

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 veeleelvoudigd, 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 (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

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

info@bua.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Relatietherapie in praktijk en onderzoek

Werken aan een duurzame relatie

Laura Sels & Pauline Verhelst

Samenvatting

Binnen de relatietherapie heerst al lange tijd een kloof tussen de praktijk en de wetenschap. Dit artikel beoogt in kaart te brengen welke factoren hebben bijgedragen aan deze kloof en welke initiatieven deze kloof helpen dichten, om uiteindelijk te komen op voorstellen om de synergie tussen praktijk en onderzoek verder te bewerkstelligen. We starten dit artikel met vier uitdagingen waarmee relatieonderzoek geconfronteerd wordt: relevantie, communicatie, integratie en vertaling. Vervolgens worden verschillende initiatieven besproken die tegemoetkomen aan deze uitdagingen. Om samen tot een nog kwaliteitsvollere zorg te komen, wordt, voor toekomstig onderzoek naar relatietherapie, het belang benadrukt van een duurzame samenwerking tussen onderzoekers en therapeuten.

Sinds 1949 stimuleert het *scientist-practitioner model* van David Shakow (1949) de wisselwerking tussen therapie en wetenschappelijk onderzoek. Het model moedigt aan therapie te baseren op wetenschappelijk onderzoek en kennis over therapie voortdurend uit te breiden. Dit model werd geïntegreerd in alle psychologieopleidingen en leidde tot de ontwikkeling van veel effectieve behandelmethoden. Daarnaast heeft het model nieuwe inzichten opgeleverd over hoe psychische problemen ontstaan en blijven bestaan en welke behandeling het meest aansluit bij de psychische problematiek van de cliënt (Holmes et al., 2018). In het veld van relatietherapie bleef de wisselwerking tussen therapie en onderzoek echter lange tijd beperkt. Een belangrijke reden hiervoor ligt in de theoretische basis van relatietherapie, die steunt op systeemtheoretische principes zoals complexiteit en circulariteit, waarbij alles met alles samenhangt (Boszormenyi-Nagy, 1987). Deze complexe, circulaire relatiepatronen zijn

<https://doi.org/10.5553/ST/092436312025037002004>

moeilijk te vatten in de lineaire hypothesen die meestal gebruikt worden in empirisch onderzoek (Grzywacz & Allen, 2017). De kloof tussen systemisch familie- en relatieonderzoek en de klinische praktijk werd al eerder benoemd (Stinckens et al., 2012, p. 18) en is een weerkerend thema in dit tijdschrift (bijvoorbeeld Röder & Van der Spek., 2021; Verhofstadt et al., 2014, 2023).

Het doel van dit artikel is de belangrijkste pijnpunten te erkennen die bijdragen aan de kloof tussen onderzoek en praktijk, specifiek binnen het veld van de relatietherapie, dus therapie met de focus op partnerrelaties, en van daaruit te kijken naar ontwikkelingen die al zichtbaar zijn. We eindigen met een pleidooi voor meer verbinding en integratie. Wanneer voor alle betrokken partijen de voordelen van integratie en samenwerking duidelijk worden, hopen we dat er binnen ons veld een grotere synergie kan ontstaan. Zo kunnen we samen verder werken aan ons gezamenlijke doel: het verbeteren van het welzijn van koppels met behulp van effectief gebleken psychologische werkwijzen (Norcross & Lambert, 2019).

Wij starten met vier uitdagingen die de kloof tussen relatieonderzoek – dat wil zeggen wetenschappelijk onderzoek naar interacties, dynamieken en onderliggende processen binnen partnerrelaties – en de praktijk verklaren. Deze vier uitdagingen zijn: relevantie, communicatie, integratie en vertaling.

Relevantie

Een eerste, veelgehoorde kritiek op relatieonderzoek is de beperkte relevantie van de bevindingen voor de klinische praktijk. Inderdaad, wat relatieonderzoek betreft heeft het meeste onderzoek nog steeds een fundamentele focus, met als centrale vraag: hoe werken relaties precies? Er wordt bijvoorbeeld gekeken naar de factoren die relatiетevredenheid bepalen en hoe responsief of destructief partners op elkaar reageren. Het overzichtsartikel van Finkel en collega's geeft hiervan een goede samenvatting (Finkel et al., 2017). Deze focus biedt weinig concrete handvatten voor het werken met de unieke en complexe problemen waarmee therapeuten in de praktijk te maken hebben. Relatietherapeuten beoordelen deze kennis daarom vaak als te algemeen en minder toepasbaar voor het werkveld (Anderson, 2015; Lorås et al., 2023). Daarnaast is fundamenteel onderzoek vaak weinig actiegericht en toegepast, en klinische implicaties lijken eerder een zij-noot dan een centraal aspect in artikelen (Košutić et al., 2012). Zo ontbreken in wetenschappelijke artikelen over emotionele suppressie in koppels – het onderdrukken van je gevoelens ten opzichte

