

DE ZIEL VAN HET VAK

APPELO
BAARS
BANNINK
BASSIT
CORNELIS
GLAS
HAFKENSCHIED
HELBERG
KNAPEN
KRAAIJEVELD
LIMBURG-OKKEN
LINDENBORN
LOHUIS
MILDERS
NICOLAI
PHILIPSZON
ROKX
SCHALKWIJK
SIZOO
STEENDAM
TAVECCHIO
THUNNISSEN
TIELENS
VAN AS
VAN DEN BOSCH
VAN ELBURG
VAN MEEKEREN
VAN OENEN
VANAERSCHOT
VIDELER
WAGENAAR

**OVER CONTACT
ALS KERNWAARDE
IN THERAPIE**

VAN MEEKEREN / BAARS

Boom

**‘HET WILLEN DELEN VAN
DE COMPASSIE VOOR HET
WERKEN MET MENSEN MET
PSYCHIATRISCHE PROBLE-
MEN SPAT ER VANAF. [...]
KNAP GEDAAN. ELK HOOFD-
STUK IS NÉT LANG GENOEG,
EN HET LEEST DAARDOOR
ALS EEN TREIN.’**

– De Jonge Psychiater

**‘MET DIT BOEK IN DE HAND
KUNT U VOORUIT:
HET BEVAT EEN RIJKDOM AAN
ERVARINGEN EN KENNIS’**

– Sociale Psychiatrie

**‘ZEER LEESBARE EN VAAK
ONTROERENDE STUKJES’**

– GGZ Totaal

**‘NET ZO MIN ALS DE ZIEKE
SAMENVALT MET ZIJN OF
HAAR ZIEK-ZIJN,
VALT DE PROFESSIONAL
SAMEN MET ZIJN OF HAAR
PROFESSIONELE ROL.’**

*(In: De ziel van het vak,
Gerrit Glas)*

**‘COMPASSIE ONTSTAAT [...]
LANGS EEN WEG WAARIN JE
ALS PSYCHOTHERAPEUT
SAMEN MET DE PATIËNT
NIEUWE GEVOELEN
ONTDEKT, BRUGGEN SLAAT,
VERHALEN HOORT WAARDOOR
JE GERAAKT WORDT, FOUTEN
MAAKT EN REPAREERT EN
ELKAAR LEERT KENNEN [...]’**

*(In: De ziel van het vak,
Nelleke Nicolai)*

DE ZIEL VAN HET VAK

**OVER CONTACT
ALS KERNWAARDE
IN THERAPIE**

ERWIN VAN MEEKEREN
EN JAN BAARS (redactie)

Boom

© 2016 Erwin van Meekeren en Jan Baars

© 2016 Boom uitgevers Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (Postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912. Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting pro (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-pro.nl).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

De uitgever heeft ernaar gestreefd de rechten van de illustraties en de artikelen volgens wettelijke bepalingen te regelen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Verzorging omslag: Bas Smidt

Verzorging binnenwerk: Bas Smidt

ISBN 978 90 5875 585 8 / NUR 770

www.bua.nl

www.boompsychologie.nl

INHOUD

Voorwoord	9
<i>Wiepke Cahn</i>	
Voorwoord	11
<i>Marijke van Putten</i>	
Voorwoord	13
<i>Eva van Kemenade</i>	
Inleiding	15
<i>Erwin van Meekeren & Jan Baars</i>	

DEEL I WETENSWAARDIGHEDEN

1 Een palet aan kennis en kunde	20
<i>Erwin van Meekeren, Jan Baars & Saskia Knapen</i>	
2 Persoonsgerichte zorg	28
<i>Gerrit Glas</i>	
3 Opvoeding en (mogelijke) consequenties	36
<i>Louis Tavecchio</i>	
4 Gevangen in een medische paradox	43
<i>Frits Milders</i>	

DEEL II DE OPENING

5	De eerste indruk	52
	<i>Erwin van Meekeren, met bijdragen van Fredrike Bannink, Dorien Philipszoon, Moniek Thunnissen, Bram Sizoo, Jan Baars, Martin Appelo, Wies van den Bosch & Jurgen Cornelis</i>	

