

Profiel van de Therapeut

Interview met Jos Olgers, auteur

Door Diana Vergouwen

Voor mij ligt het net verschenen boek van ons erelid Jos Olgers: 'Profiel van de Therapeut'. Een mooie aanleiding voor een interview met deze oude rot in het vak! Jos is inmiddels gepensioneerd, dat wil zeggen dat hij geen actieve praktijk meer heeft en zijn opleidingscentrum TranceArt in 2014 heeft verkocht. Maar schrijven over het vak Hypnotherapie en het delen van zijn jarenlange opgebouwde kennis doet Jos nog steeds graag. Omdat Jos zijn dagen grotendeels doorbrengt in Tsjechië - met vrouw, honden en poezen - houden we een online interview.

De grondhouding van een goede therapeut

De titel van het boek, *Profiel van de Therapeut*, sluit mooi aan bij het thema van dit nummer: Begin! Alle grondbeginselen van goed therapeutschap staan in zijn boek vermeld: bekwaamheid, competentie, therapeutische relatie, overdracht en tegenoverdracht, projectie, aantrekkingskracht, zelfinzicht, grenzen, visie, ethiek en de basis van de praktijkvoering.

De eerste gedachten die in mij opkomen zijn: "Maar dat weet ik toch allang? Dat ligt toch voor de hand?" Waarom dan toch dit boek lezen? Die vraag hoef ik niet voor te leggen, want het antwoord daarop vind ik al in de inleiding van zijn boek:

Zou 'voor de hand liggen' toch niet hetzelfde zijn als 'weten'?

Zou 'weten' toch niet hetzelfde zijn als 'beheersen'?

Zou 'beheersen' toch niet hetzelfde zijn als 'in de praktijk brengen'?

Dus we beginnen maar met de vraag: voor wie heb je dit boek geschreven?

Jos steekt meteen enthousiast van wal: "Niet alleen voor de beginnende therapeut, maar juist ook voor de

therapeut die al jaren werkzaam is en toch nog eens kritisch naar zichzelf wil kijken." Het gaat hem erom meer helderheid te verschaffen in wat er zich kan voordoen tijdens de therapie. Is bijvoorbeeld de therapeut aan het projecteren, matchen of invullen bij wat de cliënt zegt of denkt? Jos schetst diverse voorbeelden van situaties die van invloed kunnen zijn op de kwaliteit van de therapie en het therapieproces van de cliënt.

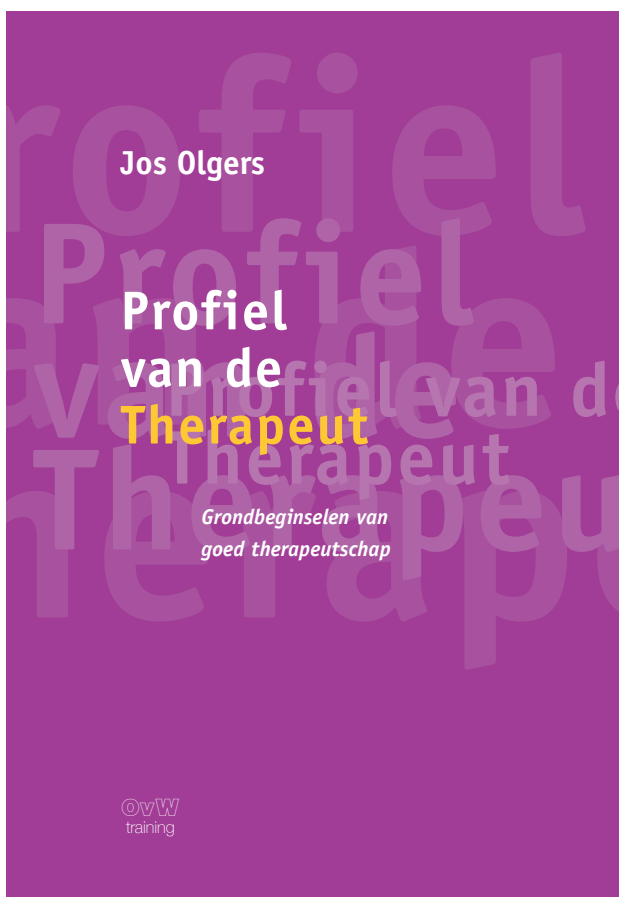
In je boek is een hoofdstuk gewijd aan overdracht en tegenoverdracht. Wat kun je daarover vertellen?

