

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

Attachment-Based Family Therapy – interview met Guy Diamond

Lenny Rodenburg

Vanuit de Stichting EFT Nederland hadden wij Guy Diamond uitgenodigd om ons op 25 juni mee te nemen in het Attachment-Based Family Therapy (ABFT) model. De avond ervoor hadden Elien van Oostendorp en ondergetekende een afspraak met hem in zijn hotel in Utrecht. Tot onze verrassing bleek hij zijn intrek te hebben genomen in het Krasnapolsky hotel op de Dam in Amsterdam. Om hem de volgende morgen op tijd in Utrecht te krijgen zat er niets anders op dan hem op te halen vanuit Amsterdam en mee te nemen naar zijn hotel in Utrecht. Het was eerst al een toer om met de auto, via de Wallen met de vele toeristen, op de Dam te komen. Nadat we Diamond hadden opgehaald kwamen we vervolgens in een lange file terecht, waardoor ons interview uiteindelijk in de auto heeft plaatsgevonden.

Guy Diamond is klinisch psycholoog, werkzaam als professor aan de Pennsylvania University en directeur van het Center for Family Intervention Science aan de Drexel University. Zijn expertise ligt in het werken met gezinnen met adolescenten die worstelen met depressie, trauma en suïcidaliteit. Hij heeft meer dan honderd publicaties over wetenschappelijk onderzoek naar psychotherapeutische behandelingen op zijn naam staan. Diamond is de ontwikkelaar van het ABFT-model (Diamond, 2014). ABFT is een *evidence based* model dat gericht is op het verbeteren van de relatie tussen ouders en kind. Centraal staat de vraag: als jij je zo ongelukkig voelt dat je zelfs overweegt een einde aan je leven te maken, wat houdt je op dat moment tegen om naar je ouders te gaan? De behandeling richt zich op wat er mis is gegaan in de hechting, het contact en de relatie tussen ouders en kind. Wat zijn de stressoren die maken dat ouders minder beschikbaar zijn? Wat is hun geschiedenis, waardoor zij niet de ouders zijn die zij willen zijn? Hoe kunnen zij geven wat zij mogelijk zelf gemist hebben en wat hun kind zo nodig heeft? Het model bestaat uit vijf taken: relationele herkadring, invoegen bij de jongere en bij de ouders apart, herstel van het contact tussen ouders en kind en het bevorderen van de autonomie van de jongere.

Diamond omschrijft zichzelf als een kindgerichte man. Zijn gezin vormt zijn basis. Trots praat hij over zijn vrouw, die er heel strikt in was

dat hij er 's avonds en in het weekend voor zijn kinderen was. Zijn oudste drie zonen studeren en wonen op kamers. Hij heeft een tweeling van 21, een zoon van 19 en een dochter van 14. Zijn dochter is dan wel 14, maar vindt zelf dat zij 21 is. Ze zijn close met elkaar. Zijn vrouw bracht thuis de structuur en leerde de kinderen discipline. Het maakte haar soms boos dat zij door de kinderen werd gezien als de strenge ouder en hij als de 'chille'. Hij realiseert zich dat hij een relaxte vader kan zijn met een *laissez faire* opvoeding, dankzij zijn vrouw. Zelf groeide Diamond op in een hardwerkend Joods middenklasse gezin. Zijn moeder was intelligent, maar dacht dat ze dom was. Het waren de jaren vijftig, voor de vrouwenbeweging, en ze dacht dat ze niet veel kon betekenen. Zijn moeder was een charismatische, veel aandacht vragende vrouw met heftige stemmingswisselingen. 'Een mooie, bijzondere vrouw, maar geen mooie moeder', zegt hij zelf. Zij kreeg later de diagnose bipolaire stoornis. Zijn vader kwam uit een gebroken gezin. De opa van Diamond was een handelaar en nam het niet zo nauw met de wet. Zijn oma wilde dat niet, vertrok met haar kinderen en had vervolgens een zwaar en hard leven.

