

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](http://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](http://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](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

den en optimale responsiviteit zonder dat de toehoorder het subject onnodig frustrereert.

Interessant zijn de beschouwingen over weerstand tegen empathie. Er zijn patiënten die bewust en onbewust verkeerd begrepen willen worden. Jammer genoeg brengt de auteur dit niet in verband met wat Bion (1962, 1970) schrijft over <minus K> en de leugen. Volgens Agosta kan empathie niet zonder een dosis masochisme: de therapeut dient zich kwetsbaar te kunnen opstellen, zich te laten raken door de pijn, de angst en de verwarring van de patiënt. Dit betekent niet dat de therapeut alles kan verdragen. Is het niet devaluerend voor de therapeut om gereduceerd te worden tot een narcistisch verlengstuk van het archaische zelf van de patiënt? Dit zal onvermijdelijk weerstanden induceren bij de therapeut. Weerstanden tegen empathie kunnen ook liggen in de zorgorganisatie of in de patiënt. Hij kan de therapeut provoceren tot een non-empathische houding waarbij er een atmosfeer van wederzijdse antipathie ontstaat. Dit is vaak het geval wanneer sadomasochistische dynamiek wordt geactualiseerd.

De opvattingen van de auteur worden geïllustreerd met behulp van klinische vignettes en interessante herinterpretaties van Freuds Dora en Wolfenman. Ook de bespreking van micronarratieven en de kritische evaluatie van het werk van Spence over het onderscheid tussen narratieve en historische waarheid vond ik erg interessant. Het laatste hoofdstuk over huiselijk geweld past niet echt in het boek. De manier waarop het onderwerp wordt benaderd is wat Amerikaans, omdat vooral Amerikaanse misstanden aan de kaak worden gesteld. Sommige opvattingen van de auteur worden te sloganesk, te pamflettair en te provocerend gebracht. Ze zijn niet genoeg afgestemd op mijn voorkeur als lezer voor nuance, pluralisme en gematigdheid.

#### Literatuur

BION, W.R. (1962). *Learning from experience*. Londen: Karnac, 1991.

BION, W.R. (1970). *Attention and interpretation*. Londen: Karnac, 1993.

## Empathie, niks geheimzinnigs aan!

Bespreking van

Greet Vanaerschot, Nelleke Nicolai & Marc Hebbrecht (red.) (2015). *Empathie — Het geheime wapen van psychiaters en psychotherapeuten*. Leusden: Diagnosis. ISBN 978 94 919 69034, 256 pp., € 32,00

FRANS SCHALKWIJK

Laat ik met de conclusie beginnen: sommige boeken moeten gewoon geschreven worden. Dat hebben de samenstellers van de bundel *Empathie — Het geheime wapen van psychiaters en psychotherapeuten* goed gezien en goed gedaan.

Empathie is natuurlijk niet voorbehouden aan psychiaters en psychotherapeuten, maar is een biologische mogelijkheid waarmee de mens is toegerust, een ontwikkelingsbehoefte die gericht is op het overleven van de soort en aldus de basis vormt voor wat gemeenschappen bij elkaar houdt, aldus cliëntgericht-experientiële psychotherapeut Greet Vanaerschot in haar inleiding. Empathie is een psychische activiteit die zowel cognitief, denkend, kan zijn, als invoelend vanuit het resoneren met de ander. Die cognitieve en affectieve aspecten van empathie komen samen in persoons-empathie en in procesempathie: <persoons-empathie> verwijst naar het vormen van een intern werkmodel van de patiënt door diens ervaringscontext te exploreren, en <proces-empathie> verwijst naar het actieve proces van afstemmen door de therapeut op de beleving van de patiënt.

Patrick Meurs beschrijft de psychologische ontwikkeling van empathie. Aanvankelijk ontwikkelt zich in de emotionele communicatie tussen ouder en kind vooral het ver-