van je partner (Girme et al., 2021; Sasaki et al., 2022) – vaak implicaties voor relatietherapie, terwijl dit onderzoek rechtstreeks relevant is voor de praktijk. Een belangrijk doel van relatietherapie betreft namelijk het leren uiten van emoties ten opzichte van elkaar (McKinnon & Greenberg, 2017). Onderzoeksbevindingen kunnen bijgevolg belangrijke inzichten voor therapie aangeven over wanneer het goed is je emoties uit te drukken, maar soms ook te onderdrukken (zie bijvoorbeeld Sels, in druk). Bovendien bereiken de onderzoeksbevindingen van zulke wetenschappelijke artikelen therapeuten vaak niet (Harris et al., 2021). Een belangrijke reden hiervoor is dat veel wetenschappelijke artikelen gepubliceerd worden in betalende academische tijdschriften. In de praktijk lijken daarom slechts enkele bekende namen en theorieën door te dringen. Een voorbeeld van bekende relatieonderzoekers zijn Sue Johnson en John Gottman. Zij hebben voornamelijk door hun sterke communicatie en actieve deelname in de (sociale) media bekendheid verworven, terwijl kritische bedenkingen op hun onderzoek (zie bijvoorbeeld Heyman, 2001; Heyman & Slep, 2001; Spengler et al., 2024; Stanley et al., 2000) en recentere onderzoeken die hun bevindingen nuanceren (bijvoorbeeld Kim et al., 2007; Madhyastha et al., 2011) minder bekend zijn. Zo benadrukken John en Julie Gottman het belang van communicatie- en interpersoonlijke vaardigheden voor relatitevredenheid en ligt de focus daarom op deze vaardigheden in hun trainingen (Gottman & Gottman, 2015). Echter, later onderzoek suggereert dat gebrek aan deze vaardigheden eerder symptomen zijn van ontevredenheid dan oorzaken (Karney & Bradbury, 2020).

Fundamenteel relatieonderzoek met belangrijke klinische implicaties blijft dan ook vaak onder de radar. Dit bereikt enkel andere relatieonderzoekers, terwijl praktiserende therapeuten of het grotere publiek niet op de hoogte zijn. Als voorbeeld hiervan verwijzen wij naar een recent onderzoek bij 11.196 koppels, dat aantoont dat relatitevredenheid eerder voorspeld wordt door hoe personen interpersoonlijke processen in hun relatie (bijvoorbeeld conflict en affectie) percipiëren, dan door wat er feitelijk in de relatie gebeurt (Joel et al., 2020). Iemands relatitevredenheid wordt met andere woorden beter voorspeld door hoeveel steun en affectie die persoon denkt te krijgen van een partner dan door de daadwerkelijk geboden steun en affectie (Joel et al., 2020). Individuele aspecten van de partners, zoals persoonlijkheid en hechtingsstijl met de partner, voorspellen daarentegen geen relatitevredenheid. Dit impliceert dat in therapie een focus op gepercipieerde interpersoonlijke processen in relaties, zoals ervaren conflict en affectie, meer kan opleveren dan een focus op individuele verschillen zoals gehechtheid.

Een ander voorbeeld is de hechtingstheorie die (terecht) veel aandacht krijgt van relatietherapeuten (Hazan & Shaver, 1987). De belangrijkste

aanname binnen de hechtingstheorie is dat vroege ervaringen met belangrijke anderen, zoals de ouders, de manier waarop mensen later in hun leven relaties aangaan en onderhouden, sterk beïnvloeden. Belangrijke recentere nuances op deze theorie, zoals hoe onze hechtingsstijl doorheen de tijd sterk kan wijzigen, zijn echter minder wijdverspreid (Candel & Turliuc, 2019; Fraley & Roisman, 2019). Ook hier hebben de bevindingen duidelijke implicaties voor therapie. Zo kunnen therapeuten werkzaam in de praktijk, naast aandacht voor eerdere hechtingsrelaties, ook huidige positieve interacties benadrukken en helpen creëren. De relatietherapie zelf en de interactie met de therapeut kunnen bijvoorbeeld een context zijn voor het ontwikkelen van een veiliger hechtingspatroon.

Bovengenoemde voorbeelden tonen aan dat uitkomsten van fundamenteel relatieonderzoek relevant zijn, maar dat de relevantie vaak niet voldoende expliciet gemaakt wordt door onderzoekers en bijgevolg niet opgepikt wordt door praktiserende therapeuten. Dit brengt ons bij de volgende bemoeilijkende factor.

Communicatie

Het is een belangrijke verantwoordelijkheid van onderzoekers om wetenschappelijk onderzoek te communiceren naar een groter publiek. Tegelijkertijd worden onderzoeksbevindingen niet altijd gecommuniceerd in gemakkelijk te begrijpen taal (Lorås et al., 2023). Therapeuten werkzaam in de praktijk vinden het statistische en methodologische jargon vaak moeilijk en missen, zoals eerder genoemd, de klinische implicaties en toepassingen (Košutić et al., 2012).