Er kwamen heftige huwelijksproblemen bij zijn ouders op het moment dat zijn vader problemen op zijn werk kreeg en zijn ouders elkaar niet konden steunen. De vader van Diamond was een aardige, bedachtzame man. Het verlies van zijn werk en de financiële zorgen leverden hem veel verwijten van zijn vrouw op. Een vriend van zijn vader stimuleerde hem om rechten te gaan studeren. Zo is hij uiteindelijk advocaat geworden, wat hem weer eigenwaarde en identiteit gaf. Toen Diamond acht jaar was scheidden zijn ouders. Pas later in therapie realiseerde hij zich hoe ingewikkeld en beschadigend die scheidingsperiode voor hem is geweest. Hij leerde om zorg op zich te nemen, om emoties van anderen aan te voelen en daarop aan te sluiten. Na de scheiding ging Diamond met zijn twee oudere zussen bij zijn moeder wonen. Als jongste was hij thuis de oplosser en verbinder. Hij wilde graag dat zijn ouders weer bij elkaar kwamen en was sterk op hun emoties gefocust. In die tijd haatte hij zijn vader omdat hij er niet was om voor hen te zorgen. Soms zag hij hem in het weekend en was het fijn, maar het contact verliep chaotisch. Het was een verwarrende tijd. Zijn moeder kwam in die tijd in contact met allerlei psychologen, waaronder Carl Rogers, die ook bij hen thuis over de vloer kwamen. Er hing een hippieachtige psychologische sfeer. Elke week een andere *hype*, van meditatie tot het doen van oerschreeuwen. Heel interessant, maar niet om in op te groeien als kind. Diamond was een redelijk braaf kind. Er was geen leiding, maar ook geen stimulans om te presteren op school.

Lenny Rodenburg

Na het afronden van de *highschool* reisde hij door Europa en naar Israël, waar hij op een rabbischool terecht kwam. Zijn ouders waren in shock, hun vrije zoon in een orthodoxe context. Het was voor Diamond een keerpunt in zijn leven. Deze school, die hem regels en ordening gaf, bracht hem in eerste instantie rust en hielp hem te overleven. Vervolgens werd het benauwend en voelde hij veel verzet tegen de hyperfocus op de regels. Hij vertrok en startte zijn psychologiestudie. De zus van Diamond heeft veel strijd met hun vader gehad. Zij verweet hem dat hij zijn kinderen niet had beschermd tegen de destructiviteit van hun moeder. 'Pap, je moet geweten hebben hoe erg het was thuis, pap je had wat moeten doen.' Diamond plaatst dat nu in een historische context. Het was in die tijd niet zo gebruikelijk dat vaders de zorg voor hun kinderen naar zich toe trokken. Tevens had zijn vader alle energie nodig om zichzelf overeind te houden. Het heeft Diamond jaren gekost om dit alles een plek te geven en, vanuit zijn aanpassingsvermogen en door zich terug te trekken, zijn weg te vinden. Hij voelde zich vaak afgemat en gevoelloos. Soms heeft hij nog last van de littekens uit die tijd en merkt hij hoe lastig het is om afgestemd te blijven op anderen. 'Mijn eerste reactie kan soms nog als een konijn in het licht van koplampen zijn', zegt hij.

Als zeventienjarige jongen zou Diamond met zijn vader en diens nieuwe vrouw een weekend gaan skiën. 'Ik zat met mijn moeder aan tafel en zij bespeelde mij door te zeggen dat het goed was dat ik een weekend met mijn vader meeding, maar dat ik haar dan wel een weekend alleen liet. Ik weet nog goed dat er een enorme woede in mij opkwam en dat ik mijn bord spaghetti van tafel gooide. Dit is wel bij mijn moeder binnengekomen en zij heeft dat niet meer gezegd.' In de loop der jaren realiseert hij zich dat bij depressieve kinderen naast verdriet vooral de ingehouden boosheid destructief is. Veel kinderen zijn bang voor hun boosheid. In zijn werk wil Diamond kinderen helpen om dit soort gevoelens ruimte te geven. Het zijn kinderen die jarenlang veel boosheid en andere ingehouden emoties opgestapeld hebben. Dit vreet aan ze en ze worden er depressief en suïcidaal van. Hij wil hen laten voelen dat ze recht hebben op al die nare gevoelens en dat te veel gevoelens dodelijk voor je zijn. 'Het is niet jouw taak om voor je ouders te zorgen', stelt Diamond heel duidelijk.

