

Narratieve en oplossingsgerichte toepassingen bij genogrammen

Samen hoopvolle perspectieven creëren

*Men kan het leven achterwaarts begrijpen,
maar moet het voorwaarts leven.
Kierkegaard*

Samenvatting *Het opstellen van een genogram is een inmiddels wijdverspreide techniek in de familietherapie om problemen en intergenerationele processen in kaart te brengen. Een genogram is evenwel niet enkel een diagnostische methode, maar kan ook van grote therapeutische waarde zijn. Dit artikel beschrijft hoe ideeën uit de narratieve en oplossingsgerichte therapieën hun toepassing kunnen vinden in het opstellen van een genogram. Door het gezin uit te nodigen zelf het genogram op te stellen en op zoek te gaan naar mogelijkheden in de eigen familiegeschiedenis, ontstaat een collaboratief proces waarbinnen op een veilige manier aan een verbetering van het contact kan gewerkt worden. Ouders en kinderen worden uitgenodigd om verhalen van mogelijkheden en hoop met elkaar te delen. Door een genogram te combineren met een tijdslijn en vragen of doelstellingen voor de toekomst, komen alle drie de tijdsdimensies in de therapie aan bod en wordt de basis gelegd voor een gezonder evenwicht tussen reflectie en actie, tussen individualiteit en gemeenschappelijkheid.*

1. Onze dank gaat uit naar Jan De Clercq, Greet Splingaer, dr. Gerrit Loots en de collega's van De Viersprong voor hun helpend commentaar bij het tot stand komen van dit artikel.
2. Correspondentieadres: bruno.hillewaere@deviersprong.nl

BRUNO
HILLEWAERE EN
MYRIAM LE FEVERE
DE TEN HOVE¹
*Bruno Hillewaere*²
*is systeemtherapeut
op de jongeren-
afdeling van P.T.C.
De Viersprong
in Halsteren,
Nederland,
en praktijklector
aan de Vrije Uni-
versiteit Brussel,
België.*
*Myriam Le Fevere
de Ten Hove is
kinder- en jeugd-
psychiater in
D.G.G.Z. te
Kortrijk en Menen,
en opleidster aan
het Korzybski
Instituut.*

INLEIDING

BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

Het opstellen van een genogram bij aanvang van een therapie is sinds de jaren zestig, zeventig van de vorige eeuw een wijdverspreide techniek onder familietherapeuten. Aanvankelijk werd een genogram voornamelijk gebruikt als een diagnostisch instrument. Later werd duidelijk dat het ook van grote therapeutische waarde kan zijn. Typierend voor deze wijziging naar een meer therapeutisch aanwenden van genogrammen is de verandering in de titel van het standaardwerk van MacGoldrick & Gerson, van *Genograms in Family Assessment* (1985) naar *Genograms, Assessment and Intervention* (1999). Opvallend is dat het therapeutisch aanwenden van genogrammen binnen de recente, zogenaamd postmoderne stromingen slechts weinig beschreven wordt. Een uitzondering vormen de publicaties vanuit de oplossingsgerichte methodiek van Isebaert & Cabié (1997), Kuehl (1995, 1996) en Thomas (1995), waarin de auteurs aangeven hoe men de hulpbronnen en eigen oplossingsmogelijkheden van de cliënt en de familie in kaart kan brengen. Uitgangspunten in de narratieve benadering zijn onder andere: er bestaat niet zoiets als één waarheid maar eerder meerdere perspectieven; cliënt(en) meer auteur laten worden van het eigen verhaal; ruimte maken voor andere, hoopvolle verhalen naast het probleem (Anderson, 1997; Anderson & Goolishian, 1998; White & Epston, 1990).

Hoewel het opstellen van een genogram hier voor de hand ligt, is dit tot op heden binnen de narratieve richting niet verder uitgewerkt. Narratieve en oplossingsgerichte therapieën worden beide ook wel 'postmodern' en 'collaboratief' genoemd, waarbij een respectvolle samenwerking centraal staat (Rober, 2002).

Het doel van dit artikel is weer te geven hoe ideeën uit de narratieve en oplossingsgerichte therapieën hun toepassing kunnen vinden in het samenstellen van een genogram. We willen ook toelichten hoe een genogram bevorderend kan inwerken op hechtingsprocessen binnen een gezin. De integratie van deze methodieken wordt geïllustreerd met voorbeelden uit de klinische praktijk, voornamelijk vanuit ons werk met jongeren en hun families (Boonstra, 2004; Boonstra & Hillewaere, 2005; Hillewaere, 2006). Hierbij willen wij handvatten aanreiken voor het stellen van vragen die gezinnen helpen de eigen mogelijkheden te mobiliseren voor het creëren van een meer hoopvolle toekomst. Samen met het gezin proberen we op die manier verbindingen te leggen tussen verleden, heden en toekomst.

Deel 1. Het creëren van een respectvolle en constructieve samenwerking

HET AANBIEDEN VAN EEN VEILIG KLIMAAT EN EEN GOEDE WERKALLIANTIE

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

In de eerste fase van een familie therapie is het aanbieden van een veilig klimaat wellicht een van de belangrijkste factoren (Byng-Hall, 1995a, 1995b; Rober, 1998). In dat kader staat binnen de collaboratieve therapieën het respectvol aangaan van een werkalliantie centraal. Daarbij wordt veel aandacht geschonken aan het helder krijgen van de hulpvraag van de cliënt(en) (Berg & De Jong, 1996, 1998). Het opstellen van een genogram helpt in dit proces door de hulpvraag te situeren binnen een ruimere, betekenisvolle context. Het toont interesse en gezonde nieuwsgierigheid voor het gezin en al de gezinsleden, vanuit een houding die Anderson & Goolishian (1998) vanuit de collaboratieve benadering zouden benoemen als *not-knowing*, een houding waarin betekenissen niet op voorhand vastliggen. Het gezin krijgt op deze manier verandering en verruiming van perspectief. Naast het 'probleemgesatureerde' verhaal (White & Epston, 1990), vaak beladen door een gevoel van machteloosheid, ontstaat er ruimte voor andere, meer hoopvolle verhalen over kunde en mogelijkheden.

