

WORKSHOP SYSTEEMTHERAPIE

Connection is Key

Hilde Huisman, systeemtherapeut Brijder Jeugd

SYSTEEMTHERAPIE

Waar denk je aan?



CONNECTION IS KEY

Ieder mens heeft de behoefte verbonden te zijn met anderen.

Een gebrek aan verbondenheid en steun kan leiden tot gevoelens van eenzaamheid
en vervreemding.

CONNECTION IS KEY

Everything you think you know
about addiction is wrong:
Johann Hari | TED

WHEN THEY HAVE HAPPY

WHI

PPY

SYSTEEMDENKEN

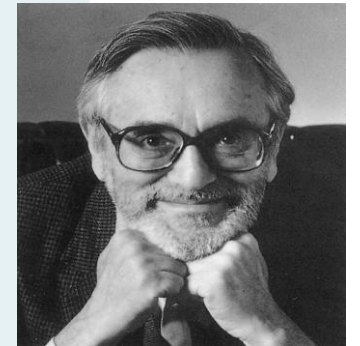
- Ieder mens maakt deel uit van sociale systemen
- Gedachten en gevoelens ontstaan in wisselwerking met anderen
- Steeds wederzijdse beïnvloeden
- Gedrag begrijpen in een relationeel verband

Van lineair denken naar circulaire causaliteit

ONTWIKKELING JAREN 50, 60, 70

Van een individugericht perspectief
naar een relationeel perspectief.....

Nagy, Watslawick, Satir, Minuchin, Bateson



PROBLEMEN?

- Onderdelen van een systeem reageren constant op elkaar
- Relatie tussen probleem en oorzaken is indirect
- Oorzaak ligt niet voor de hand
- Alle betrokken zijn onderdeel, niet een is verantwoordelijk



SYMPTOMEN ZIJN SIGNALEN, SIGNALEN ZIJN HANDELSWAAR

- Hoe kunnen we de ontstane situatie in een grotere relationele context begrijpen?
- Wat is de betekenis in een groter geheel?

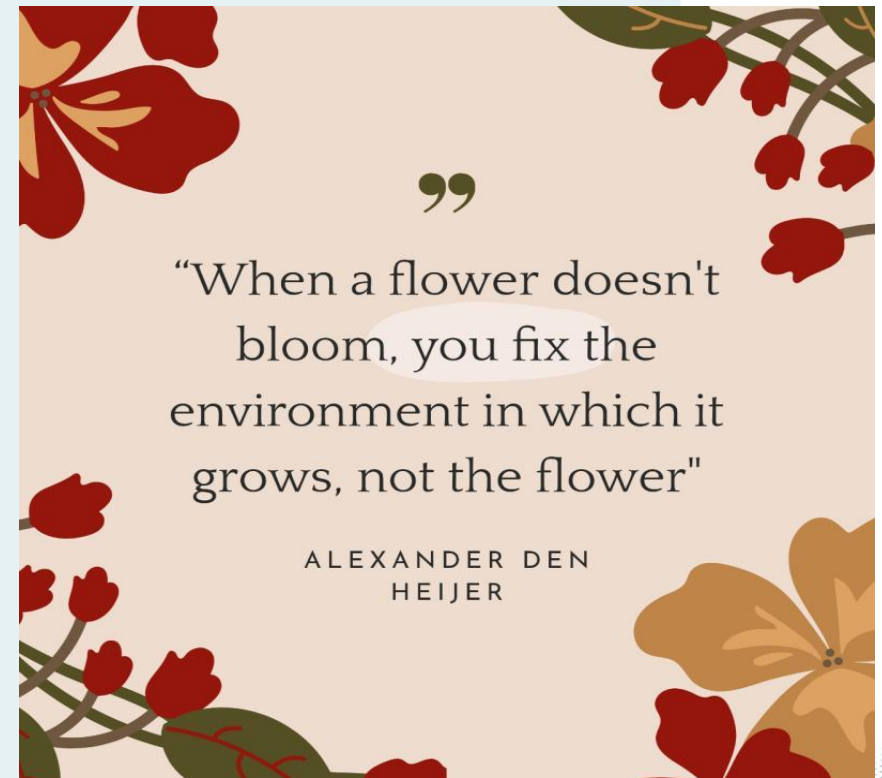


WAT DOET EEN SYSTEEMTHERAPEUT?