Een ander keerpunt in zijn leven was het zien van bandopnames van Minuchin tijdens zijn masterstudie. Hij werd enorm geraakt en beschouwt het zien ervan als de start van zijn carrière. 'Zoals een rabbi is voor zijn gemeenschap, zo is een gezinstherapeut voor een cliënt en zijn systeem.' Hij realiseerde zich bij het zien van de band: dit is net als in

mijn familie. Ook bij zijn moeder was het gevaarlijk geweest om emoties te delen. Zij kon onvoorspelbaar explosief reageren in plaats van veiligheid te bieden om emoties te uiten en te onderzoeken. Diamond voelde de sterke behoefte om zijn eigen gezin in de kamer te brengen en uiteindelijk openlijk, eerlijk en gelijkwaardig met elkaar te praten. Toen hij zijn moeder en zussen meenam naar therapie heeft zijn moeder excuses gemaakt voor de dingen die zij wel of juist niet gedaan had. Zijn therapeut vroeg: 'Je moeder zegt sorry, kun je haar vergeven?' Hij stemde in, maar later voelde hij dat deze actie van de therapeut veel te snel was. Hij realiseerde zich dat hij van de therapeut niet de ruimte kreeg om boos te zijn. In zijn ABFT-methodiek is vergeving een belangrijk onderwerp. Hij heeft geleerd tegen kinderen te zeggen: 'Je hoeft haar nu nog niet te vergeven.' Als een ouder sorry zegt hoeft er niet gelijk een automatisch aanvaarden op te volgen. Een kind heeft het recht om boos en gekwetst te zijn terwijl het de pijn op het gezicht van de ouder ziet, en om af te wachten of het gedrag van de ouder gaat veranderen. 'The prove is what happens tomorrow, not today.' Dit is een belangrijk moment in de ontwikkeling van de autonomie van een kind. 'Voor ons als therapeuten is het belangrijk om kind en ouders beiden op zo'n moment te valideren en dit te kaderen', stelt Diamond.

Zijn eerste patiënten waren een volgend keerpunt in zijn leven. De hechtingstheorie gaf hem voeding om tegen ouders dingen te zeggen die hij daarvoor niet durfde te zeggen. Zo sprak hij een keer een moeder van een negenjarige jongen, die haar eigen emoties reguleerde door haar zoon van alles te verwijten. Dit deed hem enorm aan zijn eigen moeder denken. Hij voelde zich toen voor het eerst in staat om aan haar te benoemen wat hij gewild had dat zijn vader tegen zijn moeder gezegd zou hebben. 'Mam, wat goed dat je gekomen bent. Zoals je nu tegen je zoon doet, maak je iets kapot tussen jullie, wat je helemaal niet wilt. Je vraagt iets van hem wat hij niet kan. Mam, ik ga je helpen hem te begrenzen en te steunen in plaats van te beschadigen.' Diamond leerde directer en eerlijker te zijn zodat ouders positie kunnen innemen en hun kinderen ook ruimte kunnen geven.

Tijdens zijn masteropleiding werd Diamond onderzoeksmedewerker bij Guillermo Bernal. Hij deed onderzoek naar de effectiviteit van contextuele gezinstherapie bij heroïneverslaafden in een methadonkliniek. Vervolgens deed hij jarenlang onderzoek bij Howard Liddle naar de werking van Multidimensional Family Therapy. Beide mentoren waren getraind en geïnspireerd door Minuchin, Haley en Nagy. Een belangrijke

Lenny Rodenburg

focus in zijn onderzoek was het begrijpen waarom een interventie juist wel of niet werkt. Tevens deed hij procesonderzoek met de vraag of klachten bij een kind afnemen indien je de gezinsrelaties verbetert. Samen met collega's verzamelde Diamond vele data om bovenstaande verbanden te bevestigen.

