

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

Discussie

Reactie op ‘Slingeren tussen verbinding en autonomie’

door Ilse Penne

Schnarch Intervisiegroep Amsterdam

Met interesse hebben we het artikel van Ilse Penne (2016) gelezen waarin zij twee belangrijke visies in de (seksuologische) systeemtherapie naast elkaar zet. Ze laat daarin zien hoe zij in de praktijk deze visies met elkaar verbindt en gunt ons aan de hand van een aantal casussen een kijkje in haar keuken. Dit verdient in de eerste plaats respect. Penne pleit voor integratie, verruiming en contextafhankelijk handelen en beschrijft in haar artikel een pragmatische aanpak waarbij ze de modellen van Johnson en Schnarch afwisselend toepast.

Wij willen graag een reactie geven omdat wij menen dat het gedachtegoed van Schnarch op een aantal punten niet goed uit de verf komt. Daarbij willen wij aantonen dat het bij deze twee modellen niet over therapeutische technieken gaat die afwisselend ingezet kunnen worden, maar over twee verschillende, onverenigbare paradigma's.

De visie van Schnarch wordt door Penne samengevat als ‘wakker zelf-regulatie en autonomie aan!’ (p.26). Daar willen we graag een paar kanttekeningen bij maken.

Autonomie is niet hetzelfde als differentiatie

Penne schrijft (p.25): ‘Schnarch stelt dat de weg naar een betere relatie met meer intimiteit een pad is van confrontatie met zichzelf en de ander (2009). De relatietherapeut moet autonomie aanwakken en van hieruit zal echte intimiteit groeien.’ Hier wordt differentiatie verward met autonomie. Volgens Schnarch moet de therapeut differentiatie zien te bevorderen in plaats van autonomie. Bij autonomie gaat het om eigen keuzes maken, los van een externe ander. Differentiatie is altijd gerelateerd aan

Reactie op 'Slingeren tussen verbinding en autonomie'

een groter geheel, aan verbinding met een ander. Differentiatie gaat over het daadwerkelijk verschillend kunnen zijn ten opzichte van de ander.

Differentiatie vereist meer dan zelfregulatie: the four points of balance

Om een meer gedifferentieerde houding te ontwikkelen beschrijft Schnarch 'the four points of balance' (Schnarch, 2009, p.72; Schnarch z.d.(a)). Hij ziet ze als onderling samenhangende persoonlijke kwaliteiten en vaardigheden die door ieder mens ontwikkeld en versterkt kunnen worden. Penne (p.25) noemt ze in haar artikel een vierpuntenbalans. Ze lijkt ze te presenteren als vier losse technieken voor zelfregulatie en zet ze hierdoor buiten het krachtenveld van de relatie. Wij plaatsen puntsgewijs enkele kanttekeningen bij de vertaling van Penne.

Punt 1 is bij Schnarch het 'solid flexible self' (Schnarch, 2009, p.72). Penne vertaalt dit met 'zicht krijgen op waar ze [mensen] zelf voor staan'. Deze eendimensionale vertaling mist de essentie dat het hierbij gaat om het stevig op je eigen benen leren staan ten opzichte van de ander, zonder daarbij de validering van de ander nodig te hebben en met het vermogen om je desgewenst aan te passen aan de ander.

Het tweede balanspunt wordt vertaald als 'hun eigen angsten leren reguleren'. In Schnarch' versie gaat het om het zelf reguleren van je eigen gedachten, gevoelens, emoties en fysieke reacties in plaats van deze uit te werken met je partner.

Punt 3 vertaalt Penne als 'leren om niet te reageren op de angsten van de partner'. Bij Schnarch (2009, p.72) is dit 'grounded responding; the ability to stay calm and not overreact, rather than creating distance or running away when your partner gets anxious or upset'. Het gaat hierbij dus niet over een niet reageren op, maar om een welbewust en weloverwogen reageren.

Punt 4, 'tijdelijk ongemak leren verdragen' is Pennes beknopte vertaling van 'meaningful endurance; being able to step up and face the issues that bedevil you and your relationship, and the ability to tolerate discomfort for the sake of growth' (Schnarch, 2009, p.72). Het essentiële punt is hier weggefallen: dat het verdragen van ongemak binnen een relatie inherent is aan groei en het slagvaardiger worden als mens.

Wellicht zijn bovengenoemde wezenlijke nuances verloren gegaan ten behoeve van de sterke wens om het gedachtegoed van Schnarch te integreren in dat van Johnson.

