

gerandomiseerd toegewezen. De behandeling wordt verricht door ervaren therapeuten, waarbij bovendien gecontroleerd wordt of de bedoelde therapie *lege artis* wordt uitgevoerd. Grofweg zijn de resultaten tot dusverre vergelijkbaar wat betreft symptoomvermindering en dus *outcome*. Bij follow-up blijken de psychodynamische therapievormen (PDT) superieur op het gebied van structurele verandering. Wanneer namelijk ook procesfactoren vergeleken worden, zoals veranderingen in zelf- en objectrepresentaties of het vermogen te mentaliseren, worden de verschillen tussen CGT en PDT groter na één en na drie jaar follow-up. Hier doet zich wel het probleem voor dat de gedragstherapeuten eerder met de behandeling stopten dan de psychodynamische therapeuten, en dat hun therapie minder intensief was. Ze gebruikten minder dan de helft van de sessies in dezelfde tijdspanne als de psychodynamische therapeuten. De vraag blijft: wat werkt dan beter? Is dan niet het aantal sessies, de aan de patiënt bestede tijd, het werkzame onderdeel, ongeacht de methodiek? Hiermee zijn we wederom aanbeland bij het grote belang van non-specifieke therapiefactoren.

Ten slotte nog een drielid hoofdstukken die ik speciaal wil vermelden. Lane gaat in op het werkingsmechanisme van psychoanalyse en focust op geheugenveranderingen en met name een reconsolidatie van nieuwe ervaringen die oude, veelal traumatische herinneringen vervangen. Hij grijpt terug op de Boston Change Process Study Group en de correctieve emotionele ervaring van Alexander, en verbindt dit met de bevindingen van modern geheugenonderzoek. Het indrukwekkende hoofdstuk van Pretsky over onderwijs in empirisch onderzoek in psychodynamische psychotherapie laat zich lezen als het programma voor een researchmaster psychodynamiek c.q. psychoanalyse. Het voedt de behoefte aan meer researchonderwijs in onze psychoanalytische opleidin-

gen. Eagle houdt een pleidooi voor een alternatieve onderzoeksmethodologie die beter aansluit bij de praktijk. In psychoanalytische publicaties wordt casuïstiek meestal gebruikt als een vignette ter adstructie van een bepaalde theoretische opvatting, in plaats van als een n=1-studie waar we kennis aan kunnen ontleen. Dit prachtige boek is niet alleen een must-read voor onderzoekers op dit gebied, maar ook de moeite waard voor psychoanalytisch werkende therapeuten, omdat het uitgaat van de klinische praktijk en hoe onderzoek daarop het best kan aansluiten. Het zou nog beter zijn wanneer ook beleidsmakers er kennis van zouden nemen.

## Drie karakters

### Bespreking van

Christopher Bollas (2021). *Three characters — Narcissist, borderline, manic depressive*. Bicester: Phoenix Publishing House. ISBN 9781912691814, 76 pp., € 34,99

MARC HAMBURGER

Christopher Bollas heeft een academische carrière achter de rug als hoogleraar literatuurgeschiedenis en is daarnaast in Londen opgeleid tot psychotherapeut, psychoanalyticus en opleider bij de British Psychoanalytic Association. In ons vakgebied kennen we hem als onafhankelijke denker; kritisch en integratief. Begrippen als het *transformational object*, de normopathie en het *unthought known* spreken tot de verbeelding, net als zijn manier van praten tijdens interviews en lezingen, waarvan enkele te zien zijn op YouTube. Zijn nieuwste boek is een verzameling essays, gebaseerd op lezingen die hij gaf. In *Three characters* beschrijft Bollas per hoofdstuk de narcistische, de borderline- en de manisch-depressieve persoonlijkheid.