De behoefte om vooral over het probleem te praten kan ondergaan worden door het gebruik van een tijdslijn (Friedman e.a., 1988) boven het genogram, waarop naast problemen of moeilijkheden ook positieve gebeurtenissen een plaats kunnen krijgen. Een tijdslijn biedt op een heldere manier een chronologisch overzicht van gebeurtenissen die voor het gezin belangrijk zijn. Het opstellen van een tijdslijn heeft nog enkele bijkomende voordelen. Zo is het voor ouders meestal ontspannend om over de geboorte en babytijd van hun kind te praten, hoe groot de problemen met dit kind nadien ook geworden zijn.

Het is onze ervaring dat door de moeilijkheden een plaats te geven en te visualiseren op een flip-overvel, bij voorkeur op de tijdslijn, deze gemakkelijker in een context worden gezien en minder verpakt in een persoonsgebonden, moeilijker werkbare hulpvraag. Het visueel voorstellen zorgt voor alle gezinsleden, zowel ouders als kinderen, voor de geruststelling dat het probleem niet uit het oog verloren wordt. Bovendien wordt het bij de uitwerking van het genogram ook duidelijk dat er oog is voor de mogelijkheden en krachten van het gezin. Bij het beschrijven van de problemen is de vraag naar

oplossingen die de cliënten reeds zelf hebben geprobeerd (Kuehl, 1995, 1996) een van de belangrijke hulpmiddelen om hun perspectieven te ontdekken. Op deze manier is spreken over het verleden niet bedreigend en helpt het hen om beter om te gaan met de moeilijkheden en de mogelijkheden van het heden, met het oog op een hoopvollere toekomst.

Een voorbeeld van een vraag die wij gebruiken bij het opstellen van een genogram is 'Om jullie beter te begrijpen zouden we graag even naar jullie gezin kijken en naar die van jullie moeder en vader'. En bij het visualiseren: 'Ik heb hier graag een tekening van, want als jullie het over oom Jan of tante Mia hebben, kan ik het beter volgen'. Dergelijke vragen getuigen van een respectvolle nieuwsgierigheid (Cecchin, 1987; Smith & Nyland, 1997) en bevorderen het bewustzijn van een sociale context. Meer oplossingsgerichte vragen luiden bijvoorbeeld 'Wat zijn belangrijke gebeurtenissen in jullie familiegeschiedenis?', 'Kunnen jullie mij ook vertellen hoe jullie daarmee zijn omgegaan?' En ook vragen we bijvoorbeeld 'Wij willen samen met jullie op zoek gaan naar mogelijkheden binnen jullie eigen familiegeschiedenis, naar mogelijke oplossingen voor het probleem waarvoor jullie hier gekomen zijn. Het is onze ervaring dat mensen die ooit wel toegepast hebben voor andere moeilijkheden, maar deze door de huidige spanningen uit het oog verloren zijn'. Of bondiger 'Laat ons eens kijken welke kwaliteiten en mogelijkheden er in jullie familiegeschiedenis zijn'.

Het samen reflecteren en in dialoog gaan over de eigen familiegeschiedenis draagt bij tot een beter begrip, niet enkel van zichzelf maar ook van de anderen, en kan erg bevorderend zijn voor de hechtingsprocessen binnen het gezin. Kunnen stilstaan bij de eigen innerlijke leefwereld, zich kunnen inleven in die van een ander en daarover kunnen reflecteren, zijn belangrijke indicaties om te kunnen spreken van een goede, veilige hechting. Fonagy e.a. (2002) vatten deze complexe processen samen onder de noemer mentaliseren. In een artikel in *Family Process* vertalen ze deze processen naar systemische concepten en ze spreken in dit verband over 'shared frames of representations of emotions, cognitions and behavior' (Hill e.a., 2002). Hierbij gaat het over het feit of een gezin een gemeenschappelijke taal kan ontwikkelen, of ze om dezelfde dingen kunnen lachen en dezelfde pijnpunten met elkaar kunnen delen. Het gezamenlijk samenstellen van een tijdslijn en een genogram door een gezin kan eveneens de mentaliseringsprocessen bevorderen en verbindend werken in het vormen van gemeenschappelijke herinneringen en een gemeenschappelijke taal. De volgende voorbeelden van vragen kunnen hierbij helpend zijn: 'Wat bedoel je hier precies mee?', 'Heb jij

een idee wat X hiermee bedoelt en hoe dit voor hem/haar was?', 'Hoe was het voor Y toen X zich zo voelde?', 'Is jullie herinnering gelijkaardig, of toch net wat anders?' en 'Hoe voelde elk van jullie zich bij gebeurtenis Z?'

HET ACTIEF BETREKKEN VAN DE KINDEREN OF JONGEREN

Wanneer een familie voor consult komt, kan het heel nuttig zijn de kinderen of jongeren op een actieve manier bij het proces te betrekken. Immers, kinderen kunnen een eigen bijdrage leveren in het maken van het genogram en het creëren van een positieve context. Wij vragen hierbij meestal aan de ouders het mandaat om hun kinderen te laten samenwerken om het genogram te tekenen. Zo mogelijk starten we met de jongste kinderen, die dan om raad kunnen vragen aan de oudere broers of zussen. Nadien kan men aan de ouders vragen of wat de kinderen over hun gezin vertellen, aansluit bij hun eigen ervaring. Deze manier van vragen heeft meerdere functies, je erkent de ouders in hun ouderlijk gezag en je nodigt het hele gezin uit tot een co-constructief proces, waarbij de gezamenlijke betekenisgeving van groter belang wordt dan de correcte feiten (Smith & Nyland, 1997).

Wanneer kinderen het genogram mee kunnen tekenen, voelen ze zich sterk betrokken, al leidt dit uiteraard niet steeds tot een overzichtelijk geheel. Men kan dan als therapeut de symbolen voortekenen of een blad met symbolen voorleggen. In het algemeen zorgt het voor een aangename sfeer van samenwerking, soms voor het eerst sedert geruime tijd. Een bijkomend voordeel is dat het gezin ruimte maakt om naar elkaar te luisteren. Jongere kinderen zijn over het algemeen erg open in het spreken over hun familie, dikwijls op een plezierige en humoristische manier. Het zijn dan ook welkome gidsen in de zoektocht naar positieve interacties en mogelijke hulpbronnen (Andolfi e.a., 1989; Berg & Steiner, 2003; Le Fevere de Ten Hove, 2002; Selekman, 1997; Rober, 1998). Ouders zijn vaak verbaasd over de kennis die kinderen of jongeren hebben over hun gezin. Bijzonder nuttig kunnen foto's zijn, omdat die aansluiten bij de taal en de leefwereld van kinderen en mooie herinneringen kunnen bovenhalen bij ouders of heel het gezin. Het is onze ervaring dat gezinsleden dan haast automatisch met positieve beelden en herinneringen komen. Ook dit zorgt voor een positief klimaat waardoor er later in het therapeutische proces op een constructiever manier aan pijnlijke gebeurtenissen of problemen gewerkt kan worden.