- Bekijkt problemen vanuit relationeel en intergenerationeel perspectief
- Zoekt naar interactiepatronen
- Zoekt naar verbanden tussen patronen en problemen
- Stelt en bespreekt hypothesen
- Zoekt met systeem naar mogelijkheden tot verbetering.

IN GESPREK MET WIE?

- Gezinnen
- Stellen
- Ouders
- Individu groot of klein
- Groepen
- Teams (werk of sport)

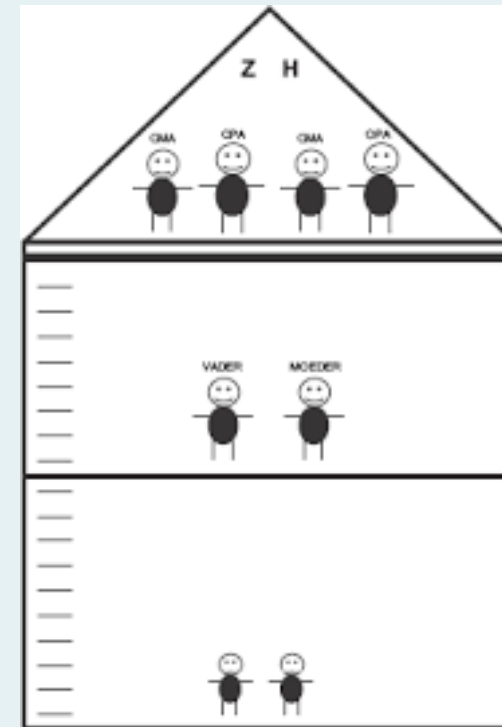


SYSTEEMTHERAPIE

Wat zit er in de gereedschapskist?

- Hypothesevorming
- Meervoudige partijdigheid
- Circulair vragen
- Verschillende vragen
- Focus, uitvergroten, vertragen
- Genogram, metaforen en materialen
- Samen taal geven aan verhaal

Het huis van Andolfi



SYSTEEMTHERAPIE

Connection is key,
basis is de therapeutische relatie

Therapeut is onderdeel van het geheel, met eigen verhaal, socialisatie, culturele achtergrond,
eigen familiegeschiedenis en eigen kwetsbaarheden

MEERVOUDIGE PARTIJDIGHEID



- Beurtelings aan de kant van alle betrokkenen.
- Zonder daarmee de ander af te wijzen.
- Helpt om begrip te vergroten onderling
- Helpt om vertrouwen te herstellen tussen de betrokkenen.

