

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Congressen

Confrontatie uit liefde

Tweedaags congres, georganiseerd door Kenniscentrum voor Relatieproblematiek De Keerkring, GGZ Drenthe, Beilen, op 24 en 25 april 2008, met pre- en postconference workshops.

Het congres 'Confrontatie uit liefde' had als ondertitel 'Variaties in het doorbreken van muren binnen partnerrelaties'. Op 23 april was er een *preconference workshop* met Jeffrey Young, met als thema 'Therapy for challenging couples'. Jeffrey Young, de grondlegger van de zogeheten schematherapie, deed deze ondertitel eer aan. Voor een volle zaal demonstreerde hij op innemende wijze hoe hij gebruikmaakt van schematherapie in de behandeling van paren.

Preconference workshop

Young zette helder uiteen hoe de diagnostische en de behandel fase in schematherapie met paren verlopen en illustreerde dit met filmfragmenten. Uitgangspunt zijn de emotionele basisbehoeften van het kind aan veiligheid, voorspelbaarheid, liefde en aandacht, acceptatie en waardering, leiding en bescherming en bevestiging van gevoelens en behoeften. Als bepaalde behoeften niet worden vervuld, kan een kind disfunctionele cognitieve schema's ontwikkelen. Het ziet de wereld als het ware door deze bril en wordt gevoelig voor ervaringen die de schema's bevestigen en blind voor andere ervaringen.

Young onderscheidt achttien centrale thema's, waaronder verlating, wantrouwen en misbruik, emotioneel tekortkomen, onvolmaaktheid, zelfopoffering, perfectionisme en hoge eisen. Als later, op volwassen leeftijd, emotionele basisbehoeften niet worden vervuld, kunnen de oude schema's, met heftige gevoelens, worden geactiveerd. Dit kan er in een relatie toe leiden dat bij de partner eveneens bepaalde schema's worden geactiveerd, met wellicht een botsing van schema's en overgevoelig of juist ongevoelig gedrag naar elkaar. Young helpt zijn cliënten in de therapie emotionele basisbehoeften van zichzelf en de partner te onderkennen en oog te krijgen voor de kwetsbaarheid die achter veel boosheid schuilgaat. De houding van de therapeut is warm, betrokken en gericht op *re-parenting*, waarbij de emoties van de cliënt en de behoeften die daar aan ten grondslag liggen, worden gevalideerd. Dit helpt de cliënt als het ware om een liefhebbende ouder te internaliseren. Het vormt ook een voorbeeld hoe met de kwetsbaarheid van de partner om te gaan. De therapeut waarborgt veiligheid binnen en buiten de therapie, maar gaat ook de confrontatie aan als een van de part-

ners geen verantwoordelijkheid neemt of de ander bedreigt of misbruikt.

Uit het publiek kwam de vraag of mensen ook niet met onvervulde basisbehoeften moeten leren leven. Young was daar duidelijk over: nee, dat is absoluut niet het uitgangspunt van schematherapie. Cliënten worden ondersteund om hun emotionele behoeften te vervullen, waarbij verbondenheid met anderen heel belangrijk is, naast autonomie. Met een zekere nuchterheid sprak

Young over de benodigde match in de relatie. Er moet voldoende chemie zijn, die voortkomt uit de mix van de schema's van

de partners. Teveel chemie is niet leefbaar, maar te weinig chemie (bij bijvoorbeeld een goede, heel betrouwbare partner) kan dodelijk saai zijn.

In de eerste fase van de therapie brengt de therapeut de schema's van beide partners in kaart en geeft hij uitleg over deze benadering. De cliënten vullen schemavragenlijsten in en hebben zo nodig een aantal individuele sessies bij de therapeut. Ook is de omgang van de cliënt met de therapeut en met de partner vaak tekenend voor de schema's die op de voorgrond staan. Er volgt een analyse van welke schema's in conflicten een rol spelen en hoe deze wortelen in de kindertijd. Op een vraag uit het publiek of ouders hierdoor niet de schuld krijgen van wat mis loopt in de partnerrelatie, antwoordde Young dat deze stap essentieel is om cliënten te helpen empathie voor de part-

ner te ontwikkelen. De therapeut maakt hierbij ook gebruik van geleide fantasie, waarbij de cliënt negatief gekleurde beelden uit zijn kindertijd oproept en zijn behoeften binnen dit beeld tegenover de ouder verwoordt.

