

Conditional negative disregard?

Korte reflectie over experiëntiële psychotherapie van het type 'kortdurend dynamisch', naar aanleiding van het boek van Osimo¹

Arno Goudsmit²

Ferruccio Osimo is een Italiaans psychoanalyticus. Hij heeft onder meer bij Davanloo gestudeerd en samen met Malan onderzoek gedaan naar kortdurende psychotherapie. Hij is voorzitter van de IESA, de internationale club van experiëntiële verenigingen die zichzelf aanduiden als 'STDP' (short term dynamic psychotherapy). Het boek dat hij geschreven heeft beoogt een introductie te geven tot het gedachtengoed van de ervaringsgerichte kortdurende dynamische psychotherapie (E-STDP), alsook een handboek te zijn voor het toepassen daarvan.

Centraal in de ontwikkeling van de STDP staat het werk van Davanloo. Deze stelde t.b.v. zijn I(ntensive) STDP een metatheorie op, psychoanalytisch maar in een paar opzichten zeer kort door de bocht. Davanloo heeft vooral laten zien dat het traditionele accent op inzichtgevende interpretaties, gebaseerd op de verhalen en associaties van de patient (men spreekt in deze kringen niet van 'cliënt') lang zo effectief niet is als het zoeken naar diens actuele belevingen en het uitdagen en aan de orde stellen van de diverse afweermechanismen. Davanloo's aanpassing van de psychoanalyse kan dan ook worden gezien als typisch experiëntieel. Het gaat hem niet om de interpretaties, maar om de articulatie van actuele en (oude) ervaringen. Aldus heeft Davanloo een techniek ontwikkeld waarin even krachtige als directieve interventies als een spervuur op de patient kunnen worden losgelaten, en waarin zeer diepe affectieve catharsis kan worden bereikt, juist vanwege de grondige aanpak van de weerstanden die de patient zoal presenteert.

Er is echter een 'maar', en misschien wel meer dan een. Wie Davanloo op video heeft gezien, of in persoon heeft ontmoet, raakt onder de indruk van de warme en charmante persoon die zich verschuilt achter de norse en vaak zeer pijnlijke bejegeningen. Hij beheerst tot in de perfectie zijn techniek van genadeloze confrontaties, waarin hij de toegang tot verboden, veelal agressieve, impulsen forceert door een sterke negatieve overdracht te provoceren m.b.v. soms uiterst irritante manoeuvres; maar desondanks getuigen zijn videobanden van een diep mededogen en respect. Hier zit het probleem: niet iedereen, die deze moeilijke

¹ zie:

<http://www.authorhouse.com/BookStore/ItemDetail.aspx?q3=9hWldDRIDJs%253d>

²dr A.L. Goudsmit is zelfstandig gevestigd psychotherapeut en verbonden aan de vakgroep Huisartsgeneeskunde, Universiteit Maastricht (Postbus 616, 6200 MD Maastricht)

techniek heeft geleerd, kan deze combineren met zijn eigen persoonlijkheid dan wel met een gevoel van respect. Voor velen voelt het als te hard of te gemeen. Kortom: Davanloo's techniek is niet vanzelfsprekend de meest geschikte techniek voor elke therapeut die kortdurend en dynamisch zou willen werken.

Davanloo presenteert met aanzienlijke pertinentie zijn technieken en zijn metatheorie. Precies hier dienen zich een aantal vragen aan, en interessante nieuwe ontwikkelingen zijn juist geëntameerd door therapeuten die veelal bij Davanloo hebben gestudeerd, maar die zich deze vragen stelden omdat ze niet gelukkig waren over de centrale rol die Davanloo toekende aan het gebruik van een negatieve overdracht. Kon het niet anders? Kon er niet gewerkt worden met grotere flexibiliteit, met vermijding van irrelevante irritaties bij de patient, met meer prioriteit voor de alliantie tussen therapeut en patient, met meer respect voor de afweermechanismen die de patient in stelling brengt, met meer aandacht voor geruststelling en angstreductie, met meer oog voor individuele persoonlijkheid van de behandelaar?