Het gebruik van kleuren (Lewis, 1989) kan helpen om zinvolle

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

nuances aan te brengen. In onze manier van werken laten we de keuze van kleuren over aan het gezin zelf. Ook andere non-verbale elementen, zoals tekeningen of poppen (Berg & Steiner, 2003; Gil, 1994; MacGoldrick e.a., 1999) sluiten goed aan bij de taal van kinderen en leiden tot een speelse manier van samenwerken. Zo beschrijven MacGoldrick e.a. (1999) de techniek *Family play genogram*, gebruikt door Buurma (1999), waarin aan gezinsleden gevraagd wordt hun familie voor te stellen in hand- of vingerpoppen, dieren, miniatuur-mensen of andere objecten. Dit zorgt voor een creatief proces, dat appèl doet op de fantasie en vindingrijkheid van de gezinsleden om samen de familiegeschiedenis opnieuw vorm te geven. MacGoldrick e.a. (1999) verwoorden het effect van speelse methoden als volgt: 'Het introduceren van spel in de discussie van de actuele feiten van het historisch genogram geeft familieleden grotere flexibiliteit in het zich voorstellen van mogelijkheden tot verandering, ook in de wetenschap dat de inhoud van de geschiedenis niet veranderd kan worden'.

BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

Deel 2. Op zoek naar mogelijkheden van het gezin en de familie

Men kan bij het opstellen van een genogram het gezin laten kiezen waarmee het bij voorkeur aanvangt, met het gezin van oorsprong van moeder of vader, of met het kerngezin waarmee men naar het consult komt. Het gezin zelf de keuzevrijheid geven past goed binnen een collaboratieve manier van werken en verhoogt het actief in handen nemen van het eigen proces.

V R A G E N G E R I C H T O P H U L P B R O N N E N

Hulpbrongerichte vragen zijn vragen die tot doel hebben mogelijke hulpbronnen of positieve eigenschappen uit de eigen familie in kaart te brengen. We hebben voor deze vragen vooral inspiratie gevonden in het werk van DeMaria e.a. (1999) en van Onken (2004), die zich baseren op ideeën uit de psychosynthese van Assigioli (1965). De vragen beogen op zoek te gaan naar aangename herinneringen en het uitwisselen of delen van belangrijke betekenissen, dromen, identificatiefiguren en mogelijkheden. Ze leiden over het algemeen tot een aangename sfeer en tot een groter gevoel van verbondenheid en competentie. De vragen worden telkens op een open manier gesteld bij het opstellen van het genogram en peilen voornamelijk naar de hulpbronnen vanuit een historische context, maar betreffen ook de actualiteit en het kerngezin. Zoals het bij collaboratieve benaderingen

past, is het aan het gezin om mee te beslissen welke vragen voor hen het meest nuttig of helpend zijn. Het is overigens wenselijk dat je je als therapeut beperkt en een gezin niet overvraagt. Je kunt op het einde steeds vragen of er nog relevante informatie is die het gezin wil delen. Ook kun je de gezinsleden enkele vragen mee naar huis geven, waar ze tussen de sessies verder mee aan de slag kunnen. Kuehl (1995) spreekt in dit verband over 'in between sessions investigations'. Hier volgen enkele voorbeelden van vragen, gerangschikt volgens thema.

Tradities. Wat zijn de tradities in jullie familie rond bijzondere gebeurtenissen, zoals verjaardagen of Kerstmis? Welke tradities vinden jullie het gezelligst? Wat maakt jullie gezin daarin bijzonder?

Mooie momenten. Wat zijn echt prettige herinneringen of mooie momenten van jullie gezin of familie? Wat betekenen die voor jullie, en hoe reageerden jullie naar elkaar toe?

Moeilijke momenten. Wat is jullie kracht in het omgaan met moeilijkheden? Hebben jullie er ook iets uit geleerd? Is er iets dat voor jullie in deze situatie van nut kan zijn?

Beroep. Vragen rond beroepen zijn over het algemeen erg bruikbaar om mee te beginnen, daar ze neutraal gesteld kunnen worden. Ze leveren dikwijls relevante informatie in verband met familietradities en mogelijke kwaliteiten.

Vriendschap. Wat betekent vriendschap voor jullie familie? Zijn er vrienden die voor jullie ouders of grootouders een bijzondere rol gespeeld hebben? Wat vinden jullie het belangrijkste in vriendschap?

Helden. Wie bewonder je het meest in je familie? Ken je ook een verhaal over bijzondere moed of iemand in de familie die zware tegenslag heeft overwonnen? En hoe zou dit jullie kunnen helpen met de huidige tegenslagen?

Geloof, religie en waarden. Speelt geloof of religie een belangrijke rol in jullie opvoeding? Ook in de manier waarop jullie waarden aan jullie kinderen proberen mee te geven? Welke waarden zijn voor jullie belangrijk? En welke waarden zie je dat jullie kinderen meedragen, naast de dingen die ze misschien net anders doen?

Verhalen, kunst en cultuur. Wat waren de favoriete boeken van jullie grootouders of ouders? En van jullie als kind? En kun je je nog bepaalde muziek herinneren? Zijn er bepaalde verhalen die jullie zijn bijgebleven? Die jullie deden lachen of huilen?

Vrije tijd, sport en spel. Wat zijn jullie favoriete vrije tijdsbestedingen, sport, hobby's? Dezelfde als jullie ouders of grootouders? Aan welke vakantie hebben jullie de beste herinneringen?

Geld. Welke betekenis heeft geld in jullie gezin, en voor jullie grootouders? Hoe gingen zij daar mee om?