"Overdracht is gedrag dat bij iemand anders een specifiek gevoel oproept. Wanneer diegene daar automatisch op reageert, heet dat 'tegenoverdracht'. Veelal is deze reactie afkomstig uit een langer bestaand gedragspatroon. Het gevaar is dat de tegenoverdracht weer een tegenreactie van de ander oproept, waardoor beiden als vanzelf in een bindingspatroon geraken." En Jos vult nog verder aan: "Door overdracht en tegenoverdracht kunnen beiden in een heel gezellig samenzijn terechtkomen, maar ze kunnen ook in een negatieve spiraal steeds verder de narigheid inzakken. Wanneer iets dergelijks een therapeut overkomt, is het vrijwel onmogelijk om de therapie met de cliënt verder te vervolgen."

In de meeste opleidingen wordt hier aandacht aan geschonken. Maar theorie en praktijk zijn volgens Jos twee verschillende dingen: "In de praktijk merk je vaak pas hoe subtiel dit kan doorwerken in de relatie met je cliënt. Je hebt het misschien niet eens echt in de gaten. Zelfs de doorgewinterde therapeut kan onverhoopt in de valkuil stappen van overdracht en tegenoverdracht, waardoor een ongewenste relatie met de cliënt ontstaat. Zelf ben ik er ook weleens in getrapt, vandaar dat ik erover schrijf!"

Wat is dan een voorbeeld van overdracht en tegenoverdracht?

"Een voorbeeld dat ik in mijn lessen vaak gaf, en ook in mijn boek staat, is de volgende. Een cliënte met wie ik aan een volgende sessie zou beginnen, stapte op een zomerdag mijn praktijk in. Toen ik haar een hand gaf, viel mij op dat ze tegen de gewoonte in uiterst sexy gekleed was. Haar decolleté was zo laag dat bij elke beweging





een tepel zichtbaar werd. Ik voelde me daar behoorlijk ongemakkelijk bij. Ik vroeg me af: 'Waarom trok ze vanochtend dit shirt aan?' Ik besloot deze vraag aan haar te stellen. En het antwoord was frappant! Na een kleine schrikreactie, gingen we op onderzoek uit. Uiteindelijk ontdekten we dat zij haar vader op mij projecteerde en zij heel graag door hem gewaardeerd en gezien wilde worden. Dit bleek later een belangrijke doorbraak in de hele therapie te zijn."

Jos geeft aan dat het patroon vaak onder de oppervlakte speelt, en dat therapeut en cliënt zich dit meestal niet bewust zijn. In het boek staat ook een voorbeeld waarbij de overdracht start bij de therapeut: een cliënt wil een nieuwe afspraak maken met de therapeut. De therapeut zegt vervolgens: 'Dan kan ik niet, want ik ben uitgenodigd voor een afscheidslunch door een andere cliënt.' De therapeut is hierbij in de overdracht, want hij geeft hierbij een signaal richting cliënt. Het schept bij de cliënt mogelijk de verwachting dat hij de therapeut ook mee uit eten moet nemen bij zijn afscheid of op zijn minst een bos bloemen moet meebrengen. Als de cliënt vervolgens hiernaar handelt en de therapeut inderdaad mee uit eten neemt, dan is de cliënt in de tegenoverdracht. Of de cliënt kan reageren vanuit emotie

en zeggen: 'De groenteboer neem ik toch ook niet mee uit eten? Je hebt mij al genoeg geld gekost aan therapie en verwacht niet van mij dat ik je ook nog eens mee uit eten neem!' Ook dan is de cliënt in de tegenoverdracht.

Wat kun je vertellen over de 'blinde vlek'?

"Ja, die hebben we allemaal", zegt Jos. "Hoe kom je daar bij jezelf nu achter?", vraag ik hem. Jos: "Je kunt dit onderwerp eens bespreekbaar maken in je intervisiegroep. Als je collega's eerlijk durven zijn, zullen ze je attenderen op een patroon dat je zelf niet zo goed ziet. Soms weet je ook niet wat je blinde vlek is, want het is niet voor niets je blinde vlek. Als je dit boek gaat lezen, zul je misschien ergens door worden geraakt. Dan weet je ook: er is werk aan de winkel. Want een goede professional zorgt goed voor zijn eigen gereedschap. En dat is hij uiteindelijk zelf!"

Als therapeut ben je altijd in relatie met je cliënt. In jouw boek schrijf je ook over relaties. Geef jij weleens therapie aan vrienden?