In de veranderingsfase leren cliënten hun voorkeursschema's kritisch uit te dagen en rekening te houden met de gevoeligheden van hun partner. Ze krijgen oog

voor elkaars *triggerpoints*

... behoeften kwetsbaar kenbaar maken ...

die disfunctionele schema's kunnen activeren. Ze leren hun behoeften op een kwetsbare in plaats van een boze manier ken-

baar te maken en ook als partner adequaat – als een liefhebbende ouder – naar de ander te reageren. Zie voor meer informatie hierover www.schematherapy.com en www.schematherapie.nl.

Voor mij vormde deze *preconference workshop* een goed begin van het eigenlijke congres. In mijn werk in de verslavingszorg had ik binnen partnerrelatietherapie al wel met schemavragenlijsten gewerkt, waarbij het constateren hoe de schema's van partners op elkaar aansluiten telkens weer boeit. De workshop van Young gaf voldoende handvatten om dit verder uit te diepen en ook de centrale rol van emoties vroeger en nu te onderkennen.

Dag I

Jan Bout opende de eerste congresdag door een minuut stilte te vragen om Tom

Andersen en Michael White te herdenken, die er de vorige keer in Beilen nog bij waren.

De eerste spreker, Scott Miller, bekritiseerde op de hem eigen, provocerende wijze gangbaar onderzoek en zette in op de therapeutische relatie als werkzame factor in therapie. Dat is wat *super-shrinks* onderscheidt van therapeuten die gemiddeld of onvoldoende resultaat boeken. Zijn presentatie is terug te vinden op www.talkingcure.com (onder *Research & Resources*) (zie ook van der Sluijs, 2008).

Aansluitend hield Jeffrey Young zich op zijn eigen, meer bescheiden wijze goed staande met een verkorte versie van zijn *preconference workshop*. In reactie op Miller verwees hij naar onderzoek waaruit bleek dat de gebruikte methodiek voor het effect van therapie wel degelijk kan uitmaken. Uit een RCT-onderzoek gericht op cliënten met borderline problematiek bleek schematherapie effectiever te zijn dan psychodynamische therapie in termen van drop-outpreventie en afname van borderline symptomen (Giesen-Bloo en Arntz e.a., 2006). Overigens wordt in schematherapie ook veel waarde gehecht aan de therapeutische relatie.

Haim Omer overtuigde in zijn lezing over niet-autoritaire autoriteit. Gezag van ouders en leraren is niet meer vanzelfsprekend, 'zelfs nostalgie is niet meer wat het geweest is'. In vijf tot tien sessies met

daarnaast frequent telefonisch contact ondersteunt hij ouders om een nieuwe vorm van gezag te verwerven. Die is niet zoals in de traditionele benadering gebaseerd op angst en afstand, waarbij het kind de schuld krijgt bij escalaties. In de benade-

ring van Omer zijn ouders aanwezig, ze zijn onvoorwaardelijk ouder en stellen ook grenzen. Ze gaan niet mee in een escalatie, noch dwingen ze het kind te buigen, maar blijven zich

verantwoordelijk voelen voor hun eigen aandeel. Dit is een vorm van geweldloze weerbaarheid, met respect voor de autonomie van het kind. Het is geen gezag uit de hoogte, als een donderbui, maar gezag als een anker dat een groot schip kan tegenhouden. Daarbij wordt gebruikgemaakt van het netwerk van het kind door bijvoorbeeld te zorgen voor een goede afstemming tussen leraar en ouders of door de klas erbij te betrekken. Niet om het kind gezichtsverlies te bezorgen maar om opbouwende invloeden te versterken. Ouders of leraar hechten aan de wijvorm in plaats van de strijd van 'mij' tegen 'jou'. Het gaat om transparantie en steun en de kunst om het ijzer te smeden als het koud is. Onmiddellijke reacties doen vaak meer kwaad dan goed, ook in de opvoeding. De lezing van Omer nodigde zonder meer uit om zijn boek, dat recent in een Nederlandse vertaling is verschenen, aan te schaffen.