Hoewel de meeste relatietherapeuten aangeven dat ze bijvoorbeeld uitkomstonderzoek (welke therapieën zijn effectief) belangrijk vinden, spenderen sommigen aan deze artikelen, omwille van bovengenoemde redenen, niet veel tijd (Košutić et al., 2012). Praktiserende therapeuten zijn meer geneigd artikelen te lezen uit eigen vaktijdschriften die gericht zijn op professionals, omdat deze vaak toegankelijker zijn en meer praktische en relevante suggesties bevatten (Hertlein et al., 2009). Onderzoekers schatten deze artikelen niet altijd naar waarde, omdat ze niet dezelfde wetenschappelijke methoden bevatten of voldoen aan dezelfde standaarden van empirische validatie als internationale wetenschappelijke tijdschriften. Echter, therapeuten werkzaam in de praktijk beschouwen de bevindingen van zulke artikelen vaak wel als betrouwbaar, omdat ze stelen op jarenlange klinische ervaring van de auteurs. Het gevolg is een nog grotere kloof, aangezien praktiserende therapeuten op die

manier vooral die interventies toepassen die niet de meest empirisch ondersteunde zijn. Therapeuten en onderzoekers zouden elkaar juist kunnen verrijken indien ze van elkaars expertise kennisnemen en daar gebruik van maken.

Integratie

Een andere factor die heeft bijgedragen aan een groter wordende kloof tussen relatietherapie en onderzoek is het simpele gegeven dat onderzoekers en therapeuten vaak verschillende academische achtergronden hebben, met weinig kennis van elkaars vakgebied (Holmes et al., 2018). Binnen de master Psychologie is er nog wel aandacht voor wetenschappelijk onderzoek; de kloof tussen praktijk en wetenschappelijk onderzoek ontstaat vooral na het behalen van de master. Vanaf dan is er steeds minder kruisbestuiving: men leest niet meer dezelfde tijdschriften of boeken en men neemt deel aan verschillende workshops of conferenties. Hierdoor ontstaat er steeds minder interactie tussen onderzoekers en therapeuten. Zo kennen wij heel wat onderzoekers die weinig notie hebben van psychologische interventies en behandelingen en die nog nooit een therapeut in actie hebben gezien. Ze interageren zelden met therapeuten en hebben dus weinig zicht op het klinische veld. Daardoor hebben ze geen idee van de meest gebruikte methoden in specifieke klinische praktijken, wat deze precies inhouden, en wat daarin de belangrijkste vragen zijn om op te lossen. Het resultaat is dat onderzoek voor therapeuten ver weg lijkt te staan van de praktijk.

Vertaling

De groter wordende kloof spoorde onderzoekers in het verleden reeds aan om bruggen te bouwen. Bij het maken van een vertaalslag van theorie naar praktijk botste men echter vaak op uitdagingen. Deze vertaalproblemen leidden zelfs tot een geheel nieuwe tak van onderzoek, de zogenaamde *implementation science*. Het omvat de wetenschappelijke studie van methoden die ertoe leiden dat onderzoeksbevindingen en *evidence-based practices* effectief opgenomen worden in de (mentale) gezondheidszorg (Bauer & Kirchner, 2020).

Een gekend voorbeeld waarbij relatieonderzoek zich moeilijk vertaalt naar de praktijk, zijn de *randomized control trials* (RCT). In RCT-onderzoek worden koppels willekeurig toegewezen aan behandeling- of controle-groepen om de effectiviteit van interventies te meten. Dit soort onder-

zoek vindt grote effecten op het welzijn van koppels, terwijl studies die de effectiviteit van relatietherapie in de praktijk nagaan veel kleinere effecten vinden (bijvoorbeeld Halford et al., 2016). Een van de verklaringen hiervoor is dat de koppels meestal via de universiteit geworven worden en dit niet dezelfde zijn als de koppels die aankloppen bij een relatietherapeut. Koppels die ervoor kiezen om deel te nemen aan onderzoek van de universiteit zijn vaker gemotiveerd in hun vrije tijd actief te werken aan hun relatie, en beschouwen zich vaak al als gelukkig koppel. In de praktijk daarentegen ziet men veel koppels met forse relatieproblematiek, die zich afvragen of ze de relatie willen voortzetten. Met andere woorden: koppels die door een moeilijke periode gaan, zijn doorgaans niet degenen die meedoen aan relatieonderzoek georganiseerd door de universiteit. Praktiserende therapeuten geven daarom vaak aan dat de onderzoeksresultaten van RCT's niet van toepassing zijn op de koppels in hun spreekkamer en concluderen dat de resultaten niet relevant zijn (Lorås et al., 2023). Dit brengt ons terug bij de eerstgenoemde uitdaging, de relevantie van onderzoek voor de klinische praktijk, en zo maken we de cirkel rond.

Nieuwe ontwikkelingen richting meer integratie

Het afgelopen decennium zijn in het landschap van onderzoek naar relatietherapie belangrijke ontwikkelingen merkbaar op de vier genoemde uitdagingen. Relatietherapie is uitgegroeid tot een volwaardige discipline met een eigen arsenaal aan interventies, theorieën en modellen, dat steeds beter verankerd is in relatieonderzoek. Het is door deze groei dat er de afgelopen jaren enkele belangrijke ontwikkelingen zichtbaar zijn op het vlak van relevantie, integratie, communicatie en vertaling van relatieonderzoek.