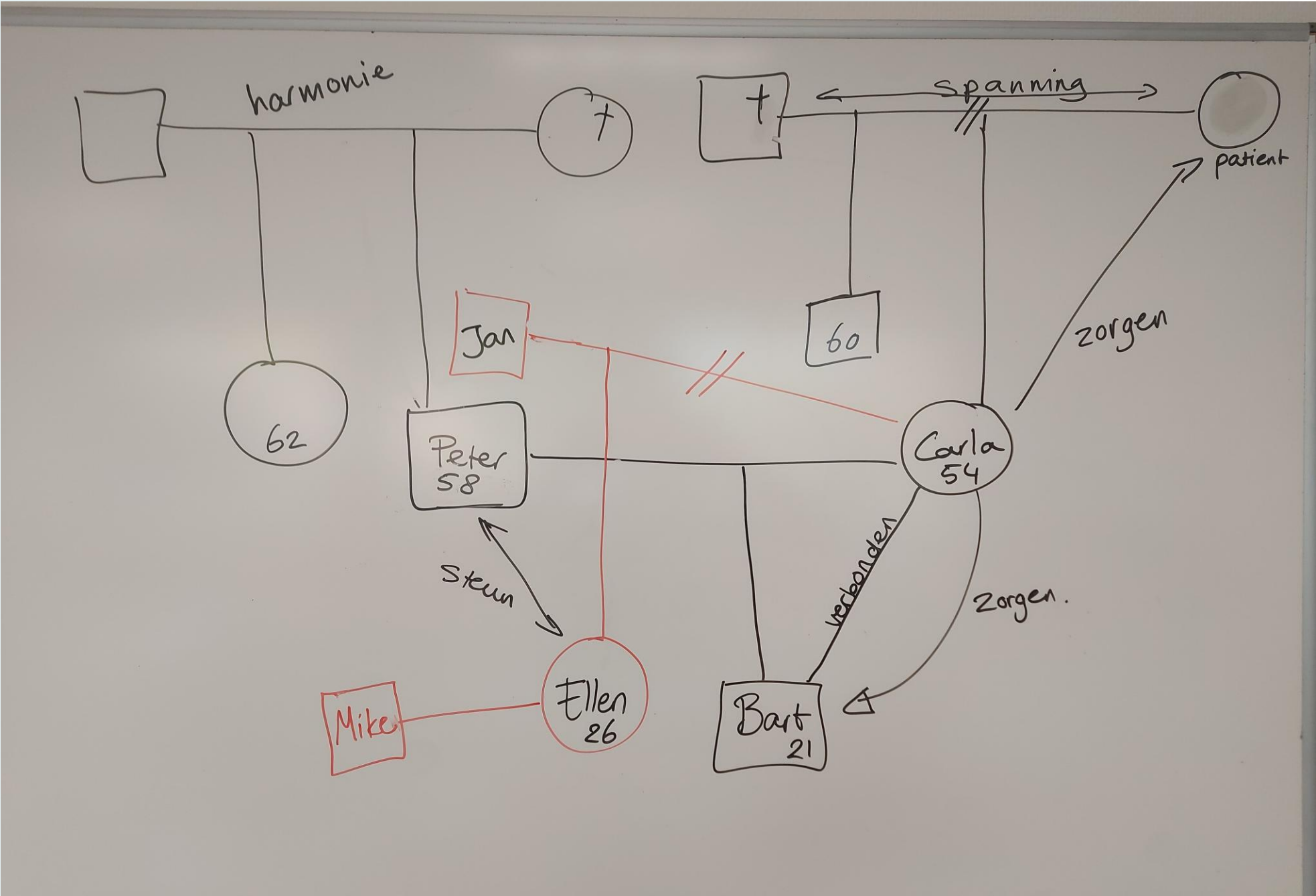
GENOGRAMMEN

- Een middel, geen doel
- Geeft zicht op intergenerationele verhalen
- Geeft zicht op onderlinge verhoudingen
- Maakt dyades, triades, coalities en allianties zichtbaar
-

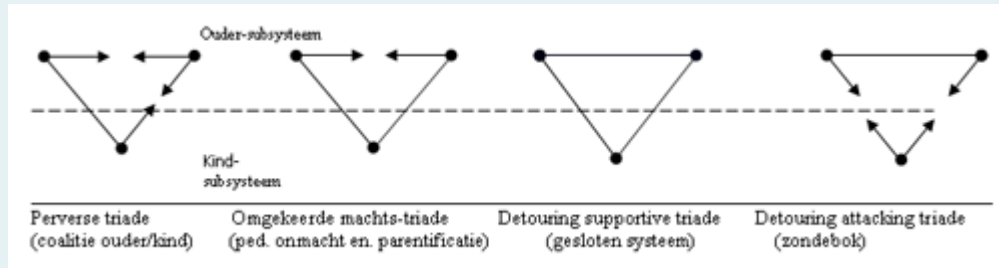
CASUS

De 21-jarige Bart meld zich met overmatig cannabis- en alcoholgebruik via de jeugd-ggz waar hij reeds in behandeling is vanwege somberheid en angstklachten, waarbij in het verleden ook sprake was van suïcidaliteit. Bart woont met zijn vader, moeder en zijn halfzus (26) in een middelgrote stad en gaat al enkele jaren niet meer naar school. Hij verblijft voornamelijk thuis of buiten met zijn vrienden die tevens gebruiken. Gedurende de wachttijd belt moeder meerdere keren of Bart al aan de beurt is. In het intakegesprek vult moeder Bart geregeld aan, vader is stil en trekt zich wat terug. Bart is passief en traag en uit zich somber over zijn situatie en toekomst. Hij ziet stoppen met blowen niet als oplossing voor zijn problemen maar is uiteindelijk wel bereid af te bouwen om te ontdekken wat dit voor effect op zijn stemming heeft.

