

Intieme oorlog. Symposium Lorentzhuis. Haarlem, 21 april 2004

Moniek Thunnissen

MONIEK THUNNISSEN, psychiater, is werkzaam bij GGZ Westelijk Noord-Brabant te Bergen op Zoom.

Het Lorentzhuis neemt in de Nederlandse GGZ en de gezinstherapie een aparte plaats in. Niet alleen zijn ze een opleidingsinstituut met een rijke traditie, maar bovendien timmeren ze op een heel eigen manier aan de weg door elke twee jaar een symposium te organiseren. Die symposia zijn nooit 'doorsnee'. Elk symposium wordt geopend door een nagespeelde beroemdheid. Twee jaar geleden was dat Otto Kernberg, dit keer Maarten Luther, die het publiek in een fel betoog meevoerde van de heilige huisjes van toen naar het huiselijk geweld van nu. De duivel is niet meer buiten maar in onszelf en cliënten zoeken absolutie bij hun psychotherapeut. Het programma werd zeer knap geïllustreerd door twee acteurs/acrobaten van theatergroep *Alaska Unlimited*. Zij slaagden erin om het moeilijke vakjargon van de psychotherapeuten in een onnavolgbaar tempo foutloos uit hun mond te krijgen, in een geestig pleidooi voor geweld als de intimiteit van de 21^e eeuw onder het motto: 'Ik sla, dus ik besta' en 'Vecht veilig en geniet, maar met mate'. En tussendoor vijf verschillende visies op het thema 'intieme oorlog'.

Justine van Lawick, psycholoog en opleider systeemtherapie (vrijwel de hele zaal was gevuld met haar opleidingen, collegae of allebei), gaf een aantal redenen voor de enorme toename van het geweld onder adolescenten. Hoewel het verleidelijk is om in simplificerende zwart-wittermen te denken zijn de oorzaken van geweld divers en complex: de enorme nadruk op emoties in onze maatschappij; de psychologisering en feminisering met veel nadruk op praten in plaats van doen; de overlegcultuur die in de plaats is gekomen van de bevelshuishouding; het ontbreken van betrokken en sterke ouderfiguren, in het bijzonder vaders; onduidelijkheid over normen en waarden; hoge eisen zowel aan de ouders als aan kinderen en de grote verschillen die de multiculturele samenleving met zich meebrengt. In een aantal videofragmenten uit televisieprogramma's werd een en ander treffend geïllustreerd: ouders die geen grenzen stellen hoewel kinderen er soms om lijken te smeken; een Marokkaanse vader die vindt dat de Nederlandse mentaliteit zijn kinderen verpest ('de politie moet kinderen slaan en ouders moeten kinderen ook kunnen slaan'); en moeders die klem zitten tussen hun eigen belangen en het er-moeten-zijn voor hun kinderen. Van Lawick presenteerde een helder model, gebaseerd op Omer (2001), om ouders en kinderen te helpen de agressie in het gezin te beteugelen. Ze heeft ontdekt dat het *time-out* model dat zij bij echtparen gebruikt niet goed werkt bij adolescenten. Hiervoor is de verhouding tussen ouder en adolescent te ongelijk. Escalaties tussen ouders en kinderen kunnen worden onderscheiden in *complementaire escalaties*, waarin de ouder steeds hulpelozter wordt en de adolescent steeds meer macht krijgt, en *symmetrische escalaties* met

wederzijds geweld, vijandigheid en dreiging. Omer beschrijft hoe dit soort spiralen doorbroken kan worden met niet-gewelddadig verzet, zoals Ghandi dit propageerde: op een redelijk rustig moment gaat de ouder met de adolescent in de kamer zitten, liefst met de stoel voor de deur zodat de adolescent er niet uit kan en zegt: 'Ik kan je gedrag niet accepteren; ik ga je niet slaan, maar ik geef niet aan je toe en ik verwacht van jou een voorstel hoe dit gedrag te doorbreken is.' Daarna zwijgt de ouder, laat zich niet provoceren of verleiden tot discussie en gaat in op elk positief voorstel. De tijd, de stilte en de aanwezigheid kunnen soms tot onverwachte openingen leiden.