DEEL III HET MIDDENSTUK

6	De behandelaar	68
	<i>Greet Vanaerschot</i>	
7	De therapeutische relatie	75
	<i>Anton Hafkenscheid</i>	
	Intermezzo: diagnostiek en classificatie	82
8	Contextuele aspecten	84
	<i>Jan Baars</i>	
9	Culturele aspecten	91
	<i>Annechien Limburg-Okken & Hayat Bassit</i>	
10	Het verhaal van de patiënt	98
	<i>Moniek Thunnissen</i>	
11	Monitoren en evalueren	105
	<i>Anton Hafkenscheid</i>	
	Intermezzo: het geheugen	114
12	Het diagnostisch proces	116
	<i>Anne Lindenborn</i>	
13	Vertrouw je mij?	123
	<i>Saskia Knapen</i>	
14	Wie niet weg is, wordt gezien	131
	<i>Frans Schalkwijk</i>	
15	Mentaliseren	137
	<i>Dorien Philipszoon</i>	

16	Partners in beweging brengen	144
	<i>Karin Wagenaar</i>	
	Intermezzo: de wetenschap	150
17	Empathie, compassie en zelfcompassie	152
	<i>Nelleke Nicolai</i>	
18	Validatie	160
	<i>Wies van den Bosch</i>	
19	Verandering door verrassing: crisis	167
	<i>Flip Jan van Oenen & Jurgen Cornelis</i>	
20	Boosheid	175
	<i>Jan Baars</i>	
	Intermezzo: behandelingen	182
21	Empathische breuken	184
	<i>Nelleke Nicolai</i>	
22	Vastlopende behandelingen	191
	<i>Jurgen Cornelis & Flip Jan van Oenen</i>	
23	Welbevinden	198
	<i>Fredrike Bannink</i>	
	Intermezzo: individuele verschillen	205
24	Acceptatie	207
	<i>Ando Rokx</i>	
25	Psychofarmacotherapie (is vooral psychotherapie)	214
	<i>Moniek Thunnissen</i>	
26	Digitale zorg	221
	<i>Frank Kraaijeveld</i>	
	Intermezzo: verschillende rollen	229
27	Adolescenten	231
	<i>Glenn Helberg</i>	

28	Ouderen	238
	<i>Arjan Videler & Henk van As</i>	
29	Iedereen vermijdt!	246
	<i>Dorien Philipszoon</i>	
30	Riders on the storm	253
	<i>Erwin van Meekeren</i>	
	 Intermezzo: de oorzaken	 261
31	Ik zal u vertellen hoe 't zit	263
	<i>Frans Schalkwijk</i>	
32	Als hoop verdrongen wordt door wanhoop	269
	<i>Martin Steendam</i>	
33	Mensen die ongemotiveerd lijken	275
	<i>Martin Appelo</i>	
34	Star en rechtlijnig; maar waarom?	282
	<i>Bram Sizoo</i>	
	 Intermezzo: sociaal maatschappelijke aspecten	 288
35	Andere werkelijkheid, verbindende gesprekstechniek!	290
	<i>Gerard Lohuis & Jules Tielens</i>	
36	Mensen die niet willen eten	296
	<i>Annemarie van Elburg</i>	
 DEEL IV HET SLOT		
37	Afronden is een kunst	304
	<i>Erwin van Meekeren</i>	
	 Dankwoord	 311
	Over de auteurs	313

‘MET DIT BOEK WORDT DE ZIEL VAN ONS VAK BELICHT EN DAT IS HARD NODIG’

Voorwoord door Wiepke Cahn

Kunnen we de kwaliteit van de gezondheidszorg en in het bijzonder van de psychiatrie verbeteren en is dit nodig? Ja, en een boek als dit is daarin essentieel! Als psychiaters zijn we de ziel van het vak de laatste jaren een beetje uit het oog verloren. Het contact met de patiënt en de helende werking die van dit contact uitgaat is ondergesneeuwd door meer prioriteit te geven aan richtlijnen en protocollen. We hebben zelfs een, vooralsnog onbetrouwbaar, systeem gecreëerd om het effect van onze behandelingen te evalueren (ROM). Op zich is daar niets verkeerd aan. Maar zoals we vroeger veel deden zonder enig idee te hebben of een ingezette behandeling überhaupt wel geschikt was voor een bepaalde aandoening (de zogenaamde ‘black-box-psychiatrie’), zijn wij nu steeds meer geneigd om slechts de gebaande paden te bewandelen. Als de beschreven route in de richtlijn geen uitkomst biedt, dan wordt de patiënt aangemerkt als ‘uitbehandeld’.

