

## INTERVIEW

**Jürgen Peeters :**

### **“Supervisie als vorm van zelfzorg en kwaliteitsbewaking”.**

#### **Wat is jouw omschrijving van supervisie?**

**Jürgen Peeters :** Supervisie is een vorm van zelfzorg en kwaliteitsbewaking waarbij iemand van buitenaf mee kijkt naar hoe je in je werk staat. Het helpt je om scherper te zien wat er bij jezelf en cliënten speelt en daar een beter onderscheid in te maken. Het maakt blinde vlekken mogelijk meer zichtbaar. Overdrachtelijkheden worden daardoor meer bewust en hanteerbaar. Daarnaast is het ook een voorwaarde om kwaliteitsvol werk te blijven leveren.

In het werken met cliënten is het onvermijdelijk dat alles wat op je afkomt een impact heeft op jezelf als therapeut of hulpverlener. Meestal heb je dit pas door als het zwaar gaat wegen, of wanneer je bepaalde klachten begint te ontwikkelen.

#### **Kan een therapeut dus niet zonder supervisie? Met andere woorden: hoeveel impact heeft overdracht op de relatie cliënt/hulpverlener ?**

**Jürgen Peeters :** Als therapeut dien je er voor te zorgen dat je zicht houdt op jezelf. Dat is nooit absoluut... uiteraard. Het is gepast enige bescheidenheid op te brengen wat ons vermogen tot bewustzijn betreft. En toch kan het bijzonder helpend zijn om goed onderscheid te maken tussen wat er bij jou gebeurt en wat er bij de cliënt gebeurt. Hoe eigen thema's inhaken op het verhaal van de cliënt en hoe je dat in dienst kan stellen van de cliënt. Als ik zelf een bepaalde angst in mijn leven niet onder ogen wil zien, is de kans klein dat, wanneer een cliënt daarmee komt, ik daar gepast mee kan werken. Misschien ga ik alle moeite van de wereld doen om daar omheen te fietsen. Misschien ga ik overdreven nieuwsgierig zijn en doorvragen ter bevrediging van mijn eigen behoefte. In de vele therapiestromingen wordt er telkens een andere waarde toegekend aan het overdrachtsgebeuren. Waar Freud prat ging op de abstinentie van de therapeut – de analyticus als neutraal projectiescherm – gingen latere therapeuten meer expliciet gebruik maken van overdrachtelijkheden. Uit onderzoek naar de effectiviteit van therapie komt de persoon van de therapeut steeds naar voren als één van de belangrijkste beïnvloedende factoren. Bert Hellinger, grondlegger van het systemisch fenomenologisch werk, is er van overtuigd dat cliënten pas echt verantwoordelijkheid nemen als je uit de overdracht blijft en cliënten als volwassenen bejegt. Hij haalt daarvoor onder andere inspiratie bij de Transactionele Analyse. Het midden vinden tussen bescheiden aanwezigheid en een meer directieve aanpak blijf ik zelf een hele evenwichtsoefening vinden. Supervisie is dan, naast collegiaal overleg, deelname aan opleiding en doornemen van vakliteratuur, een voornaam hulpmiddel voor mij. De verleiding is groot om te gaan bepalen wat andere therapeuten nodig hebben. Toch hou ik me daar zo weinig mogelijk mee bezig. Voor je het goed en wel door hebt, zet je jezelf in de ouderrol voor die andere therapeuten. En daarvan vermoed ik dat niemand beter wordt.

## **Wat zijn volgens jou de belangrijkste kwaliteiten van een supervisor ?**

**Jürgen Peeters :** Een supervisor dient dezelfde kwaliteiten te ontwikkelen als een therapeut of hulpverlener. Je moet afstand kunnen bewaren en toch betrokkenheid tonen. Verder zijn volgende kwaliteiten van belang: echtheid, empathie, vermijden van oordelen, rekening kunnen houden met het hele systeem, weerstaan aan de verleiding om te willen redden of oplossen... In wezen moet je vooral het oplossingsvermogen van de supervisant aanspreken, zoals je dat als hulpverlener ook met cliënten behoort te doen.

In het bijzonder is het natuurlijk van belang dat je vertrouwd bent met het ruime werkveld van de supervisant en van daar uit een brede waaier van ervaring en kennis kan aanspreken. Het oog hebben voor gelaagdheid van organisaties is een specifiek gegeven in supervisie aan hulpverleners. Het gebeurt frequent dat er allerlei zaken op een niveau gaan zitten waar het niet thuishoort. Dan is het een opdracht om uit elkaar te halen wat bij de organisatie, het team, de cliënten, jezelf en mogelijk andere betrokkenen hoort.