Jos geeft toe dat hij weleens vrienden - die privé en therapie goed konden scheiden - een paar sessies heeft gegeven om hen weer op weg te helpen: "Maar dit waren zeker geen diepere, langdurige therapiesessies. Dat



Foto: Jos Olgers

moet je nooit doen, juist om niet in een andere relatie met elkaar te vallen.” Hij vervolgt: “Je kan als therapeut ook een speciale klik met een cliënt hebben. Nu lijkt dit op het eerste gezicht goed, omdat je dan rapport hebt. Maar als de klik zodanig is dat de cliënt niet meer kan uitspreken wat er speelt, omdat hij zich beter wil voordoen dan hij is of omdat hij misschien een beetje verliefd op je is, dan werkt het de therapie tegen. Herken dan als therapeut tijdig de signalen, en kies bewust wat je ermee doet: hoe geef jij als therapeut je grenzen aan?”

Beheersen van de materie

In het boek staan meerdere onderwerpen die de therapeut kunnen helpen met dit soort zaken om te gaan. Natuurlijk kun je het ook in je intervisiegroep bespreken, maar je kunt collega's pas helpen als je de materie zelf voldoende beheerst. Je kan niet ergens naar vragen als je niet weet waarnaar je vragen moet. En je kunt pas ergens op ingaan als je weet waar het over gaat. Dus dit is ook weer een reden om het boek *Profiel van een Therapeut* te lezen.

Zo geeft Jos aan dat hij dit boek niet had kunnen schrijven in 1986, twee jaar nadat hij begonnen was. En ook nog niet in de tien jaar daarna. Juist door zijn jarenlange ervaring kwam er zicht op deze dingen. Hierover nadenken en praten met collega's brachten meer inzicht, wat ook nog eens gevoeld werd door van studenten te horen welke voorvallen er waren tussen hen en hun cliënten. Dit alles maakte het voor Jos mogelijk om uiteindelijk dit boek te schrijven.

Tussen de jaren 80 en nu zit veertig jaar ervaring. Hoe zal ditzelfde boek eruitzien als jij - of iemand anders - over veertig jaar opnieuw een boek over therapeuschap schrijft?

“Haha, wat een goede vraag”, lacht Jos. “Natuurlijk veranderen sommige dingen. Het is nu bijvoorbeeld al normaal geworden om digitaal therapie te geven. Zo snel kunnen veranderingen optreden, zeker als nood wet breekt.” Hij denkt nog even diep na, en vervolgt dan met zekerheid in zijn stem: “Sommige dingen zijn blijvend. Bijvoorbeeld je houding als therapeut naar een cliënt toe, dat zal nog steeds hetzelfde zijn. De eed van Hippocrates werd tenslotte 400 jaar voor Christus al afgelegd. Daarin werd ook benoemd wat de basishouding is van een arts, hoe hij dient te handelen. Deze eed geldt heden ten dage nog steeds. De mensheid liep 2.400 jaar geleden al tegen dezelfde problemen aan, dus na een relatief kleine periode van veertig jaar is dit boek nog hartstikke actueel.”

Praktijkvoering

Het laatste hoofdstuk gaat over praktijkvoering. Jos Olgers zegt dat onderwerpen als behandelovereenkomst, omgaan met klachten, beroepsgeheim, cliëntendossiers, bewaartermijn en BTW in het boek thuishoren, en dus ook een plek hebben gekregen. “Ook over veertig jaar is dit nog belangrijk. Evenals de Verklaring Omtrent Gedrag (VOG), omgang met minderjarigen en inzage in het dossier. Al zal de wet- en regelgeving tegen die tijd waarschijnlijk net anders zijn, de kern ervan blijft.”

Je zit al veertig jaar in het vak en hebt ontzettend veel gedaan. Hoe kijk je terug op deze jaren?

"Het therapeutschap, training geven bij het ATMA-instituut, het oprichten van TranceArt en het schrijven van boeken waren geweldig. Het waren allemaal fases", zegt Jos. "Ik heb enorm genoten van mijn jaren als therapeut en ben alle cliënten dankbaar die naar mij toegekomen zijn. Daarnaast heb ik ontzettend veel geleerd van het ondergaan en geven van alle trainingen en bijscholingen. Het voelde (en voelt nog steeds) als heel natuurlijk om al deze kennis over te dragen." En hij voegt nog toe: "Ik ben wel blij dat ik, zeker in deze coronatijd, geen eigen opleidingsinstituut meer heb. Studenten hebben geen idee van hoeveel werk er gaat zitten in het runnen van een opleidingsinstituut."