Mumford & Weeks (2003) hebben een speciaal 'geldgenogram' ontworpen om de betekenis en functie van geld en de patronen rond geldzaken in het ouderlijk gezin in kaart te brengen. DeMaria e.a. (1999) hebben in specifieke genogrammen (*focussed genogram*) enkele andere belangrijke thema's verder uitgewerkt, zoals gehechtheid, emoties, woede, gender, seksualiteit en liefde en ten slotte cultuur. Het gerichte genogram omtrent gehechtheid kan als goede basis dienen voor verder exploratie. De vragen naar vriendschappen en naar de ruimere socioculturele context sluiten goed aan bij het opstellen van een sociale kaart of ecomap zoals uitgewerkt door Hartman (1978; Hartman & Laird, 1983). Vriendschappen of andere aspecten uit het sociaal-culturele leven kunnen ook op een of andere manier op of naast het genogram gevisualiseerd worden. Het kan belangrijk zijn deze op de tijdslijn te plaatsen als bijzondere momenten of als mogelijke verliesmomenten. De strijd tussen adolescenten en ouders rond geloof, waarden of zakgeld, om slechts deze te noemen, worden door dergelijke vragen in een bredere context en een meer relatief kader geplaatst. Vaak wordt het kinderen én ouders op deze manier duidelijk waarom het zo een strijdpunt is geworden.

Door eerst vragen te stellen naar gelijkenissen krijgen verschillen nadien een minder (angst)beladen betekenis. De vragen peilen op die manier niet enkel naar mogelijke hulpbronnen, maar bieden ook mogelijkheden tot verdieping en het leggen van verbindingen of het bevorderen van hechtingsprocessen.

HET IN KAART BRENGEN VAN DE POSITIEVE EIGENSCHAPPEN EN MOGELIJKHEDEN VAN HET GEZIN

Men kan ook kiezen om te starten met het in kaart brengen van eigenschappen van het gezin dat zich met een hulpvraag heeft aangemeld. Ook hier is het handig aan te vangen bij de kinderen of jongeren die minder rechtstreeks de kern van het probleem vormen. Dikwijls zien broers of zussen positieve eigenschappen die de ouders of de geïdentificeerde patiënt zelf niet (meer) zien of kunnen benoemen. Daarnaast kan men de ouders uitnodigen om over de kwaliteiten van hun kinderen te vertellen. Vaak is dat een moeilijke opgave voor ouders die net met hun probleemadolescent om consult komen. Vragen naar positieve eigenschappen van hun kinderen is een uitnodiging aan de ouders om hun perspectief te verruimen en opnieuw de krachten en mogelijkheden van hun kinderen aan te spreken. Zoals eerder beschreven, kunnen de tijdslijn en het tijdsperspectief hierin helpend zijn. Ouders zijn vaak in de ellende van de alledaagse strijd

BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

de mooie herinneringen en gewaardeerde eigenschappen van hun kind vergeten. Niet zelden merken ze dat het precies die positieve eigenschappen zijn die ze in hun kind waardeerden, zoals zelfstandigheid, extravertie of moed, die later ook voor mogelijke problemen hebben gezorgd (Hillewaere, 2006). Ook voor de jongere betekent deze manier van werken een verruiming van perspectief; hij of zij hoort mogelijk voor het eerst sedert lang opnieuw positief over zichzelf spreken. Hierdoor weet de jongere zich opnieuw aangesproken op zijn of haar krachten en mogelijkheden en niet meer uitsluitend op het probleemgedrag. Het is onze ervaring dat deze manier van complementeren, zo eigen aan de oplossingsgerichte methodiek (De Shazer, 1985, 1988, 1991; Berg & De Jong, 1996, 1998), wanneer deze uit het gezin zelf komt niet alleen leidt tot een sterker effect, maar ook de weg vrijmaakt voor een helend en verbindend proces.

Hier volgt een klinisch voorbeeld³ met enkele kwaliteiten van verschillende gezinsleden uit een gezin dat om consult komt.

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

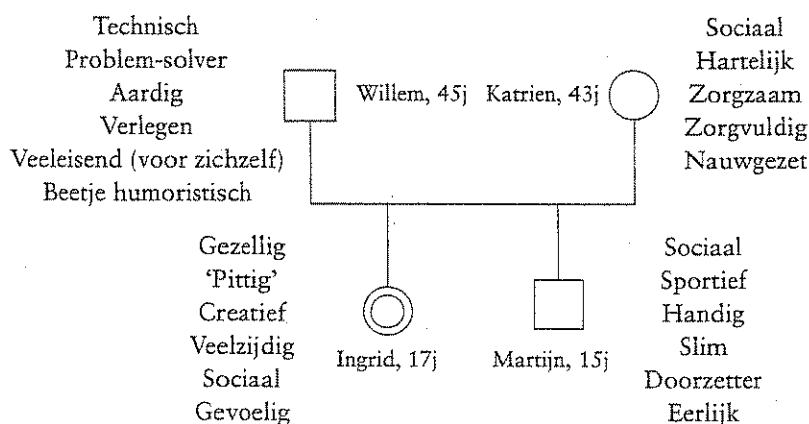


Fig. 1: Een constructief genogram van een kerngezin

Martijn en Ingrid schreven gezamenlijk dit genogram op een flip-overvel en de opgetekende woorden komen van de gezinsleden zelf. In dit voorbeeld startten de kinderen met positieve eigenschappen van elkaar op te schrijven, aangevuld met commentaar van de ouders. Vervolgens brachten de kinderen de positieve eigenschappen van hun ouders in kaart, niet zonder enige humor, opnieuw aangevuld door de ouders die op deze manier de positieve eigenschappen

3 De namen van alle personen in dit artikel zijn veranderd uit respect voor de privacy van de gezinsleden en het gezin. Herkenbare details zijn geschrapt, maar de gegevens waarheidsgetrouw.

van hun partner als ouder en als partner mee in kaart brachten. Een dergelijk proces geeft vaak enige discussie en het is interessant te merken hoe het gezin te werk gaat in het zoeken naar de juiste nuances in het verwoorden van de karaktereigenschappen van de gezinsleden. Het gezin is door nuancering in het taalgebruik en betekenisgeving reeds bezig een nieuwe betekenis of hernieuwde kijk op de werkelijkheid te construeren (De Shazer, 1994; Korzybski, 1933); een perspectief met mogelijkheden (Anderson & Goolishian, 1998; White, 1991; White & Epston, 1990).