mogen tot affectieve empathie, maar met het ouder worden nemen de cognitieve vermogens toe en daarmee het vermogen tot cognitieve empathie. Psychiater/psychoanalyticus Marc Hebbrecht neemt de neurowetenschappelijke onderbouwing van empathische processen voor zijn rekening. Wat is het interessant te weten dat de neurale activiteit bij empathie voor een belangrijk deel overlapt met de netwerken die betrokken zijn bij mentaliseren en *theory of mind*. Theorie en onderzoek komen op het gebied van empathie mooi samen. Hij waarschuwt voor de hype alles te willen verklaren vanuit spiegelneuronen: empathie is daar niet toe te herleiden, maar is het resultaat van geïntegreerd, circulair tweerichtingsverkeer en onderling samenwerken van talrijke hersengebieden. Gewapend met deze kennis worden vervolgens persoonsempathie en procesempathie uitgewerkt. Hebbrecht situeert persoonsempathie in het bewuste en voorbewuste contact tussen therapeut en patiënt. Deze kan alleen ontstaan als de therapeut een innerlijke ruimte ter beschikking heeft, als de therapeut kan mijmeren of dagdromen en kan verdragen dat hij het nog niet weet. Belangrijk is zich te realiseren dat bij empathie in strikte zin therapeut en patiënt ook innerlijk gescheiden blijven: het gaat erom zich te verplaatsen in de ander, niet om met de ander samen te vallen. En, waarschuwt Hebbrecht, laten we niet vergeten dat patiënten die bang zijn voor verlaten nadat er contact is geweest juist negatief reageren op empathie. Ik herken dat, zoals bij een patiënt die mij na een empathische opmerking toevoegde: 'Als u zo aardig bent, kan ik u wel slaan!' Vanaerschoot werkt het concept 'procesempathie' uit, dat binnen de cliëntgericht-experiëntiële stroming centraal staat. Procesempathie ontstaat doordat de therapeut als het ware tot in het oneindige zo intervenieert op de beleving van de patiënt, dat deze daardoor net iets verschuift in zijn beleving. De interventies brengen begrip voor het gevoel over, zoals in de klassieke rogeriaanse therapie gebeurt, maar even

vaak probeert de therapeut exploratie te bevorderen door de fenomenologische wereld van de patiënt te onderzoeken. Met veel vignetten illustreert Vanaerschoot hoe dergelijke interventies er in een therapie uitzien.

Vervolgens komt empathie in andere werkvelden aan de orde: in kinderspsychotherapie, in de forensische kliniek, bij mensen met een cognitief-emotionele achterstand, in cognitieve gedragstherapie, systeemtherapie en groepstherapie. Het is niet mogelijk in deze recensie al die hoofdstukken weer te geven; daarvoor verschillen ze ook te veel. Sommige auteurs schetsen iets te uitgebreid eerst hun specifieke werkveld of methode, terwijl andere direct het thema empathie aansnijden. Ik vind het jammer dat het theoretische kader, zo helder geschetst in het eerste blok hoofdstukken, niet altijd door de auteurs wordt overgenomen, omdat het referentiekader hiermee uiteenloopt en begrippen aan helderheid verliezen.

Van de vele interessante uitspraken noem ik er enkele. Gedragstherapeut Peter Daansen bespreekt de potentiële wrijving tussen geprotocolleerd werken en empathisch zijn. Werken vanuit de betekenisanalyse en het streven naar cognitieve herstructurering maakt dat empathie aan de oppervlakkige kant kan blijven, en meer filosofisch georiënteerd is. Net als Hebbrecht waarschuwt hij dat diepgaande empathie gecontra-indiceerd is als er sprake is van onvoldoende begrenzing en onderregulatie van emoties. Maar, constateert hij, in de derde golf van de cognitieve gedragstherapie (in therapievormen als dialectische gedragstherapie, schematherapie of *acceptance and commitment therapy*) speelt empathie wel een belangrijke rol. Hans Snijders benadrukt in zijn hoofdstuk over groepstherapie dat de afwezigheid van empathische vermogens in de patiënt een contra-indicatie is voor belevingsgerichte psychodynamische groepstherapie.

Als in een terzijde worden ten slotte authenticiteit, empathische verstoringen en troost,

---

---

en compassie en zelfcompassie verbonden met empathie. Twee van deze hoofdstukken zijn van psychiater/psychoanalytica Nelleke Nicolai, de derde redacteur van deze bundel. Ze verdiept het verschil tussen wat Daansen de 'oppervlakkige' empathie noemt, het intentioneel en cognitief inleven als een vorm van identificatie aan de ene kant, en de verdiepende empathie aan de andere kant, waarbij je ook oog houdt voor de complexiteit van de afweerstrategieën en de innerlijke dynamiek van de patiënt. Ook waarschuwt ze voor het niet onderkennen van onvermijdelijke empathische breuken, wat tot afbreken van de therapie kan leiden. Want niet hersteld, kunnen ze schaamte en vernedering bij de patiënt oproepen. Juist het herstelproces van de breuk kan in de

---

---

therapie leiden tot een verbeterde emotieregulatie en uiteindelijk tot groei. Dat empathie bepaald geen geheim wapen is, moge blijken uit het slothoofdstuk waarin een basiscurriculum empathie wordt gepresenteerd: er is niks geheimzinnigs aan. Vanaerschoot, Nicolai en Hebrecht en de andere auteurs hebben overtuigend duidelijk gemaakt waarom het hanteren van empathie een basisvaardigheid van psychiaters en psychotherapeuten is. Dat de redacteurs en de schrijvers verschillende psychotherapeutische referentiekaders hebben, is een verrijking. Dit boek moest worden geschreven, dat is nu gebeurd en het wordt wat mij betreft verplichte literatuur in opleidingen.