Je behoort ook de kunst te verstaan om niets te doen. Je helpt een ruimte creëren waarbinnen beweging mogelijk wordt.

## **Welke ervaringen/werksituaties hebben je het meest gevormd als supervisor ?**

**Jürgen Peeters :** Mijn eigen therapie, bij diverse therapeuten, is een belangrijke leerschool geweest. Daarnaast heb ik in heel verschillende hulpverleningssettings gewerkt: leefgroepwerk, gezinsbegeleiding, thuisbegeleiding, ambulante therapie. Mijn werk met gedetineerden, rond daders en slachtoffers, was op heel wat vlakken inspirerend. Mijn Onderstroom heeft me op plaatsen gebracht waar veel te leren viel. En deed me een boel mensen ontmoeten, waar ik telkens weer belangrijke puzzelstukken van meekreeg. Bij EA heb ik een brede therapeutische basis meegekregen. Daarop ben ik steeds verder gaan bouwen.

## **Wat zijn de valkuilen van een supervisor ?**

**Jürgen Peeters :** Net zoals voor de hulpverleners is het voor de supervisor van belang aan zelfzorg en kwaliteitsbewaking te doen. Hoewel ik zelf bij iemand terecht kan voor mijn eigen supervisie, is er altijd de verleiding om dit uit te stellen. Daarnaast vind ik het van belang zelf voeling te houden met de cliëntpositie. Vanuit verschillende opleidingen heb ik ook vaak in huiswerkgroepen gezeten. Soms is dat erg moeilijk en slopend, maar tegelijk ook heel erg leerzaam. Het maakt je bescheidener.

Het is niet omdat je supervisie geeft, dat je ook superman bent. De verleiding om in de almacht te gaan zitten, ligt altijd op de loer. De druk om alles te moeten kennen en kunnen is soms groot. Het vraagt wel wat voor mezelf om daaraan te weerstaan. Kennis en ervaring kunnen trouwens ook in de weg zitten. De verwondering van een buitenstaander kan ook verheldering bieden. Als je namelijk eenmaal in een systeem zit, zijn het nog al eens de vanzelfsprekendheden die je het zicht belemmeren.

Tevens is het een valkuil dat je teveel opgaat in het verhaal van de supervisant. Zelf wil ik altijd zo weinig mogelijk informatie hebben. Hoe meer de supervisant je vertelt over zijn werkvraag, hoe minder vrij je gaat kijken. Als iemand een paar minuten nodig heeft om een vraag te stellen, is die persoon in de regel bezig zijn constructie van de werkelijkheid over te dragen op jou. Het is dan zaak je niet in het verhaal te verliezen, maar te focussen op wat de vraag is achter dit verhaal.

Als iemand zich vijf centimeter op eigen kracht verplaatst, heb ik daar meer waardering voor dan wanneer iemand een meter verder staat omdat ik er aan getrokken heb. Dit versterkt ook het gevoel van eigenwaarde. Ons ego kan wel eens parten gaan spelen wanneer we resultaat willen zien. Dan gaan we kunstjes doen die wel spectaculair ogen, maar daarom de cliënt nog niet verder helpen.

### **Hoe werkt supervisie als hefboom in de hulpverlenersrelatie ?**

**Jürgen Peeters :** Als ik met groepen werk, vertrek ik meestal vanuit de "learning circle". Iedereen in de ruimte kan leren van de gedeelde ervaring in de groep. Ik doe een korte oefening om de deelnemers wat dichterbij zichzelf te brengen (even door de ruimte stappen, de ogen sluiten, aandacht op het lichaam, wat bewegen op muziek, zintuigen oefenen...). Vervolgens doe ik een vragenrondje. Sommige vragen zijn al half opgelost door ze kernachtig te formuleren. Als mensen te weinig focus hebben, dan is mijn interventie daarop gericht. Zijn mensen te gefixeerd op een probleem, dan is het weer belangrijk om ruimte te creëren. The mind is like a parachute, it doesn't work until it's open. Zitten mensen erg in hun hoofd, dan ga ik vragen stellen naar gevoel of lichaamsbeleving. Zitten ze erg in emoties, vraag ik naar betekenissen. Het klinkt allemaal meer afgebakend dan het in werkelijkheid is. De essentie blijft voor mij telkens opnieuw contact maken met die ander en wat hem of haar drijft.

