

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

Systemic therapy and attachment narratives

Vierdaagse cursus met Rudi Dallos en Arlene Vetere op 20 en 21 oktober en 20 en 21 november 2008, Londen.

Rudi Dallos en Arlene Vetere zijn ervaren therapeuten, docenten en auteurs van diverse boeken. Dallos is als hoogleraar verbonden aan de Universiteit in Plymouth. Als systeemtherapeut heeft hij ervaring met therapie aan gezinnen van adolescenten met eetstoornissen en van delinquente adolescenten. Vetere is als hoogleraar verbonden aan de Universiteit in Surrey. Zij werkt als systeemtherapeut met gezinnen en partners waarbij relatiegeweld een thema is. Dallos en Vetere hebben elkaar gevonden in het gedeelde verlangen gehechtheidstheorie, systeemtherapie en sociaal constructionisme in één model te verenigen. Hiertoe hebben zij zich theoretisch laten inspireren door onder andere John Bowlby, Patricia Crittenden en Lev Vygotski, en voor de uitwerking van het therapie-model door John Byng Hall, Michael White en Susan Johnson. Dallos en Vetere zetten de integratie van de genoemde perspectieven en hun werkwijze uiteen in deze cursus en in hun recent verschenen boek (Dallos & Vetere, 2009).

Op een regenachtige dag betreed ik het grauwe gebouw in Londen, waarin het Institute of Family Therapy huist.

Gehechtheidstheorie, sociaal constructionisme en systeemtherapie horen bij elkaar, zo openen Dallos en Vetere. De vraag of gehechtheid iets binnen de persoon is of iets binnen een relatie is niet relevant. De twee verklaringsmodellen sluiten elkaar niet uit, ze vullen elkaar aan. De gehechtheidsbehoefte is individueel, maar krijgt gestalte in interactiepatronen. Mensen zijn altijd in groepen georganiseerd geweest om bescherming tegen gevaar te waarborgen en de patronen waarin dat tot uiting wordt gebracht zijn cultureel gevormd.

Dallos en Vetere belichten hoe gehechtheidstherapie systemisch kan zijn en zoeken daarbij naar een collaboratieve werkwijze. Zij spreken van collaboratief verdiende veiligheid in therapie. Dallos en Vetere bepleiten een gericht aandacht in systeemtherapie voor emoties, gehechtheidspatronen en gehechtheidsnarratieven.

*... vertrouwensbreuken
op cruciale momenten ...*

'Catching the emotional bullet'

In het therapiemodel van Dallos en Vetere helpt de therapeut gezinsleden uitdrukking te geven aan emotionele belevingen in de

onderlinge relaties. Zij refereren daarbij veelal aan werk van Susan Johnson: 'Veronachtzaamde gevoelens kunnen alternatieve wegen naar verandering blokkeren' (Johnson, 2004). Gezinsleden die zich in relaties bedreigd voelen, zullen vaker secundair op stress reageren en daarmee eigen kwetsbaarheid verhullen. Een secundaire reactie zoals boosheid overschaduwde dan een primaire emotie, vaak angst om de relatie te verliezen. Actuele conflicten raken op dat moment aan oudere gehechtheidskwetsuren, door Johnson beschreven als vertrouwensbreuken op cruciale momenten. De gehechtheidskwetsuur leidt tot een oordeel over wie beschikbaar en wie te vertrouwen is. 'Catching the emotional bullet' (Johnson, 2004) betekent de emotie pakken wanneer die zich voordoet, door in het moment te blijven, de emotie te benoemen en te erkennen. Nadat de therapeut *holding* heeft geboden bij secundaire emotionele reacties zal hij vervolgens het gezinslid uitnodigen om over relationele angsten en behoeften te spreken.

Gehechtheidspatronen

Dallos en Vetere belichten in hun therapiemodel een relationeel concept voor gehechtheid. De geproblematiseerde emotie wijst op een verstoorde behoefte aan contact, zoals bijvoorbeeld de veel in partnerrelaties beschreven interactie van het aanvallen of claimen en het afstand nemen. In de complementaire escalatie die optreedt, ervaren beide partners kwetsende afwijzing. Dit versterkt bij een partner met een gepreoccupeerde gehechtheids-

stijl het claimen en bij een partner met een vermijdende gehechtheidsstijl het afstand nemen. Een escalatie bij de ervaring van afwijzing is ook herkenbaar in ouder-kindinteracties. Net als ouders aan gehechtheidsbehoeften van hun kinderen tegemoetkomen, komen kinderen hun ouders ook in gehechtheidsbehoeften tegemoet. De kwetsuur raakt dan vaak aan intergenerationele thema's. Gedurende gezinsfaseovergangen ervaren ouders een wisselend appel op hun gehechtheidsstijl. Hoe reguleert een ouder met een overwegend vermijdende gehechtheidsstijl gevoelens van bescherming voor een pasgeboren baby? Hoe is het voor een ambivalent angstig gehechte ouder om kinderen aan school toe te vertrouwen? Hoe gaat een vroeg getraumatiseerde ouder om met een adolescent die via seksualiteit naar affectie zoekt? De therapeut onderzoekt hoe gezinsleden uitdrukking geven aan gehechtheidsbehoeften en op welke wijze zij merken dat anderen bereikbaar en responsief zijn.

