

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

den gefrustreerd in dit verlangen naar een directe connectie met elkaar.

Professor Desmet verwijst vervolgens naar de uitspraak van Gianpiero Petriglieri (2020) die stelt dat digitale gesprekken zo uitputtend zijn omdat we voortdurend geconfronteerd worden met de aanwezigheid van de afwezigheid van de ander. Ik voel met enige ontroering hoe deze uitspraak eindelijk woorden geeft aan mijn onbehaaglijke gevoel van de afgelopen periode wanneer ik een digitale therapie gaf.

Desmet waarschuwt voor het ontmenselijkende effect van een digitaal gesprek, maar vraagt zich tegelijk ook af waarom we digitale gesprekken dan toch zo aantrekkelijk blijven vinden. Lang voor de coronacrisis vonden chatten en videobellen al hun weg in onze maatschappij. Desmet stelt dat fysiek contact ons telkens voor een uitdaging stelt, omdat het ons confronteert met een oerangst dat de ander ons zou verwerpen. Een digitaal gesprek zorgt voor afstand en voelt bijgevolg veiliger aan. Vanuit dit veilige gevoel aan controle digitaliseren we verder en verliezen we geleidelijk het talige, fysieke contact met de ander. Desmet pleit er juist voor om deze menselijke (fysieke) relaties niet teloor te laten gaan, maar te zien als een kostbaar en levensnoodzakelijk goed. Hij sluit het webinar af met het benadrukken van het belang onze cliënten in de spreekkamer zelf (en niet via het scherm) te blijven ontmoeten als dit op een veilige manier kan. Ik maak mezelf hierbij de bedenking hoe we kunnen streven naar een soort hybride werking waarin we in samenspraak met onze cliënten op zoek kunnen gaan naar een (psychische en fysieke) gezonde afstemming tussen live én online gesprekken. Misschien ligt het antwoord in dit genuanceerd afstemmen en niet in het pleiten voor of tegen digitale gesprekken.

Ik sluit mijn pc af en ben dankbaar dat het betoog van Desmet woorden gaf aan mijn sluimerend gevoel van uitputting als psychotherapeut in coronatijden. Net als zijn opiniestukken was ook deze lezing van hoge kwaliteit. De volgende dag, met de woorden

van professor Desmet in mijn achterhoofd, neem ik wat langer de tijd om met mijn zeven maanden oude dochter klanken en melodieën uit te wisselen. We zitten dicht bij elkaar op de speelmat. Daarna vertrek ik naar mijn werk en ontmoet ik een van mijn cliënten voor een therapeutische sessie op mijn bureau. Weliswaar met mondkap, op afstand en met het raam open. Ik mijmer over spreuken en voel mijn vermoeidheid even niet meer.

Literatuur

- KUHL, P.K. (2007). Is speech learning 'gated' by the social brain? *Development Science*, 10, 110-120.
- MURPHY-PAUL, A. (2011). *What babies learn before they are born* [Video]. TedGlobal. www.ted.com/talks/annie_murphy_paul_what_we_learn_before_we_re_born?language=nl#t-4166
- PETRIGLIERI G. (@GPETRIGLIERI). (4 april 2020). *I spoke to an old therapist friend today, and finally understood why everyone's so exhausted after the video calls* [Tweet]. Twitter. <https://twitter.com/gpetriglieri/status/1246221849018720256>

Ik ben geen sanseveria!

Verslag van

Online NVP Dag van de Psychotherapie › Tot hier! Of toch nog wat verder? Over de grenzen van psychotherapie › [11 december 2020]

LINDA DIL EN MAARTEN HEEG

In een virtuele wachtruimte met kerstbomen en geluid van geroezemoes van bezoekers op de achtergrond, worden we door Astrid Nolet welkom geheten in de online omgeving van de Dag van de Psychotherapie 2020. Een collega grapt op de chat dat er gelukkig nog parkeerplek was onder de Bijenkorf. Gezellig noemt iemand de ont-

vangst, een ander waant zich in een Harry Potterfilm.

