

Synopsis lezing d.d. 2 nov 2018, NVPP studiedag.

Verplicht zelfonderzoek: onmogelijk en/ of noodzakelijk? Zin en onzin van de leertherapie.

Marina Luymes & Ans van Blokland

Deel 1 (Marina Luymes)

In leertherapie gaan om het vak van binnenuit te leren kennen is al een oude analytische traditie: al ruim 100 jaar geleden ging je in analyse voordat je zelf ging analyseren. Inmiddels is leertherapie als voorwaarde voor het vak psychotherapeut overgenomen door vrijwel alle therapieverenigingen.

De minimale eis verschilt per vereniging. Ik beperk mij hier tot de ontwikkelingen bij de NVPP met betrekking tot de leertherapie-eis.

Bij de oprichting in '79 was de eis: een leeraanlyse van minimaal 700 uur, minstens vier jaar dus, een kleine 20 jaar later werd dat veranderd in een leertherapie van 2x per week minimaal drie jaar.

In 2015 is de verplichting overgegaan naar een **verplicht psychoanalytisch proces**: "Een voorwaarde voor het lidmaatschap is het doormaken of doorgemaakt hebben van een psychoanalytisch proces".

Opmerkingen over het begrip psychoanalytisch proces.

Er zijn veel pogingen gedaan het psychoanalytisch proces te definiëren. Hetzij via de conceptuele weg, o.a. Boesky, Ornstein, Levenson, of langs een empirische weg, bijv. Analytic Process Scores (Waldron e.a.), of PQS, Psychotherapy Process Q-Set (Enrico Jones e.a.). Conclusie Boesky na 5 jaar een studiegroep hierover: 'Een bevredigende systematische definitie bleek onmogelijk door de complexiteit van de psychoanalytische behandelingsituatie.'

Het zoeken naar een definitie leidt vaak tot het noemen van de kenmerkende uitgangspunten van het psychoanalytisch werk die tot zulk een proces kan leiden, zoals bijv.

- een dynamisch onbewuste
- het zich steeds weer voordoen van weerstand en afweer in allerlei verschijningsvormen,
- de invloed van de vroege kinderervaringen,
- overdracht en tegenoverdracht die op allerlei momenten in de interactie zichtbaar worden
- de noodzaak van een voortdurende communicatie over dit alles.

Waartoe leidt het proces indien doorgemaakt, een eindpunt/ 'product'? Of gaat het bij het procesbegrip alleen om de werkwijze: de psychoanalytische therapie, waarin het proces vanzelfsprekend aanwezig is? "*Process is psychoanalytic because of its particular framing*" (Levenson). Gaat het om de reis of doel? Een reis met een postkoets waarbij je aankomt op Ithaka?

Mijn stelling: Een psychoanalytisch proces is een innerlijk proces wat kan plaatsvinden als gevolg van een psychoanalytisch aanbod. Het aanbod als noodzakelijke, maar niet voldoende voorwaarde.

Het aanbod is de therapie met een psychoanalytische setting waarin innerlijke en uiterlijke gebeurtenissen worden onderzocht en verwoord in een psychoanalytische betekenisgeving.

Eigen stellingname wat betreft de NVPP- leertherapie-eis en het psychoanalytisch proces:

Geen verplichting benoemen in de sfeer van “product” : een psychoanalytisch proces ‘hebben doorgemaakt’ suggereert een transformatief innerlijk proces. Hoe beoordeel je dat en wie is gerechtigd tot beoordeling?

Wel een verplichting benoemen in de sfeer van de reis: een psychoanalytisch-proces-faciliterende therapievorm vanuit een psychoanalytisch kader.

Functies en doelen van leertherapie.

Het waarom van de verplichting is een breed gedragen gedachte: met leertherapie wordt je een betere therapeut dan zonder.

De doelen van leertherapie die in literatuur steeds terugkeren zijn tweeledig, ‘teach and treat’ ofwel therapie en training.