Waarom hij uitgerekend deze drie karakters heeft gekozen wordt niet duidelijk, maar geregeld trekt hij wel vergelijkingen met de dwangmatige, de psychopathische en de hysterische patiënten. (Over hystericie schreef hij eerder een heel boek, in dit Tijdschrift besproken door Schalkwijk (2001).) Ten grondslag aan alle persoonlijkheidsproblematiek ligt volgens Bollas «een intelligente poging om een existentieel probleem op te lossen». Hij waarschuwt voor een dichotome interpretatie van zijn werk. Geen borderlinepatiënt is hetzelfde, ieder individu is uniek. Toch is het volgens hem mogelijk enkele typische relaties te beschrijven tussen de binnenwereld van deze patiënten en de buitenwereld waarin zij leven. Het doel daarvan is de clinicus te helpen zich in het subjectieve van deze drie karakters te verplaatsen. Dit doet hij door aan het eind van ieder hoofdstuk de innerlijke belevingswereld van het betreffende karakter in de eerste persoon te beschrijven. Ieder hoofdstuk eindigt met tien tot vijftien uitspraken. Deze stijl maakt dat we de mensen over wie Bollas schrijft aan het woord horen. Bij de narcistische persoonlijkheid bijvoorbeeld: «Ik vind de intieme ander — degene die mij echt wil leren kennen — invasief, onbetrouwbaar en veeleisend.» Bij de borderlinepatiënt: «Ik zal jouw goede bedoelingen veranderen in kwaadaardige intenties en jou daarmee zo verwarren dat we weer samen zijn.» En bij de manisch-depressieve persoon: «Ik begin mijn eigen gedachten behoorlijk opwindend te vinden; ze lijken rechtstreeks aan mijn binnenwereld te ontspruiten!» Het laatste hoofdstuk is een interview met de auteur, door diens zoon, kandidaat-psychoanalyticus in Los Angeles, Sacha Bollas. In dit interview wordt nog eens ingegaan op dat wat in de voorgaande hoofdstukken aan de orde kwam. Een creatieve manier om de schrijver te laten uitleggen wat hij precies heeft willen zeggen en wat de klinische implicaties ervan zijn.

De hoofdstukken zijn bijna niet samen te vatten. Bij herlezing viel mij op hoe ik tijdens de eerste lezing bijna iedere zin geel gearceerd had. Dit zegt iets over de grote hoeveelheid wijsheid en ervaring die de lezer tegenkomt. Iedere zin roept associaties op met een patiënt, met een buurman of een verre oom aan de borreltafel. Of ja, met de lezer zelf ... Bollas beschrijft hoe we de narcistische persoonlijkheden kunnen onderverdelen. De positieve «teflonnarcist» laat alles van zich afglijden en is uit op harmonie en idealisatie. De negatieve narcist is gepreoccupeerd met dat wat hij zelf ziet als verwerpelijk, namelijk iedereen die anders is dan hij. Dit leidt nogal eens tot racisme, seksisme of zelfs genocide. Een dialoog is in beide gevallen heel moeilijk, want de narcistische patiënt praat om iets te laten zien en daarmee zijn zelfgevoel op peil te houden. Een ander met eigen gedachten is gevaarlijk en daarbij geldt: «To speak is to defeat speech.» Bollas beschrijft hoe sommige narcistische patiënten, juist door te benadrukken hoeveel ze aan de analyse hebben, blijfven deze vooral te gebruiken als een constant aanwezige steun in de strijd met externe omstandigheden. Een «subtle form of non-relating» dus. Bollas doet een aantal technische suggesties, zoals de dingen die de narcistische patiënt zegt letterlijk herhalen, zodat hij zichzelf kan horen en daarop kan reageren: het prille begin van een dialoog.