Ten eerste merken we op dat relatieonderzoek steeds *relevanter* wordt voor de klinische praktijk. Dit heeft enerzijds te maken met de opkomst van meer geavanceerde methoden die relatieonderzoekers in staat stellen meer rekening te houden met de complexiteit en circulariteit die eigen is aan partnerrelaties (Estrada et al., 2020). Via de smartphone kan bijvoorbeeld realtime informatie verzameld worden van beide partners en kan de context meer gevat worden. Ook kunnen deelnemers via hun smartphone meermaals door de tijd heen bevraagd worden, waardoor onderzoekers ook kunnen kijken naar temporele processen. Zo kunnen ze uitspraken doen over hoe partners elkaar beïnvloeden doorheen de tijd, en hoe het gemoed van de ene partner invloed heeft op het seksueel verlangen van de andere (Frérart et al., 2024).

Anderzijds sluiten onderzoeksresultaten steeds beter aan bij de praktijk doordat relatieonderzoekers meer rekening houden met gender, cultuur en context. Dit resulteerde in de ontwikkeling van wetenschappelijk onderbouwde therapeutische modellen en interventies die gericht zijn op specifieke doelgroepen van koppels en op specifieke problemen. Wat betreft specifieke doelgroepen wordt er meer rekening gehouden met de diversiteit van koppels, zoals nieuw samengestelde gezinnen (bijvoorbeeld Papernow, 2018), koppels met kinderen (bijvoorbeeld Rober, 2017), lgbtq+-koppels (bijvoorbeeld Coolhart, 2023), 60+-koppels (bijvoorbeeld Van Assche et al., 2015), en koppels behorend tot etnische minderheidsgroepen (bijvoorbeeld Kelly et al., 2020). Wat betreft specifieke problemen zijn er bijvoorbeeld behandelingen voor koppels expliciet gericht op partnergeweld (Slootmaeckers & Migerode, 2020), stemmingsstoornissen (Lemmens et al., 2009), vruchtbaarheidsproblemen (Lemmens et al., 2005) en rouwprocessen na het verlies van een kind (Hooghe et al., 2016).

Ook sluit relatieonderzoek de laatste tijd meer aan op een integratieve benadering en de zogenaamde *common factors* en *shared strategies* binnen relatietherapie. Dit zijn de kenmerken en vaardigheden van een relatietherapeut die los van de verschillende therapeutische modellen van belang zijn voor het welbevinden van koppels. Deze onderzoeksfocus is ontstaan als antwoord op de groeiende nood van therapeuten om inzicht te verwerven in de veranderingsmechanismen die in de loop van het therapieproces ontstaan en bijdragen tot het behandelresultaat. Vastgesteld werd dat er bijzonder weinig verschil bestaat tussen de verschillende soorten therapie in therapiesucces (het zogenaamde Dodo Bird Verdict; Lambert & Ogles, 2004). Zo blijken de volgende vaardigheden van de therapeut cruciaal te zijn, ongeacht de soort relatietherapie: het vermogen om zich meerzijdig partijdig op te stellen, een therapeutische alliantie op te bouwen, interactiepatronen te identificeren, bij partners hun inlevingsvermogen te stimuleren, en aan te sporen tot co-regulatie (Lebow & Snyder, 2022; Whittaker et al., 2022). Er is dus een tendens zichtbaar waarin relatieonderzoekers steeds meer proberen in te spelen op therapeutisch relevante vragen en noden die relevant zijn voor de praktijk.

Ten tweede zijn er ook enkele verschuivingen zichtbaar op het vlak van integratie. Steeds vaker merken we uitwisselingen op, zowel tussen de verschillende theoretische stromingen als tussen relatieonderzoekers en therapeuten werkzaam in de praktijk. Zo geven vandaag de dag heel wat relatietherapeuten aan dat ze 'integratief' te werk gaan (Lebow & Snyder, 2022). Dit houdt in dat ze elementen combineren van verschillende theoretische stromingen en modellen (bijvoorbeeld van het narratief, intergenerationeel, ontwikkelingsgericht, cybernetisch, dialogisch, oplos-

singsgericht en hechttingsperspectief). Ook de Nederlandse en Vlaamse opleidingen tot systeemtherapeut besteden aandacht aan verschillende stromingen, theorieën en praktijken. Het aanbieden van een integratief kader zorgt ervoor dat relatietherapeuten flexibel kunnen switchen tussen verschillende evidencebased technieken, afgestemd op de setting, het koppel of hun problematiek. Dit maakt wetenschappelijk onderzoek niet langer beperkt tot één theoretisch kader, maar bruikbaar en toepasbaar voor de complexe en unieke situaties waarmee relatietherapeuten in de praktijk worden geconfronteerd.

