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

Veiligheid kun je leren

Bespreking van

Rhona M. Fear (2016). *Attachment theory — Working towards learned security.* London: Karnac Books. ISBN 978 1 78220 429 9, 280 pp., € 32,82

RONNY VANDERMEEREN

Rhona Fear wil met dit boek een nieuw model van therapie presenteren dat het resultaat is van de ontwikkeling van enkele belangrijke concepten vanuit het werk van John Bowlby. Wat dit boek voor mij zo boeiend maakte, was de opdracht die de auteur zichzelf bij het schrijven ervan gaf. Fear beschrijft hoe zij doorheen haar jarenlange werk met langdurende psychoanalytische psychotherapie een eigen integratieve stijl heeft ontwikkeld vanuit drie onderscheiden perspectieven. En laten nu net die drie invalshoeken ook mijn bijzondere interesse wegdragen. Haar voornaamste vertrekpunt is de gehechtheidstheorie en de concepten zoals die werden ontwikkeld door John Bowlby en degenen die na diens dood zijn ideeën verder hebben ontwikkeld. Fear gaat in dit boek op zoek naar manieren om de metatheoretische veronderstellingen van de zelfpsychologie van Kohut en het intersubjectieve perspectief van Stolorow samen te brengen met de gehechtheidstheorie in een nieuwe theorie van aangeleerde veiligheid. Deze drie theorieën zijn in essentie relationele modellen en delen de metatheoretische aanname dat relaties in het leven van primordiaal belang zijn. Hun aandacht gaat telkens uit naar de manier waarop de persoon in relatie staat tot anderen, wat ook in het hier-en-nu van de overdracht en tegenoverdracht tot uiting zal komen. Daaruit volgt ook dat de ware kracht van de therapeut niet ligt in degene te zijn die weet, maar degene die een veilige basis levert aan de patiënt. En als we ervan uitgaan dat patiënten lijden aan een mix van intrapsychische en interpersoonlijke conflicten, zullen we ook moeten werken aan een integratie van theorieën.

Het boek kent vijf delen. Na een beknopte weergaven van leven en werk van Bowlby introduceert Fear in het eerste deel de concepten van *earned security* (verdiende veiligheid) en *learned security* (aangeleerde veiligheid) die centraal zullen staan in het boek en in haar theorie van aangeleerde veiligheid. Fear verwijst in deze veelvuldig naar het werk van Jeremy Holmes (2010). *Earned security* werd gedefinieerd als het vermogen om een reflectieve vaardigheid te ontwikkelen ondanks het ondergaan hebben van enkele levenstrauma's. Fear plaatst daar haar concept van *learned security* tegenover. Hiervan is sprake wanneer de patiënt in staat is om een psychische positie te verwerven waarin hij het gevoel heeft een veilige basis te hebben verworven waarnaar hij kan terugkeren in tijden van angst en stress, daar waar hij voorheen in zijn leven dit gevoel van veiligheid niet heeft ervaren door toedoen van bepaalde traumatische ervaringen. Aangeleerde veiligheid is dan het resultaat van een sterke, volgehouden emotionele relatie met een therapeut, of mogelijk met een nauwe vriend of levenspartner. Het is volgens Fear dus eerder de ervaring van een veilige basis dan het bezit van een reflectieve functie die leidt naar een toestand van aangeleerde veiligheid. Het relationele aspect dat sowieso al in gehechtheidstheorie aanwezig is, wordt door Fear zodoende nog meer prominent op de voorgrond geplaatst als centrale factor in elke therapeutische verandering. Daarom dient therapie langdurend te zijn (meer dan drie jaar) met een therapeut die uitermate betrouwbaar en vertrouwbaar is, consistent, eerlijk, open van geest en empathisch: kenmerken die velen ook zullen herkennen vanuit supportieve modellen van psychoanalytische psychotherapie. Verwijzend naar Patrick Casement (1985) voegt Fear nog toe dat door het verwerken van onze fouten als therapeut, dikwijls in aanwezigheid van de

patiënt, en door voorbereid te zijn op het toegeven van onze fouten, we erg waardevolle lessen leren als therapeut. Meer zelfs, een voor de patiënt bevredigend resultaat kan enkel worden bereikt wanneer de therapeut in staat is om breuken in de therapeutische relatie te erkennen en te herstellen eens die zich voordoen — wat onvermijdelijk ook zal gebeuren.

