

## **Systemische gespreksvaardigheden door Téo Visser**

Op maandag 26 februari gaf systeemtherapeut Téo Visser in de middag een vervolg op zijn lezing over systeemgericht werken in crisissituaties (21-11-2022). Tijdens deze bijeenkomst sprak en oefende Téo samen met de groep systeemgerichte gespreksvaardigheden. Het doel van de bijeenkomst was negatieve patronen in relatie met huiselijk geweld in kaart te brengen en diepere liggende traumatische pijnpunten in gesprek naar voren te laten komen. Ook deze bijeenkomst is een daverend succes, de gehele zaal zat vol!

### Een korte college over gesprekstechnieken

Téo begint de bijeenkomst met een korte uitleg over de verschillende gesprekstechnieken. Hij geeft een uitleg over boos worden en de verschillende opvattingen hiervan. Specifiek de dominantie van de opvatting is belangrijk. De dominantie van de opvatting is gericht op de actie en reactie van de ander. Vanuit deze reactie kan er een spiraal in gedrag ontstaan met daarbij circulair denken.

Bij circulair denken komt er telkens een reactie op een actie, wat vervolgens weer een reactie geeft. Téo geeft aan dat, wanneer je als hulpverlener in een gezin komt, je aan het begin van de hulpverlening buiten de communicatie en dus buiten het conflict staat. De hulpverlener kan objectief kijken naar deze acties & reacties tussen de gezinsleden. Op een gegeven moment wordt je als hulpverlener in het proces gezogen, waardoor je niet meer objectief op het conflict kan reageren. Daarnaast kan het moeilijk zijn om objectief naar het conflict te kijken als dit conflict ver van je eigen normen en waarden staat.

Téo heeft daarvoor een aantal belangrijke tips. Hij neemt het voorbeeld van een theekopje: als je naar het theekopje kijkt dan lijkt het oor rechts te zitten, terwijl het voor de persoon tegenover je links zit. Je neemt de integriteit van de ander in twijfel als je denkt dat jouw waarheid alleen waar is. Een aantal tips die Téo mee wilt geven zijn:

- Ga ervan uit dat iedereen deugt
- Maak contact vanuit de YES setting
- Zie het probleem als logisch verschijnsel

### Drie keer ja krijgen

Vervolgens spreekt Téo een opdracht uit. De aanwezigen moeten een gesprek aangaan met zijn/haar buurman over een moeilijk verhaal van een naaste, klant of client. Als de verhalenverteller drie keer een 'ja' krijgt dan heb je gewonnen. Téo legt vervolgens de achterliggende rede van de opdracht uit.

Met een open vraag of open duiding wordt er gevraagd naar het verstand van een ander. Een gevolg hiervan is dat er binnen het gesprek niet goed kan worden meegemaakt met de ander. Wanneer er een gesloten vraag wordt gesteld, dan 'huil je mee met de wolf'. Een gevolg hiervan is dat de gedachten van de verhalenverteller wordt bevestigd, je gaat mee in de moeilijkheid van de ander. Dit is één van de stappen volgens de ABC van de Psychiatrie.

### Volgens de ABC van de Psychiatrie

Téo praat vervolgens verder over de gespreksvoering volgens de ABC van de psychiatrie. Hij benoemt dat structureel ingrijpen van gedrag niet helpt met de intrinsieke motivatie. Het is juist belangrijk om met de ander te praten om verandering in gedrag teweeg te brengen. Om intrinsieke motivatie aan te wakkeren kan er gebruik worden gemaakt van de ABC van de psychiatrie. Allereerst gaat de hulpverlener radicaal mee in gesprek om de boosheid tot bedaring te krijgen, dit is volgens Téo akkoord in de betrekkingen. Vervolgens wordt deze betrekking

gebruikt om te kijken hoe dit in de normale context naar voren komt. Als dit alle duidelijk is kan de context gekanteld worden. Alleen als de context gekanteld wordt kan het gedrag verandert worden.

*“Een crisis is een kans, waarin de persoon met crisis een keuze heeft. Ga ik op de oude manier door of wil ik mijn gedrag veranderen?”*

### Gespreksvaardigheid oefenen

Nu is het aan de groep om aan de slag te gaan met de ABC van de psychiatrie. Téo vraagt aan de zaal of er twee personen zijn die samen met hem een situatie willen uitspelen. Téo neemt de groep mee in de ABC van de psychiatrie waarin hij af en toe het gesprek stopt om zijn gesprekskeuze te kunnen verantwoorden. Hij stelt zichzelf vragen als: wat gebeurt er in deze driehoek van personen? Naar welke relatie wordt ik gestuurd? Waarom vraag ik bepaalde dingen? Deze vragen waren vooral gericht op de driehoeksverhouding, specifiek van de gespreksvoerder. Hoe stel je je op als hulpverlener om samen in een complexe situatie in gesprek te gaan, zonder kant te kiezen.

Téo geeft aan dat de oorspronkelijke context van het probleem erg belangrijk is. Als er bijvoorbeeld een gezin is met een gewelddadige man en een mishandelde vrouw, dan is het belangrijk om terug te gaan naar de oorspronkelijke context. Van oudsher zijn deze personen namelijk partners. Het is belangrijk om dit gesprek te voeren vanuit de oorspronkelijke context en het gesprek vanuit oplossingsgerichtheid door te voeren: als je de oude context als start neemt, wat wil je dan verder?

### Met een blinddoek door de ruimte

Na de rollenspel geeft Téo een nieuwe opdracht aan de groep. Er mogen weer duo's gemaakt worden, waarin één persoon een blinddoek op doet. De andere persoon mag de geblinddoekte de weg door de zaal wijzen. Na verloop van tijd horen we een harde bel. Het is nu de taak van de geblinddoekte om zelf door de zaal te lopen. Téo wilt graag dat de persoon die leid uitgaat van de competenties van de ander, de geblinddoekte kan meer dan die zelf denkt! Dit kan terug worden vertaald naar de hulpverlener, er wordt namelijk een groot appel gedaan op de hulpverlener. De zorg krijsende leunt erg op de hulpverlener, terwijl dat soms niet perse nodig is.

### Drie verschillende fases van agressie

Na de opdracht nam Téo de tijd om iets over de theorie te vertellen. Hij tekende een stamboom uit en benoemde dat intergenerationele overdracht (overdracht van kennis of handelingen generatie na generatie) doorgaat in circulaire gesprekken. Mensen met een trauma voelen zich gerechtigd om verschillende dingen te mogen, bepaalde acties te verrichten, terwijl wij met elkaar in onze samenleving omgangsvormen met hebben afgesproken. Het gevoel dat je gerechtigd voelt om bepaalde acties uit te mogen voeren (door bijvoorbeeld een trauma) heet destructieve gerechtigdheid.

### Afsluiting

De bijeenkomst duurde in totaal meer dan drie uur, dat voelde het helemaal niet! Téo heeft veel verschillende theorieën verteld en samen systematische gespreksvaardigheden geoefend. Na afloop kreeg Téo een groot applaus.