Verder zien we ook werkallianties ontstaan tussen relatieonderzoekers en therapeuten werkzaam in de praktijk, vaak in opdracht van en gefinancierd door de overheid. Zo heeft een Vlaamse werkgroep van therapeuten, psychiaters en systeemonderzoekers een zorgpad uitgerold dat kan helpen bij de vroegtijdige detectie en behandeling van perinatale mentale problemen bij aanstaande moeders (Van Damme et al., 2020). Een ander voorbeeld is de 'Repairstudie', een Nederlands-Belgische multicenterstudie onder leiding van Claudi Bockting, Guy Bosmans en Nadia van der Spek waarin onderzoek wordt gedaan naar de (kosten)effectiviteit van Attachment Based Family Therapy (ABFT) voor ernstig suïcidale jongvolwassenen (Schulte-Frankenfild et al., 2024). Zulke initiatieven zorgen ervoor dat onderzoekers en therapeuten nauwer met elkaar samenwerken en bijgevolg meer kunnen profiteren van de kennis en technieken die de ander in zijn of haar domein heeft ontwikkeld.

Door de toenemende samenwerking worden er ook stappen gezet op het vlak van communicatie en vertaling. Zo sippelen de resultaten van relatieonderzoek door naar de praktijk (Lorås et al., 2023). Systeemtherapeuten krijgen in hun opleiding meer wetenschappelijke literatuur te bestuderen en de mogelijkheid deze kennis te bundelen in een onderzoeksproject, met oog voor de klinische implicaties. Op die manier vinden onderzoeksresultaten hun ingang naar de therapiekamer en informeren ze de praktiserende therapeut over bruikbare interventies. Feedback over deze interventies van therapeuten naar onderzoekers toe zou dan weer kunnen leiden tot verbetering van de onderzoeksmethoden, en de ontwikkeling van interventies die beter aansluiten bij de behoeften van therapeuten en cliënten.

Een goed voorbeeld van het belang van uitwisseling tussen de praktijk en relatieonderzoek is de feedbackgeïnformeerde therapie, waarbij koppels systematisch feedback geven (Rober et al., 2021). Therapeuten werkzaam in de praktijk monitoren het proces in hun therapiekamer met bijvoorbeeld de Bezorgdheden Vragenlijst en het Instrument voor Dialogische Feedback (Van Tricht et al., 2017), Kompasvragen, of het Systemisch Kompas (Van Hennik et al., 2017, 2021). Omdat de alliantie in rela-

tietherapie bijzonder complex is (Rober, 2015), is het belangrijk dat de therapeut rekening houdt met deze feedback. Dit bevordert open communicatie over de therapeutische alliantie en de gemaakte vooruitgang, waardoor men aanpassingen kan maken indien nodig. Feedbackgeïnformeerde therapie vermindert drop-out (Lambert, 2010), en laat cliënten voelen dat hun perspectief gewaardeerd wordt (Van Tricht et al., 2017). Daarnaast optimaliseert het de 'dosis-effectverhouding': succesvolle therapieën worden eerder beëindigd met gelijkblijvend resultaat, terwijl moeilijkere therapieën langer duren en betere eindresultaten opleveren (Shimokawa et al., 2010). Deze feedbackgestuurde manier van werken zou ook als input kunnen dienen voor onderzoeksdoeleinden. Het systematisch verzamelen van cliëntenfeedback levert praktijkgerichte data op, waarmee de effectiviteit van behandelingen in de dagelijkse klinische context kan worden geëvalueerd. Dit versterkt de externe validiteit van onderzoek en helpt bij het verfijnen van evidencebased behandelmethoden. Wil onderzoek duurzaam verankerd raken in de therapiepraktijk, dan is het wel belangrijk dat dit gebruiksvriendelijke feedbackschalen zijn die de therapie zo weinig mogelijk verstoren (Stinckens et al., 2012, p. 21). Op die manier kan cliëntenfeedback een zinvolle manier zijn om de kloof tussen onderzoek en de klinische praktijk te overbruggen.

Het belang van integratie en samenwerking

Het landschap van wetenschappelijk onderzoek naar relaties en de klinische praktijk is dus volop in ontwikkeling. Zowel onderzoekers als therapeuten lijken steeds meer te beseffen dat samenwerking noodzakelijk is om tot onderzoek te komen dat als zinvol wordt ervaren voor alle belanghebbenden, en dat de juiste vragen beantwoord worden. Het is enkel door het ontwikkelen van betekenisvolle netwerken en continue samenwerking dat er een synergie kan ontstaan. Hierbij is de betrokkenheid van de therapeut niet pro forma, maar impliceert deze een actieve samenwerking, waarbij de therapeut als mede-expert wordt ingezet in alle stadia van het onderzoek. Zo wordt vermeden dat relatieonderzoekers hun vragen, hypothesen en methodieken van bovenaf opleggen zonder klinische en toegepaste relevantie (Stinckens et al., 2012). Deze nauwere samenwerking dient dus al bij de start van het onderzoek te gebeuren. Welke vragen interesseren relatietherapeuten? Op welke uitdagingen botsen zij in het werken met koppels? Door rekening te houden met vragen die vertrekken vanuit de praktijk worden de relevantie en toepasbaarheid van het onderzoek vergroot. Ook in latere stadia van het

onderzoek, zoals bij het uitschrijven van resultaten en de mogelijke implicaties ervan, is de blik van de therapeut belangrijk. Zo kan de therapeut bijvoorbeeld nagaan of de resultaten en de klinische implicaties toegankelijk beschreven zijn.

