

# Inleiding Systeemtherapie

(60 uur)



Docent :  
Denise Matthijssen

# Algemene introductie van de cursus

---

Dit cursusdraaiboek zal onderstaande onderdelen van de opleiding beschrijven:

- Inleiding
- Inhoud
- De doelgroep
- Het doel van de cursus
- De visie op leren
- De werkwijze
- De toetsing
- De evaluatie
- De docent
- De literatuurlijst

Daarna zal voor iedere module afzonderlijk beschreven worden

- Het onderwerp, de doelen, het huiswerk, de opdrachten en
- De opbouw per cursusdag

## Inleiding

Mensen willen zichzelf kunnen zijn en zich door anderen gezien/gesteund voelen. Daarnaast willen we kunnen samenwerken bij veranderingen en uitdagende/stressvolle situaties (tegenslagen, meningsverschillen, ziekte/verlies). Of zoals filosoof Rene Gude \*) het noemt: 'Mensen hebben twee machtige drijfveren, ze willen bij een groep horen en ze willen er een beetje boven uit steken'. 'De geslaagde combinatie van erbij horen en er uitsteken is erkenning'.

\*) in: De Rek, W. (2013). *Stand-up filosoof: de antwoorden van René Gude*. Leusden: ISVW Uitgevers.

Bijna niets is zo complex als leven vanuit deze wensen tegelijkertijd! Veel mensen ervaren relaties en samenwerking daarom ook als spanningsvol en bijna iedereen kent wel periode in zijn leven dat er moeiten/problemen zijn binnen je relaties. Soms duren deze spanningen zo lang dat mensen met elkaar vast raken in onhandige patronen en gewoonten waar ze allemaal last van hebben. Patronen zijn vaak lastig om te veranderen omdat we automatisch reageren. Hulp bij bewust anders gaan reageren is dan nodig om die patronen te veranderen.

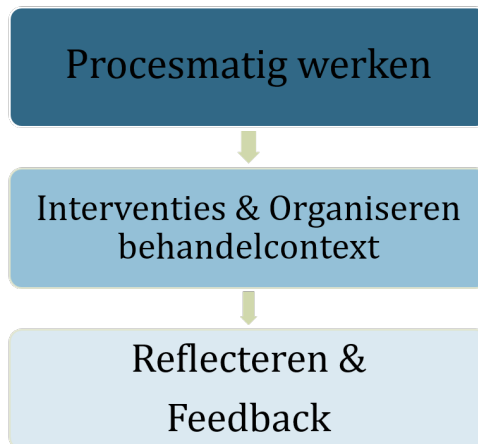
Systeemtherapie kan mensen in deze situaties helpen vaste patronen te veranderen en weer verder te kunnen ontwikkelen. Door bewust stil te staan bij wat zij op dat moment met elkaar willen doen en te zien wat hen daarin nu nog belemmert. Systeemtherapie biedt praktische hulpmiddelen om reacties, interacties en relaties stap voor stap te veranderen. Systeemtherapie leert mensen op een bewuste manier met elkaar om te gaan, op een manier die echt haalbaar en/of passend is op dat moment. Systeemtherapie helpt mensen ( individuele cliënten, gezinnen, paren, teams en organisaties) hun veerkracht en eigen oplossingsvaardigheden te vergroten.

Tijdens de cursus Systeemtherapie NVRG leren systeemtherapeuten in spe, een groot aantal competenties die onder te verdelen zijn in twee groepen (die niet los van elkaar staan en naast elkaar gebruikt zullen worden):

