‘elkaar begrijpen’?

### Woorden in de dagelijkse praktijk

Zoals gezegd gaat het in ons spreken niet om het uitwisselen van uitspraken over de wereld buiten ons, maar eerder over het samen zoeken naar een context waarin we samen kunnen leven. De communicatieonderzoeker John Shotter (2001) drukt het als volgt uit: het gaat niet over innerlijke mentale representaties, maar over wat we in de dialogische, sociale praktijk met elkaar doen. Voor Shotter is het woord ‘praktijk’ daarbij van groot belang. Voor hem moet communicatie niet als een abstract gegeven bestudeerd worden zoals de linguïstiek dat doet, als een systeem van tekens en betekenissen, los van een relationele of materiële context. Hij ziet het net omgekeerd: hij wil communicatie steeds in de praktijk bestuderen. Volgens hem gaat het in communicatie om de unieke, vluchtige momenten uit de dagelijkse activiteit die mensen samen ondernemen.

Een voorbeeld. Jan zegt: “Het licht doet pijn aan mijn ogen.”

Men zou Jans zin kunnen bestuderen door abstractie te maken van de context waarin Jan spreekt en stil te staan bij de woorden die hij gebruikt of de zin die hij construeert: wat is pijn? Of: waarom zegt men ‘pijn *aan* de ogen’ en niet ‘pijn *in* de ogen’ of ‘oogpijn’? Of: waarom gebruikt hij het werkwoord ‘doen’? Alsof het licht iets intentioneels doet. Licht is er gewoon en

heeft effecten, maar doet niets. Enzovoort. Echter, voor Shotter is het bestuderen van Jans woorden en Jans zin op zich niet interessant. Het is veel interessanter te kijken naar Jans woorden in de context waarin ze uitgesproken worden. Tot wie richt Jan zich? Wat heeft die persoon daarvoor tegen Jan gezegd? Wat is er vroeger reeds gezegd geweest over hetzelfde thema? Wat is de materiële context waarin de woorden gezegd zijn? Is het nacht of dag? Zomer of winter? Zit hij in de auto, of staat hij op de scène van een theater? Enzovoort. De context van woorden is belangrijk. “Words have meaning only in the stream of life”, schreef Wittgenstein (1953, nr. 173) in dat verband. Inderdaad, het woord ‘love’ betekent iets heel anders op het tennistornooi van Wimbledon dan in een romantische Hollywoodfilm.

Een ander voorbeeld. Binnen een traditionele visie stelt men dat ik het woord ‘walvis’ begrijp indien ik weet dat het verwijst naar ‘een groot dier dat in de zee leeft’. Dit lijkt eenvoudig, maar is deze omschrijving een goede omschrijving van een ‘walvis’? Heb ik er de essentiële betekenis van ‘walvis’ mee gevat? Zo kan men zich immers de vraag stellen of deze omschrijving wel voldoende informatie bevat. Is het niet belangrijk dat ik ook weet dat een walvis eigenlijk geen vis is, maar een zoogdier? En moet ik ook niet weten dat er verschillende soorten walvissen zijn: potvissen, vinvissen, enzovoort? En moet ik ook niet weten dat dolfijnen ook walvissen zijn? Of zijn dolfijnen geen walvissen? ... Tja, wat zijn walvissen eigenlijk?

Het is duidelijk dat het woord ‘walvis’ niet exact omschreven kan worden los van de context. Wie ben ik, met wie spreek ik, wat is het doel van deze gesprekken, wat is de geschiedenis van deze gesprekken, enzovoort? Het maakt allemaal een verschil. Ben ik een biologieleeraar die leerlingen uitleg geeft over de dieren die in de zee leven? Dan is het belangrijk duidelijk te stellen dat walvissen zoogdieren zijn. Ben ik een politicus die onderhandelt over de walvisvangst? Dan kan het onderscheid tussen verschillende soorten walvissen van belang zijn. Maar wat als ik een literair criticus ben die over Moby Dick schrijft? Of een priester die het verhaal van Jonas vertelt? Of een Inuit die een walvis als totemdier heeft? Enzovoort. Er is geen finale, universele betekenis van het woord ‘walvis’. Het woord ‘walvis’ is verbonden met oneindig veel betekenissen, en het is de dialogische context die zal bepalen hoe het woord ‘walvis’ het best omschreven wordt. Of zoals Daelemans en Maranhao (1990, p. 222) schrijven: “Dialogue is a negotiation about which meanings should be part of the conversation and which should be left out.”

