

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

met de buitenwereld plaatsvindt. Ik citeer even: «Het bewustzijn of beter geformuleerd het proces van bewustwording van de intersubjectieve realiteit en daarmee van meer inzicht in onbewuste processen, verlangens en wensen, kan gezien worden als een emergente eigenschap en uitkomst van een psychoanalyse gesitueerd in een dyadische setting maar omgeven, opgenomen en beïnvloed door een grotere werkelijkheid» (p. 11).

Dirkx neemt ook het tweede hoofdstuk voor zijn rekening waarin hij wil toelichten hoe de psychoanalytische behandelpraktijk een tegenwicht kan vormen voor de versnelling van het levenstempo en het verlies van een eigen veilige plek. Dit wordt afgezet tegen de achtergrond van een aantal veranderingen in tijd en ruimte zoals enkele moderne denkers die hebben beschreven. Ook hier weet Dirkx de lezer te boeien en laat hij deze proeven van de denkbeelden van vier moderne filosofen en historici. Binnen het bestek van dit relatief korte boek blijven heel wat kwesties noodgedwongen weinig uitgewerkt. Zo komen ook nog de digitalisering en de impact van het virtuele als alternatieve realiteit eerder dan als fantasie voorbij. Dirkx rondt zijn bijdrage aan deze bundel af met enkele beschouwingen over ecopsychoanalyse. Een eerste vraag die hij daarbij opwerpt is waarom en hoe de psychoanalyse belangrijk is voor de klimaatcrisis. Daarna stelt hij de vraag wat psychoanalytici kunnen leren van de klimaatwetenschappen. Het zijn stuk voor stuk interessante thema's en vragen, maar als lezer krijg je het gevoel dat deze elkaar in sneltempo opvolgen en dat er van het ene naar het andere thema wordt «gesurft». Het geheel zou natuurlijk gebaat zijn met wat meer vertraging en een bredere uitwerking van de aangehaalde thema's, maar het boek nodigt in ieder geval uit om verder na te denken over de verhouding van de psychoanalyse ten opzichte van actuele maatschappelijke ontwikkelingen. De volgende vijf hoofdstukken zijn recht vanuit de psychoanalytische praktijk geschreven met boeiende casuïstiek rond

kinderen (Pannevis, Brameijer), adolescenten (Prinsen) en volwassenen (Schnitzler, Bouman). Telkens staan daarbij grenservaringen centraal in de uiteenlopende betekenissen zoals Dirkx die in zijn inleidende beschouwing had opgelijst. Erg lezenswaardige teksten, maar ik miste hierin enigszins de aansluiting bij de opdracht van het boek over psychoanalyse in een nieuwe tijd die nochtans door Dirkx helder was neergezet. Toch heb ik dit boekje met veel plezier gelezen. Het heeft mij zonder meer zin gegeven om verder te gaan lezen over de zaken die hierin werden aangekaart.

Psychoanalyse: what's in a name?

Bespreking van

Quin van Dam (2016). *Affectfobietherapie in de praktijk*. Amsterdam: Hogrefe. ISBN 978 94 92297 01 3, 224 pp., € 25,00

SARA DEFOUR

Quin van Dam presenteert met het boek *Affectfobietherapie in de praktijk* een vorm van psychotherapie die werd ontwikkeld door de Amerikaanse psychotherapeute Leigh McCullough in de jaren negentig van de vorige eeuw. Als psychodynamisch therapeut en docent affectfobietherapie aan psychologen en psychotherapeuten in opleiding, is Van Dam de aangewezen persoon om deze therapievorm voor te stellen aan en verder toegankelijk te maken voor het Nederlandstalige publiek.

Het boek is opgebouwd en geschreven als een handboek, waardoor het met recht behoort tot de pragmatische reeks «In de praktijk» van uitgeverij Hogrefe. Elk hoofdstuk kent een gelijke indeling, beginnend met een introductie waarin theoretische uiteenzettingen en vakjargon vermeden worden. Vervolgens wordt de behandelde stof

toegepast aan de hand van concrete voorbeelden en wordt de lezer uitgedaagd om dit zelf ook te doen bij een eigen casus. Afronden gebeurt met een samenvatting. Ten slotte biedt het boek een addendum vol oefeningen en antwoordmogelijkheden, gerangschikt per hoofdstuk.

In het eerste hoofdstuk wordt affectfobie-therapie (afgekort AFT) theoretisch gekaderd: het valt onder de noemer kortdurende psychodynamische psychotherapie, maar combineert het psychodynamische denken met cognitief-gedragsmatige en experiëntiële invloeden.

Daarop volgt een uiteenzetting van de indicatiestelling en het behandelmodel. AFT gaat ervan uit dat veel vormen van psychopathologie zijn geworteld in een geremde beleving van gevoelens van verlangen naar nabijheid. Meer specifiek betreft een affectfobie een psychodynamisch conflict waarbij adaptief activerende gevoelens (zoals boosheid, verdriet, trots) geassocieerd worden met overmatig remmende gevoelens (zoals schuld, schaamte). In een poging tot coping wordt dit conflict afgeweerd. Dit kan echter tot gevolg hebben dat de beleving of uiting van een adaptief gevoel wordt geblokkeerd. In geval van dergelijke disadaptieve afweer ontstaat vermijding van conflicterende gevoelens, wat tot uiting komt via symptomen. Het doel is om afgeweerde emoties toe te laten en tot een adaptieve uiting ervan te komen. In een eerdere editie van het *Tijdschrift voor Psychoanalyse en haar toepassingen* (Tiemersma 2020) werd een voorbeeld gepresenteerd van hoe jaloezie via affectfobietherapie kan verschuiven van een belemmerende angst naar een adaptief activerende emotie.