Ten slotte kunnen therapeuten bijvoorbeeld ook na het publiceren van de resultaten relevante resultaten verspreiden binnen hun klinisch netwerk. Dit gebeurt door sommigen, maar niet consistent. Ook kunnen bevindingen en implicaties van een relevant onderzoek besproken worden tijdens een intervisiebijeenkomst. Bovendien kunnen relatieonderzoekers zelf sterker inzetten op het bereiken van therapeuten werkzaam in de praktijk, door bijvoorbeeld workshops of trainingssessies aan te bieden waarin de belangrijkste onderzoeksbevindingen vertaald worden naar praktische strategieën.

Het is voor relatieonderzoekers niet alleen belangrijk om partners zoals praktiserende therapeuten te betrekken in onderzoek, maar ook om te investeren in eigen klinische vaardigheden en ervaring. Hoewel een klinische training ideaal zou zijn, kan het ook al veel opleveren om systeemtherapie in de praktijk te observeren, iets wat relatief gemakkelijk te realiseren valt. Op deze manier kunnen relatieonderzoekers de complexiteit en circulariteit ervaren waarvan de systemische praktijk doordrongen is. Dit kan hen helpen in het formuleren van klinisch relevante onderzoeksvragen en in het uitwerken van helder geschreven klinische implicaties (Lorås et al., 2023). Een van de zaken die aangeraden wordt in de literatuur, is het bevorderen van interdisciplinaire trainingen voor zowel onderzoekers als therapeuten (Holmes et al., 2018). Dit is echter iets wat vooral op groter, institutioneel niveau kan gebeuren.

Het valt ons in conversaties vaak op hoe vooral de verschillen tussen en de verschillende belangen van relatieonderzoekers en relatietherapeuten werkzaam in de praktijk benadrukt worden. Door de focus op verschil verdwijnt het grotere gemeenschappelijke doel soms wat naar de achtergrond, namelijk: hoe kunnen we de beste zorg voor de koppels garanderen? Een blijvende focus op deze vraag, het zoeken naar overeenstemmende belangen en wederzijds leren van elkaar, lijkt dan ook noodzakelijk om tot een verdere synergie te kunnen komen. Dit betekent dat zowel onderzoekers als therapeuten vanuit een open, nieuwsgierige positie vertrekken, en openstaan voor de mogelijke verrijkingen die samenwerking kan brengen, in plaats van een verdedigende houding aan te nemen. Het is essentieel te erkennen dat er nog mogelijkheden zijn tot verbetering, wat bijdraagt aan ons gezamenlijke doel: het bieden van de best mogelijke zorg.

Laura Sels werkt als postdoctoraal onderzoeker op een FWO senior postdoctoraal mandaat. Ze onderzoekt emotionele processen binnen relaties en voornamelijk binnen koppels. Daarnaast begeleidt ze koppels in de klinische praktijk.

E-mail: laura.sels@ugent.be

Pauline Verhelst is doctoraatstudent binnen de vakgroep Experimenteel-Klinische en Gezondheidspsychologie (Universiteit Gent). Haar onderzoek betreft voornamelijk hoe koppels omgaan met een perinatale depressie of angststoornis. Daarnaast werkt ze als systeemtherapeut (in opleiding) in een groepspraktijk in Gent, waar ze koppels tijdens de perinatale periode begeleidt. E-mail: pauline.verhelst@ugent.be

Referenties

- Anderson, H. (2015). Postmodern/poststructural/social construction theories - collaborative, narrative, and solution-focused. In T.L. Sexton & J. Lebow (Eds.), *Handbook of family therapy* (pp. 182-204). Routledge.
- Bauer, M.S., & Kirchner, J. (2020). Implementation science - What is it and why should I care? *Psychiatry Research*, 283, 112376.
- Boszormenyi-Nagy, I. (1987). *Foundations of contextual therapy - Collected papers of Ivan Boszormenyi-Nagy, M.D.* Brunner/Mazel.
- Candel, O.S., & Turliuc, M.N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction - A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147, 190-199.
- Coolhart, D. (2023). Therapy with queer couples. In J.L. Lebow & D.K. Snyder (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (6th ed., pp. 512-530). The Guilford Press.
- Estrada, E., Sbarra, D.A., & Ferrer, E. (2020). Models for dyadic data. In A.G.C. Wright & M.N. Hallquist (Eds.), *The Cambridge handbook of research methods in clinical psychology* (pp. 350-368). Cambridge University Press.
- Finkel, E.J., Simpson, J.A., & Eastwick, P.W. (2017). The psychology of close relationships - Fourteen core principles. *Annual Review of Psychology*, 68(1), 383-411.
- Fraley, R.C., & Roisman, G.L. (2019). The development of adult attachment styles - four lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26-30.
- Frérart, L., De Roovere, C., Sels, L., Ceulemans, E., Janssen, E., & Kuppens, P. (2024). In the mood - how sexual desire predicts and is predicted by romantic partners' mood. *Journal of Sex Research*, 1-11. <https://doi.org/10.1080/00224499.2024.2395482>
- Girme, Y.U., Peters, B.J., Baker, L.R., Overall, N.C., Fletcher, G.J., Reis, H.T., Jamieson, J.P., & Sigal, M.J. (2021). Attachment anxiety and the curvilinear effects of expressive suppression on individuals' and partners' outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121(3), 524-547.
- Gottman, J.M., & Gottman, J.S. (2015). Gottman couple therapy. In A.S. Gurman, J.L. Lebow, & D.K. Snyder (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (5th ed., pp. 129-157). The Guilford Press.
- Grzywacz, J.G., & Allen, J.W. (2017). Adapting the ideas of translational science for translational family science. *Family Relations*, 66(4), 568-583.
- Halford, K.W., Pepping, C.A., & Petch, J. (2016). The gap between couple therapy research efficacy and practice effectiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(1), 32-44.
- Harris, S.M., Hubbard, A.K., Alshareef, A., Burningham, K., Maples, A., & Williams-Wenger, A. (2021). Lost in translation - Applying principles of translational science to systemic family therapy research. *The American Journal of Family Therapy*, 50(3), 295-313.

- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hennik, R. van, & Hillewaere, B. (2017). Practice based evidence based practice - Navigating based on coordinated improvisation, collaborative learning and multi-methods research in Feedback Informed Systemic Therapy. *Journal of Family Therapy*, 39(3), 288-309.
- Hennik, R. van, Limpens, V., & Römer, M. (2021). Het systemisch kompas - Samenwerken, afstemmen en koers uitzetten in het veranderproces van systeemtherapie, supervisie en opleiding. *Systeemtherapie* 33(1), 101-117.
- Hertlein, K.M., Lambert-Shute, J., & Piercy, F.P. (2009). The journal-reading habits of practicing MFTs. *Journal of Family Psychotherapy*, 20(1), 28-45.
- Heyman, R.E. (2001). Observation of couple conflicts - clinical assessment applications, stubborn truths and shaky foundations. *Psychological Assessment*, 13(1), 5-35.
- Heyman, R., & Slep, A.M. (2001). The hazards of predicting divorce without crossvalidation. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 473-479.
- Holmes, E.A., Ghaderi, A., Harmer, C.J., Ramchandani, P.G., Cuijpers, P., Morrison, A.P., Roiser, J.P., Bocking, C.L.H., O'Connor, R.C., Shafran, R., Moulds, M.L., & Craske, M.G. (2018). The Lancet Psychiatry Commission on psychological treatments research in tomorrow's science. *The Lancet Psychiatry*, 5(3), 237-286.
- Hooghe, A., Rosenblatt, P., & Rober, P. (2016). Betekenissen van het niet spreken in koppels die een kind verloren. Wat betekent het voor de therapeutische praktijk? *Systeemtherapie*, 28(3), 205-219.
- Joel, S., Eastwick, P.W., Allison, C.J., Arriaga, X.B., Baker, Z.G., Bar-Kalifa, E., Bergeron, S., Birnbaum, G.E., Brock, R.L., Brumbaugh, C.C., Carmichael, C.L., Chen, S., Clarke, J., Cobb, R.J., Coolsen, M.K., Davis, J., Jong, D.C. de, Debrot, A., DeHaas, E.C., ... Wolf, S. (2020). Machine learning uncovers the most robust self-predictors of relationship quality across 43 longitudinal couples studies. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 117(32), 19061-19071.
- Karney, B.R., & Bradbury, T.N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s - Challenging conventional wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100-116.
- Kelly, S., Jérémie-Brink, G., Chambers, A.L., & Smith-Bynum, M.A. (2020). The black lives matter movement - A call to action for couple and family therapists. *Family Process*, 59(4), 1374-1388.
- Kim, H.K., Capaldi, D.M., & Crosby, L. (2007). Generalizability of Gottman and colleagues' affective process models of couples' relationship outcomes. *Journal of Marriage and Family*, 69(1), 55-72.
- Košutić, I., Sanderson, J., & Anderson, S. (2012). Who reads outcome research? Outcome research consumption patterns among family therapists. *Contemporary Family Therapy*, 34, 346-361.
- Lambert, M.J. (2010). *Prevention of treatment failure - The use of measuring, monitoring, and feedback in clinical practice*. American Psychological Association.
- Lambert, M.J., & Ogles, B.M. (2004). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In M.J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (5th ed., pp. 139-193). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Lebow, M.J., & Snyder, D.K. (2022). Couple therapy in the 2020s - Current status and emerging developments. *Family Process*, 61(4), 1359-1385.
- Lemmens, G., Vervaeke, M., Enzlin, P., Bakelants, E., Vanderschueren, D., D'Hooghe, T., & Demyttenaere, K. (2005). Omgaan met onvruchtbaarheid - een body-mind groepsinterventie programma voor koppels met vruchtbaarheidsproblemen. In J. Van Bussel & A. Verhoeven (Eds.), *Vruchtbaarheid: uitdagingen voor de 21ste eeuw* (pp. 65-90).
- Lemmens, G.M.D., Eisler, I., Dierick, P., Lietaer, G., & Demyttenaere, K. (2009). Therapeutic factors in a systemic multi-family group treatment for major depression: Patients' and partners' perspectives. *Journal of Family Therapy*, 31(3), 250-269.