### Weten hoe men verder gaat

Als woorden bestudeerd worden in de context waarin ze gebruikt worden, blijkt dat spreken een performatief gebeuren is (Shotter, 2000, 2001): spre-

ken is gedrag dat betekenis krijgt in de context waarin het gesteld wordt. Wat we zeggen (en doen), is een respons op wat anderen voor ons gezegd (en gedaan) hebben, en onze woorden nodigen op hun beurt onze gesprekspartner uit tot een respons. Die respons vraagt dan weer om een respons van ons, enzovoort. Woorden (en non-verbale tekens) hebben steeds een plaats in een responsieve interactie met anderen. Dat is wat de Russische linguïst en literair theoreticus Mikhail Bakhtin bedoelde toen hij schreef dat elke spreker eigenlijk tot op een bepaalde hoogte altijd een reactie geeft op iets dat daarvoor reeds gezegd is: “He is not, after all, the first speaker, the one who disturbs the eternal silence of the universe.” (Bakhtin, 1986, p. 69) Elk woord en elke zin is een verbinding met een zeer complexe ketting van vroegere woorden en zinnen.

Dan kan men de vraag stellen wat ‘begrijpen’ betekent in deze dialogische visie. In een traditionele visie was ‘begrijpen’ hetzelfde als ‘weten naar welke werkelijkheid het woord verwijst’. Begrijpen is volgens die visie het vatten van een betekenis die met het woord verbonden is. Ook ons gezond verstand zegt dat dit begrijpen is. Echter, in de dialogische visie die we hier schetsen, waar communicatie in de eerste plaats te maken heeft met de praktijk van het praten met anderen, gaat begrijpen niet in de eerste plaats over het vatten van de ‘juiste’ betekenis van een woord. Het gaat eerder over een praktisch begrijpen, dat onderhandeld wordt tussen de gesprekspartners: weten hoe men verder moet gaan (Wittgenstein, 1953, nr. 123; Shotter, 1994).

Gergen (1999) geeft het voorbeeld van twee mensen die elkaar op straat tegenkomen. De ene steekt zijn hand uit, als een uitnodiging voor een handdruk. Dit noemt Gergen een “candidate for meaning” (p. 145). Als de andere persoon de uitnodiging aanvaardt en ook zijn hand uitsteekt, volgt er een handdruk. Zo wordt er betekenis gecreëerd. Als de andere daarentegen de hand van de eerste negeert en een kus geeft, stelt die voor de vriendschap tussen beiden te beschouwen als te intiem voor slechts een handdruk. Als de eerste daarop warm reageert, aanvaardt hij de voorgestelde betekenis. Zo is het gedrag van de ene een supplement van het gedrag van de andere en creëren ze samen doorheen een onuitgesproken onderhandeling betekenis in de relatie. Dat wil ook zeggen dat men geen volledige controle heeft over de betekenis van zijn woorden en zijn gedrag. “Ik heb de andere nodig om iets te betekenen”, aldus Gergen (1999, p. 146).

Het spreekt echter vanzelf dat wat twee mensen doen die elkaar op straat tegenkomen, niet losstaat van de sociale en culturele context waarin ze leven. In het Westen is het hoogst onwaarschijnlijk dat twee mensen die elkaar ontmoeten, hun neuzen tegen elkaar gaan wrijven zoals de Inuit doen om elkaar te begroeten, of dat ze hun tong naar elkaar gaan uitsteken zoals de Tibetanen doen. Het is de cultuur of de traditie die ons bepaalde tekens



aanreikt die we in onze relaties kunnen gebruiken om samen betekenis te creëren. Of zoals Bakhtin (1986) het stelt: “Something created is always created out of something given.” Hij voegt er onmiddellijk aan toe: “What is given is completely transformed in what is created.” (p. 119-120)

## Dialogisch begrijpen

Begrijpen gaat niet over het ontdekken van een betekenis die vooraf reeds bestaat, maar over het samen creëren van betekenissen doorheen een onuitgesproken onderhandeling. Verder gaat het niet over een abstract, passief begrijpen. Het gaat over een actief begrijpen in de dagelijkse communicatiepraktijk: hoe kunnen we samen praten, hoe kunnen we samen werken, hoe kunnen we ons gesprek verder zetten, ... (Shotter, 1994). Shotter (2000) verwijst naar Bakhtin en spreekt over een dialogisch begrijpen. Het gaat om een begrijpen dat komt vanuit een participatie in de communicatie. Laten we daar eens bij stilstaan.