Er wordt een hoofdstuk gewijd aan de formulering van het kernconflict, dat tijdens de therapie als focus zal fungeren. De centrale vragen hierbij zijn de volgende: Welke adaptief activerende gevoelens werden in de loop van de ontwikkeling ervaren als verboden of ongewenst en verdrongen naar het onbewuste? Hoe kon deze affectfobie zich in de

vroege voorgeschiedenis ontwikkelen om later te worden herhaald in nieuwe relaties, onder meer de therapeutische? Om deze disadaptieve afweer los te laten, streeft men in de affectfobietherapie naar een herstructurering op drie niveaus, die in het boek elk een hoofdstuk verdienen. Ten eerste de herstructurering van de afweer, waarbij deze verschuift van egosyntoon naar egodystoon en waarbij inzicht kan ontstaan in de vroegere en huidige functionele en belemmerende impact van de fobie. In tweede instantie wordt de remmende angst losgelaten en komt men tot een hernieuwde beleving van het gevoel. Het derde niveau van herstructurering omvat het zelfbeeld en het beeld van de ander.

Voor beginnende psychotherapeuten vormt het een uitdaging om je weg te zoeken doorheen diverse therapeutische stromingen, zelfs binnen het psychoanalytische denken. Lezing van dit boek kan deze verwarring aanwakkeren. Hoewel gestoeld op psychodynamisch denken, distantieert AFT zich namelijk van de klassieke psychoanalyse. In eerste instantie door de technieken en interventies, zoals onder meer systematische desensitisatie, geleide fantasie, rolomkering en de tweestoelentechniek. Ook psycho-educatie en praktische suggesties krijgen een prominente plaats. Ten tweede door de focale werking en het concretere stappenplan. Maar vooral door de actieve therapeutische houding.

De auteur zoekt naar een evenwicht tussen diverse therapeutische stromingen; hij tracht integratief te zijn zonder de kernwaarden van het psychodynamische denken te verloochenen. Verder dringt hij erop aan dat de hypothesen moeten worden getoetst en, indien nodig, bijgesteld. Daarnaast houdt de AFT-therapeut rekening met de kwaliteit van de afweer. Afhankelijk van hoe primitief deze is, worden de verschillende niveaus van herstructurering (afweer, gevoel, zelfbeeld en beeld van de ander) al dan niet aangesproken.

De focale werking van AFT biedt de mogelijkheid om een specifiek conflict te bewerken. Indien één kernconflict onvoldoende is om de complexiteit te vatten, kunnen meerdere kernconflicten als focus gehanteerd worden. Blijken daarbij toch nog elementen onvoldoende bewerkt, dan worden aanvullende therapieën aangeraden. Op die manier biedt AFT een antwoord op de limiterende impact van de focale werking. Toch vraag ik mij af of hiermee niet voorbijgegaan wordt aan de complexiteit en de meervoudige determinering van het symptoom. De therapie neigt te verworden tot een accumulatie van therapeutische bewerkingen waarbij integratie ontbreekt.

Bovendien lijkt het belang van overdracht te worden onderschat. Hoewel overdracht (en tegenoverdracht) een plaats krijgt (krijgen) binnen deze kortdurende vorm van psychotherapie, is dit slechts een extra hulpmiddel. AFT sluit hierdoor nauwer aan bij de steunende therapie waarbij de therapeut fungeert als ontwikkelingsobject, eerder dan bij een analyse van de overdracht, zoals het geval is bij een conflictpathologie. Met klachtreductie als uitkomstmaat, kan men de vraag stellen of de innerlijke verschuiving

voldoende fundamenteel is. De AFT-therapeut hoopt op langdurig resultaat via een internalisatie van de therapeutische functie. Door de heldere schrijfwijze en het ruime aanbod aan klinische voorbeelden, vormt het boek een praktische tool die zowel meer als minder ervaren psychotherapeuten kan behagen. Hoewel het mij niet aanzet om deze therapievorm integraal te gaan toepassen, blijven enkele concepten en technieken sluimeren. Zeker bij de behandeling van patiënten met een rigide disadaptieve gedragsproblematiek en een egosyntone afweer kan dit een goede aanvulling bieden op het klassieke psychodynamische kader. Als psychotherapeut benadert Quin van Dam zijn cliënten naargelang hun nood en daarbij haalt hij zijn inspiratie uit diverse therapiescholen. Hij is er met dit boek in geslaagd om mij mee te slepen en mij de vraag te laten stellen tot waar het psychoanalytische kader reikt. Een waardevolle queeste voor elke psychotherapeut.

Literatuur

TIEMERSMA, J. (2020). Jaloezie en afgunst in de nieuwe liefde. *Tijdschrift voor Psychoanalyse en haar toepassingen*, 26(3) 211-213.