

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

Empathie als noodzaak, maar ook als evidentie

Verslag van

Studiedag empathie [Kortenbergh, 15 januari 2016]

KAROLIEN MEYERS

De studienamiddag *Empathie*, opgezet vanuit een cliëntgericht kader door KLIPP, de afdeling voor Klinische Psychotherapie voor Persoonlijkheidsmoeilijkheden en verbonden met het gelijknamige boek, wordt bij afwezigheid van Rudi Vermote, ingeleid door Marc Hebbrecht met de boodschap dat empathie, maar vooral ook de nijpende afwezigheid ervan, een belangrijk en een maatschappelijk thema is dat aandacht vraagt in deze tijd.

Greet Vanaerschoot bouwt in de openingslezing verder voort op dit elan door de essentiële rol van empathie als basis voor zorg en verbondenheid in een samenleving te benadrukken door middel van de omhelzing die olifanten elkaar geven. Deze moet illustreren hoe sommige levende wezens, bij de perceptie van stress bij de ander, automatisch diens emotionele toestand overnemen. Vervolgens wordt de vraag gesteld wat empathie dan wel mag zijn of kan inhouden en of er verschillende soorten empathie bestaan. Gaat het over kennen of voelen? Is empathie aangeboren of aangeleerd? Wat is het belang van intersubjectiviteit? Wat is empathie binnen een therapiekamer? Aan invalshoeken om over het concept na te denken geen gebrek dus.

Het ingaan op die eerste vraag brengt Vanaerschoot bij het onderscheid tussen verschillende soorten empathie, waarbij het er bij cognitieve empathie voornamelijk om gaat het perspectief van de ander volledig te begrijpen en diens gedrag voorspelbaarder te maken. Het gaat om een bewust, intentioneel proces waarop wordt ingespeeld bij vaardigheidstrainingen en rollenspelen,

maar dat ook een belangrijke rol speelt in manipulatief en kwetsend gedrag. Conclusie: cognitieve empathie alleen kan onmogelijk voldoende zijn om tot wederzijdse betrokkenheid en compassie te komen. Hier wordt het concept van 'affectieve empathie' geïntroduceerd, waarbij het gaat over het lijfelijk ervaren van een gevoel bij een directe en automatische uitwisseling. Alles speelt zich af op een preverbaal sensatieniveau. Om het automatische en lijfelijk voelbare te kunnen illustreren en bijgevolg onmiddellijk affectieve empathie op te wekken, illustreerde Vanaerschoot hierbij het effect bij mannelijke Bond-fans als James Bond in een gevecht een trap in de testikels moet incasseren. Mij blijft vooral het fenomeen 'inzamelingsjournalistiek' bij, waarbij mensen geëmotioneerd worden om een vaak niet zo humanitair gedreven reden, en het inspelen op affectieve empathie een middel tot manipulatie kan zijn. De idee dat men in een professionele context het affectief 'meetillen' het beste onder controle kan houden, lijkt me belangrijk om aan te stippen. Psychoanalyticus Buie (1981) maakt een onderscheid tussen vier soorten innerlijke verwijzingsbronnen bij de therapeut en koppelt hieraan vier vormen van empathie. Dit impliceert dat de weegschaal bij de therapeut iets meer overhelst naar denken dan naar voelen. Rogers en Kohut leggen de nadruk op empathie als correctief therapeutisch proces met een evenwicht tussen afstand en nabijheid tussen therapeut en cliënt. Het inleven in de cliënt is helend, het congruent aanwezig kunnen zijn in een contact ook, maar het belang om te kunnen differentiëren tussen jezelf en de ander wordt terecht ook benadrukt. Het stelt me wel enigszins gerust dat de theorie van Ellen Gunst wordt genoemd om het nogal pejoratieve beeld van patiënten met 'nul-empathie' volgens Baron-Cohen te counteren. Hij categoriseert zowel borderlinepatiënten, psychopaten als narcisten onder deze noemer, wat me toch wat kort door de bocht leek. Aan het einde van haar lezing vat Vanaerschoot de hedendaagse visie op

