

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

Partnergeweld en emotionally focused therapy – Vechten voor de liefde

Partnergeweld en emotionally focused therapy – Vechten voor de liefde

Jef Slootmaeckers & Lieven Migerode (2020). Tielt: LannooCampus. 256 pp. € 29,99.

ISBN 978 94 0146 7193

Elien van Oostendorp

Lieven Migerode en Jef Slootmaeckers zijn beiden systeemtherapeut, *emotionally focused therapy* (eft)-therapeut en supervisor. Migerode is internationaal eft-trainer en coördinator in de organisatie van eft-trainingen in België. Slootmaeckers heeft zich als contextueel systeemtherapeut de afgelopen decennia specifiek toegelegd op het werken met koppels waarbij sprake is van geweld. Hij vond de verklaringsmodellen en hulp niet toereikend, omdat de betekenis van het geweld onvoldoende werd gelegd in de liefdesrelatie. In 2014 volgde hij bij Migerode de training in eft en zij vonden raakvlakken in hun beider visie op geweld in partnerrelaties. Sindsdien hebben zij hun model verder ontwikkeld en uitgewerkt.

Slootmaeckers en Migerode beschrijven in deel I van hun boek hun visie op het verschijnsel partnergeweld op micro-niveau en in de maatschappelijke context. Geweld in de partnerrelatie komt volgens hen voort uit zich manifesterende hechtingsangsten: de angst om zichzelf, de ander of de relatie te verliezen. In hoofdstuk 2 gaan zij nader in op deze dynamiek. Ze leggen een link tussen de mate van onveilige gehechtheid en het risico op partnergeweld. Partnergeweld kan ontstaan als partners heel verschillende behoeften hebben aan onderlinge nabijheid en vermogen noch vertrouwen hebben opgebouwd om naar de ander uit te reiken voor hulp. Een van hen of beiden

kunnen in opperste staat van ontregeling tot geweld overgaan als uitkomst van een spiraal van escalatie.

In deel II schetsen de auteurs de relationele landkaart van partnergeweld. In hoofdstuk 3 zetten zij uiteen hoe eft-partnerrelatietherapie een passend aanbod is om de onderlinge beïnvloeding tussen partners die tot situationeel partnergeweld kan leiden, te onderzoeken en verzachten, zonder eerst te verlangen dat het geweld stopt. Het nemen van verantwoordelijkheid voor (gewelddadig) gedrag is niet een voorwaarde maar het doel van de therapie. Immers, het uitgangspunt vanuit het gehechtheidsdenken is dat emotionele veiligheid leidt tot fysieke veiligheid. Eft is de logische keuze voor de aanpak van partnergeweld, omdat gericht ingezet wordt op de onderlinge dynamiek van het stel en op de emoties die de dynamiek stuwen. Dit uitgangspunt wordt ondersteund door effectonderzoek.

Eerst dient onderzocht te worden of er geen sprake is van intiem terrorisme, waarin de een de ander terroriseert en controleert, aan de hand van eerder door Greene en Bogo (2002) beschreven criteria. Hier voegen Slootmaeckers en Migerode twee nieuwe factoren aan toe: Is er sprake van een gemeenschappelijke wens van beide partners om het geweld te stoppen en verlangen zij daar samen aan te werken? En staan beide partners toe dat de therapeut de leiding neemt in de sessie? De auteurs beschrijven ook andere contra-indicaties voor partnerrelatietherapie, meer specifiek eft. Eén daarvan is aarzeling bij de therapeut zelf. Doorheen het boek zijn er meerdere verwijzingen naar de persoon van de therapeut en de oproep om onze eigen ontregeling bewust en liefdevol te benaderen.

In hoofdstuk 4 zetten de auteurs de drie fasen van eft uiteen (de-escaleren, herstruc-

tureren en consolideren) en beschrijven zij de stappen die in elke fase worden doorlopen.

De meest voorkomende geweldpatronen beschrijven ze in hoofdstuk 5. Deze zijn eerder uitvoerig besproken in dit tijdschrift (Slootmaeckers & Migerode, 2017). De gehechtheidsstijlen van partners zijn in deze geweldspatronen een bepalende factor. Als bijvoorbeeld de ene partner meer afstand nodig heeft om zichzelf te reguleren (de terugtrekker, vermijdende-gehechtheidsstijl) terwijl de ander juist angstig wordt van afstand (angstige-gehechtheidsstijl) en nabijheid zoekt (aanklampend), kan oerpaniek zich meester maken van een of beide partners. De vier beschreven geweldpatronen zijn dus combinaties van afstand-zoekend of nabijheid-zoekend hechtingsgedrag bij partners met onveilige-gehechtheidsstijlen. Geweld kan ook voorkomen bij veilig gehechte koppels en wordt dan 'zeer situationeel partnergeweld' genoemd. Het onderscheid in patronen is belangrijk, alleen al omdat het benoemen van deze dynamiek ordening, erkenning en normalisering biedt voor de stellen en een andere taal als betekenisgeving voor hun gedrag. Het geweld kan begrepen worden als bedoeld om de relatie te handhaven en gevoelens te reguleren.