Deel twee handelt over de wijze waarop iemand doorheen traumatische levenservaringen onveilige gehechtheidsschema's ontwikkelt. Daarbij worden de effecten van maternale deprivatie, scheiding, onbeschikbaarheid van moeder en toxisch ouderschap in een kort overzicht behandeld. De kern van veilige gehechtheid en het vermogen om een kind te voorzien van een veilige basis wordt gevormd door de mate waarin men een coherent narratief heeft kunnen vormen van het eigen leven. Holmes (2010) noemt dit ‹autobiografische competentie›. Dit narratief omvat verbale beelden of sets van beelden van wat de eigen levenservaring uitmaakt. Deze beelden moeten onderling verbonden zijn en een verhaal vormen dat alle belangrijke levensgebeurtenissen samenbrengt in een geordende opeenvolging, met een begin, midden en einde. Het is juist het domein van de psychoanalyse om woorden te geven aan gedachten en gevoelens, wat van onschatbare waarde is om zich begrepen te kunnen voelen door een andere persoon.

Deel drie gaat uitvoeriger in op de theorie van aangeleerde veiligheid en hoe deze in de klinische praktijk haar toepassing kan krijgen. Dit deel leest als een beknopte handleiding voor psychoanalytische psychotherapie met heel wat aandacht voor de ontwikkeling en het verloop van overdracht en tegenoverdracht. Het zal daarom voor beginnende therapeuten en studenten van veel interesse zijn. Deel vier presenteert enkele gevalsstudies en deel vijf vat alles nog eens samen in enkele laatste bedenkingen. De casussen worden uitvoerig beschreven met veel liefde voor het vak. Het was erg interessant dat Fear bij een van haar casussen ook een stuk liet schrijven door de patiënt zelf over zijn ervaringen binnen de therapie en te zien hoe deze mooi op elkaar aansluiten.

Fear maakt in haar boek vooral heldere en overzichtelijke samenvattingen van het werk van Bowlby, Kohut en Stolorow. Maar haar integratieve theorie van *learned security* kon mij niet overtuigen als iets wat echt nieuw is. Deze theorie heft voor mij alleszins niet de onderlinge verschillen op die er ook wel tussen de drie genoemde theoretische visies (mogen) zijn. Evenmin denk ik dat het lezen van dit boek geheel nieuwe zaken aanreikt voor de eigen therapeutische praktijk. Maar dat maakt haar boek niet minder waardevol, integendeel. Fear ziet haar benadering gelukkig niet als een eclectische *toolbox* waaruit naar believen kan worden geput. Haar boek leest vooral als een warm pleidooi voor een manier van werken met patiënten die is afgeleid uit de combinatie van twee of meer theorieën waarbij wordt gepoogd de schijnbare verschillen te verzoenen in een soort van dialectisch proces. Centrale elementen in dit proces zijn een tweepersoonspsychologie, de idee dat niet alles kan worden hersteld, maar dat verandering wel mogelijk is, zodat het verleden niet langer het heden en de toekomst negatief beïnvloedt, een consequente focus op overdracht en tegenoverdracht, het geloof in empathie als van onschatbare waarde in de therapeutische relatie, en een visie op elke therapeutische onderneming als een samenwerking en co-constructie. De lezer krijgt met andere woorden een enthousiasmerende blik op een geëngageerde therapeute die in haar werk met patiënten evolueerde naar een moderne psychoanalytisch psychotherapeutische praktijk.

Literatuur

CASEMENT, P. (1985). *On learning from the patient.* London: Tavistock.

HOLMES, J. (2010). *Exploring in security — Towards an attachment-informed psychoanalytic psychotherapy*. Hove: Routledge.