De slingerende aanpak van de therapeut

Sterk in het artikel is de aandacht voor de rol van de therapeut in het al dan niet effectief zijn van de behandeling. Deze rol wordt besproken aan de hand van de vraag: wat wakkert de therapeut aan bij het stel, hechting of autonomie? Aan de hand van een aantal casussen illustreert Penne hoe zij zelf steeds een keuze maakt. Ze start met emotiegerichte relatietherapie (eft) omdat dit houvast geeft, mede door de geprotocolleerde aanpak. Vervolgens laat ze deze aanpak weer los wanneer er verborgen agenda's opduiken, de liefde niet meer te vinden is, mensen uit elkaar dreigen te gaan of de ene partner te zeer beslag legt op de andere. Hier beschrijft ze situaties waarin partners zich bewust in hun onderlinge verschil manifesteren en niet gericht zijn op verbinding maar op autonomie, en de ander soms bewust pijn doen. De meeste koppels die zich aanmelden voor relatietherapie zullen in enige mate aan bovengenoemde criteria voldoen, maar wanneer seksuele problemen een rol spelen, zal dat zeker het geval zijn. Penne kiest hier dan ook terecht voor een meer differentiatiegerichte aanpak.

De bril van de therapeut maakt het verschil

Het wezenlijke verschil tussen de beide modellen wordt het best zichtbaar zodra het over seks gaat (Penne, 2016, p.32 en p.34). Seksualiteit is namelijk het domein bij uitstek waarin partners elkaar kunnen maken of breken; een onveilig domein dus. Binnen de eft wordt dit als een ongewenste situatie gezien die opgelost moet worden door eerst veiligheid en geborgenheid te creëren. Een differentiatiegerichte aanpak richt zich daarentegen op het bevorderen van angsttolerantie en het daadwerkelijk van elkaar durven verschillen. Schnarch spreekt van 'normal marital sadism' (1997, p.309-321; 2009, p.211-214) als het gaat om het destructieve gedrag van koppels waarvoor Penne de eft-aanpak niet toereikend acht. Hij ziet het als normaal menselijk gedrag waarin je elkaar als partners soms een halt moet leren toeroepen. Pas dan kun je als partners kiezen voor meer constructief gedrag en op zoek naar intimiteit en plezieriger partnerseks.

Als de therapeut differentiatie (wat dus niet hetzelfde is als autonomie) wil aanwakkeren moet hij destructief gedrag binnen het koppel kunnen verdragen. Ofwel, zoals Penne gloedvol schrijft (p.33): 'De bereidheid van de therapeut om pijnlijke momenten te tolereren maakt het

Reactie op 'Slingeren tussen verbinding en autonomie'

verschil tussen een succesvol en mislukt therapeutisch proces.' En: 'Het verleden van de therapeut zal mee bepalen welke keuzes hij maakt en wat hij professioneel aankan. Zelfreflectie, overleg met collega's en supervisie zijn geen overbodige luxe.' Hier kunnen wij ons alleen maar van harte bij aansluiten!

Cruciaal is echter of de therapeut dat destructieve gedrag daadwerkelijk als zodanig ziet en hoe hij het vervolgens interpreteert (Schnarch, z.d.(b)). Welke bril hij op heeft zal daarbij alles bepalend zijn. Waarom zoeken naar integratie van eft en differentiatiegericht therapie? Het is als twee brillen op zak hebben. Als je de ene op hebt zie je niet wat je door de andere zou zien.

De Schnarch Intervisiegroep Amsterdam bestaat uit:

Jim Bender, gz-psycholoog-seksuoloog

Ceryl Janssen, psycholoog-seksuoloog

Guus Jongen, psychiater

Egbert Kruijver, maatschappelijk werker-seksuoloog

Riet Pieters, arts-seksuoloog

Marieke Reijmers, gz-psycholoog-seksuoloog, e-mail: info@intimiteit.nl

Vera Steenhart, maatschappelijk werker-seksuoloog

Marianne Vergeer, arts-seksuoloog

Els Zonjee, gz-psycholoog-seksuoloog

Literatuur

Penne, I. (2016). Slingeren tussen verbinding en autonomie. *Systeemtherapie*, 28(1), 24-35.

Schnarch, D. (1997). *Passionate Marriage – Sex, love and intimacy in emotionally committed relationships*. New York: Norton.

Schnarch, D. (2009). *Intimacy and desire – Awaken the passion in your relationship*. New York: Beaufort Books.

D. Schnarch (z.d.(a)). *The crucible 4 points of balance*. Geraadpleegd op 12 juli 2016 van <http://crucible4points.com/crucible-four-points-balance>.

D. Schnarch (z.d.(b)). *Removing the masks*. Geraadpleegd op 12 juli 2016 van <http://crucible4points.com/removing-masks>.