

GELEZEN

Jan Olthof (in samenwerking met Gertha Sijbers) (2012). *Handboek narratieve psychotherapie voor kinderen, volwassenen en families: theorie en praktijk*. Utrecht: de Tijdstroom. 516 p., € 59,-

Jac Maurer

Jan Olthof werkt als systeemtherapeut in eigen praktijk in het Zuid-Limburgse Bunde en is daarnaast opleider en supervisor systeemtherapie. In de voorbije jaren is hij verbonden geweest aan diverse instituten, zoals psychiatrische ziekenhuizen, een epilepsiecentrum, Boddaertcentra en aan de gezinsafdeling van Yulius te Barendrecht, in samenwerking met gezinspsychiater Walter Oppenoorth. Deze laatste verhaalde over Olthofs professionele bijdrage aan deze gezinsafdeling bij de presentatie van dit boek in september 2012, tijdens een druk bezocht symposium in de voormalige schouwburg La Bonbonnière te Maastricht.

Hoewel de titel anders doet vermoeden, is dit boek geen handboek in de gebruikelijke betekenis. De lezer vindt er geen blauwdruk voor psychotherapeutische behandeling met concrete aanwijzingen vanuit een na te volgen model. Olthof hoopt lezers te inspireren om eigen behandelingen op eigen wijze creatief vorm te geven. Het is een boek om letterlijk ter hand te nemen. Vanaf het begin geeft de schrijver uitdrukking aan zijn idee over therapeutisch werken: zoeken naar de meervoudige betekenis van een woord, naar het verhaal dat daarbij hoort, naar het kader en de context van betekenisverlening. Het is het persoonlijke verhaal van Olthof, het verslag van zijn nomadische reis van dertig jaar narratief werken, en een benoemen van zijn inspiratiebronnen uit het psychotherapeutisch werkveld, de kunst, poëzie en filosofie. Het boek leent zich er niet voor om achter elkaar uit lezen. Ik heb het boek regelmatig ter hand genomen en legde het na het lezen

van bepaalde passages weer opzij, verdiept in mijn eigen associaties en overdenkingen. Ik maakte daarmee steeds een deel van mijn eigen reis door mijn persoonlijke hulpverlenersgeschiedenis en de inspiratiebronnen die ik daarbij tegenkwam.

Het boek kent de volgende opbouw. In het eerste deel worden de aspecten van narratief denken naar voren gebracht, het tweede deel verhaalt over narrativiteit in actie en het derde deel bevat een breed scala aan voorbeelden uit Olthofs praktijk: een 'voettocht' door de praktijk van de narratieve psychotherapie. Binnen deze psychotherapeutische stroming wordt uitdrukkelijk beroep gedaan op de verbeelding en om de verbeelding aan het woord te laten. De narratieve therapie beweegt zich tussen wetenschap en kunst enerzijds en kennis en kunde anderzijds, aldus Olthof.

In het eerste deel van het boek licht hij dit toe aan de hand van zijn beschrijvingen van het nomadisch denken (het loslaten van het vaste weten), van het belang van taal, tekst, tekstanalyse en betekenisgeving, van de verbintenis tussen lichaam en taal (ons lichaam spreekt, beweegt, vertelt, ontvouwt zich), van het gebruik van de 'derde ruimte' (buiten de eigen leefwereld, buiten de relatie), van de logica van de metafoer en ten slotte van het creëren van therapeutische context en van een behandelkader. Beide laatste onderwerpen zijn niet alleen essentieel voor het werken vanuit een narratief perspectief. Iedere hulpverlener - ongeacht zijn therapeutische 'kleur' - kan zijn voordeel doen met wat Olthof hierover schrijft: niet alleen over *wat* te doen, maar vooral ook over *hoe* te doen. De schrijver illustreert dat laatste met indrukwekkende gevalsbeschrijvingen.