## Systemisch kijken



## Systemisch handelen



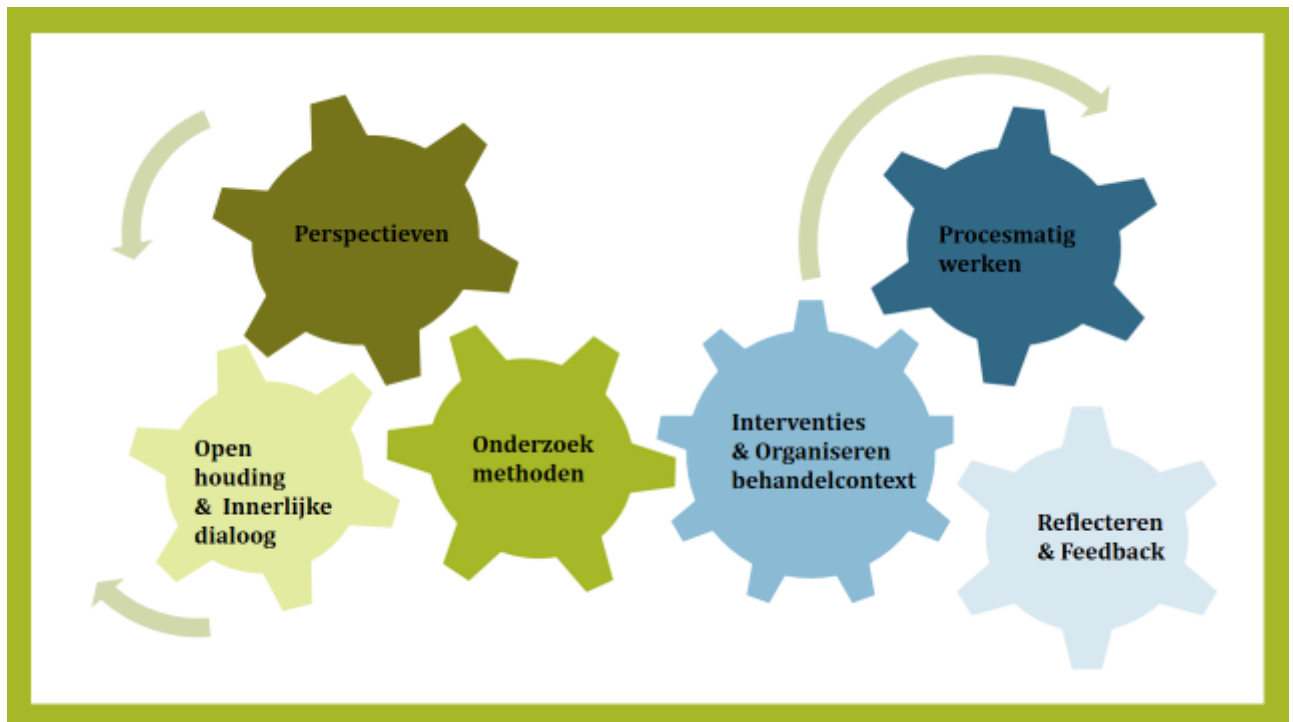
### *Systemisch kijken:*

- De samenhang te zien tussen alle invloeden en uitdagingen waar mensen samen voor staan (kennis)
- Onderzoeksmethoden gebruiken die verhelderen welke samenhang van factoren bijdraagt aan de huidige ervaren problemen en je in staat stellen een werkhypothese op te stellen (vaardigheden)
- Je zelf en het contact als instrument hanteren om te onderzoeken welke veranderingen wenselijk/haalbaar zijn (houding).

### *Systemisch handelen:*

- Procesmatig werken (kennis)
- Systemische interventies doen en de behandelcontext organiseren (vaardigheden)
- Jezelf en het contact als instrument gebruiken om op basis van jouw reflecties, die feedback te geven, waarmee je verandering tracht te beïnvloeden (houding).

Systemisch kijken en handelen vormt de kern van de hele opleiding.