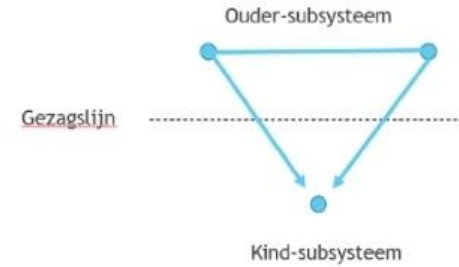
GENOGRAM



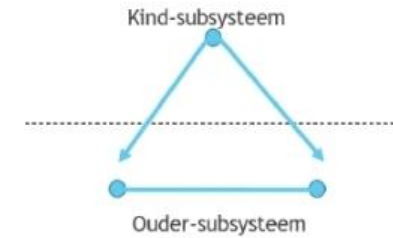
GENOGRAMMEN



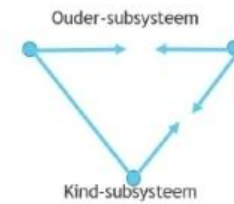
Hiërarchie in Balans



Hiërarchie omkering

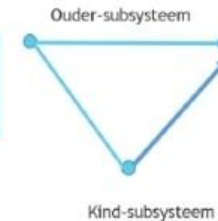


Perverse Triade

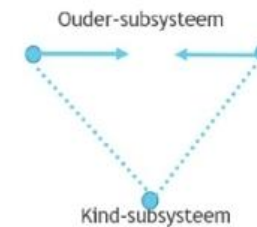


Voorbeeld waarin het kind een alliantie met 1 van de ouders aangaat, waarin het kind 'toestemming' krijgt om bepaalde verantwoordelijkheden te delen (of soms zelfs over te nemen = pathologisch)

Parentificatie



Triangulatie



VRAGEN STELLEN

Doel: informatie over de patronen en de betekenis

- Niet vragen naar feiten
- Wat wordt gedaan ipv gezegd?
- Inzicht in elkaars gedachten, gevoel en gedrag
- Inzicht in de betekenis die men toeschrijft
- Bevorderen reflectie

CIRCULAIR BEVRAGEN

- Indirecte vragenstelling die de onderlinge verschillen zichtbaar maakt
- Het gaat niet om 'de waarheid' maar om een inschatting.
- De vragen stimuleren de verschillende systeemleden zich te verdiepen in de beleving en gevoelens van de ander
- Helpen nadenken over de invloed van het eigen gedrag.

CIRCULAIR BEVRAGEN

- Actievragen
- Classificatievragen
- Diachronische vragen
- Vragen naar verklaringen
- Hypothetische vragen
- Gedachten lezen
- Toekomstgerichte vragen

CASUS

De 21-jarige Bart meld zich met overmatig cannabis- en alcoholgebruik via de jeugd-ggz waar hij reeds in behandeling is vanwege somberheid en angstklachten, waarbij in het verleden ook sprake was van suïcidaliteit. Bart woont met zijn vader, moeder en zijn halfzus (26) in een middelgrote stad en gaat al enkele jaren niet meer naar school. Hij verblijft voornamelijk thuis of buiten met zijn vrienden die tevens gebruiken. Gedurende de wachttijd belt moeder meerdere keren of Bart al aan de beurt is. In het intakegesprek vult moeder Bart geregeld aan, vader is stil en trekt zich wat terug. Bart is passief en traag en uit zich somber over zijn situatie en toekomst. Hij ziet stoppen met blowen niet als oplossing voor zijn problemen maar is uiteindelijk wel bereid af te bouwen om te ontdekken wat dit voor effect op zijn stemming heeft.