In de wetenschap dat de psychiater tijdens de opleiding genoeg heeft geleerd om gepast met richtlijnen en protocollen om te gaan, is het geschetste beeld dat psychiaters slechts technocraten zijn natuurlijk niet waar. Maar hebben we tegenwoordig genoeg tijd en aandacht voor een ander als wij onszelf staande moeten houden in de turbulente tijden van majeure veranderingen in de gezondheidszorg? Hoe

kunnen we het vak goed uitoefenen als er aan de randvoorwaarden wordt getornd?

Dat dit een probleem is, wordt duidelijk tijdens NVVP-bijeenkomsten waar onze collega's emotioneel vertellen over het omvallen van hun ggz-instelling, over een inval van de NZA, de problemen die men ervaart tijdens contractonderhandelingen met de zorgverzekeraars en gemeenten en *last but not least* het verlies van autonomie. Externe factoren hebben direct invloed op de uitoefening van het vak en op wat er in de spreekkamer gebeurt. Veel psychiaters maken zich zorgen over de kwaliteit van de patiëntenzorg, vooral over de continuïteit van behandeling en behandelaar. Het is alsof je de ene psychiater zo kunt inwisselen voor een ander, alsof alles wat Freud en anderen ons hebben geleerd over de therapeutische relatie er niet meer toe doet.

In de gezondheidszorg ben je als arts *zelf* het krachtigste instrument voor het verminderen van klachten en symptomen, en voor het verbeteren van de kwaliteit van het leven van de patiënt. Het echte vakmanschap wordt vaak onderschat, terwijl bewezen is dat de arts die warm, vriendelijk en geruststellend is, effectiever is dan diegene die formeel en afstandelijk is. Als gevolg van de technocratische beweging lijken we dit enigszins uit het oog verloren te hebben. Meer wetenschappelijk onderzoek is nodig om het effect van de behandelrelatie te onderzoeken en waarschijnlijk is er meer winst te behalen als we kijken naar het matchen tussen patiënt en psychiater; iets dat ook past in de beweging om de gezondheidszorg persoonlijker te maken (*personalised medicine*). De eerste stap is het opnieuw onder de aandacht brengen van de essentie van ons vak. Met dit boek wordt de ziel van ons vak belicht en dat is hard nodig.

Wiepke Cahn

Psychiater in UMC Utrecht, vicevoorzitter van de Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie en bestuurslid van de stichting Kwaliteitsontwikkeling GGZ

‘VRIJE RUIMTE ZAL ERVOOR ZORGEN DAT DE ZIEL VAN ONS VAK NIET VERLOREN GAAT’

Voorwoord door Marijke van Putten

Is de ziel van ons vak werkelijk aan het verdwijnen onder druk van externe eisen en administratieve lasten? Ontbreekt de tijd om ons te verdiepen in onze patiënten, collega's en leidinggevenden? Is tijd een bepalende factor voor echt contact? Zijn behandelplannen, ROM en heldere financiële afspraken een bureaucratische last, of een noodzakelijk onderdeel van goed hulpverlenerschap?

Antwoorden op deze vragen heb ik gezocht in de stoïcijnse filosofie. De stoïcijnse filosoof Epictetus schreef ooit dat emotioneel lijden, in dit geval het verlies van de ziel van het vak, wordt veroorzaakt doordat we te veel waarde toekennen aan iets wat niet, of niet meer, in ons vermogen ligt te veranderen (externe en interne eisen).

Hoe komen we dan weer terug bij de ziel van het vak? Hoe komen we tot een levenskunst waarin we de werkelijkheid en onze gevoelens daarover kunnen accepteren, om vrije ruimte te creëren? Vrije ruimte is tenslotte een belangrijke voorwaarde voor echt contact, voor presentie, voor de dialoog. Dat is niet alleen goed voor onze patiënten, maar ook voor onszelf als hulpverlener, collega, partner, goede buur of bestuurder.

Het bewust hanteren van deze vrije ruimte zal ervoor zorgen dat de ziel van ons vak niet verloren gaat, en dat is dan ook waar dit boek over gaat. Het is een bijzonder initiatief van gedreven professionals,

die ons wijzen op de zaken waar we wel invloed op hebben. Ze laten zien hoe we ruimte kunnen zoeken, nieuwe inspiratie kunnen opdoen en echt contact kunnen maken, om de ziel van het vak te behouden of te herwinnen.