- Lorås, L., Whittaker, K., Stokkebek, J., & Tilden, T. (2023). Researching what we practice – The paradigm of systemic family research – Part 1. *Family Process*, 62(3), 947-960.
- Madhyastha, T.M., Hamaker, E.L., & Gottman, J.M. (2011). Investigating spousal influence using moment-to-moment affect data from marital conflict. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 292-300.
- McKinnon, J.M., & Greenberg, L.S. (2017). Vulnerable emotional expression in emotion focused couples therapy – Relating interactional processes to outcome. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 198-212.
- Norcross, J.C., & Lambert, M.J. (2019). *Psychotherapy relationships that work* (3th ed., Vol. 1). Oxford University Press.
- Papernow, P.L. (2018). Clinical guidelines for working with stepfamilies – what family, couple, individual, and child therapists need to know. *Family Process*, 57(1), 25-51.
- Rober, P. (2015). The challenge of creating dialogical space for both partners in couple therapy. *The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 36, 105-121.
- Rober, P. (2017). *In therapy together – Family therapy as a dialogue*. Macmillan Education.
- Rober, P., Van Tricht, K., & Sundet, R. (2021). ‘One step up, but not there yet’ – Using client feedback to optimise the therapeutic alliance in family therapy. *Journal of Family Therapy*, 43(1), 46-63.
- Röder, I., & Spek, N. van der (2021). Systeemtherapie en wetenschap – een ingewikkelde relatie? *Systeemtherapie*, 33(3), 211-217.
- Sasaki, E., Overall, N.C., Chang, V.T., & Low, R.S. (2022). A dyadic perspective of expressive suppression – Own or partner suppression weakens relationships. *Emotion*, 22(8), 1989-1994.
- Schulte-Frankenfeld, P.M., Breedvelt, J.J.F., Brouwer, M.E., Spek, N. van der, Bosmans, G., & Bockting, C.L. (2024). Effectiveness of attachment-based family therapy for suicidal adolescents and young adults – a systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology in Europe*, 6(4), 1-23.
- Sels, L. (in press). Het onderdrukken van emoties in relaties – altijd te vermijden of misschien ook zinvol? *Systeemtheoretisch Bulletin*.
- Shakow, D. (1949). Psychology and psychiatry – A dialogue (Parts I and II). *American Journal of Orthopsychiatry*, 19, 191-258, 381-396.
- Shimokawa, K., Lambert, M.J., & Smart, D.W. (2010). Enhancing treatment outcome of patients at risk of treatment failure – Meta-analytic and mega-analytic review of a psychotherapy quality assurance system. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(3), 298-311.
- Slotmaeckers, J., & Migerode, L. (2020). EFT and intimate partner violence – a roadmap to de-escalating violent patterns. *Family Process*, 59(2), 328-345.
- Spengler, P.M., Lee, N.A., Wiebe, S.A., & Wittenborn, A. K. (2024). A comprehensive meta-analysis on the efficacy of emotionally focused couple therapy. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 13(2), 81-99.
- Stanley, S.M., Bradbury, T.N., & Markman, H.J. (2000). Structural flaws in the bridge from basic research on marriage to interventions for couples. *Journal of Marriage and Family*, 62(1), 256-264.
- Stinckens, N., Smits, D., Rober, P., & Claes, L. (2012). Monitoring als verbindend element – praktijkgebaseerd, procesgeoriënteerd en feedbackgestuurd. In *Vinger aan de pols in psychotherapie* (pp. 18-39). Acco.
- Van Assche, L., Ven, L. van de, Rober, P., Persoons, P., & Vandenbulcke, M. (2015). Familie- en paarthherapie bij ouderen – over leefbaarheid, rolomkering en finishing well [Therapy for elderly family members and couples – concerning the viability of relationships in later life, the role reversal and ‘finishing’ amicably]. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 57(9), 656-663.
- Van Damme, R., Van Parys, A.-S., Vogels, C., Roelens, K., & Lemmens, G. M. (2020). A mental health care protocol for the screening, detection and treatment of perinatal anxiety and depressive disorders in Flanders. *Journal of Psychosomatic Research*, 128, 109865.

- Van Tricht, K., Deslypere, E., & Rober, P. (2017). Feedback georiënteerde gezinstherapie – Het belang van dialogische feedback-instrumenten in de eerste sessie. *Systeemtherapie*, 29(4), 241-259.
- Verhofstadt, L., De Corte, K., Van Parys, H., Jespers, I., Depestele, L., Nobels, A., & Lemmens, G. (2023). Wetenschappelijk denken en werken binnen de UGent opleiding Partnerrelatie-, Gezins-, en Systeempsychotherapie. *Systeemtheoretisch Bulletin*, 97-108.
- Verhofstadt, L., De Smet, O., & Lowyck, B. (2014). Onderzoek en systeemtherapie – Een zilveren huwelijksjubileum? *Systeemtherapie*, 26(4), 262-277.
- Whittaker, K.J., Johnson, S.U., Solbakken, O.A., & Tilden, T. (2022). Treated together-changed together – the application of dyadic analyses to understand the reciprocal nature of alliances and couple satisfaction over time. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(4), 1226-1241.