Je hebt ondertussen een heel oeuvre aan boeken. Hoe ben je daar ooit mee gestart?

"Mijn eerste boek, *Heelheid in wording*, is ontstaan tijdens de TranceArt-periode. In het begin waren het losse papiertjes en uitgeschreven lesmateriaal, waarvan het belangrijk was dat dit gebundeld zou worden. Uiteindelijk werd het een boek. *Heelheid in wording* is nu met de herdruk gewijzigd in *Handboek Hypnotherapie*. Dat dekt beter de lading. Door het schrijven van dit eerste boek heb ik ontdekt dat ik schrijven heel erg leuk vond om te doen. En daardoor volgden er meer boeken."

Welke boeken heb je nog meer geschreven en hoe kwamen deze tot stand?

"Ik heb het boek *Medische Hypnose* geschreven, omdat ik vaak met anderen sprak over medische klachten die je met hypnose zou kunnen verhelpen. Als ik doorvroeg naar welke klachten en hoe die werden behandeld, dan kwam er vaak een simpel antwoord. Bijvoorbeeld: 'Nou ja, gewoon met suggesties'. Hier kon ik niet zoveel mee, dus ging ik uitzoeken wat de essentie van ziektes is, hoe je kunt inbreken op de patronen van die ziektes en welke hypnotherapeutische technieken je hierop kunt loslaten. Al deze ervaringen heb ik verwerkt in dit medische boek."

Vervolgens kwam het boek *De binnenwereld spreekt*. Dit boek ligt Jos na aan het hart: "Ik was heel gedreven om dit boek te schrijven. Ik beschrijf hierin Voice Dialogue, het werken met deelpersoonlijkheden en de door mij ontwikkelde associatietherapie eind jaren 80."

En dan hebben we nog het boek *Afvallen met hypnotherapie*. "Ik schreef voor Susanne Sauer van TranceArt Academie het protocol voor de hypnotische maagband. Dit was bestemd voor ervaren hypnotherapeuten die bij haar de door mij ontwikkelde vierdaagse bijscholing hierin volgden. Vervolgens gingen anderen mijn bijscholing kopiëren. Dit protocol werd door hen uiteindelijk in slechts een lesdag gegeven, terwijl er dan nog zoveel aan kennis ontbreekt. Toen dacht ik: 'Wat heb ik gedaan?' Een hypnotische maagband kun je aanleggen als iemand

vreetbuien heeft, maar er kunnen ook nog andere dingen spelen, zoals bijvoorbeeld problemen met de schildklier. Toen heb ik besloten *Afvallen met hypnotherapie* te schrijven, zodat iedereen bij de kennis kan komen om op een goede manier de oefeningen toe te passen."

Daarna kreeg Jos de vraag om eens mee te denken over aan welke basisvaardigheden een therapeut zou moeten voldoen en wat therapeuten bindt in de uitoefening van hun vak. Wat eerst een lijstje was met wat punten, mondde uiteindelijk uit in een boek van 312 pagina's: *Profiel van de Therapeut*.

Na deze opsomming van boeken: is er nog een volgend boek in de maak?

"Ik ben heerlijk in de geschiedenis van hypnose gedoken", zegt Jos. Hij vertelt dat hij vele antiquarische boeken bezit en daarin wil hij onderzoeken hoe men vroeger - in bijvoorbeeld 1790, 1812, 1840, 1870, 1920 - hypnose toepaste. Jos geeft zichzelf de tijd om hierover te schrijven. Hij is benieuwd welke inducties en welke therapeutische technieken toen werden gebruikt. Zo zegt hij: "Na de Tweede Wereldoorlog is er veel veranderd in de manier waarop hypnose wordt toegepast. Maar als ze 150 jaar geleden 'de moderne hypnotherapie' al deden, waarom zou dat in de 21ste eeuw niet nog steeds kunnen werken? Ik vermoed dat wij hypnotherapeuten, doordat de maatschappij veranderde, enkele interessante kinderen met het badwater hebben weggespoeld." De geschiedenis van hypnose zal vast een interessant boek worden en een mooie aanvulling op de boeken die Jos al heeft geschreven. Zijn huidige boek, *Profiel van de Therapeut*, is bij de boekhandel en de meeste online boekaanbieders verkrijgbaar. Het is een aanrader voor iedere therapeut die zijn of haar vak serieus neemt.



Diana Vergouwen
Redactielid Hypnotherapie