

Wie ben ik?

Philip Marres •

Er zijn thema's die mij mateloos blijven boeien en steeds weer op mijn pad komen door de gesprekken in mijn therapiekamer en de boeken die door mijn handen gaan. Een van die thema's is de samenwerkingsrelatie tussen cliënt en therapeut. In het boek *Het misverstand psychotherapie* bespreekt Flip Jan van Oenen (2019, p. 42-43) een aantal factoren die belangrijk zijn in de therapeutische relatie: 'Vrouwen doen het een fractie beter dan mannen. Vriendelijkheid loont. Leeftijd speelt in zoverre een rol dat het niet handig is om meer dan 10 jaar ouder te zijn dan de cliënt, althans als de cliënt een jongere is tussen de achttien en dertig jaar.'

De houding, leeftijd, achtergrond en het humeur van de therapeut hebben dus invloed op de relatie. Maar wie is die therapeut? Ik ben man, 52, en soms chagrijnig, zeker op maandagmorgen, en ik werk in de jeugdhulpverlening met overwegend vrouwelijke collega's. Hopelijk ben ik meer dan dat, maar wat ik dan precies ben bepaal ik helaas niet alleen. Tja, wie ben ik?

Maandagmorgen 08.15 uur, het lichaam

Het scherm van mijn laptop vult zich als een waterval met mail en ik screen snel wat belangrijk is voor het eerste gesprek. Een lichte stress wordt mij meester als mijn oog blijft haken aan het woord 'klacht' in het onderwerp. In een fractie van een seconde wegen mijn gedachten de voor- en nadelen om de mail te openen, maar het ligt al te zwaar op mijn maag. Mijn wijsvinger beslist dat de mail geopend wordt.

-
- Systeemtherapeut bij Enver. Hij heeft ook een eigen praktijk voor systeemtherapie (marressysteemtherapie.nl). E-mail: pm.marres@gmail.com

Geachte heer Marres,

Naar aanleiding van het traject in de periode januari-juni jl. wil ik u op de hoogte stellen dat ik gebruik maak van de klachtenregeling, omdat uw onprofessionele handelen schadelijk is voor de ontwikkeling van mijn kind.

De woorden ‘prutswerk’, ‘geklungel’, ‘partijdig ten opzichte van moeder’ worden door mijn darmen moeilijk verteerd en ik moet ineens naar het toilet. Op het toilet ben ik lichaam met wat minder inhoud. Maar goed, volgens de cliënt had ik dat toch al niet.

08.45 uur, de leugenaar

‘Gaaf het?’, vraagt een stem met een bezorgde intonatie op de stoel van de wachtkamer. Straal langs mijn eerste cliënt gelopen zonder er erg in te hebben! ‘Blijkbaar iets verkeerd gegeten, maar het gaat wel hoor’, zeg ik met een geforceerde glimlach. Voorlopig zal de leugendetector nog wel rood uitslaan. Lopend door de gang zegt ze: ‘Is het niet beter een nieuwe afspraak te maken?’ Met een glimlach vraag ik aan haar: ‘Wie spreekt hier?’ ‘Ja ja, ik weet het, ik probeer weer voor iedereen te zorgen’, hoor ik met een zucht. Er bekruipt mij een vervelend gevoel. Heb ik oprechte interesse en normale omgangsvorm gereduceerd tot een onderdeel van een probleem waar de cliënte aan moet werken? Met mijn probleem druk ik haar verder de hoek in en problematiseer haar gedrag om mijn kwetsbaarheid als therapeut niet te tonen. Het was te moeilijk om te zeggen: ‘Sorry, ik was in gedachten verzonken, omdat ik even een vervelend mailtje las en fijn dat je daar rekening mee wilt houden.’ Blijkbaar ben ik een betere leugenaar dan ik dacht.

10.45 uur, de niet-coach

Het gesprek met een vader die zijn contact wil verbeteren met zijn zoon verloopt constructief en ik complimenteer hem met zijn doorzettingsvermogen. Hij knikt enthousiast en vervolgt: ‘Ja ja, dat zei mijn coach ook al, ik ben goed op weg. We gaan nu werken aan vriendelijkheid voor mijzelf. Dat is echt heel belangrijk, zegt mijn coach.’ Ik blijf vriendelijk knikken en voel enige irritatie oplopen, want daar was ik niet van op de hoogte. Ben ik aan het concurreren met een coach die *happiness* aan het quoten is? Hij kijkt mij ietwat verbaasd

aan als ik ‘vriendelijkheid’ met een lichte vorm van walging uitspreek. Te veel van mijn binnenkant vloeit naar buiten en ik schrik van mezelf. Ben ik niet meer dan dat: cynisch, verzuurd en geïrriteerd over een steunbron van een cliënt die ik niet eens ken? De onzekerheid slaat toe als ik besef dat deze vader misschien meer heeft aan de coach dan aan mijn therapie. Het enige wat nog met elkaar concurreert zijn mijn gevoelens, onzekerheid, twijfel en cynisme. Cynisme komt als winnaar uit de strijd, straks ook nog de vergadering. Ik zucht, misschien moet ik ook maar wat vriendelijker voor mezelf worden.