Hoofdstuk 6, getiteld 'Geweldpatronen en hun proceslogica tot veiligheid', verduidelijkt hoe hechting de aanknopingspunten biedt om het voorgaande te realiseren en koppels te helpen een veiliger verbinding aan te gaan. Bij deze partners die zoveel moeite hebben hun emoties zelf te reguleren en zich kwetsbaar op te stellen, zorgt de therapeut ervoor dat ze in de sessie ervaren dat co-regulatie meer verbinding oplevert dan zelfregulatie. Door dicht bij de hechtingsemoties te komen samen met de therapeut, die de zorg voor de verbinding tijdelijk mee op zich neemt,

kan ieder zijn diepste ontredde tonen en verantwoordelijkheid nemen voor zijn of haar stappen in het geweldpatroon.

In deel III werken de auteurs behandelinhoudelijke aspecten uit. De therapeutische alliantie is het onderwerp van hoofdstuk 7, met aandacht voor de therapeutische basishouding, voor zelfzorg en voor risico's die de paren lopen door onze mogelijke reactie op hun agressie. Het werken met heftige emoties kan er bijvoorbeeld toe leiden dat we er als therapeut niet altijd in slagen goed af te stemmen. Als dit gebeurt, dient de therapeut dat (eventueel achteraf na reflectie) te herstellen. Hierdoor geeft de therapeut cliënten de kans te ervaren dat een relatie veilig kan zijn. Zonder herstel kan de hulpverlening zelf worden ervaren als gewelddadig.

Hoofdstuk 8 bevat de beschrijving van de vier therapeutische taken in het de-escaleren van geweldpatronen. Dit zijn het creëren van een veilige therapeutische alliantie, het verkennen van de negatieve-interactiecirkel en het geweld daarin plaatsen, toegang krijgen tot de kwetsbare emoties die ten grondslag liggen aan de geweldpatronen en het externaliseren van het geweldpatroon, en zichtbaar maken van de hechtingsbehoeften. In heldere bewoordingen omschrijven de auteurs deze taken. Hoofdstuk 9 bevat een transcript met uitleg over deze fase van de-escalatie.

Hoofdstuk 10 biedt handvatten voor het omgaan met heftige emoties in de sessie. Naast het in eft gangbare acroniem *risscc* (*repeat, images, soft, slow, simple en clients words*) gebruiken de schrijvers als ezelsbrug *rarev*: maak een relatie, accepteer, reflecteer, empathische evocatie en valideer.

Uiteraard is de veiligheid voor de kinderen, emotioneel en fysiek, ook een onderwerp. In hoofdstuk 11 stellen de auteurs voor in welke fase de kinderen betrokken

Partnergeweld en emotionally focused therapy – Vechten voor de liefde

kunnen worden bij de gesprekken en hoe voor hun welzijn kan worden gezorgd zonder dat de veiligheid van het therapeutische contact wordt geschaad.

Hoofdstuk 12 gaat over de tweede fase van de therapie: het creëren van een andere wijze van verbonden zijn die emotioneel en fysiek veilig is. Hier zoomen de auteurs meer in op de intrapsychische processen die in de relatiedynamiek een rol spelen. In de derde fase van de therapie, de consolidatie, wordt teruggekeken op het therapieproces. Deze fase biedt de kans om vanuit hernieuwde veiligheid onopgeloste conflicten te bespreken. Deze fase is vaak kort ten opzichte van de eerdere fasen en de auteurs stippen deze dan ook slechts kort aan.

Partnergeweld en emotionally focused therapy biedt een stevige onderbouwing voor het therapeutisch werk met geweldskoppels via eft. Vanuit het gehechtheidsdenken kiezen Migerode en Sloommaeckers ervoor om niet aan de-escalatie te werken via time-out, zoals in het standaardwerk *Intieme oorlog* (Groen & Van Lawick, 2013), maar via co-regulatie van de emotionele behoeften en ervaringen die leiden tot escalatie. Zij geven hiervoor een praktisch houvast en benoemen ook hoe uitdagend dit proces is.

Het boek van Migerode en Sloommaeckers is toegankelijk en toepasbaar als het werken met emoties je goed ligt, je ruimte hebt in brein en tijd en je in staat bent om agressie mee te voelen. Dat hiervoor moed nodig is en geloof in de kracht van verbondenheid, betogen zij niet alleen maar tonen zij ook in hun heldere visie en uitzettingen. Een aanrader voor relatie therapeuten en gezinsbehandelaars.

Elien van Oostendorp is gz-psycholoog en systeemtherapeut bij MoleMann in Hilversum en docent, supervisor en leertherapeut in eigen praktijk. E-mail: praktijkvanoostendorp@xs4all.nl.

Literatuur

- Greene, K., & Bogo, M. (2002). The different faces of intimate violence – Implications for assessment and treatment. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28, 455-466.
- Groen, M., & Lawick, J. van (2013). *Intieme oorlog – Over de kwetsbaarheid van familierelaties* (7de druk). Amsterdam: Van Gennep.
- Sloommaeckers, J., & Migerode, L. (2017). Patronen van partnergeweld – Over koppels die vechten voor verbinding. *Systeemtherapie*, 29(1), 6-23.