Is het daarmee niet langer noodzakelijk om de externe druk te verminderen? Integendeel: waar het in ons vermogen ligt, zullen wij alles in het werk moeten stellen om onze professionele tijd en ruimte te besteden aan zaken die ertoe doen, zodat wij de ziel van het vak niet verliezen. Ik wens je veel inspiratie en leesplezier!

Marijke van Putten, psychiater, bestuurder
GGZ Noord-Holland Noord

'DIT BOEK VERTELT OVER DE PASSIE VAN HULPVERLENERS'

Voorwoord door Eva van Kemenade

Als je als cliënt in de psychiatrie je ziel op tafel legt, je kwetsbaarheden blootgeeft en je door je schaamte, pijn en angsten heen bijt om zo goed mogelijk te herstellen, dan wil je te maken hebben met een bezielde hulpverlener met passie voor zijn of haar vak. Je wilt gehoord worden en oprecht, oordeelvrij, begripvol en met respect bejegend worden. Je wilt, kortom, een gelijkwaardig menselijk contact; als het om jezelf gaat, maar zeker als het een dierbare naaste betreft.

Als cliënt wil je als geheel persoon gezien worden; je hebt een heel verhaal, beschikt over verschillende kwaliteiten en krachten en speelt meerdere rollen in je leven, en daarnaast heb je een verzameling kwetsbaarheden die al dan niet tot een diagnose kunnen leiden. Om te herstellen heb je een perspectief nodig, je moet hoop hebben en mensen moeten je vertrouwen geven.

Als naaste van een psychiatrisch patiënt heb je ook een rol: ook jij wilt gehoord en gezien worden, want de kwetsbaarheid van je geliefde beïnvloedt jou ook. Jij bent nodig in het herstelproces, en wilt er daarom ook graag bij betrokken worden. Je wilt weten wat je wel of juist niet kunt doen; je hebt handvatten nodig om je naaste te kunnen ondersteunen, maar soms heb je ook behoefte aan handvatten om zelf stevig te blijven staan.

Dit boek vertelt over de passie van hulpverleners; over hoe ze geraakt kunnen worden door de verhalen van hun cliënten, hoe ze moeite doen om iemands verhaal te begrijpen, om mee te denken en hoop te geven voor de toekomst. Het onderstreept dat hulpverleners ook gewoon mensen zijn, met hun eigen gedachten, gevoelens en onzekerheden. Als we dat aan elkaar kunnen laten zien, kunnen we samen muziek maken.

Eva van Kemenade

Projectmanager bij Samen Sterk zonder Stigma

Wat de ziel van je vak is, is altijd een relevante vraag, maar in een tijd waarin er veel zorgen zijn over de ontwikkelingen in de (geestelijke) gezondheidszorg wordt deze vraag urgent. Sommigen spreken zelfs over een ‘crisis’, er is te weinig tijd, hoge productiedruk, bemoeienis van verzekeraars en politiek, verlies van professionele autonomie, het keurslijf van DBC’s en de onrust van reorganisaties. Daar gaat dit boek grotendeels aan voorbij. Niet omdat we deze kanten van de werkelijkheid willen ontkennen, maar omdat wij de focus geheel willen leggen op de ziel en daarmee de schoonheid van het vak. Het is in de eerste plaats geschreven voor en door professionals die zich bezighouden met de zorg voor mensen die psychisch lijden, maar het is daarnaast geschikt voor alle professionals die goed contact nodig hebben om hun werk adequaat te kunnen verrichten.

Het doel van ons vak is mensen te helpen weer zelf sturing te geven aan hun leven. Daarbij profiteren patiënten uiteraard van natuurwetenschappelijke kennis, van ‘specifieke factoren’, methodieken en korte en krachtige technische interventies. Maar mensen hebben niet alleen behoefte aan deze deskundigheid. Keer op keer blijkt dat het belangrijkste aspect van een goed (therapeutisch) gesprek is: werkelijk contact. Daarom is dat de ziel van dit boek geworden. Het gaat om

contact dat je moet zien te maken, ook met mensen die daar ambivalent of onhandig in zijn. En om het behouden van dat contact als er een breuk dreigt of de ander lijkt af te haken. Behalve aandacht voor contextuele aspecten die verdere ontwikkeling in de weg zitten, richten de auteurs zich op de benodigde vaardigheden van professionals.