--doelen gericht op de therapie-ervaring: het zelf ervaren wat het betekent om patiënt te zijn met alle schaamte en angst voor oordeel en angst voor eigen emoties; het leren kennen van je eigen blinde vlekken en ingewikkeldheden; het ervaren wat verandering brengt,

--doelen gericht op leren van het vak, zoals de modeling-functie van de leertherapeut en het herkennen en emotioneel invullen van in de opleiding besproken concepten en aspecten van het psychoanalytisch proces. Dit laatste vooral als bijdrage in de verwerking van de elders veel cognitiever aangeboden theorie.

Daarom wordt door sommigen de gelijktijdigheid van opleiding en leertherapie van juist heel groot belang geacht.

Een empirisch onderzoek naar de praktijk van het aandeel teach/treat onder leeranalyse-koppels van Hillary Bosworth e.a (2009) is ‘The Training Analyst: Analyst, Teacher, Mentor?’ De leeranalyticus geeft theoretisch de voorkeur aan treat, maar in de praktijk blijkt het behoorlijk door elkaar te lopen.

Kandidaten zijn blij met de teacher en mentor-aspecten van de leeranalyticus, maar ook therapie achten ze heel belangrijk. 80 % van de psychodynamische therapeuten hebben in de loop van hun beroepsleven meerdere keren persoonlijke therapie gezocht en zijn daar zeer positief over, ook over wat het hen brengt voor hun vak. (Geller, Norcross en Orlinsky 2005)

Een voorbeeld: bij gehechtheids-problematiek kan therapie leiden tot ‘earned security’, waardoor angst en stress in een therapiesituatie beter verdragen wordt en niet leidt tot paniekreacties bij de therapeut. In dat geval zijn de therapeut-competenties verhoogd – je wordt misschien zelfs een betere therapeut dan de basaal veilig gehechte therapeut, die de fundamentele onveiligheid niet van binnen uit kent.

Conclusie: Een betere therapeut door de verplichte leertherapie? Psychotherapeuten melden dat de leertherapie grote invloed heeft op hun persoonlijke en professionele ontwikkeling. (Orlinski, Botermans en Ronnestad 2001; van Reijen 2010; Kooiman 2018). Maar er is geen empirische evidentie voor de hypothese dat de leertherapie leidt tot betere therapeuten. Het is denk ik ook niet in een onderzoek te vangen: net als het

product van een psychoanalytisch proces is het product van een leertherapie op de individuele weg naar een goede of betere therapeut nooit te meten.

'De' therapeut bestaat niet, en zelfs binnen die ene therapeut schuilen vele therapeuten, goed en minder goed. Geen therapeut zonder patiënt om het maar eens vrij naar Winnicott te zeggen. " *There is no such thing as a baby, there is a baby and someone.*"

Deel II (Ans van Blokland)

Issues en problemen

Leertherapie levert ingewikkeldheden op omdat je als kandidaat in opleiding tegelijk "patiënt" en "collega" bent en dit heeft repercussies voor wat er gebeurt in de therapie. Ik ga in op drie issues:

a. Vissenkom

Zowel leertherapeut als kandidaat verkeren in diezelfde kleine wereld van collega's, ggz instituties en praktijken. Dat geeft ruis bij

- de kandidaat, deze kan zich minder vrij voelen in zijn vijandige gevoelens
- de leertherapeuten, **rivaliteit** wordt makkelijk wakker gemaakt o.i.v. een idealiserende overdracht. Uit het eerder genoemde onderzoek van Bosworth (2009) blijkt dat 1/3 van de therapeuten praat over andere therapeuten. Vertrouwelijkheid en privacy, uitgangspunten voor ons werk, staan in ieder geval onder druk. Kandidaat en leertherapeut bouwen hun zeer speciale relatie, waarin narcisme een belangrijke rol kan spelen.

- De leertherapeuten worden bekeken en besproken door de leertherapeuten zelf en door de kandidaten, dat geeft wederzijdse afhankelijkheid.

b. Identificatie en de- identificatie ofwel weer loskomen.