Ook *Frans Duintjer* en *Henri Boulogne*, psychologen en opleiders systeemtherapie, gingen in hun verhaal over kinderen die hun ouders terroriseren of mishandelen, op dit thema door. Zij signaleerden nog een derde vorm van escalatie, namelijk als ouders elkaar structureel tegenwerken: de ene ouder is te streng en de andere ouder te toegeeflijk. Het grote gevaar is dat de therapeut als derde partij wordt betrokken in de strijd tussen ouder en kind, en vaak onder grote druk komt te staan: 'Er moet nú iets gebeuren.' Hun advies is: leg eerst de bal stil en ga eens na welk spel er gespeeld wordt. Is het handbal, hockey of tafeltennis? Veel machteloze ouders denken dat de wedstrijd al gespeeld is, maar je kunt het moment van aanmelding ook zien als een pauze en de therapie als de tweede helft, waarin je het spel op een andere manier gaat spelen. Een verrassende invalshoek bood hun vraag aan de zaal: 'Stel: er komt een gezin bij je en de ouders willen graag over twee jaar geterroriseerd worden door een van hun drie kinderen.' Dit maakte opeens duidelijk wat de recepten zijn voor terreur in het gezin. Zoals: als ouders zo verschillend mogelijk optreden; kinderen alle macht geven – bijvoorbeeld over het budget en de gang van zaken thuis; en kinderen alle ruimte geven om te manipuleren, te stelen en te liegen. Ouders en kinderen vechten vaak om de titel wie zich het onverantwoordelijkst gedraagt en proberen daarmee de ander tot verantwoord gedrag te dwingen. De eerste stap is het gebrek aan empathie, dat vaak een facet is bij gezinnen waar geweld speelt, te herstellen. Vervolgens heeft de therapeut vooral tot taak de informatie die het systeem zelf genereert terug in te voeren en de blokkades die hierbij zijn ontstaan op te heffen.

Hoewel het een leuk verhaal was, werd het een beetje te veel achterover geleund verteld, waardoor het energieniveau soms inzakte. Ook *René Breuk*, kinder- en jeugdpsychiater op de afdeling forensische jeugdpsychiatrie van De Bascule, wees op het belang van empathie in zijn lezing over functionele gezinstherapie. Hij baseerde zich op de functionele gezinstherapie, ontwikkeld door Alexander en Sexton; eindelijk een *evidence based* methode om delinquente adolescenten te behandelen. Bij deze groep is vaak eerst een fase van engagement en motivatie nodig om, zowel met ouders als met kind, een therapeutische relatie te creëren waarin de beschuldigingen en negativiteit verminderd worden en het problematische gedrag wordt geherdefinieerd als een gezinsprobleem. Pas als dat gelukt is, kan de volgende fase van gedragsverandering en generalisatie aan bod komen. Een en ander werd prachtig geïllustreerd met een videoband waarop Sexton een gesprek voerde met twee wanhopige, uitgebluste en boze ouders en hun zestienjarige, uit Latijns-Amerika geadopteerde, delinquente zoon. Heel elegant wist de therapeut met zijn vragen eerst vader erbij te betrekken. Voor vader was het gebrek aan discipline bij zijn zoon het probleem, maar dit werd geherformuleerd tot: 'Vader kon zich niet voorstellen hoe zijn zoon zich niet aan simpele disciplineregels kon houden.'

Moeder explodeerde en bekritiseerde haar zoon nog sterker; zij was niet in staat om haar onderliggende angst en verdriet te laten zien. De eerste tien minuten waren alleen de ouders aan het woord en plotseling begon de zoon zich te uiten: hij hoorde alleen de haat van zijn moeder als zij tegen hem schreeuwde 'Ga weg!' En opeens brak het pantser van de stoere straatjongen en vertelde de zoon snikkend dat hij dacht dat zijn ouders niet van hem hielden. De therapeut benadrukte dat in het dagelijkse leven hun verbintenis en hun liefde verloren ging en de angst verdween onder de woede. Dit model wordt in de komende jaren ook in Nederland onderzocht, onder andere in De Bascule, bij de jeugdreclassering in Amsterdam, bij Transfer en De Viersprong.

Na de middagpauze volgden nog twee heel verschillende verhalen. *Paulien Bom*, verpleegkundige in de Amsterdamse thuiszorg en auteur van het boek 'Kinderen en grenzen stellen' (Bom, 2002), zette op een heldere en aansprekende manier een aantal zaken op een rijtje naar aanleiding van de vraag 'Waarom is de drempel zo hoog voor ouders om grenzen te stellen?' en 'Hoe kan het dat tweejarigen de baas worden over hun volwassen ouders?' Ze noemde twee belangrijke aspecten. Allereerst de denkbeelden: voor 1972 werd het pedagogisch denken in Nederland beheerst door de conditioneringstheorie, die zei dat je kinderen moest laten huilen en die maakte dat er een grote angst bestond om kinderen te verwennen. Door een beroemde studie van onder anderen Ainsworth uit Baltimore op basis van het gehechtheidsonderzoek van Bowlby sloeg na 1972 het denken en handelen opeens om: je moet baby's geruststellen als ze huilen; je kúnt ze niet verwennen. Naast het positieve gevolg dat ouders minder streng werden en meer konden genieten van hun kind ontstond er een soort continue beschikbaarheid van ouders. De regelmaat van slaap en voeding werd vaak doorbroken en het leek of alle huilproblemen konden worden opgelost met aandacht. Replica's van de Baltimore-studie, die aantonen dat baby's soms beter even kunnen huilen en dat meteen reageren door ouders het zelfreddende vermogen van kinderen negatief kan beïnvloeden, hebben weinig invloed gehad: ouders willen liever engelbewaarders dan dierentemmers zijn.