Vanuit de oplossingsgerichte benadering kunnen vragen naar verschillen of uitzonderingen bijzonder nuttig zijn voor het doorbreken van het probleem en het komen tot mogelijke oplossingen (Berg & De Jong, 1998). Bij probleemgezinnen met adolescenten merkt men soms weinig of geen evolutie meer, de jongere zit vast in een negatief beeld van zichzelf en trekt zich vaak in grote mate terug uit het contact met anderen inclusief het eigen gezin. Ook het gezin dreigt vast te slibben in een negatief interactiepatroon (Johnson, 1996; Keiley, 2002). Uitzonderingsvragen kunnen in dit geval goed helpen: 'Met wie in de familie heeft de jongere nog wel een goed contact?'. Dikwijls is er wel een grootouder, een oom, tante of nicht die deze positie inneemt, omdat er letterlijk en figuurlijk meer ruimte en afstand is in deze relatie. Verder zijn de klassieke uitzonderingsvragen of vragen naar verschil ook hier van toepassing, zoals 'Wat is er anders in het contact met deze oom of die tante?', en 'In welke situaties is er nog wel een goed contact binnen het gezin?'.
BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

Het eerst in kaart brengen en uitdrukkelijk benoemen van het positieve impliceert niet dat er geen ruimte is voor negatieve gevoelens of belevingen. Zeker in het geval van uitgesproken negatieve ervaringen, zoals mishandeling of misbruik, is het belangrijk ook deze een duidelijke plaats te geven. Bij traumatische gebeurtenissen is het wel noodzakelijk eerst een veilige context te creëren waarop men nadien in de therapie telkens kan terugvallen (Dolan, 1991). Bedreigende personen of tijdstippen worden daarom in eerste instantie enkel gevisualiseerd maar niet verder geëxploreerd, zeker niet alvorens er voldoende veiligheid is gecreëerd.

Deel 3. Verdere zoektocht naar verbindingen en hoopvolle perspectieven

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

INTERGENERATIONELE VERHALEN EN VERBINDINGEN

Na het in kaart brengen van de hulpbronnen van het kerngezin kan men verder op zoek gaan naar andere aanknopingspunten voor mogelijke oplossingen bij de gezinnen van oorsprong van beide ouders. Bij de overgang naar deze families van oorsprong van de ouders kan men vragen stellen als 'Van wie of van welke kant in de familie heeft bijvoorbeeld Ingrid deze eigenschap (creativiteit of veelzijdigheid)', of 'Is er iemand in de familie van je moeder of je vader die ook deze eigenschappen had?'. Dergelijke vragen, zeker wanneer ze op een circulaire manier gesteld worden, bevorderen het uitwisselen van informatie en feedback (Ausloos, 1999) en zorgen voor een gevoel van verbondenheid tussen de familieleden. We nodigen de gezinsleden uit nog meer verbindingen te maken tussen het gezin dat voor consult komt en de vorige generaties, door vragen als 'Kunnen jullie ons iets vertellen over de familie van vader (of moeder) en wat jullie daar vooral opvallend of bijzonder in vinden?', 'Kunnen jullie iets meer vertellen of opschrijven over het gezin van jullie moeder of vader, over hun broers of zussen, hun vader of moeder, jullie oma of opa?'. Ook hier kan men vooral de aandacht richten op positieve eigenschappen, en gebruikmaken van de hulpbrongerichte vragen zoals hierboven beschreven.

Genogrammen kunnen aangewend worden voor het op zoek gaan naar oplossingen die de familie al benut heeft voor (existentiële) moeilijkheden. Zo kan men anders gaan kijken naar de zogenaamde ziektegeschiedenis en voor een verandering zorgen van een eerder passieve slachtofferpositie naar een meer competent individu of gezin dat over de nodige mogelijkheden beschikt om zelfs de moeilijkste situaties aan te kunnen (Berg & De Jong, 1996). Walsh (1999, 2003) geeft aan dat het omzetten van tegenslagen in zinvolle betekenisgeving mee vorm geeft aan het gevoel van weerbaarheid (*resilience*) en welzijn van een individu of gezin. Illustratief is de veelzeggende andere betekenisgeving in het werk van Dolan (1991) rond mensen die geleden hebben onder traumatische gebeurtenissen: van trauma- of incestslachtoffer naar 'traumaoverlever' en 'incestoverlever'.

Wij proberen ook de moeilijkheden zo goed mogelijk in kaart te brengen en samen te zoeken naar een manier om er mee om te gaan. Een nuttige en door ons veel gebruikte toepassing ligt in het op zoek gaan naar steun, bijvoorbeeld bij het verwerken van verlies of het

omgaan met depressie, met vragen als 'Ken je nog iemand in je familie die gelijkaardige moeilijkheden heeft gekend?', 'Kun je vertellen hoe deze persoon daarmee is omgegaan?' en 'Wat is in jullie familie de meest helpende manier om hier mee om te gaan?'. Bijzonder krachtig blijken de punten van gelijkenis te zijn binnen een genogram, daar deze verbindend en versterkend werken. Dit zorgt, naast het verschil waar ouders en jongere meestal op gefocust zijn, voor een hernieuwde verbinding (*creating connections*, Johnson, 1996) en vergroot het gevoel van saamhorigheid en weerbaarheid (Walsh, 1999, 2003). Nadien kan men dan meer de verschillen tussen de gezinsleden uitwerken. In de oplossingsgerichte methode spreekt men in dit verband over continueringsvragen, vragen naar wat een gezin wenst te behouden en wat het reeds als positief of effectief ervaart.

Hoewel deze manier van werken veel mogelijkheden biedt, zijn er toch ook enkele beperkingen, met name wanneer het gaat om ernstig getraumatiseerde gezinnen. Jordan (2004) heeft een methodiek uitgewerkt, 'the color-coded trauma timeline genogram', om bij ernstige en meervoudige traumatische gebeurtenissen de tijdslijn en het genogram toch op een veilige manier te hanteren. In ons werk gaan we vooral in een eerste fase minder expliciet trauma's op papier laten zetten. Zeker wanneer het om seksueel misbruik binnen het gezin gaat, verkiezen we om in de eerste fase voldoende veiligheid voorop te stellen en niet verder te exploreren.

DE DERDE TIJDSDIMENSIE: DE TOEKOMST

Bij het samenstellen van het genogram kan men ook goed de derde tijdsdimensie, namelijk de toekomst, bewust en actief in het therapeutisch proces betrekken. Vragen naar de toekomst zijn typisch voor de oplossingsgerichte methode, maar door te vertrekken vanuit het genogram brengt men een mooie verbinding met de eigen (historische) ervaring en de in kaart gebrachte hulpbronnen, waardoor dromen of idealen nauwer aansluiten bij de realiteit zoals het gezin die beleeft. Na het samenstellen van het genogram kan men expliciet vragen naar hoe het gezin de toekomst ziet of zou willen zien. Hier volgen opnieuw enkele voorbeelden van dergelijke vragen. 'Welke dromen hadden jullie ouders/ grootouders?', 'Welke dromen delen jullie samen, of welke dromen hebben jullie zelf?', 'Mochten jullie elk een wens doen voor dit gezin, welke wens zouden jullie dan doen?'. Bij deze laatste vraag gebruiken we wel eens een toverstafje, wat cliënten toelaat om via een soort transitioneel object vrijer te dromen van een betere toekomst (Andolfi, 1995, Andolfi e.a., 1989).

BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

Vanuit de oplossingsgerichte benadering spreekt men in dit verband van een *selffulfilling prophecy*, het creëren en visualiseren van een concreet gewenst (toekomst)scenario, dat op de juiste manier gebracht een sterke positief hypnotische inductie geeft. Wanneer deze vragen te ver af staan van de (moeilijke of problematische) realiteit voor het gezin kan het passender zijn om meer concrete vragen te stellen als 'Wat zien jullie zelf als haalbaar?', 'Wat zouden jullie daar zelf aan kunnen doen en wat kan jullie hierbij helpen?'

Binnen de oplossingsgerichte benadering staat het formuleren van goede doelstellingen centraal (Berg & De Jong, 1998), maar tot hiertoe werd dat slechts zelden gekaderd in een historisch perspectief. Een genogram vormt ons inziens een goede basis om vanuit eigen ervaringen tot goede en realistische doelstellingen te komen zowel op individueel niveau als voor het gehele gezin. Een voorbeeld uit de praktijk kan dit verder illustreren.

Een eenoudergezin met een alleenstaande weduwnaar en drie dochters, waarin vanuit wederzijdse beschermingsdrang niet gesproken werd over de overleden moeder, besloot na het creëren van het genogram tot de volgende doelstellingen.

- Samen foto's bekijken van moeder en rouw bespreekbaar maken
- Een gezamenlijk bezoek brengen aan de ouders van moeder
- Rustiger en minder conflictueus contact tussen de twee oudste dochters
- Zoeken naar een goede nabijheid en afstand tussen vader en dochters

Deze doelstellingen hebben als groot voordeel dat ze geënt zijn op het eigen verleden en daardoor nauw aansluiten bij het verhaal en de beleving van het gezin. De doelstellingen worden gevisualiseerd boven de tijdslijn en het genogram waardoor het gezin een goed overzicht krijgt en een eigen plan van aanpak. Uiteraard kan dit plan gedurende de therapie verder verfijnd en bijgestuurd worden.

Vanuit een narratief paradigma kan men spreken over het opnieuw auteur worden van het eigen verhaal; naar een verhaal van mogelijkheden en hoop (*re-authoring life* volgens White, 1991; White & Epston, 1990; Smith & Nyland, 1997). Byng-Hall (1995b) spreekt over het herschrijven van het familiaal script, waarin mensen minder vast komen te zitten in hun probleemverhaal en meer ruimte ontstaat voor creativiteit en improvisatie. Door het samen construeren van een toekomstperspectief en dit te koppelen aan het genogram krijgt ook het verleden een andere, meer genuanceerde betekenis. Dat kan helpen

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

om de identiteit ('het zelf') van elk gezinslid afzonderlijk te construeren, maar draagt evenzeer bij aan een gemeenschappelijk verhaal of identiteit van het gezin of de familie. De herinnering aan het verleden is in die zin geen statisch gegeven, maar een dynamisch proces van zowel individuele als gemeenschappelijke gegevens.

Hill e.a. (2003) hebben het in dit verband over een dialectisch proces tussen afzonderlijke (*separateness*) en gemeenschappelijke, gedeelde mentale toestanden (*shared state of mind*) binnen het gezin. In eenvoudiger woorden, sommige ervaringen worden gedeeld, andere behoren tot de gezinsleden afzonderlijk en een gezond evenwicht tussen beide vormen is belangrijk. Hill e.a. (2003) hebben het nog over een andere balans in hechtingsprocessen in families, die tussen reflectie en actie. Voor sommige gezinnen is het vooral zinvol om verder te reflecteren over betekenissen uit het verleden, wat meer aansluit bij narratieve toepassingen. Voor andere gezinnen lijken concrete, actiegerichte oplossingen aangewezen en zal men meer hebben aan toepassingen uit de oplossingsgerichte methodiek. De meerwaarde lijkt ons vooral te liggen in een integratie en verbindingen binnen het gezin en tussen de verscheidene tijdsdimensies.

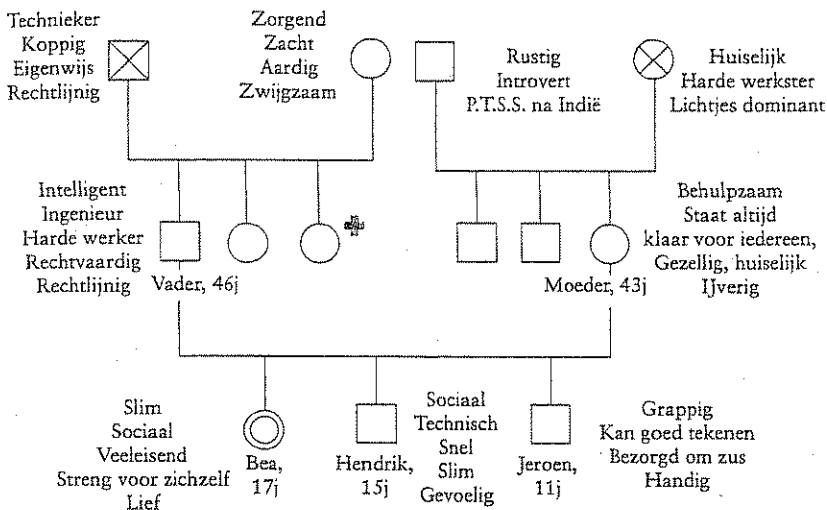
BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

KLINISCH VIGNET

Een klinisch voorbeeld en een uitgewerkt genogram kunnen het dynamische karakter van deze manier van werken verder illustreren.

Bea, een zeventienjarig meisje werd naar ons centrum verwezen omwille van faalangst, ernstige depressieve symptomen en automutilatief gedrag. Het gezin was sterk betrokken en toonde zich erg bezorgd. Tijdens de eerste sessie werd het gezin uitgenodigd om samen een genogram op te stellen.