Gehechtheidsnarratieven

Gehechtheidsnarratieven zijn geïnternaliseerde verhalen over het behoud van veiligheid en de mogelijkheid liefde te ontvangen. Ze ontstaan in ervaringen en conversaties met anderen en fungeren om gedrag van anderen te voorspellen en het eigen gedrag daarop af te stemmen. De verteltrant en de inhoud van de verhalen over jeugdervaringen zijn betere voorspellers van gehechtheidsproblematiek dan gedragsobservaties.

Om op basis van de verteltrant hypothesen te ontwikkelen, onderscheiden Dallos en Vetere verschillende geheugensystemen: het procedurele (volgorde van gebeurtenissen), het sensorische (zintuiglijke beleving), het semantische (betekenisgeving), het episodische (verbanden tussen gebeurtenissen) en het integratieve geheugensysteem (reflectie op de ontstane verhalen). Een verhaal waaruit veilige gehechtheid blijkt, is een overwegend coherent verhaal over gebeurtenissen (waarom, wanneer, waar en hoe), waarin sensorische en semantische responsen te herkennen zijn en waarin verschillende soms tegenstrijdige aspecten van ervaringen geïntegreerd zijn in een geheel. Gehechtheidherstellende therapie behelst een proces waarin informatie over ervaringen geïntegreerd opgeslagen wordt in de verschillende geheugensystemen.

Narratieve gehechtheids-therapie

Al deze perspectieven integreren Dallos en Vetere in een therapiemodel dat bestaat uit de volgende vier stappen.

- (1) Het creëren van een veilige context waarin gezinsleden kunnen bespreken en doen wat zij thuis te moeilijk vinden om te bespreken en te doen. Deze stap impliceert dat de therapeut de behandelrelatie bespreekbaar maakt, emoties in het gezin kan *containen*, zich bewust is van eigen gehech-

heidsbehoefte en kan terugvallen op steun van het eigen therapeutenteam.

- (2) Het zoeken en bespreken van dominante gehechtheidsnarratieven met interventies als genogrammen, tijdslijnen en sculpting.
- (3) Het co-construeren van alternatieve geprefereerde gehechtheidsnarratieven door te zoeken naar unieke uitkomsten, ervaringen waarin positieve gehechtheidsfiguren beschikbaar waren en door de *enactment* van geprefereerde gezinsinteracties.
- (4) Het behoud van de veilige basis die in therapie is ontstaan.

Wanneer in een gezin een vermijdende gehechtheidsstijl overheerst, zal de therapeut vragen stellen die uitnodigen om de ervaring vanuit sensorische kenmerken te beschrijven. Vraag niet wat mensen voelen, want dan spreken zij semantisch. Help gezinsleden in de ervaring te geraken en vraag empathisch wat er bij hen gebeurt. Wanneer in een gezin een gepreoccupeerde gehechtheidsstijl overheerst, helpt de therapeut gezinsleden om buiten de ervaring te geraken en afstand te nemen door middel van circulaire vragen en reflectie. Sensorische en semantische informatie kunnen geïntegreerd tot verhaal bewerkt worden, waarmee gezinsleden complexe ervaringen en emoties in hun leven kunnen leren bevatten.

Terugblik

Het valt mij op dat in elke cursus of elk ar-

tikel over gehechtheid en systeemtherapie telkens weer Bowlby's gehechtheidstheorie uitgelegd moet worden. Het is blijkbaar nog steeds geen gemeengoed. Ook in deze cursus stonden Dallos en Vetere naar mijn idee veel te lang stil bij alle goede redenen voor de integratie van perspectieven. Zij zetten wel overtuigend en onderbouwd hun model neer, maar ik miste levendige praktijkillustraties bij de gezinsinterventies die zij beschreven. Ook voor Dallos en Vetere lijkt het landschap van de op gehechtheid georiënteerde gezinstherapie nog deels onontgonnen. Tegelijkertijd maakten hun open en onderzoekende houding en de uitwisselingen met de ervaren cursisten de cursus tot een zeer leerzame ervaring.

Een indringende illustratie van het gebodene zag ik nadien op de overzichtstentoonstelling in Tate Gallery van het werk

van Francis Bacon: zijn laatste onafgemaakte schilderij, een zelfportret waarbij de ene helft van zijn gezicht dat van hemzelf is, de andere helft dat van de man met wie hij jarenlang een gewelddadige relatie heeft gehad. Na diens zelfmoord kreeg Bacon een betrouwbare, veilige vriendschapsrelatie. Opende dat voor hem de mogelijkheid om in dit laatste zelfportret te komen tot een integratie van tegenstellingen?

Robert van Hennik

Literatuur

- Dallos, R. & Vetere, A. (2009). *Systemic therapy and attachment narratives*. London: Routledge.
- Johnson, S.M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: creating connection*. New York: Brunner-Routledge.



Bruggen slaan tussen klinische praktijk en onderzoek: monitoring als therapeutisch instrument

Studiemiddag op 6 februari 2009, Katholieke Universiteit Leuven

Hoewel de academische en maatschappelijke vraag naar empirische ondersteuning van psychotherapeutische behandelvormen de afgelopen jaren sterk is toegenomen, blijft het meeste onderzoek ver verwijderd van de dagelijkse praktijk. Sinds

enkele jaren houdt de afdeling Psychotherapie van de Katholieke Universiteit Leuven zich actief bezig met de implementatie van monitoring als therapeutisch instrument. Monitoring is een vorm van praktijk georiënteerd onderzoek waarbij