## Inhoud

### Het inleidende deel

*In de eerste 30 uur (blok 1,2 en deel van 3) maak de je kennis met het systemisch kijken. Je leert kijken naar hoe mensen zich organiseren en welke invloeden veranderingen in de tijd, cultuur en samenlevingsvormen hier op hebben. Je leert op welke manieren je informatie over systemen kan verzamelen en ontdekt wat jou plek als systeemtherapeut is binnen die systemen. Je maak je kennis met de verschillende perspectieven die in systeemtherapie gehanteerd worden: o.a. communicatief perspectief, het gezinsontwikkelingsperspectief, het cognitief gedragstherapeutisch perspectief, het structurele perspectief, het narratieve perspectief, het oplossingsgerichte perspectief, het hechtingsperspectief en het ervaringsgericht perspectief. Je doet ervaring op in het toepassen van systemische interventies en leert wat nodig is om procesmatig te werken binnen systemen (o.a. hoe je een behandeling kan opstarten/organiseren).*

*In de tweede 30 uur (blok 3) ga je ervaring op doen met interventies die ingezet worden m.b.t. procesmatig systemisch werken: Systeem-diagnostiek, formuleren van een systemische werkhypothese (hierbij theoretische perspectieven hanteren) een werkrelatie opbouwen en onderhouden en specifieke interventies kiezen. Daarnaast wordt een begin gemaakt met het ontwikkelen van een therapeutische houding waarmee o.a. meervoudig partijdigheid en het bespreken van dilemma's m.b.t. verandering mogelijk is. Cursisten leren zicht te krijgen op de invloeden die vanuit je eigen achtergrond en leergeschiedenis van invloed zijn op hen als systeemtherapeut.*

Samen met:

- ✓ een vervolgdeel van 60 uur
- ✓ een module wetenschappelijk onderzoek van 12 uur
- ✓ Supervisie en
- ✓ leertherapie, komt de cursist hiermee in aanmerking voor registratie als Systeemtherapeut NVRG.

### **Doelgroep**

Psychologen, psychiaters, sociaal wetenschappers, maatschappelijk werkers en sociaal psychiatrisch verpleegkundigen (beiden met VO), werkers in de GGZ of jeugdhulpverlening met een gelijkwaardige opleiding, die zich willen specialiseren in de systeemtherapie

### **Doelstellingen** (welke competenties aan het eind van de cursus bereikt zijn)

Deelname aan deze cursus heeft tot doel de competenties te verkrijgen die horen bij een Systeemtherapeut NVRG. Er worden vier typen competenties onderscheiden:

I. Algemene therapeutische competenties

II. Systemische Metacompetenties

III Systemische Basiscompetenties

IV. Competenties om systeem therapeutische technieken toe te passen

*Voor een volledig overzicht van de competenties van de Systeemtherapeut (ST) verwijst ik naar het competentieprofiel op de site van de NVRG.*

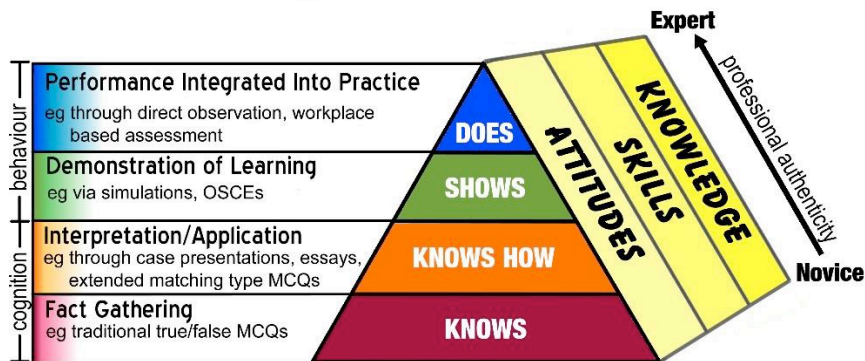
### **Het leerproces** (overgenomen uit: Richtlijn cursusdraaiboek TTC-ST 212 Versie: december 2017)

Het leerproces van systeemtherapeuten in opleiding is gebaseerd op de visie van Miller. Volgens Miller verloopt het leerproces in vier cyclisch opklimmende niveaus van kennis, vaardigheden en attitude (zie voor een schematische weergave figuur Millers Pyramide):