Het gezin ging van start met het in kaart brengen van enkele positieve eigenschappen. Het genogram werd opgetekend door de drie kinderen en de bewoordingen kwamen tot stand in gemeenschappelijk overleg. Het verwoorden van de eigenschappen van het kerngezin kwam vlot tot stand, maar voor het in kaart brengen van de respectievelijke families van de ouders dienden de kinderen stevig door te vragen bij de ouders. Op zoek naar gelijkenissen kwamen we ondermeer bij de volgende verbanden. Gemeenschappelijk tussen Bea en haar moeder is dat ze beiden enig meisje zijn en elk twee broers hebben. Ook vader heeft twee zussen en is dus eveneens zonder een sibling (broer) van het eigen geslacht.



NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

Fig. 2: Een genogram van drie generaties

Misschien niet zo opzienbarende maar wel verbindende gegevens en prettig om mee te starten. Er waren nog enkele andere overeenkomsten. Beide ouders hadden een grote verantwoordelijkheid in hun gezin van oorsprong. Vader was door de ziekte van zijn jongere zus gewend om minder aandacht te krijgen en meer verantwoordelijkheid te moeten nemen, iets wat hij voorheen steeds als vanzelfsprekend had ervaren. Ook moeder was door de moeilijkheden van haar vader (P.T.S.S. na als soldaat voor Nederland in Indië te hebben moeten vechten) en zeker na de dood van haar moeder gewend veel verantwoordelijkheid op zich te nemen en te zorgen voor anderen. Een grote kwaliteit van beide ouders, die er toe geleid had dat ze gewoon waren om zich sterk te houden bij tegenslagen en zo veel mogelijk op deze eigen kracht verder te vertrouwen. Als keerzijde van deze medaille leidde dit wel tot een remming in het durven uitspreken van moeilijke of pijnlijke gevoelens. Het gezin was ook zo sterk op de eigen kracht gaan vertrouwen dat het slechts heel moeilijk een beroep kon doen op anderen.

In vele opzichten had Bea als oudste dochter deze eigenschappen, zoals een sterk verantwoordelijkheidsgevoel en grote zorgzaamheid, van haar ouders overgenomen. Haar moeilijkheden waren vooral ontstaan na het overgaan naar een hogere klas en na de tragische en plotse dood van een goede vriendin door een verkeersongeval. Dit werd duidelijk door het optekenen van de tijdslijn boven het genogram. Bea had nooit veel over het verlies van deze vriendin gesproken, zij

wilde haar ouders daar niet mee belasten. Dit was voor beide ouders zeer herkenbaar, daar ook zij over hun eigen verlieservaringen nooit de kans gekregen of genomen hadden te spreken. Bij de vraag wie in de familie hen hierin zou kunnen helpen, kwam moeder op de idee met haar schoonzus te gaan spreken, daar deze enige jaren terug zelf een depressie had meegemaakt. Verlies en omgaan met verlies en het durven uiten van gevoelens, kwamen als een belangrijke thema's en gemeenschappelijke doelstellingen voor de therapie naar voren. De faalangst van Bea werd in verband gebracht met het grote verantwoordelijkheidsgevoel en de vrees anderen te ontgoochelen. Ook dit thema was voor de ouders erg herkenbaar en werd een gemeenschappelijk gespreksonderwerp. Deze doelstellingen werden voor dit gezin gevisualiseerd net boven het genogram.

Bij het navragen naar mooie momenten in de familiegeschiedenis kwamen Hendrik en Jeroen met heel wat plezierige herinneringen aandragen, ondermeer over de ouders als koppel. Dit zorgde voor meerdere openingen in de therapie; door zich als gezin te sterk te richten op het probleem was de druk (en faalangst) bij Bea eigenlijk alleen maar groter geworden, en vergaten de ouders, Bea en heel het gezin zich te ontspannen. Juiste zorg voor elkaar en niet overdrijven in bezorgdheid werd een gemeenschappelijke doelstelling. Opnieuw samen meer leuke dingen doen, werd een andere logische en aantrekkelijke doelstelling. Tot slot werd, naast de gemeenschappelijkheid, ook verschil (en ontgoocheling) kunnen toelaten als een belangrijke uitdaging naar voren geschoven. Een typisch adolescententhema: anders mogen worden dan de ouders gedroomd hadden.

Zo leidde ook voor dit gezin gemeenschappelijke verhalen, het ontdekken van de eigen krachten en mogelijkheden tot meer hoopvolle perspectieven.

CONCLUSIE

Het hanteren van een genogram is een goed gekend diagnostisch instrument binnen de familietherapie. Veel minder uitgewerkt is de grote therapeutische waarde van deze methodiek. In het voorgaande is weergegeven hoe recente stromingen uit de familietherapie, zoals de narratieve en oplossingsgerichte benaderingen, hun toepassing kunnen vinden bij het uitwerken van een genogram. Een genogram

BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

wordt zo minder een eenzijdig diagnostisch instrument, maar veeleer een creatief therapeutisch hulpmiddel binnen een collaboratief proces. Het gezamenlijk werken van ouders en kinderen bij het creëren van het genogram illustreert het systemische en co-constructieve karakter van deze methode en werkt bevorderend voor de onderlinge gehechtheid. Gecombineerd met het opstellen van een tijdslijn en het formuleren van toekomstprojecties of meer concrete doelstellingen, biedt het ons inziens zeer goede mogelijkheden om alle drie de tijdsdimensies, verleden, heden en toekomst, aan bod te laten komen. Het verleden, de familiegeschiedenis, wordt in kaart gebracht om op zoek te gaan naar kwaliteiten, sterke eigenschappen of mogelijke hulpbronnen (*resources*), maar even goed voor het creëren van een positieve sfeer en werkrelatie tussen de therapeut en de familie en tussen de verscheidene familieleden onderling. Binnen deze manier van samenwerken ontstaat er ruimte om naast het probleem ook aandacht te hebben voor andere verhalen en mogelijkheden. Moeilijkheden krijgen binnen een ruimere, constructieve context een andere betekenis en het gezin kan weer auteur worden van het eigen verhaal, een verhaal van mogelijkheden en hoopvolle perspectieven. Hoopvolle perspectieven die het gezin en de gezinsleden aan de hand van doelstellingen ook zelf meer vorm kunnen geven. Het benutten van de drie tijdsdimensies bevordert op deze manier de hechtingsprocessen en zorgt voor een gezonder evenwicht tussen reflectie en actie.