CIRCULAIR BEVRAGEN

Oefening:

Bedenk in 2-tal 5 circulaire vragen
die je zou willen stellen en waarom



FOCUSSEN, UITVERGROTEN, VERTRAGEN

Focussen is keuzes maken in thema

Uitvergroten is de aandacht richten op opmerking of gedrag

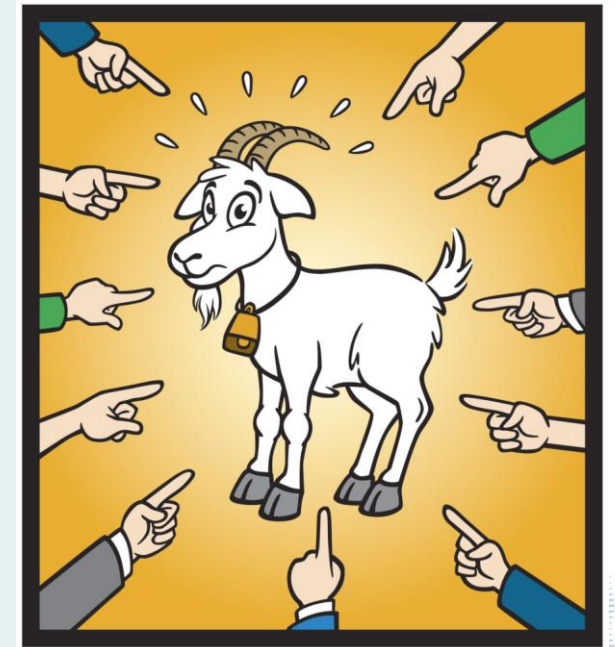
Vertragen is langzaam exploreren van interactie

SAMEN TAAL GEVEN AAN HET VERHAAL

- Dat wat er gebeurt anders benoemen
- Beeld van gedrag kan veranderen
- Kan zowel negatief als positief
- Heretiketeren

SYSTEEMTHERAPIE EN VERSLAVING

- Onderdeel van Bio-Psyco-Sociaal model
- Middel/gedrag als “part of the family”
- Aandacht voor interactie en rollen: codependency
- Contra-indicatie: extreem gebruik
- Extreem gebruik: focus op grenzen en relatiegebaren
- Begeleiding van systeem, onderling contact bevorderen
- Onderscheid tussen gedrag en persoon
- Geweldloos verzet



RUIMTE VOOR VRAGEN



- 1. Actievragen
 - (vraag aan de zus) : “Wat deed jouw vader toen Bart vertelde dat hij het hele jaar al blowt? En wat gebeurde er toen ?
 - (vraag aan vader) : “ Wat deed moeder toen Bart onder invloed thuiskwam: “En hoe reageerde dochter?”
- 2. Classificatievragen
 - (vraag aan de echtgenote) : “Toen uw man vertelde dat hij schulden had betaald voor Bart
 - wie was daar toen het meest boos over ?
 - (vraag aan de dochter) : “Wie kan je moeder het beste steunen als zij bezorgd is ?”
- 3. Diachronische vragen
 - Dit zijn vragen die verschillen voor en na een bepaalde gebeurtenis exploreren.
 - (vraag aan de moeder) : “Is de relatie tussen jouw man en dochter anders sinds de zorgen er zijn? Hoe dan ?”

- 4. Vragen naar verklaringen
- (vraag aan zoon) : “Hoe komt het dat jouw ouders sinds die tijd veel meer ruzie hebben ?”
- 5. Hypothetische vragen
- (vraag aan zoon) : “Stel dat je moeder zou stoppen met jou zaken te regelen, wie zou het dan overnemen?”
- (vraag aan de vader) : “Stel dat uw oudste broer hier zou zijn, wat voor advies zou hij geven?”
- 6. Gedachten lezen
- (vraag aan de zoon) : “Je keuze om met je studie te stoppen : wie van je ouders, denk je is het meest bezorgd daarover?”
- 7. Toekomstgerichte vragen
- (vraag aan zus) : “Stel dat je iets leuks zou mogen doen met broer, wat zou hij dan willen doen denk je?”
- Stel dat broer op vakantie zou gaan, wie zou hij dan meenemen?