1. Weten (knows): kennis vergaren die nodig is om het vak van systeemtherapeut uit te kunnen oefenen; het afnemen van een schriftelijke test is een manier om te toetsen of een cursist dit niveau beheerst;
2. Weten hoe (knows how); weten hoe de vergaarde kennis toe te passen. Of een cursist dit kan blijkt bijvoorbeeld uit de presentatie van casussen en het schrijven van essays;
3. Tonen (shows): kunnen handelen in een gesimuleerde situatie. Het gaat hierbij om kennis én handelen. De cursist kan in rollenspellen en het oefenen van praktijksituaties laten zien of dit niveau wordt beheerst;
4. Doen (does): het kunnen toepassen van de verworven kennis, vaardigheden en attitude in een echte, complexe praktijksituatie. Toetsing van dit niveau vindt plaats tijdens de supervisie. Met het behalen van het hoogste niveau stopt het leren niet. De cursist blijft zich tijdens het werken continue door ontwikkelen.

## MILLER'S PRISM OF CLINICAL COMPETENCE (aka Miller's Pyramid)

it is only in the "does" triangle that the doctor truly performs



Based on work by Miller GE, *The Assessment of Clinical Skills/Competence/Performance*; Acad. Med. 1990; 65(9); 63-67  
Adapted by Drs. R. Mehay & R. Burns, UK (Jan 2009)

## De visie op leren

Mijn visie op leren beschrijf ik aan de hand van het verkrijgen van kennis, vaardigheden en een houding die aansluit bij de competenties van de ST.

### Kennis:

Kennis over het functioneren van mensen binnen relaties, is m.i. nodig om in het contact met cliënten informatie en indrukken te kunnen filteren en op waarde te taxeren in het belang van het verbeteren van de interactie en het functioneren van alle betrokkenen. Kennis over systeemdynamiek, stelt ST in staat om hun aandacht te focussen op processen die samenhangen met de reden van aanmelding/hulpvraag. Kennis zal m.i. overigens wel altijd ook getoetst moeten blijven worden in contact met cliënten (liefst door veronderstellingen en hypothesen te checken).

### Vaardigheden:

Systeemtherapie leer je m.i. door het te doen en op basis van opgedane ervaring (met vaardigheden) je eigen stijl te ontwikkelen. Systeemtherapie bedrijven doe je door voortdurend de koppeling theorie en praktijk te blijven maken. O.a. door kennis als achtergrond informatie gebruiken bij het kijken naar relaties en bij het kiezen van de interventie. Bewust kiezen wat je doet en kunnen onderbouwen wat je doet is m.i. een belangrijke kernvaardigheid van een systeemtherapeut. Dit maakt namelijk dat je in staat bent om een systemische-hypothese te maken, bespreken onderbouwen en aanpak hierop te laten aansluiten en deze vervolgens te kunnen evalueren. Bewust handelen, vraagt van therapeuten ook dat zij er hun aandacht bij hebben. Aandachtoefeningen en vaardigheden trainen in het opmerkzaam zijn van eigen gedachten, gevoelens en emoties zijn daarom ook onderdeel van de cursus.

## Houding:

Als systeemtherapeut kies je je reactie m.i. op basis van een gedegen inschatting over de dynamiek die er binnen relaties speelt (kennis) en stem je deze af op zowel het contact wat je met cliënten hebt als de fase van de behandeling (ervaring/houding). Bewust kiezen voor wat je als systeemtherapeut doet, vraagt een zelfbewuste en alerte houding. Het oefenen in je dagelijkse werk en het leren omgaan met dilemma's, reflecteren op je eigen denken en doen, nemen daarom een belangrijke plaats in binnen de cursus. Daarnaast zijn vaardigheden m.b.t. opmerken wat je zelf denkt/voelt en neigt te gaan doen, als belangrijke aspecten van een alerte houding als ST. Vaardigheden m.b.t. zelfregulering, stellen je in staat om op een therapeutische wijze gebruik te maken van wat je denkt/voelt en doelgericht voor gedrag te kiezen wat passend is bij de veranderwensen van cliënten. Bewust zijn van automatische piloot reacties binnen relaties vanuit de eigenleergeschiedenis, is om deze reden ook een onderdeel van de opleiding.