Als iemand aanbrengt zich schuldig te voelen over wat hij met zijn cliënt heeft gedaan, vraag ik naar wat zijn schuld is. Niet omdat ik vind dat hij schuldig is, maar omdat dit hem kan helpen onderscheid te maken tussen wat er bij hem gebeurt en wat er bij de cliënt speelt. Door wat bij jou als hulpverlener in beweging komt terug te brengen naar de juiste proporties wordt het opnieuw hanteerbaar. Zo voorkom je vast te gaan zitten in de tegenoverdracht en wordt de vraagbrenger meer verantwoordelijk voor zichzelf. Dat is in eerste instantie soms lastig. Toch bevordert dit op langere termijn de competentie en zelfredzaamheid van de supervisant en diens cliënten.

Verder spelen in supervisie dezelfde dynamieken als in elke andere therapeutische of hulpverleningsrelatie. Voor mij is de grens tussen supervisie en therapie dun, maar ze is er wel.

### **Naar mijn ervaring staan hulpverleners niet steeds open voor vormen van zelfonthulling op het werk – en dat is toch soms nodig om overdracht te hanteren ? Hoe doe je dat op een veilige manier ?**

**Jürgen Peeters :** De meeste teams zijn niet veilig genoeg om je kwetsbaar te tonen. Het vraagt heel wat om daar veiligheid te installeren, om het te kunnen hebben over onderliggende thema's. Erkenning geven voor overlevingsstrategieën is een ondertussen erg beproefde manier om het meer veilig te maken. Daarnaast kan het zichtbaar maken van systemische processen nieuwe ruimte creëren in een team. Tegelijk moeten we ook realistisch blijven. In een team komen vele systemen samen. Mensen brengen hun eigen geschiedenis mee en hebben samen ook een geschiedenis. Daarin kunnen allerlei factoren zitten die belemmeren dat iets uitgesproken wordt. Wat dynamieken betreft, heeft een team nogal eens iets weg van een incestgezin. Er leven altijd onuitgesproken zaken, dingen die het daglicht niet mogen zien. En wat bevrijdend is voor de ene, kan in eerste instantie belastend zijn voor de andere. Voor mezelf is het een hele oefening om daarin het tempo van het team te respecteren en de tijd zijn werk te laten doen.

### **Als je in organisaties werkt, hoe hou je dan je positie tussen coördinatoren en hulpverleners ?**

**Jürgen Peeters :** Door je te verbinden met het hele systeem voorkom je dat je in loyaliteitsconflicten terecht komt. Maar ook dit is iets wat in elke vorm van hulpverlening van belang is. Geregeld bots je op problemen die op een ander niveau in een organisatie terecht zijn gekomen dan waar ze thuishoren. Meestal hoor ik dat al bij de aanmelding. Ik heb me daar in geoefend. Soms is dat niet het geval en dat kan dan best spannend of lastig worden... als je bijvoorbeeld voor een team staat om te werken rond hun problemen, en ze proberen jou te overtuigen dat het hun leidinggevenden zijn die problemen hebben. Als er in een teamsupervisie thema's rijzen die met een ander niveau in de organisatie dienen bekeken te worden, zoek ik naar wegen om dit mogelijk te maken. Dat kan dan bijvoorbeeld leiden tot een bemiddeling tussen directie en werknemers. Dit heb ik al meerdere keren gedaan. Dat is wel prettig, omdat de dingen daardoor naar mijn gevoel meer op de juiste plaats terecht komen. Laatst kreeg ik een vraag naar supervisie van medewerkers. Bij het uitklaren van de vraag werd duidelijk dat het zinvoller was supervisie te geven aan de coördinatoren. Als je in een organisatie een probleem op een hoger niveau aanpakt, heeft dat meestal meer effect op het geheel van de organisatie.