Tijdens de ontwikkeling van het ABFT-model wilde Diamond weten hoe een relationele herkadering (*reframing*) werkt. Elke systeemtherapeut plaatst een probleem van een kind in de context. Vanuit het hechtingsdenken doet Diamond dit vooral vanuit de gedachte: het kind is niet het probleem, de ouders zijn de oplossing. Hoe kan het verzorgingsstelsel (*caregiving system*) van de ouder weer meer geactiveerd worden, zodat zij meer beschikbaar zijn voor hun kind. Samen met zijn team heeft hij geanalyseerd welke stappen een therapeut zet om ouders meer beschikbaar te laten zijn voor hun kinderen. Bij ABFT ligt de focus niet op gedragsverandering, maar op het creëren van een moment van empathie waarin de ouder kan luisteren naar de pijn van het kind. De ouder ervaart daardoor een moment van empathie in zichzelf waardoor hij of zij verbonden is met het kind. 'Als een kind bijvoorbeeld zegt "Mam, ik haat je omdat je bij de scheiding papa hebt weggestuurd" is het belangrijk dat deze moeder zich niet gaat verdedigen of vader beschuldigt', betoogt Diamond, 'maar kan stilstaan bij hoe dat hun kind heeft geraakt en kan vragen te vertellen hoe dat voor hem of haar is geweest.'

Ook Greenberg en Sue Johnson zijn inspiratiebronnen geweest voor Diamond. Het Attachment-Focused Family Therapy model of Dyadic Developmental Psychotherapy van Dan Hughes (Rodenburg, 2014) vindt Diamond indrukwekkend, maar het boeide hem vooral hoe Hughes het in praktijk brengt. In het ABFT-model krijgen therapeuten een routekaart mee. Ze weten wat ze doen, welke stap erna komt en ze weten waar naar toegewerkt wordt. Door deze doelgerichte aanpak kunnen behandelingen verkort worden en leren therapeuten doelgerichter, directer en effectiever te werken. Het gaat erom gevoelige thema's respectvol op tafel te durven leggen. De therapeut is regisseur en weet dat hij veiligheid moet creëren zodat er gewerkt kan worden aan emoties, trauma, hechtingsbreuken en diepe pijn. Zijn eigen hechtingsbreuk is van grote invloed geweest op wat hij kinderen wil geven. Kinderen stem geven om woorden te vinden voor hun emoties en pijn. Ouders helpen om meer beschikbaar te zijn voor die emoties.

In een afgebakende onderzoeksgroep is het model onderzocht bij depressieve jongeren (zie Diamond, Russon & Levy, 2016). Het is echter ook toepasbaar bij andere doelgroepen. In België is Guy Bosmans actief

met deze methodiek bij verschillende leeftijdsgroepen. In Engeland wordt het model toegepast bij jongeren met eetstoornissen, die vaak ook niet meer delen wat er echt bij hen van binnen speelt. In Australië werkt hij met collega's aan een project voor kinderen die uit huis geplaatst zijn omwille van de verslaving van hun ouders. Kinderen vragen zich in woorden of in gedrag af waarom hun moeder hen nu opeens weer terug wil nu ze afgekickt is, terwijl ze hen eerder gedumpt heeft en elders heeft laten wonen. Heel veel gedragsproblemen van kinderen komen vermoedelijk door allerlei grote en kleine trauma's in hun geschiedenis. Diamond is nieuwsgierig hoe ABFT in de toekomst breder toegepast kan gaan worden.

We danken Guy Diamond hartelijk voor zijn openheid over zijn eigen geschiedenis. Op zijn folder staat de volgende zin die na het horen van zijn verhaal zoveel meer betekenis heeft gekregen: 'ABFT is a trust based, emotion focused psychotherapy model, that aims to repair interpersonal ruptures and rebuild an emotionally protective secure-based parent-child relationship.' Diamond is zijn visie, in leven en werk. Aan het eind van het gesprek bedankte Diamond ons voor onze oprechte, warme aandacht en het weer kunnen doorleven van zijn geschiedenis en dat waar hij voor staat. Bijzonder graag gedaan, Guy!

Lenny Rodenburg is klinisch psycholoog, systeemtherapeut, opleider en supervisor NVRG, werkzaam vanuit haar eigen praktijk te Bussum. E-mailadres: info@lennyrodenburg.nl.

Literatuur

Diamond, G.S., Diamond, G.M. & Levy, S.A. (2014). *Attachment-Based Family Therapy for depressed adolescents*. Washington DC: American Psychological Association.

Diamond, G., Russon, J. & Levy, S. (2016).

Attachment-Based Family Therapy – A review of the empirical support. *Family Process*, 55(3), 595-610.

Rodenburg, L. (2014). Attachment-Focused Family Therapy. *Systeemtherapie*, 26 (2), 99-101.