In het tweede hoofdstuk, over de borderlinepersoonlijkheid, beschrijft Bollas hoe deze patiënten niet alleen van jongs af aan het zelf en het object splitsen, maar zelf ook gespleten zijn door het primaire moederobject. «Ze splitsen zoals ze gesplitst zijn» en zoeken vaak ook partners met een dergelijke dynamiek. Ze hechten zich in chaos en turbulentie en zoeken iemand aan wie ze hun niet aflatende pijn kunnen laten voelen. Hierdoor raken ze verstrikt in een toxische «bordelinemix» en kunnen ze in de sessies

over niets anders praten dan over interpersoonlijke intriges, waar een derde geen cholela van kan maken. Vragen naar details zal niet in dank worden afgenomen, maar is wel de enige manier om structuur aan te brengen in de chaos. De borderlinepatiënt zal de mensen in de omgeving die door eigen borderlineproblematiek een verstorende invloed op haar hebben achter zich moeten laten voordat in een therapie de aandacht gericht kan worden op de binnenwereld. Bollas' technische aanbevelingen sluiten erg aan bij de Transference-Focused Psychotherapy.

Het laatste hoofdstuk, over de manisch-depressieve persoonlijkheid, gaat over patiënten die op heel jonge leeftijd al hebben gevoeld dat er geen oor was voor hun gedachten en ideeën, in een omgeving die onvoldoende in staat was hen te helpen normale stemmingswisselingen te reguleren. Bollas pleit voor een psychoanalytische blik naast de gangbare, medisch-biologische. Als we veel geduld hebben kunnen we zelfs bij onze manische patiënten een zekere logica ontdekken in hun associaties. Het samen zoeken naar triggers en het historisch reconstrueren van een manische of depressieve reactie zal weerstand oproepen, omdat zowel de manie als de depressie aangewend is als afweer tegen betekenis en inzicht. De analyticus dient toch vasthoudend te zijn en zo verbanden te gaan vinden tussen externe factoren en innerlijke reacties. Een technische aanbeveling is om de manische patiënt na een kwartier stil te zetten en te vragen na te denken over wat hij de afgelopen vijftien minuten heeft gezegd. En zo staat het boek vol met herkenbare en verhelderende observaties, afgewisseld met technische aanbevelingen. Bij het lezen is enige psychoanalytische voorkennis vereist, maar na afloop is inspiratie gegarandeerd.

#### Literatuur

SCHALKWIJK, F. (2001). Het theater van de hysterie — Boekbespreking van: Christopher

Bollas (2000), 'Hysteria'. *Tijdschrift voor Psychoanalyse*, 7(4), 242-243.

## De vele werelden van het Zelf

### Bespreking van

Jean-Paul Matot (2021). *The disseminated self — Ecosystem perspective and metapsychology*. London: Routledge. ISBN 9780367694029, 80 pp., £ 46,99

JOS DIRKX

Matot, kinderpsychiater en lid van de Belgische vereniging voor psychoanalyse, schreef een essay dat vooral vanuit een Franstalig perspectief kijkt naar de omgeving in brede zin, en beziet hoe die van invloed is op de vorming van het zelf. Hij baseert zich onder andere op het werk van de antropoloog Descola, die de naturalistische ontologie van de westerse *Weltanschauung* ter discussie stelt. De antropologie dient zich te herbezinnen en zich ook rekenschap te geven van de met de mens verbonden levende entiteiten die nu een te perifere rol krijgen toebedeeld. Volgens Matot geldt hetzelfde voor de psychoanalyse. De grenzen van de mens raken vermengd met de externe realiteit tot één onafscheidelijke lichaam-omgevingseenheid. Het zelf raakt op deze manier gedissimineerd, en Matot beschrijft dit verspreide zelf als een configuratie van 'psychische enveloppen', waarbij hij zich beroept op de Franse psychoanalyticus Houzel. Deze definieerde de *enveloppe psychique* als de grens tussen binnen- en buitenwereld, tussen de innerlijke psychische wereld en de psychische wereld van anderen, waarbij de envelop niet statisch, maar dynamisch moet worden opgevat, namelijk als een soort krachtenveld met als belangrijkste taak het psychisch