13.00 uur, testosteron van het mannetje

Omdat het binnen het team ‘niet zo lekker loopt’ heeft onze interimmanager zich ook als teamcoach opgeworpen en ons een coachingstraject aangeboden. *An offer you can't refuse.* Wie kan nu tegen een betere samenwerking zijn? Vandaag staat verbindend complimenteren op de agenda, niet zomaar complimenten geven, maar uitspraken die de relatie tussen de teamleden verstevigen. We gaan hard aan de slag, complimenteren erop los en ontvangen ‘de cadeautjes’ van elkaar. Aan het eind van de meeting, in het ‘wat neem je mee rondje’ zeg ik helaas net iets te hard: ‘Dit is weer een sessie affectieve zelfbevrediging, best lekker, maar uiteindelijk leidt het tot niets.’ Sommige collega’s giechelen, een andere kijkt geïrriteerd en de interim bedankt mij vriendelijk voor mijn inbreng. Mijn humeur is nog niet beter, maar even om mij heen trappen is lekker en ik ben zeker van mijzelf. Terwijl ik de vergaderzaal uitloop, knikt de interim vriendelijk. Ik voel mijn benen slap worden op het moment dat ik mezelf door haar ogen zie. Ik ben voor haar een cliënt in een slechtlopende casus. Zo eentje die weerstand biedt en niet mee wil in de verandering, zo’n mannetje met te veel testosteron die zichzelf grappig vindt. Terwijl ik mijzelf kwijtraak, blijft zij bij zichzelf, zij vertrouwt op het proces en focust zich op diegenen die meegaan in de verandering. De rest komt vanzelf of valt af ...

15.00 uur, biechtvader

De gesprekken stapelen zich langzamerhand op in mijn schouder en ik probeer ze naast mij neer te leggen. Het is niet de eerste keer dat het vorige gesprek zich in de huidige dialoog vermengt. Voor mij zit een vriendelijk ogende al wat oudere man. Hij is door de reclassering doorverwezen, maar het dossier is nog

niet binnen. Hij is de Nederlandse taal niet geheel machtig. Hij excuseert zich en ik probeer hem gerust te stellen door aan te geven dat zijn Nederlands een stuk beter is dan mijn Frans. Deze vader wil het contact met zijn dochter weer herstellen, maar het gesprek verloopt moeizaam. De zoektocht naar woorden kost te veel tijd. Uiteindelijk stel ik voor of hij zijn gedachten in zijn moedertaal wil verwoorden en voeg eraan toe dat ik er niets van zal begrijpen, maar het soms kan helpen om je gedachten te ordenen. Voor mij zie ik irritatie die oploopt in woede en zich vervormt in afwijzing en schuld die worden omgezet in verdriet. Ik versta alleen zijn gezicht en moet naar de woorden gissen, maar probeer begripvol te knikken en vriendelijk te lachen. Langzamerhand vloeien de emoties over in opluchting. Hij eindigt met de woorden: 'Dank u wel, er heeft nog nooit iemand zo begripvol gereageerd, maar u bent dan ook een man.'

Later lees ik zijn dossier: 'verbaal en fysiek agressieve man veroordeeld voor huiselijk geweld waarbij de aanklacht van seksueel misbruik van zijn dochter is geseponeerd wegens gebrek aan bewijs'. Ik probeer mijzelf wijs te maken dat ik alleen erkenning heb gegeven voor zijn gevoelens en niet zijn gedrag heb goedgekeurd. Tegen jezelf is het slecht liegen, maar ook deze man heeft recht op een luisterend oor en iemand die vriendelijk tegen hem is. Het is niet aan mij om hem te straffen, maar ook zeker mezelf niet. Vriendelijkheid is vandaag toch wel een thema.

18.00 uur, wie ben ik echt?

'Wie ben ik?' De vraag wordt door de overkant gesteld. 'Mooie en interessante vraag', geef ik terug. In mijn achterhoofd speelt de opmerking van een opleider. Het is niet erg als het thema van je cliënt jouw thema raakt als ze elkaar maar niet omarmen. Ruimte voor mezelf creëren, focus houden en de vorige gesprekken in het verleden laten.

'WIE BEN IK!!!!', gilt de overkant. Ik schrik op uit mijn overpeinzingen en biedt mijn excuus aan. 'Sorry, papa was nog even aan het denken over zijn werk.' Voor mij zit een zesjarige met het spel *Wie ben ik?* Heb je een baard? Heb je rood haar? Aan het eind van de eerste ronde zegt hij met een tevreden stem: 'Je bent Rogier' en voor de zekerheid nog even 'en ook papa'. Dan

een korte stilte. ‘Ja toch papa?’ Inderdaad, ik ben ... papa, therapeut en soms Rogier. Wie je bent, bepaal je niet alleen, tja, wie ben ik?

Literatuur

van Oenen, F. J. (2019). *Het misverstand psychotherapie*. Uitgeverij Boom.