Een tweede facet is de grenzeloze tijd waarin we leven. Concreet is dat zichtbaar in voorbeelden als het weglaten van het tuigje in de kinderstoel, het vervangen van de trappelzak door een dekbed en als de kleine woelwater 's nachts huilt, mag hij bij pappa en mamma slapen – desnoods kruipt pappa wel in het doorgroeibed van de kleine. Hieraan verwant is het verdwijnen van de tussentijd, de wachttijd die verstrijkt tussen iets willen en de bevrediging. Vroeger duurde het maken van de vakantiefoto minutenlang en het ontwikkelen ervan drie weken; nu zien we de foto meteen in onze digitale camera. Kinderen krijgen niet alleen bij de maaltijden eten, maar grazen de hele dag door; de frustratie van het wachten wordt bij die kinderen zo veel mogelijk voorkomen zodat ze geen geduld meer hebben en de voorpret van verlangen missen. Het lijkt of de nadruk in de opvoeding alleen nog maar ligt op de hechting en dat de conditionering – de begrenzing en de duidelijkheid – wordt vergeten. We voorkómen liever stress bij kinderen dan dat we hun steun bieden als de stress ontstaat. Zelfs kinderdagverblijven krijgen namen als 'Robbedoes' of 'Eigen willetje' omdat we zo trots zijn op onze eigenwijze peuters. Daardoor gaan kinderen van twee jaar oud denken: 'Ik weet niet wat ik wil, maar ik wil het nu', en adolescenten: 'Ik weet verdomd goed wat ik wil en als ik het niet krijg, haal ik mijn recht.' Een Nieuw-Zeelands spreekwoord zegt dat je kinderen twee dingen kunt meegeven: wortels en

vleugels – en in die volgorde. Wij beginnen vaak te snel met de vleugels en worden pas streng als dat niet werkt.

Tot slot hield de socioloog *Gabriël van den Brink* een zeer doortimmerd verhaal over de kunst van het handhaven, gebaseerd op zijn boek 'Geweld als uitdaging' (Van den Brink, 2002) en zijn binnenkort verschijnende boek 'Schets van een beschavingsoffensief' (in druk). Het geweld neemt inderdaad toe. Sinds 1970 zijn er drie keer zo veel agressieve delicten en tien keer zo veel gevallen van vandalisme per jaar geregistreerd, nadat er tussen de jaren '50 en '70 een daling was opgetreden. Hij noemde hier vier oorzaken voor:

- De assertievere en soms agressieve levensstijl sinds de jaren '60;
- Een grotere bewegingsvrijheid zowel qua vervoer als tussen sociale milieus;
- Het uitgangspunt van het egalitarisme: 'Iedereen is gelijk';
- De enorm toegenomen welvaart waardoor veel behoeftes meteen bevredigd kunnen worden.

De moderne burger heeft een groot gevoel van eigenwaarde ontwikkeld, hoewel soms erg dun en opgeblazen, en is daarin gevoeliger voor krenking. Dit geldt in het bijzonder voor mannen tussen de 15 en 25 jaar die afkomstig zijn uit een gezin met weinig hechting, veel problemen op school kennen en bij wie sociale controle niet werkt. Om het tij te keren pleit hij voor een beschavingsoffensief en als moderne, seculiere filosoof gaf hij daarbij als norm aan je te houden aan de volgende vier deugden: gelijkwaardigheid, zelfwerkzaamheid, betrokkenheid en aanspreekbaarheid. Vooral deze laatste is moeilijk – hoe vaak reageren mensen niet boos of gepikeerd als ze aangesproken worden –, maar zij is wel essentieel voor een goede regulatie van het sociale verkeer. Onze regels hadden veel explicieter aan migranten doorgegeven moeten worden. Er is nooit goed duidelijk gemaakt wat normaal is: Nederlandse vrouwen lopen er bijvoorbeeld bij warm weer (in tegenstelling tot islamitische vrouwen) zeer schaars gekleed bij, waarbij dan ook nog eens de norm is dat kijken wél, maar aanraken niet mag. Wij onderschatten hoe moeilijk het voor migranten is om aan deze cultuurschok te wennen en ermee om te gaan. Explicitering van gedragsregels in de vorm van wetten kan helpen, maar is niet voldoende. Psychotherapeuten kunnen op psychologisch niveau een belangrijke rol spelen: duidelijke normen stellen vanuit een persoonlijke relatie met cliënten en niet alleen maar vanuit een functionele opstelling. Niet alles vatten in protocollen en productiecijfers, maar meewerken aan de internalisering van normatief gedrag.

De dag werd afgesloten met een discussie over de vragen en stellingen die de toehoorders in de loop van de dag op een grote wand hadden kunnen schrijven. Concluderend: een inspirerende, creatieve dag met als rode draad het belang van grenzen in een empathische relatie.

Literatuur

- Bom, P. (2002). *Kinderen en grenzen stellen*. Utrecht/Antwerpen: Lifetime publications.
- Omer, H. (2001). Helping parents deal with children's acute disciplinary problems without escalation. *Family Process*, 40, 53-66.
- Van den Brink, G. (2002). *Geweld als uitdaging*. Utrecht: NIZW.
- Van den Brink, G. (in druk). *Schets van een beschavingsoffensief*. Amsterdam: AUP.