Net zoals elke methode heeft ook deze methode zijn beperkingen. Het opstellen van een genogram is niet altijd en overal toepasbaar en de uiteindelijke waarde ligt bij de cliënt of de familie die voor consult komt. De methodiek blijft in die zin steeds ondergeschikt aan de vraag van de cliënt en aan het therapeutisch proces.

Literatuur

- Anderson, H. (1997). *Conversation, language and possibilities: a postmodern approach to psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Anderson, H. & Goolishian, H. (1998). Human systems as linguistic systems. *Family Process*, 27, 371-393.
- Andolfi, M. (1995). The child as consultant. In: M. Andolfi & R. Haber (eds.), *Please help me with this family* (pp.73-89). New York: Brunner/Mazel.
- Andolfi, M., Angelo, C. & de Nichilo, M. (1989). *The myth of atlas*. New York: Brunner/Mazel.
- Ausloos, G. (1999). *De competentie van families*. Leuven: Garant.
- Berg, I.K. & De Jong, P. (1996). Solution-building conversations: co-constructing a sense of competence with clients. *Families in society: The Journal of Contemporary Human Services*, 77, 376-391.
- Berg, I.K. & De Jong, P. (1998). *Interviewing for solutions*. New York: Brooks/Cole.

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN

- Berg, I.K. & Steiner, Th. (2003). *Children's solution work*. New York: Norton.
- Boonstra, Ch. (2004). Stilstaan, hollen of hinkelen. Gezinstherapie als onderdeel van een klinische behandeling voor Adolescenten. *Systeemtherapie*, 16, 86-100.
- Boonstra, C. & Hillewaere, B. (2005). Van stille smart naar gedeelde kracht. *Groepspsychotherapie*, 39, 3, 32-39.
- Byng-Hall, J. (1995a). Creating a Secure Family Base: some implications of attachment theory for Family Therapy. *Family Process*, 34, 45-58.
- Byng-Hall, J. (1995b). *Rewriting family scripts: Improvisation and systems change*. New York: The Guilford Press.
- Buurma, D. (1999). *The Family play genogram: a guidebook*. 67 Valley View Ave., Summit, NJ07901: Author.
- Cecchin, G. (1987). Hypothesizing, circularity and neutrality revisited: an invitation to curiosity. *Family Process*, 26, 405-413.
- DeMaria, R., Weeks, G. & Hof, L. (1999). *Focused Genograms: intergenerational assessment of individuals, couples, families*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- De Shazer, S. (1985). *Keys to solutions in brief therapy*. New York: Norton.
- De Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating to solutions in brief therapy*. New York: Norton.
- De Shazer, S. (1991). *Putting difference to work*. New York: Norton.
- De Shazer, S. (1994). *Words were originally magic*. New York: Norton.
- Dolan, Y. (1991). *Resolving sexual abuse*. New York: Norton.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. & Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self*. New York: Other Press.
- Friedman, H., Rhrbaugh, M. & Krakauer, S. (1988). The time line genogram: highlighting temporal aspects of family relationships. *Family Process*, 27, 293-303.
- Gil, E. (1994). *Play in Family Therapy*. New York: The Guilford Press.
- Hartman, A. (1978). Diagrammatic assessment of family relationships. *Social Casework*, 59, 465-476.
- Hartman, A. & Laird, J. (1983). *Family Centered social work practice*. New York: MacMillan.
- Hill, J., Fonagy, P., Safier, E. & Sargent, J. (2003). The Ecology of Attachment in the Family. *Family Process*, 42, 205-219.
- Hillewaere, B. (2006). Werken met de mogelijkheden van cliënten en families door middel van kernkwadranten en genogrammen. *Tijdschrift voor Psychotherapie, in druk*.
- Isebaert, L. & Cabié, M.C. (1997). *Pour une thérapie brève*. Ramonville Saint Agne, Erès.
- Johnson, S.M. (1996). *Creating Connection, The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Jordan, K. (2004). The color-coded timeline trauma genogram. *Brief treatment and crisis intervention*, 4, 1, 57-70.
- Keiley, M. (2002). Attachment and affect regulation: a framework for family treatment of conduct disorder. *Family Process*, 41, 477-493.
- Korzybski, A. (1933). *Science and Sanity. An introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics*. Lakeville: The International Non-Aristotelian Library Publishing Company.
- Kuehl, B. (1995). The solution-oriented genogram: a collaborative approach. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21, 3, 239-250.
- Kuehl, B. (1996). The use of genograms with solution-based and narrative therapies. *Family Journal Counseling and Therapy for Couples and Families*, 4, 5-11.

BRUNO
HILLEWAERE
EN MYRIAM
LE FEVERE
DE TEN HOVE

- Lewis, K.G. (1989) The use of color-coded genogram in family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 15 (2), 169-176.
- MacGoldrick, M. & Gerson, R. (1985). *Genograms in Family assessment*. New York: Norton.
- MacGoldrick, M., Gerson, R. & Shellenberger, S. (1999). *Genograms; assessment and intervention*. New York: Norton.
- Mumford, D.J. & Weeks, G.R. (2003). The money genogram. *Journal of Family Psychotherapy*, 14, 3, 33-44.
- Le Fevere de Ten Hove, M. (2000). *Korte therapie*. Leuven: Garant.
- Onken, D. (2004). *Family Psychosynthesis and the genogram*. Presentation at the IFTA world family therapy congress, Istanbul, march 2004.
- Rober, P. (1998). Reflections on ways to create a safe therapeutic culture for children in family therapy. *Family Process*, 37, 201-213.
- Rober, P. (2002). *Samen in therapie*. Leuven: Acco.
- Selekman, M.D. (1997). *Solution-focused therapy. Harnessing Family strengths for systemic change*. New York: The Guilford Press.
- Smith, C. & Nylund, D. (eds.) (1997). *Narrative therapies with children and adolescents*. New York: The Guilford Press.
- Thomas, F. (1995). Genograms and competence: Fashioning meaning through an alternative use. *News of the difference*, 4, 9-11.
- Walsh, F. (1998). *Strengthening Family resilience*. New York: The Guilford Press.
- Walsh, F. (2003). Family Resilience: A Framework for Clinical Practice. *Family Process*, 42, 1-18.
- White, M. (1991). Deconstruction and therapy. *Dulwich Centre Newsletter*, 3, 1-21.
- White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: Norton.

NARRATIEVE
EN OPLOSSINGS-
GERICHTE
TOEPASSINGEN BIJ
GENOGRAMMEN