De praktijk van de narratieve hulpverlening is gericht op actie, op het hier en nu en op de lichamelijke beleefde werkelijkheid. In het tweede deel wordt stilgestaan bij hoe tot nieuwe relatievorming kan worden gekomen: door het letterlijk innemen van een andere positie in de ruimte, via rituelen of

door taal om te zetten in een lijfelijke uitdrukking. Er worden strategieën besproken zoals het spreken met de stem behorend bij de oorspronkelijke ervaring (in plaats van praten over dat moment), de strategie van de rechtspraak (de hulpvrager zowel de positie van aanklager als van verdediger laten innemen), en *splitting* en *linking* (het verbinden van afgesplitste ervaringen in een aanvaardbaar verhaal). Tegendraads vertellen is een meer confronterende en verbindende manier van het voorleggen van een alternatief verhaal voor het belemmerende 'gebruikelijke verhaal' van de hulpvrager. Deze strategieën laten zich het beste toelichten via de voorbeelden die Olthof in ruime mate aanreikt.

Het laatste deel van het boek biedt praktijkvoorbeelden uit de verschillende werksituaties van Olthof, gegroepeerd rond de thema's gedissocieerde verhalen, geboorteverhalen (vaak niet-vertelde verhalen, bewaard door het lichaam en niet in taal en tekst gebracht), nieuw samengestelde gezinnen en vaderliefde. Rond dit laatste thema doet de auteur een hartstochtelijk appel op vaders om aanwezig te zijn in het leven van hun zonen en van hun dochters (en zich toe te vertrouwen aan gezamenlijke behandeling), en op de zonen van deze tijd om zich het mooie vak van psychotherapeut eigen te maken: in de nabije toekomst worden ze node gemist in de huidige feminisering van de hulpverlening. Centraal in dit laatste deel staat het uitgangspunt dat klachten worden gezien als een verhaal en psychotherapie als een verhaalwending. Als zodanig is psychotherapie vertelkunst.

De gehele tekst is rijkelijk toegelicht met therapieverslagen, foto's, afbeeldingen en tekstfragmenten van schrijvers en dichters. Het boek zou nog rijker en krachtiger zijn als ontberingen en pregnante dilemma's van Olthof zelf tijdens zijn nomadische reis woorden hadden gekregen. Voorbeelden van behandelingen waarin geen passend gezamenlijk verhaal gevonden is, waarin hulp-

verlening stagneert of die geen verlichting brengen ontbreken nagenoeg.

Als afsluitende gedachten in het laatste hoofdstuk - aan het einde van de reis, zittend op zijn bankje - zoekt Olthof naar zijn verhouding tot de narratieve stroming binnen het systeemtherapeutisch werkveld en plaatst zich voorbij het zogenaamde postmoderne binnen het systemisch denken. Hij concludeert dat de ruimte van de meerstemmigheid, de ruimte zelf, te groot is geworden binnen de narratieve traditie. Hij noemt deze wereld horizontaal, in tegenstelling tot de verklarende hulpverlenings-traditie die hij karakteriseert als verticaal. In zijn overwegingen stelt hij - in navolging van filosoof Peter Sloterdijk - *eros* (de drijfveer) en *thymos* (de beteugeling) centraal. Hij pleit voor diagonaliteit, waarin het horizontale en het verticale samengaan.

In mijn ogen maakt Olthof hiermee te rechte opmerkingen over zijn werkwijze. Hij is in zijn illustratieve voorbeelden niet zozeer een niet-wetende bevragende gesprekspartner (die niet zoekt naar feiten of onderliggende structuren; Habekotté, 2008), maar eerder een verhalenverteller die de hulpvragers een verlichtend kader biedt waarin hun symptomen een betekenisvolle en hanteerbare plaats krijgen. Daar waar zij zelf geen verhaal (meer) hebben - in feite is dat dan hun verhaal - reikt hij het aan. *Just sitting on my fence* herken ik in deze positie vooral die van de 'heler', zoals Jerome D. Frank (1961) deze omschrijft: hij biedt een vertrouwenwekkend en veiligheid biedende therapielatie, scheidt de verwachting dat er hoop is en dat de therapie werkt, biedt een extern perspectief op de problemen, er is terugkoppeling en realiteitstoetsing in het bereiken van een gezonder evenwicht in de relatie met zichzelf en anderen, en correctieve emotionele ervaringen worden bevorderd. Hierbij plaatst Olthof zich wel volledig in het narratieve perspectief: hij geeft deze algemeene werkzame factoren overwegend vorm (soms ook via hypnose en

EMDR) middels betekenisvolle, terughalende, herstellende en afgestemde verhalen.