Van het bevestigende antwoord hierop vinden we een uitwerking bij diverse auteurs, waarvan onder meer Patricia Coughlin della Selva (1996), die Davanloo's eigen term 'intensive' gebruikt als kwalificatie, Leigh McCullough Vaillant ('Anxiety-Regulating Psychotherapy' (1997)), en Diana Fosha ('Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy'; doorgaans afgekort als AEDP. Zie: Fosha (2000) en Fosha & Slowiaczek (1999)). Recent is nu ook Ferruccio Osimo's oorspronkelijk Italiaanse boek in het Engels beschikbaar gekomen.

Deze nieuwe generatie STDP-auteurs hebben hun benadering tot nu toe als 'experiëntiële STDP' gekarakteriseerd. Deze E-STDP kan dan ook worden begrepen in het licht van de wens om een meer persoonsgerichte, op de individuele maat afgestemde behandeling aan te bieden. Er ligt hier geen vast schema, geen metatheorie, klaar over hoe de patient in elkaar dient te zitten, maar er wordt vooral intensief geëxploreerd naar de belevingen, alsook naar de weerstanden die de patient belemmeren om die belevingen te uiten en met de therapeut te delen. Meer nog dan bij Davanloo staat hier de actuele ervaring van de patient centraal, alsook de lopende interactie met de therapeut, waarbinnen diepe emoties, zoals angst, geborgenheid en rouw door de patient kunnen worden ervaren.

Elders (Goudsmit, 2000) heb ik in dit tijdschrift mijn definitie van cliënt-gerichte psychotherapie mogen geven, welke erop neerkomt dat we als therapeut vooral implementatiespecialist zijn; dat we in staat zijn om een bepaalde methode voortdurend aan te passen aan de eisen van het moment, in plaats van dat we ons, als de gijzelaar van die methode, genoodzaakt zouden zien deze koste wat kost uit te voeren, uitsluitend omdat de methode dat zou verlangen. Het is precies dit kenmerk dat ik herken in de experiëntieel geöriënteerde STDP.

Ondanks de grote mate van directiviteit van de therapeut, ondanks de grote mate van psychoanalytisch denken, ondanks de soms harde confrontaties, beschouw ik de experiëntiële STDP als een aan client-gerichte psychotherapie zeer geestverwante ontwikkeling. Het is alsof wij Nederlanders tot onze verbazing ontdekken dat men in het verre België ook een soort Nederlands spreekt, en wel van een type dat qua muzikaliteit dat van ons overtreft. Zo ook kunnen wij rogerianen ontdekken dat men in het land van de psychoanalyse iets heeft uitgewerkt dat wij niet mogen missen, iets dat ons zeer na en zeer eigen is, mits wij bereid zijn om enkele taalkundige en gevoelsmatige barrières te nemen. Van Balen (1999, p. 116) suggereert dat de psychoanalytici zich beter wat eerder in onze traditie hadden kunnen verdiepen; dan hadden de hier besproken ontwikkelingen mogelijk niet zo lang op zich laten wachten.

Er wordt binnen de STDP's veel aandacht besteed aan het herkennen van de diverse

afweermechanismen en het benoemen ervan. Dit, lijkt mij, zou een belangrijke verrijking voor het client-centered werk moeten zijn. Veel afweermechanismen kunnen worden geformuleerd in termen van waarneembaar gedrag, met slechts een minimum aan klassieke psychodynamische vooronderstellingen. Vaak ook is het juist de cliënt die de diepte-psychologische kaart speelt ('ik doe dat onbewust') bij wijze van verantwoording van zijn eigen handelen.

Was Davanloo's ISTDP op te vatten als psychoanalyse met een sterk experiëntieel karakter, het omgekeerde geldt voor de E-STDP's: deze zijn in wezen vooral ervaringsgericht, met een sterk psychoanalytische inslag.