### **Wat is je ervaring met de georganiseerde hulpverlening in Vlaanderen ? Zouden therapeuten daar een transparantere rol in kunnen hebben qua samenwerking ?**

**Jürgen Peeters :** De meeste basisopleidingen, zelfs orthopedagogie en maatschappelijk werk, zijn vooral gericht op het verwerven van kennis en vaardigheden. De meeste universitaire opleidingen alleen op kennisverwerving. Heel wat andere vormen van leren worden daar onvoldoende aangesproken. Met name het stuk persoonlijke ontwikkeling ontbreekt daar. Therapeuten zouden op dat vlak een waardevolle bijdrage kunnen leveren. Het zou mooi zijn als er meer integratie kwam van die verschillende domeinen, waardoor het leren meer uitgebalanceerd geraakt. Dan kan er tegelijk aandacht zijn voor kennis, vaardigheden, attitudeontwikkeling, lichaamsbewustzijn en zelfbewustzijn. Leefgroepwerk, gezinsbegeleidingen of hulpverlening op een Centrum Algemeen Welzijnswerk vragen minstens zoveel therapeutische kwaliteiten als het therapeutische werk op een Dienst Geestelijke Gezondheidszorg of in een privépraktijk. Het is mijn indruk dat het eerder een minderheid is in de georganiseerde hulpverlening die deze mening deelt en een nog kleinere groep die daar ook effectief iets mee gaat doen.

### **Werk je met IV in supervisie ?**

**Jürgen Peeters :** Ik merk dat het IV kader bijzonder goed past om supervisie te geven. Het verbinden van denken, voelen, willen, waarnemen en handelen met lichaamsbewustzijn en de context is daarbij essentieel. Op dit moment staat de systemisch fenomenologische benadering, zoals ontwikkeld door Bert Hellinger, erg op de voorgrond. Misschien hangt dit samen met het feit dat ik momenteel een opleiding volg in het Hellingerinstituut in Groningen. Uiteraard volg ik die opleiding omdat die benadering me zo aanspreekt. Ze overstijgt al het voorgaande wat ik leerde en ontwikkelde. Hellinger is in mijn ogen ook een IV therapeut. Zij het dan een nogal directieve. Hij heeft, via het intensief verkennen van vele therapievormen – van klassieke psychoanalyse tot primal therapy bij Janov – en die steeds weer los te laten, eigen vormen ontwikkeld. En ook deze nieuwe vormen zijn voortdurend in ontwikkeling. Zijn leerlingen gaan soms dogmatischer om met zijn gedachtegoed dan hijzelf.

Al naargelang de vraag die cliënten inbrengen, kunnen verschillende methodieken worden ingezet (stoelenwerk, focussing, sharing, socratische bevraging, opstellingenwerk, probleemsituering, duiding vanuit de machtsdriehoek, visualisatie...). Ik merk dat ik vanuit de grondhouding van IV tot nieuwe werkvormen kom, of op variaties van bestaande. Deze ontstaan vanuit de interactie tussen mezelf en de vraaginbrenger.

## **Wat zijn belangrijke principes die je steeds wil meegeven ?**

**Jürgen Peeters** : Ik heb zo een reeks oneliners die typerend zijn voor mijn manier van kijken. Gras gaat niet sneller groeien door er aan te trekken, ook voor onze psychische huishouding geldt dat afval voorkomen beter is dan recycleren, cliënten komen pas in beweging als ze zich werkelijk gezien weten, de oplossing van het probleem begint bij hoe naar het probleem gekeken wordt, lange besprekingen over cliënten gaan eerder over wat we van onszelf niet kunnen of durven zien dan over de cliënt... Je kunt hierin al een paar van mijn inspiratiebronnen terugvinden. Door ze geregeld te herhalen hou ik ze voor mezelf ook beter vast.

Door zo eerlijk mogelijk stil te staan bij wat zich aandient – in denken, voelen en gedrag – ontstaat er haast vanzelf ruimte voor groei en verandering. Dit vraagt enige bereidheid om naar zichzelf te kijken. Voor mij is dat een voorwaarde om mensen te kunnen begeleiden. Tenslotte kom je in al die anderen telkens jezelf weer tegen. Ik ga steeds kijken wat er zich op betrekkingniveau afspeelt. Hoe strijden hulpverleners met hun cliënten om autonomie? Welke verborgen agenda's zijn er? De cliënten waar je het hardst mee worstelt, hebben je vaak het meest te vertellen.

Methodiek is voor mij ondergeschikt aan de authenticiteit in het contact. Methodieken werken maar voor zover je ze 'eigen' maakt. Ik werk meer op het niveau van attitudeontwikkeling en vergroten van bewustzijn.

## **Nog een laatste boodschap aan ons ?**

**Jürgen Peeters** : Ik zeg vaak in groepen "wees zo eerlijk met jezelf, als dat je vandaag eerlijk met jezelf kan of wil zijn". En dat helpt al een boel relativeren. Tegelijk is het ook een warme uitnodiging. Voel je vrij om er op in te gaan.

Bedankt Jürgen, voor dit eerlijk interview !

Marleen Van Laere.