Het ochtendprogramma van de eerste dag werd afgesloten door Yvonne

... gezag is niet meer vanzelfsprekend ...

Dolan, die een aantal bekende principes van oplossingsgerichte therapie illustreerde.

's Middags volgde ik de workshop van Alan Fruzzetti over de rol van emoties in conflicten. Als therapeut helpt hij cliënten zich eerder bewust te worden van hun soms hoog oplopende emoties, te ontdekken welke meer basale gevoelens achter boosheid schuilgaan, hierop te reflecteren en ze te accepteren (*mindfulness*), zichzelf af te leiden en tot rust te brengen en stil te staan bij het effect van bepaald gedrag op de partner (*relational mindfulness*). In zijn benadering zijn de nodige overeenkomsten zichtbaar met de schematherapie van Young, hoewel de laatste duidelijker de link legt met het gezin van herkomst en voor de cliënt meer ordening aanbrengt door disfunctionele gedachtepatronen te benoemen als identificeerbare schema's.

Ook in de werkwijze van Fruzzetti is de houding van de therapeut validerend. In een korte oefening – een oefening die hij ook bij paren doet om hen te laten ervaren hoeveel invloed ze op elkaar hebben – liet hij ons ervaren hoeveel verschil het maakt of de ander begrip toont voor je gevoelens, gedachten en wensen of ze juist veroordeelt. Meer over zijn benadering staat binnenkort op www.familyvalidation.com.

Tijdens het plenaire programma later

die middag illustreerde Peter Rober het innerlijk gesprek van de therapeut, ook in reactie op wat er niet wordt gezegd tijdens een therapiesessie. Hij bracht dit mooi in beeld door een videofragment te tonen van Jacques Derrida die zich niet kon uit-

spreken over zijn traumatische ervaringen.

De dag werd afgesloten met een forumdiscussie onder leiding van Justine van Lawick.

... begrip tonen valideert ...

Hanneke Lafieber

Literatuur

- Giesen-Bloo, J. & Arntz, A. (2006). Randomized Trial of Schema-Focused Therapy vs. Transference-Focused Psychotherapy. *Archives of General Psychiatry*, juni 2006.
- Omer, H. (2008). *Geweldloos verzet in gezinnen; een nieuwe benadering van gewelddadig en zelfdestructief gedrag van kinderen en adolescenten*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Sluijs, Lucia van der (2008). Hoe Scott Miller inspireert: workshops in praktijk gebracht. *Systeemtherapie*, 20.3, p.165-170.

Dag 2

Als wij vroeger op de terugweg van een familiefeest of ander uitje weer naar huis reden in de auto, onze vader en moeder (toen nog samen) voorin ruziemakend, wij kinderen op de achterbank doezend, wilde mijn vader zich nog wel eens omdraaien om te vragen: 'En, wat vonden jullie nou het aller-, allerleukste vandaag?' Wij riepen dan: 'De taart!' Of: 'Dat ome

Jan dat lied zong en op de tafel viel!’ Of: ‘Toen opa een scheet liet!’

Nu stel ik mij dezelfde vraag, denkend aan het congres dat als ik dit schrijf alweer enige tijd achter me ligt en waarvan ik vanwege een tijdbesparende taakverdeling binnen de redactie de tweede dag en de *postconference*

workshop mocht meemaken.

Wat was het leukste?

Dan zeg ik: de sfeer. Natuurlijk, er waren *highlights*.