Dialogoog is een kernwoord in Bakhtins filosofie. Hij stelt dat taal slechts bestaat in de dialogische interacties van zij die de taal gebruiken (Bakhtin, 1981, 1986). Elke uiting (verbaal of non-verbaal) is tot iemand gericht en krijgt slechts betekenis in de context van de relatie met de anderen. Elk woord dat men uitspreekt, is verbonden met andere woorden die vroeger reeds gezegd zijn. Zo verwijst hij, zoals Shotter en Wittgenstein ook doen, naar het belang van de taal in de praktijk. Bakhtins idee van de dialoog gaat echter verder. Voor Bakhtin is degene die luistert, niet passief. Dit is wat Bakhtin (1986, p. 69) bedoelt met dialogisch of responsief begrijpen: “All real and integral understanding is actively responsive, and constitutes nothing other than the initial preparatory stage of a response.” De luisteraar is geen ontvanger van een boodschap. Integendeel, hij is een actieve participant van de dialoog. De woorden van de spreker worden niet zomaar opgevangen; ze worden tegemoetgetreden en onthaald door de innerlijke stemmen van degene die luistert. De woorden resoneren in het innerlijke gesprek van de luisteraar, brengen iets teweeg, roepen iets op, en dat alles terwijl de luisteraar zijn respons aan het voorbereiden is.

Vanuit dit perspectief op dialogisch begrijpen komt Bakhtin uit op een mensvisie waarin de uniekheid van de dialoog centraal staat. Bakhtin stelt immers dat de betekenis van een woord dat door iemand uitgesproken wordt, niet slechts een verbale uitdrukking is van iets (een gevoel, een herinnering of een opvatting bijvoorbeeld) die reeds vooraf bestond, iets dat in de persoon zit, dat mooi afgewerkt en finaal is. Integendeel, volgens hem creëert het woord iets dat daarvoor niet bestond (Bakhtin, 1986, p. 119-



120). Iets dat nieuw is, uniek en niet herhaald kan worden. In die zin is een dialoog essentieel een levend gebeuren, waarin dingen ontstaan en verdwijnen, dichterbij komen en zich weer verwijderen, groot worden en dan weer klein, enzovoort. Elke dialoog is uniek. Elk gesprek is nieuw. Men kan een dialoog nooit op dezelfde wijze overdoen. Een herhaling is nooit hetzelfde gesprek; het is, hoe bizar dit ook klinkt, steeds een herhaling en dus iets nieuws.

Het is in dergelijke unieke dialogen, in al die korte en vluchtige ogenblikken, dat we ons uitdrukken en ons unieke innerlijke leven met anderen delen. Het is ook op die ogenblikken dat we onze relaties en ons leven vorm geven. Eigenlijk zijn de woorden die we spreken, allemaal “candidates for meaning”: het zijn uitnodigingen voor anderen om aan onze wereld deel te nemen. “Wil jij meegaan in mijn wereld? In mijn kijk op de wereld? In mijn visie?”

### Wat betekent dit alles voor de gezinstherapie?

In dit hoofdstuk hebben we twee visies op taal tegenover elkaar gesteld. De traditionele structuralistische visie die stelt dat taal weergeeft hoe de wereld eruitziet, en de dialogische visie die stelt dat taal vooral een activiteit is waarmee we samen onze wereld creëren. Het is duidelijk dat vooral de tweede visie een belangrijke inspiratie was voor dit boek.

De vraag kan worden gesteld wat het belang van dit alles is voor de praktijk van de gezinstherapie: “In welke wereld nodigen we elkaar uit als we handelen alsof taal iets is waarmee we samen onze wereld creëren?” (McNamee, 2000, p. 181) Dit is een terechte vraag, en dit boek is een poging om die vraag te beantwoorden. Hier beperken we ons tot het kort aangeven dat de ideeën die in dit hoofdstuk zijn voorgesteld, inspiratie vormen voor een participatieve benadering waarbij we ons vooral richten op een relationele, responsieve interactie met onze cliënten. We trachten niet in de eerste plaats te benoemen, te classificeren en te verklaren wat we zien. We richten ons niet hoofdzakelijk op het achterhalen van wat diep verborgen zit. We gaan daarentegen als mens een respectvolle dialoog aan met onze cliënten. Daarbij zijn we ons erg bewust van onze levende betrokkenheid in deze dialoog waaraan we ons niet kunnen onttrekken: wat we zeggen over het gezin, zeggen we vanuit deze levende betrokkenheid met het gezin. We proberen te begrijpen in dialoog en zoeken samen met onze cliënten naar manieren waarop ze weer, zonder ons, waardig verder kunnen leven.