## Hoe wordt aangesloten bij verschillende leerstijlen?

Omdat iedereen op zijn eigen manier leert en iedereen een eigen stijl heeft, worden tijdens de cursus verschillende werkvormen aangeboden. Daarnaast is de cursus zo opgebouwd, dat cursisten op basis van kennis, ervaring kunnen opdoen en ze hier op kunnen reflecteren. Zo kunnen ze inzichten/ervaringen vervolgens weer kunnen gaan toetsen in de praktijk. Bij de keuze voor deze opzet heb ik me laten inspireren door de beschrijving en ervaring met de leerstijlen van Kolb. Gedachte hier achter is dat het doorlopen van deze cyclus (gezamenlijk met supervisie/leertherapie) zal bijdragen aan het ontwikkelen van een eigen stijl en houding als systeemtherapeut.



## Hoe wordt aandacht besteed aan het bewust kiezen voor interventies?

In het programma zijn aandachtsoefeningen en reflectieopdrachten opgenomen, met als doel om de systeemtherapeut in spe, te leren zich bewust te zijn van zichzelf in contact met cliënten en zichzelf als instrument in het contact bewust te kunnen inzetten. Als opleider heb ik hier, naast het lesprogramma, ook invloed. Zowel een rustige uitnodigende houding t.a.v. het opdoen van ervaringen als door duidelijk te zijn over wat m.i. nodig is om te kunnen leren en reflecteren (bijvoorbeeld cursisten die te veel over anderen praten of te weinig zelf oefenen, stop te zetten en directief aan te spreken om zelf te oefenen).

## Vanuit welke inhoudelijke referentiekaders werkt de docent?

Ik ben ik met name geïnspireerd en beïnvloed vanuit het structurele en strategische perspectief en daarnaast ook door het sociaal- en functioneel- contextualisme (hoewel ik me afvraag of dat vanuit de klassieke systeemtherapie opleiding als referentiekader wordt gezien). Functioneel contextualisme is de wetenschapsfilosofie die ten grondslag ligt aan Acceptance & Commitment Therapie. Deze gedragstherapievorm, heb ik geïntegreerd in mijn werk als systeemtherapeut. Dit is o.a. te zien aan dat ik onderzoek wat de functie van gedrag is van cliënten, wat de effecten onderling zijn van gedragingen en of men zich bewust is van deze onderlinge effecten en of de interactiepatronen en dynamiek aansluit bij de ontwikkelingsfase en gezinsfase ontwikkeling en daarbij passende ontwikkelingstaken. M.b.t. verandering van de onderlinge effecten op elkaar ben ik verder sterk geneigd om te kijken naar hoe communicatiestijlen, manieren van samenwerken in relatie tot de ontwikkelingsfase zo optimaal mogelijk op elkaar afgestemd kunnen worden.

## Werkwijze

Bij de start van de cursus wordt tijd genomen om stil te staan bij de **persoonlijke leerdoelen** en **competenties** die er vanuit de opleiding verwacht worden. Daarnaast zal uitleg gegeven worden over de opbouw van het programma en wordt duidelijk gemaakt welke verwachtingen er zijn van de cursist.

Iedere cursusdag kent een **vaste structuur** waarin de volgende onderdelen terugkomen: theoretische inleiding (kennis), ervaring opdoen met toepassen van systeem-therapeutische-interventies (vaardigheden) en het reflecteren op de oefensituaties en therapeutische contacten uit de praktijk van de cursist (houding).

Het kader wat binnen de opleiding wordt gehanteerd wordt gevormd door de competenties en de onderverdeling in:

- Systemisch kijken
- Systemisch handelen (beïnvloeden)

De **werkvormen** die gebruikt zullen worden zijn: verdiepende uitwisseling over de literatuur, oefenen met het innemen van verschillende perspectieven, toepassen van systemische interventies, rollen spelen, registratieopdrachten, videofragmenten bekijken en reflectie-opdrachten. Ook zullen er aandacht -oefeningen en creatieve werkvormen gebruikt worden.