empathie samen onder drie vormen. Zij benoemt hierbij de 'empathische verstandhouding' (oppervlakkiger, ondersteunend, dient de opbouw van een relatie), vervolgens de 'persoonsempathie' (verwijst naar de vorming van een intern werkmodel bij de patiënt, hoe vroegere (on)bewuste ervaringen het actuele denken, voelen en handelen hebben beïnvloed) en ten slotte de 'proces-empathie' (het innerlijk hier-en-nu afgestemd zijn op de continu wisselende beleving van de patiënt, wat de voedingsbodem voor interventies vormt). De aandacht in deze lezing voor het innerlijke afstemmingsproces binnenin de therapeut, die zichzelf kan 'gebruiken' in het contact met de cliënt, en een langere tijd van niet-weten, ambiguitet en onzekerheid moet kunnen verdragen binnen een klimaat waarin de patiënt het gevoel heeft dat men naar hem luistert en dat hij wordt begrepen, kan ik bijzonder waarderen, omdat essentiële kwaliteiten in het psychotherapeutische werk fraai worden benoemd.

In het tweede deel van de namiddag kan men kiezen tussen drie workshops. Marc Hebbrecht legt de nadruk op het concept van persoonsempathie, waarbij hij door middel van een klinisch vignet illustreert hoe men empathie vanuit een psychoanalytisch kader kan benaderen; hoe de therapeut zich probeert open te stellen, het onbewuste mentaliseren van de ander in zich opneemt en de cliënt probeert te begrijpen via alle kanalen waarover de therapeut beschikt. Greet Vanaerschot stelt zichzelf en haar publiek de vraag of empathie leerbaar is via een ervaringsoefening waarbij men moet stilstaan bij het eigen gevoel. Zelf volg ik de workshop over empathische breuken van Nelleke Nicolai, die tevens aan de hand van een klinisch voorbeeld het publiek uitdaagt om deze breuken te detecteren. Ze koppelt hieraan het onderzoek van Bucci naar 'een goed therapie-uur', waarbij naar voren komt dat er in een eerste fase onsamenvhangende verhalen komen, waarna er op associatieve manier beelden opkomen en er vervolgens emoties en reflecties geuit

kunnen worden. Daarna wordt het emotieschema duidelijk en in een derde fase wordt het heden naast het verleden geplaatst en verandert het emotieschema. De casus die Nicolai brengt, is die van een langdurige psychoanalyse (sessie 726) waarbij de analyticus een, op het eerste gezicht, erg gewaagde freudiaanse interpretatie maakt en de patiënte zich hierdoor allesbehalve begrepen voelt. Het feit dat het hier om een empathische breuk gaat was snel duidelijk, maar ik vind het moeilijk om me verder in te leven in de sfeer en band tussen patiënte en therapeute, doordat het slechts om een momentopname gaat in een erg lang proces. In dat opzicht zou meer achtergrondinformatie over de psychotherapeutische context of een voorbeeld uit een minder uitgebreid therapeutisch proces voor meer toegankelijkheid hebben kunnen zorgen. Tijdens de discussie worden de raakvlakken tussen Mentalisation Based Treatment (Fonagy & Bateman) en empathie, die me in de loop van de namiddag ook bezighielden, ter sprake gebracht. Empathie is een noodzakelijk onderdeel van het mentalisatieproces, maar draait meer om het emotionele, het geraakt worden. In een mentalisatiecontext lijkt empathie een basisbegrip dat onder andere bij validatie en basale mentalisatiemodi een onontbeerlijke rol speelt. Deze studienamiddag bracht mij een goede focus op de basis van een therapeutische werkrelatie met aandacht voor de al dan niet onbewuste interactie tussen therapeut en patiënt. Ook werd de gelegenheid geboden om vanuit verschillende kaders te kijken naar een concept dat erg belangrijk is, maar zo evident lijkt dat we soms vergeten om erbij stil te staan.