Als na introductie door Sjoerd Colijn de hoofdspreker Glen Gabbard in beeld komt, ontstaat heel even een spookachtige sfeer met echo's door een technisch euvel. In beeld zien we Gabbards lezing over *Narcissism and it's discontents*, naar de gelijknamige titel van een van zijn boeken. Wie zijn er eigenlijk ontevreden? Behalve de omgeving en de professionals, de patiënt zelf zeer zeker ook. Deze wil bewonderd worden, maar ziet zich hier dikwijls in gefrustreerd. Uiteindelijk kan er maar één in de spotlights staan. In de cultuur neemt narcisme soms bizarre vormen aan, zoals bij *helicopter parenting*, ouders die er aldoor op toezien dat hun kind de beste is op school. Daarnaast is er een *Generation Me* ontstaan onder twintigers, die hun verlangen naar publiek en zelfbevestiging op internet uitleven. Zo vertelt Gabbard, terwijl we ondertussen een inkijkje krijgen in zijn spreekkamer, met ingelijste medailles (Best Doctors of America) en diploma's achter hem zichtbaar aan de wand. In behandeling wordt de therapeut dikwijls als klankbord gebruikt of wordt bewondering afgedwongen, tieren tijd en competitiviteit welig, en wordt de therapeut via neerbuigendheid en devaluatie klein en op afstand gehouden. Er is weinig ruimte voor interpretatie, des te meer voor steun en empathie met het fragiele zelfgevoel van de patiënt, die als enige goed weet hoe het is om hem of haar te zijn. Dus laat je door je patiënt superviseren! Verandering is vaak ongewenst, maar soms worden ze beter zonder echt te veranderen. Als therapeut word je dikwijls tot getuige gemaakt en moet je de patiënt accepteren op diens voorwaarden, terwijl je je daar tegelijkertijd niet bij neer moet leggen. Sommige patiënten zijn er goed in om de interesse in hen te vernietigen. Er moet dus nogal wat narcisme mee gemeoid gaan, om te denken dat je je patiënt vooruit kunt helpen.

Er volgt een masterclass door Gabbard met twee casuspresentaties. Anna Bartak presenteert een eigenaar van een karateschool met

zelfgevoelproblematiek, die in het verleden veel gestraft werd door zijn ouders. Hij had het ene na het andere seksuele avontuur via Tinder. Toen hij een paar duizend euro moest betalen voor de therapie, treuzelde hij eerst, maar na drie weken stond de som toch op de bank. Op een ochtend arriveerde hij huilend in de sessie, nadat hij geld had geleend van een vriend. Gepreoccupeerd met eigen schaamte en vernedering, had hij zijn therapeute niet om hulp willen vragen. Gabbard noemt dat zijn ouders onvoldoende aandacht hadden voor zijn binnenwereld. Wat hem is aangedaan, komt terug in de dehumanisering van zijn vele veroveringen via Tinder. In contact moet je jezelf in de dyade plaatsen en vragen: 'Ik ben benieuwd naar wat jij dacht over wat ik daarover dacht?' Je kunt je patiënt een compliment geven en zeggen dat je ervan onder de indruk was dat je patiënt vroeg naar de impact op jou!

Katie-Lie Weile brengt een *failed case* in (verbatim) van een alleenstaande moeder van een jong kind dat verwekt werd via kunstmatige inseminatie. Haar moeder was een grote betweter. Ze stopte met werken als academicus nadat ze seksueel grensoverschrijdend bejegend was. Werkhervatting verliep moeizaam. Empathie werkte bij haar juist averechts. Er was sprake van alexithymie en ze vroeg zich af of ze misschien leed aan het oplichterssyndroom? Gabbard reageert:

«Je moet haar bevestigen en zeggen dat daar weleens iets in kan zitten en samen verder zoeken. Dit is iemand die het moeilijk heeft zichzelf te kennen, een eigen taal te maken. Niet veel interpretaties gebruiken, die zouden voelen als een aanval. Er is sprake van grandioze afweer. Neem geen wraak via een «wetende» houding en vermijd om zelf eisend en dwingend te worden. Aarzel niet om dingen te normaliseren, zoals: «Ja, de meeste mensen hebben zulke gevoelens als ze een nieuwe baan hebben. Ze voelen zich nog erg onzeker in het begin. En als je

geen therapie wilt doen, laten we dan gewoon praten over wat je denkt en voelt. Ik ben niet zoals je moeder, ik weet niet alles, ik wil samen met jou ontdekken». Ze zal elke therapeut zich laten voelen als een *failed mother*. Dat moet je als water van je af laten glijden».

's Middags behandelt Gabbard seksuele grensoverschrijdingen. In de jaren tachtig van de vorige eeuw hoorde hij geregeld patiënten spreken over seksuele relaties met voormalige therapeuten. Ontzet vroeg hij zich af hoe sommige therapeuten hun gedrag zo konden rationaliseren? Hij noemt een voorbeeld van een therapeut die echt niet snapte waarom zijn gedrag afgekeurd werd. Patiënte toonde typische kenmerken van de 'gouden fantasie': iemand gaat al mijn verlangens vervullen! Het begon met vasthouden, vervolgens kussen en zo verder. Terwijl de therapeut afgleed voelde hij steeds meer wanhoop om zijn patiënte te bereiken, bang dat ze zich zou suïcideren. De therapeut bleek in feite zelf erg kwetsbaar door verliezen op dat moment in zijn leven en hij projecteerde zijn eigen verlangens en wanhoop in zijn patiënte. Elke therapeut heeft dan consultatie nodig. Maar die kan alsnog gecorrumpeerd worden, door gegevens weg te laten. 'Stoeprandconsultatie' is het fenomeen waarbij iemand even bij je lang komt, een slordige presentatie houdt en op familiale wijze vraagt: 'Vind jij het nou slecht wat ik doe?' Gabbard is inmiddels pessimistisch geworden over het terugdringen van dit fenomeen. Toch heeft hij hoop over wat onderwijs kan brengen. Daar-

bij is de afschrikkende werking van seksuele grensoverschrijding immens: onnipotentie is doorgeprikt, men wordt vernederd voor het publieke oog en veel mensen zijn teleurgesteld. Dit is de achilleshiel van ons beroep. 'We are all masters of self deception'.

Coen Verbraak interviewde Greet Vanaerschot en Suzy Matthijssen over veelvoorkomende ervaringen met grenzen in de therapeutische setting. Wat doe je als je je patiënt tegenkomt in de supermarkt? Spreek je een collega aan die zich onethisch gedraagt? Tegen patiënten die louter tot haar spreken en niet met haar, zegt Vanaerschot: 'Zeg, ik ben geen sanseveria!'

Emke Plomp, jurist, psychiater en psychoanalytisch psychotherapeut in opleiding, laat ons getallen zien over tuchtzaken in Nederland. Mannelijke bijna-pensioenge-rechtigde psychiaters en vrouwelijke gz-psychologen in tbs-klinieken blijken oververtegenwoordigd als het gaat om seksuele grensoverschrijdingen. Manische reparatie blijkt telkens weer een gangbaar thema in deze gevallen.

Bart Chabot ten slotte komt vertellen over zijn boek *Mijn vaders hand*. Dat was geen liefkozende hand. Hij spreekt over totale destructie van zijn ego door mishandeling — 'Mijn verleden heb ik afgestort in een kalkput' — tot de heruitvinding van zichzelf via de punk. Met Kerst zit hij niet samen met oude familieleden onder de boom. Hij verzamelt zelf mensen om zich heen met wie hij het goed kan vinden. Hij maant het publiek: 'Zet jezelf niet op de waakstand!' Zijn motoriek en gesprekstrant zijn aldoor onrustig, totdat Verbraak hem op zachte, doch indringende wijze vraagt: 'En jij bent een laaiend vuur geworden, Bart?'