Osimo presenteert in dat licht een belangrijke aanvulling op het werk van Davanloo: naast het 'harde' uitdagen van weerstanden en het 'duwen' naar actuele ervaringen, zijn er ook 'zachte' technieken om diverse afweermechanismen egodystoon te maken. Deze technieken zijn er alle op gericht om de angst bij de patiënt zoveel mogelijk te beperken. Terwijl Davanloo zich vooral oriënteert op een gebruik van de angst als hefboom voor het doorwerken van een crisis, probeert Osimo op diverse manieren angst te reduceren, of te 'reguleren', teneinde een verandering te faciliteren. In de eerste plaats noemt hij de mogelijkheid om het belang en nut dat een afweermechanisme heeft voor de cliënt te erkennen en te respecteren als bruikbaar in een beperkte en tijdelijke zin. Dit wordt het zogenaamde valideren van de afweermechanismen genoemd. Het is een voor rogerianen zeer vertrouwde techniek. De dimensie tussen uitdagen en valideren biedt een scala van mogelijke interventies, van zeer harde tot zeer warme, alle erop gericht dat de cliënt zijn afweer als ongewenst erkent en opgeeft. Van onvoorwaardelijke acceptatie door de therapeut is hier geen sprake, wel van pragmatische afwegingen: harde confrontaties of warme aanmoedigingen, of ergens daartussen, al naar gelang wenselijk lijkt in een gegeven situatie.

Daarnaast benadrukt Osimo het belang van coöperatie; daar waar mogelijk wordt aan de cliënt een commitment gevraagd, een toestemming om samen te kijken naar diens (afwerende) functioneren.

Osimo baseert zich, net als Malan (1979), op twee conceptuele driehoeken die de therapeutische situatie karakteriseren. In de eerste plaats is er de zogenaamde conflict-driehoek (Ezriel, 1952): angst-weerstand-impuls; in de tweede plaats de zogenaamde personen-driehoek (Menninger, 1958): therapeut-heden-verleden. Deze beide driehoeken nemen een centrale plaats in in de theorie van de diverse STDP's. Ze helpen de therapeut om het gedrag van de cliënt en de therapeutische interactie te herkennen en te ordenen.

Osimo's boek biedt een inleiding in dit gedachtengoed, en presenteert het met een lichtheid die bij de lezer de suggestie van eenvoudigheid zou kunnen wekken. Misschien is dat wel de belangrijkste beperking van dit boek. Anderzijds bevat het boek uitgebreide transcripten van sessies, waaruit duidelijk wordt waarom deze allesbehalve simpel zijn.

Misschien, en dat zou mijn hoop voor de toekomst zijn, komen we langs deze weg nog eens uit bij een geïntegreerd psychotherapiemodel, waarin de huidige therapierichtingen zich als elementen laten gebruiken bij het samenstellen van een passende kleur. Het client-centered werk zou naar mijn idee dan vooral voortbestaan in de flexibiliteit waarmee een concept of theorie in de praktijk wordt toegepast, en niet als zelfstandige methode gebaseerd op een onvoorwaardelijk positieve houding.

Literatuur

- Balen, R. van, "Enkele bedenkingen naar aanleiding van het artikel van D. Fosha en M. Slowiaczek", *Tijdschrift voor Cliëntgerichte Psychotherapie*, **37**, 1999, 2, 115-120.
- Coughlin della Selva, P., *Intensive short-term dynamic psychotherapy*. New York: Wiley, 1996.
- Ezriel, H., "Notes on psychoanalytic group therapy: II. Interpretation and research" *Psychiatry*, **15**, 1952, 119-126.
- Fosha, D., *The transforming power of affect: a model for accelerated change*. NY: Basic Books, 2000.
- Fosha, D., J.L. Slowiaczek, "Technieken om psychodynamische therapie te versnellen", *Tijdschrift voor Cliëntgerichte Psychotherapie*, **37**, 1999, 2, 85-107.
- Goudsmit, A.L., "Hechting aan de methode of egelstelling?", *Tijdschrift voor Cliëntgerichte Psychotherapie*, 2002, **39**, 3, 198-204.
- McCullough Vaillant, L., *Changing character: short term anxiety-regulating psychotherapy or restructuring defenses, anxieties and attachments*. New York, Basic Books, 1997.
- Malan, D.H., *Individual psychotherapy and the science of psychodynamics*. Londen: Butterworth, 1979.
- Menninger, K., *Theory of psychoanalytic technique*. New York: Basic Books, 1958.
- Osimo, F., *Experiential Short-term Dynamic Psychotherapy: A Manual*. New York: 1st Books, 2003.