Zo heb ik me rot gelachen

tijdens de workshop van Scott Miller en zo heb ik wijze dingen geleerd tijdens de workshop van David en Ruth Schnarch, dingen die ik sindsdien geregeld gebruik in mijn praktijk. Maar lachen en leren ontstaan denk ik vooral doordat de sfeer van een bijeenkomst zich daartoe leent. En zo was het. Wat werken er veel aardige mensen in ons vak! Mensen die elkaar het licht in de ogen gunnen, ondanks hun verschillende methodieken. Mensen die elkaar al lang kennen en vrienden zijn geworden en het prettig vinden elkaar weer eens te omhelzen.

Het was een knuffelcongres. Heerlijk. En dan vergeef je de organisatie ook de enkele uitglijder. Een Van Lawick die een ongeïnspireerde en gemakzuchtige workshop gaf (inclusief onbegrijpelijke casus). Een Luyens met een slaapverwekkend praatje waar de aangeharkte keurigheid vanaf droop. Een flauwe afsluitende act van dertien in een dozijn. Ach ja, het hoort er nu eenmaal bij. In de beste fa-

milies lopen ooms en oudtantes rond die de weg van de klepel naar de bel al enige tijd uit het oog hebben verloren en die je er toch – het blijft familie – elke keer weer bijhaalt. Het belangrijkste is dat we samen zijn, want alleen samen houden wij systeemtherapeuten ons staande in de ge-

staag aanwakkerende *evidence based randomised controlled trialed and convicted* geprotocolleerde cognitieve gedragstherapie-wind.

Sta me toe door mijn aantekeningen te grasduinen en u kortdurend deelgenoot te maken van mijn belevenissen.

O ja, Jan Bout nam afscheid. Bout heeft het congres in Beilen vele malen georganiseerd en ook anderszins aan de weg getimmerd, getuige de uitgebreide bibliografie die ons in de perfect verzorgde congresmap werd aangereikt. Een knul met een brilletje, ene Albert Neeleman, moet de komende jaren nog maar eens bewijzen dat hij in Jans voetsporen kan lopen! Bout, die het podium schuwde, werd door Albert, van wie je dat bepaald niet kunt zeggen, herhaaldelijk met complimenten en bloemen overladen.

De plenaire opening van deze tweede congresdag werd verzorgd door de man met de mooiste baard, David Schnarch. Zo’n Amerikaan doet dat toch gelikt, precies zoals het cliché dat wil. Schnarch vloog van de ene oneliner naar de andere, van ‘We support the non-pathological view of conflict’ naar ‘most people think

they will not be validated when they get intimate' en door naar 'sexual relationships always consist of leftovers'. En wist u dat een gemiddeld huwelijk in Amerika tussen de vier en de zeven jaar duurt? Die Amerikanen! Zelfs hun gemiddeldes zijn langer dan bij ons!

Ook de Masters and Johnson van de Lage Landen, Alfons Vansteenwegen en Maureen Luyens, gaven acte de présence. Luyens vergastte de vakkundig opgewarmde zaal op 'de verschillen tussen seks kunnen en willen hebben', de waarheid dat mensen niet meer seks hebben als zij iemand zien masturberen op tv (hierbij moest ik sterk denken aan het Masturbeertje uit de Mike en Thomas show) en de onwaarheid dat mannen meer zin in seks zouden hebben dan vrouwen. *Come again?* Ook Luyens' verhaal over 'gelijkwaardigheidsrelaties' kon niet de indruk wegnemen dat het er in de Lage Landen een stuk stroever aan toegaat dan overzee, zowel in bed bedoel ik als in het onderzoek naar seksualiteit.

Mijn aantekeningen voeren mij nu van de centrale tent met airco, want het was warm, naar een zaaltje in het hoofdgebouw. Workshops!

De workshop van Van Lawick ging over 'spelen met muren in relaties', een titel die het ergste deed vermoeden en mischien ging ik er juist daarom wel naar toe: een coryfee als zij moet zelfs met zo'n

onderwerp uit de weg kunnen. Maar nee. We moesten in paren vechten om een stoel (*back to the seventies*: de stoel als verbeelding van het conflict), zagen een kameel huilen op de video en daarna, ook op de video – een stukje huisvlijt van Van Lawick – een echtpaar gaarkoken in hun eigen slap gelul. Het was, in een woord, zonde van mijn tijd.