Een voorbeeld (in samenwerking met Rudolf Ponds; p. 264-266) over het scheppen van een kader voor behandeling: Eduard (45), voormalig vrachtwagenchauffeur, wordt aangemeld bij de geheugenpoli van een academisch ziekenhuis. Eduard heeft na een kleine hersenbloeding een zeer ernstige geheugenstoornis ontwikkeld. Uitgebreid neurologisch en neuropsychologisch onderzoek heeft hier geen oorzaak voor kunnen vinden. Het volgend kader wordt dan geïntroduceerd en aan Eduard en zijn vrouw aangeboden: 'Julie hebben rond de hersenbloeding een enorm angstige periode door gemaakt, letterlijk doodsangsten uitstaan. Eduard, jij bent door de donkere nacht van de doodsangst heen gegaan en het zou kunnen zijn dat je onderbewuste heeft gezegd: "Dir wil ik nooit meer meemaken!" Aangezien deze ervaring, deze donkere nacht, voor jouw lichaam, geest en ziel de laatste herinnering was, zou het kunnen zijn dat je onbewuste heeft besloten deze periode uit je geheugen en uit je bestaan te wissen. Het lijkt erop dat je geheugen met terugwerkende kracht alles heeft uitgewist. Alsof op deze wijze je hele identiteit moest worden uitgewist, om te voorkomen dat je aan die donkere nacht herinnerd zou worden. Deze identiteit, Eduard, is echter bewaard gebleven als onder een stolp. Je zou ook kunnen zeggen dat die is opgeslagen op de harde schijf en er geen softwareprogramma is om toegang te krijgen tot de harde schijf. Heel af en toe komt er een klein beetje aan "identiteit", een klein beetje geheugen, onder die stolp vandaan. Leven onder een stolp is net als leven in een vacuüm: een stolp houdt de kwaliteit goed, maar er moet af en toe een beetje zuurstof bij. Zo valt het te verklaren dat er zo nu en dan stukjes herinnering opduiken om vervolgens weer te verdwijnen. Helemaal uitgewist is het geheugen dus niet. Het feit dat regelmatig stukjes herinnering opduiken en weer ver-

dwijnen, geeft aan dat er nog een levende identiteit onder de stolp aanwezig is. Behandeling zal zich dan ook een weg moeten banen door deze donkere nacht.'

Het lezen of op zijn minst regelmatig ter hand nemen van dit lijvige boek is van barte aan te bevelen, ook al is het geen echt handboek. Olthof heeft geen leerboek over de narratieve psychotherapie geschreven, wel een meeslepend boek boordevol aansprekende verhalen. Dit maakt het boek waardevol en verrijkend. Het roept bezinning op over de eigen positiebepaling als therapeut, over de kracht van het woord en betekenisverlening, over het belang van het creëren van een gedeeld en werkbaar kader, over het scheppen van letterlijke en figuurlijke ruimte voor alle betrokkenen. Of, zoals redacteur en reisgenoot Gertha Sijbers het in haar voorwoord ('De ware zin van het woord') aangeeft: '(...) is dit boek een metaniveau van zichzelf. De woorden trekken verder en krijgen betekenis van wie ze leest'.

Literatuur

- Frank, J.D. (1963). *Persuasion and healing*. Baltimore, MD: Johns Hopkins.
- Habekotté, F. (2006). Narratief perspectief. In A. Savenije, M.J. van Lawick & E.T.M. Reijmers (red.), *Handboek systeemtherapie* (pp. 205-215). Utrecht: de Tijdstroom.

J. HALBER, klinisch psycholoog-psychotherapeut, is werkzaam bij Orbis GGZ, afdeling Kinderen en Jeugd te Sittard-Geleen. Hij is redacteur van dit tijdschrift.