Wij spiegelen ons aan de muziek, waar het niet alleen gaat om de technische begaafdheid van ‘de noten spelen’, maar vooral om *hoe* je de noten speelt, wat je uit je instrument haalt, met de bedoeling je toehoorders emotioneel te raken en ontroeren. Dat is wat de auteurs, allen ervaren klinici en liefhebbers van hun vak, ook beogen. Zij laten bijvoorbeeld zien hoe professionals hun eigen persoon als instrument kunnen laten ‘zingen’ door hun authenticiteit, empathische accuraatheid, compassie, zorgvuldigheid, betrokkenheid en gerichtheid op de ander.

Alles in ons vak is een constructie en niets is allesomvattend, en dat geldt ook voor dit boek. Het kent een korte prelude waarin een aantal theoretische kaders wordt geschetst. Een beperkte keuze, maar naar ons idee relevant voor het centrale thema. Er staat een aantal ‘intermezzi’ verdeeld door het boek. Ook hier gaat het om wetenswaardigheden, direct of indirect gerelateerd aan contact maken. Dan volgt een opbouw zoals in een muziekstuk – of zoals in een voordracht, of zoals in therapie – van opeenvolgend een opening, een middenstuk en een slot. In de opening gaat het om de ‘eerste indrukken’: hoe maak je contact en mensen nieuwsgierig naar wat je verder te bieden hebt? In het middenstuk trek je al je ervaring, kennis en kunde uit de kast, gericht ook op contact behouden. Het slot, waarbij het zorgvuldig beëindigen van contact centraal staat, maakt de cirkel rond. Het is verbonden met de opening en laat de patiënt naar huis gaan met een verrijkende ervaring, die hij zelf een plaats geeft in het eigen leven, en waarmee hij of zij vooral zelf verder invulling aan het leven kan geven. Een succesvolle afsluiting is ook voor de professional een verrijkende ervaring.

Wij lieten ons door vele mensen inspireren, van wie we hier maar een klein aantal namen noemen, zoals Irvin Yalom, Oliver Sacks, Gregory

Bateson, John Bowlby en Karl Jaspers. Yalom focust op de relationele aspecten: ‘Wat ik zeker weet, is dat een authentieke relatie, een ontmoeting waarin ik als therapeut volledig aanwezig en beschikbaar ben, aan ieder mogelijk succes ten grondslag ligt. En als ik het soms even niet meer weet, grijp ik ook altijd terug naar die relatie.’ Sacks, de neuroloog die ‘poëzie in zijn patiënten zag’, was altijd geïnteresseerd in de filosofische vraag wat iemand tot een persoon maakt en hoe je mensen kunt helpen in hun mens-zijn, hun identiteit. Bateson zag de mens als ‘deel van een geheel’. Met zijn uitspraak ‘Het verschil maakt verschil’ doelde hij op zijn idee (ook wel het ‘vlindereffect’ genoemd) dat je door op één punt een klein verschil te maken ingewikkelde systemen kunt veranderen en zo uiteindelijk het grote verschil, waarom het te doen is, kunt bewerkstelligen. Bowlby is de grondlegger van de hechtingstheorie, die uitvoerig aan bod komt in dit boek. Jaspers motiveerde professionals om zich voor het innerlijk van de patiënt te interesseren. ‘Aanschouwelijk tegenwoordig stellen’, is zijn term voor het vermogen om het innerlijk van de patiënt voor derden zichtbaar te maken. Hij beschouwde het begrijpen (*Verstehen*) als omvattender dan het natuurwetenschappelijk verklaren (*Erklären*).

Wij hopen dat de bijdragen in dit boek je inspireren en je uitdagen het maximale aan muzikaliteit te leggen in wat wij als ziel van het vak zien: contact maken en behouden.

Erwin van Meekeren en Jan Baars
Oktober 2015

Verantwoording

We wilden een vlot leesbaar boek, gericht op de praktijk en gebaseerd op de lange praktijkervaring van de auteurs. Daarom verwijzen zij niet in de tekst, maar aan het slot van elk hoofdstuk naar relevante en inspirerende literatuur. Elke auteur heeft in zijn of haar vaak lange carrière geput uit de kennis, optredens en publicaties van vele anderen. Als hoofdredactie willen wij daarom namens onszelf en alle auteurs al die inspiratiebronnen bedanken. Wij gaan ervan uit dat zij het kunnen verdragen dat zij niet, op de ‘klassieke’ manier, altijd op elke plek specifiek genoemd zijn.