... het verschil tussen seks kunnen en willen hebben ...

Zo anders ging het er aan toe bij Scott Miller! Voor zijn workshop over 'therapeutic change' bij alcoholisten had hij speciaal een Hans Klok-achtig zwart pak aangetrokken, en zo uitgedost danste hij als een magiër door de volgepakte kamer. 'Yes, but... is Latin for shut up!', riep Scott en ook wij mochten niet stil blijven. Eerst ging Scott nog fijn hakken op de evidence based behandelingsmode ('Evidence is als een bikini, het trekt onmiddellijk je aandacht maar wat het verbergt is essentieel') en daarna verbod hij ons ooit nog te zeggen dat cliënten weerstand bieden. Wat we dan namelijk bedoelen is dat zij niet doen wat wij zeggen. We moeten zoeken naar een alliantie met onze cliënten en we moeten hun 'theory of change' vinden en daar gebruik van maken. Allemaal al eens gehoord? Ja, dat wel. Maar als de koek zo is verpakt als door Scott Miller, ga ik graag nog eens op herhalingsoefening.

Mijn aantekeningen over de discussie aan het einde van de middag zal ik u bespa-

ren. Wanneer houden congresorganisatoren toch eens op met dat stroperige vraag- en antwoordspel dat de geest doodt en de dorst aanwakkert (misschien wel nooit vanwege dat laatste)? Wel heb ik genoteerd dat de goede sfeer deze aanslag overleefde. En wat is het toch ook heerlijk om de hele dag te mogen lopen emmeren over seks en over relaties! We hebben toch maar een fijn beroep. De borrel ging naadloos over in een gezellige avond – al blijft het zo dat, in de woorden van David Schnarch, ‘intimacy is extremely upsetting’.

Postconference

Op 26 april volgde nog een *postconference workshop* met David Schnarch en Ruth Morehouse, getiteld ‘Sexual Desire: Conflict and Growth in Love Relationships’ (in samenwerking met de NVVS). Deze workshop was een feest der herkenning. De Schnarchs passen systeemtheorie in extremo toe op seksuele problemen. Het inzicht dat verminderd seksueel verlangen en ‘emotionele obstipatie’ horen bij normale, gezonde relaties, is voor veel mensen een opluchting maar nieuw is het niet. Dat mensen in een relatie gelijktijdig autonomie en verbondenheid willen realiseren en dat velen in de valkuil vallen hun eigen zelfbewustzijn te willen halen bij een ander, is mooi gezegd maar niet nieuw. Nu ik er zo nog eens over nadenk,

**... niet nieuw,
wel goed ...**

vind ik het behoorlijk irritant en aanmatigend dat de Schnarchae hun term ‘crucible approach’ overal vergezeld doen gaan van zo’n lullig TM-teken. Alsof zij het copyright hebben op het gedachtegoed van Bateson en de Palo Alto-groep. Kom op zeg. Hier probeert een professor die surft op de derde golf van een oude revolutie een slaatje te slaan uit de onbekendheid met standaardmaterie van een gewillig maar ietwat naïef publiek.

Omdat ook Schnarch’s gesprekstechnieken nou niet enorm opvielen door vernieuwing (je moet rapport opbouwen met beide echtgenoten tegelijkertijd), besloot ik de middag eerder te beëindigen dan het programma wilde. Des te vreemder is het dat in de weken na het congres juist datgene wat de Schnarchae me hebben verteld bruikbaar bleek in de context van mijn relatietherapiepraktijk. Klaarblijkelijk heeft de kern van hun boodschap, hoe belegen ook, nog niets aan zeggingskracht ingeboet.

Niet nieuw, wel goed. Het zou het motto kunnen zijn geweest van dit congres en misschien wel van onze beroepsgroep op dit moment.

En wat dan nog? Oude wijn smaakt ook prima uit nieuwe zakken.

Jean-Pierre van de Ven