Tijdens het vervolgdeel wordt hier aan toegevoegd: een presentatie over de literatuur door de cursisten, terugkoppeling over het experimenteren met interventies in de praktijk en ontwikkelen van een eigen therapeutische houding (o.a. middels reflectieopdrachten/oefeningen in kleine groepen en tweetallen).



Aan het eind van elke bijeenkomst wordt een korte samenvatting gegeven van wat behandeld is, ervaren is en wat er eventueel nog terug moet komen. Op deze manier kan op basis van feedback aangesloten worden bij specifieke leervragen van de cursisten.

### **Verwachtingen van de cursisten tijdens het inleidend deel (60 uur)**

Tijdens het inleidende deel (Blok 1 en 2 en deels 3) wordt verwacht dat de cursist een actieve houding aanneemt t.a.v. de aangeboden kennis en de ruimte die geboden wordt om met de opgedane kennis ervaring op te doen door deel te nemen aan rollenspelen en te experimenteren in zijn werkpraktijk (tijdens een intake, overleg, co-therapie). Om te ervaren welk effect systeem-therapeutische interventies op cliënten hebben, wordt verder van de cursist gevraagd dat hij relaties uit zijn eigen leven gebruikt als onderwerp van opdrachten en oefensituaties.

### **Het toetsen:**

- Bij afronding van het eerste deel (30 uur) zal getoetst worden, op het niveau van 'weten' (niveau 1), aan de hand van een schrijfopdracht.
- Bij de afronding van het inleidende deel (60 uur) zal getoetst worden, - 'weten hoe' (niveau 2) op basis van een casusbeschrijving (beschrijving proces van verhelderen systemische samenhang en behandelvoorstel).

### **Evaluatie**

Na iedere bijeenkomst worden cursisten gevraagd een korte evaluatielijst in te vullen m.b.t. de inhoud van het lesprogramma, de literatuur en de ervaren ruimte om vaardigheden te oefenen en met het ontwikkelen van hun eigen houding bezig te zijn. Ook zal hierbij gevraagd worden of helder was aan welke competenties gewerkt is. De feedback hieruit wordt na iedere bijeenkomst gelezen en na afloop van de module verwerkt het cursusdraaiboek.

### **Aanwezigheidsverplichting:**

Er is een aanwezigheidsverplichting van 90%, bij afwezigheid tussen de 10% en 20% worden inhaalopdrachten gemaakt die de stof van de betreffende gemiste cursusdag behandelen.

### **Aantal deelnemers per cursus:**

Het aantal deelnemers met een docent is 14 personen.

### **Docent (en):**

Denise Matthijssen NVRG erkend Systeemtherapeut en Supervisor

---

## Programma: Inleidend deel van 60 uur

Dag 1	De kern van systeemtherapie
Dag 2	De kern van systeemtherapie
Dag 3	Systemische perspectieven en implicaties voor onderzoek en interventies.
Dag 4	Systemische perspectieven en implicaties voor onderzoek en interventies.
Dag 5	Procesgericht werken in de praktijk (5 t/m 10) <ul style="list-style-type: none"><li>- organiseren en begeleiden van de verwijzing/intake &amp; diagnostiek</li></ul>
Dag 6	<ul style="list-style-type: none"><li>- werkrelatie opbouwen</li></ul>
Dag 7	<ul style="list-style-type: none"><li>- Doelen formuleren en evalueren</li></ul>
Dag 8	<ul style="list-style-type: none"><li>- Op gang brengen van verandering, omgaan met dilemma's in verandering en ontregelende situaties in de therapie.</li></ul>
Dag 9	<ul style="list-style-type: none"><li>- Vasthouden van verandering</li></ul>
Dag 10	<ul style="list-style-type: none"><li>- Het afsluiten van de behandeling</li></ul>