Een kandidaat zou zich moeten losmaken van zijn leertherapeut als vroeg ouder object, als overdrachtsobject en zou zich tegelijkertijd moeten identificeren met de leertherapeut als professional, zijn rolmodel. Het oplossen van deze overdracht is niet eenvoudig en gebeurt ook vaak niet. Mogelijk is het een onbereikbaar ideaal.

c. Termineren

De leertherapeut en de kandidaat komen elkaar voortdurende tegen. De relatie met de leertherapeut blijft vaak "hot stuff". De overgedragen gevoelens van haat en liefde blijven a.h.w. kleven aan de leertherapeut.

Loewald (Bergmann 1988) stelt dat elke beëindiging iets van een "vader/oudermoord" in zich heeft met veel agressie, razernij over verlating en schuld in de kandidaat. De vraag is en of het zijn potentie verliest na beëindiging van de therapie?

Er moet een **rouwproces** plaatsvinden, waarna de kandidaat verder kan werken met andere opleiders, die andere stijlen en andere opvattingen hebben. Dat is pas mogelijk als je jouw therapeut hebt kunnen zien als ultiem teleurstellend, en uiteindelijk hopelijk als goed genoeg. De leertherapeut heeft niet "het antwoord", maar heeft een antwoord.

Vaak heeft er geen desillusionerend rouwproces plaatsgevonden. Onopgeloste overdrachtsproblemen blijven bestaan in de vereniging. Al heel vaak en al 80 jaar lang stelt men daar vragen over.

Oplossingen?

Er zijn ook verschillende oplossingen aangedragen:

Wallerstein (2010) zegt: **bemoei je er helemaal niet mee**. Biedt een intensieve theoretische scholing aan en superviseer grondig en laat iemand zelf uitmaken of hij/ zij in therapie gaat en bij wie die wil.

Hermann (2018) daarentegen, spreekt van de mogelijkheid van een **“Institutionsbezogene Ich- Spaltung”** (2016), een ik - splijting, die hem in staat stelt om zich los te voelen/ te denken van de verenigingsinvloeden. Het komt er op neer dat je denkt dat je niet gevoelig bent voor die sociale beïnvloeding. Misschien is het mogelijk.., of is het toch een almachtsfantasie?

Mijn standpunt is: leertherapie is ‘treat’, maar niet door “specialisten” uit de vissenkom. Ieder NVPP lid kan na enige jaren ervaring iemand in leertherapie nemen.

Er zijn geen specifieke vaardigheden nodig wanneer je uitgaat van “treat”. Laat het “teach” over aan supervisoren en docenten en stel daar wel aparte eisen aan.

Wat voor soort leertherapie is wenselijk voor een therapeut die langdurige intensieve therapieën gaat doen van 1, 2 of 3 x 7??? Welke duur, frequentie en setting?

Frequentieverschillen.

Er zijn verschillende opvattingen. Er is de opvatting dat therapieën en psychoanalyse slechts **kwantitatief** verschillen (de Jonghe en de Wolf 2010), de psychoanalytische behandelingen zijn variaties op een **continuüm**.

Voor Busch en Verhaeghe is psychoanalyse een behandeling van een andere orde, hier is sprake van een **breuk**. Verhaeghe ziet psychotherapie als een meester discours, de therapeut heeft een expertpositie. In het discours van de psychoanalyse daarentegen zal de analyticus de ruimte open laten, de patiënt kan zijn eigen betekenis, zijn eigen waarheid vinden .

Het is een ingewikkelde discussie, gekleurd door allerlei ideaaltypische beelden. Enerzijds het romantische beeld van de echte analyticus met zijn “not knowing stance”; anderzijds de psychotherapeut, die voortdurend wetend, steunend en gratificerend is.

Mijn stelling is: Doe **geen hoger frequente therapie dan jezelf hebt ondergaan**. Een weloverwogen keuze voor frequentie en attitude is heel belangrijk.

Voor mij is de meest aannemelijke gedachte : In een hoogfrequente behandeling 2, 3, liefst 4 keer is er en meer tijd en ruimte om “met elkaar bezig te zijn”.

Er is tijd nodig om te hechten en te onthechten, tijd nodig opdat primitieve archaische angsten opspelen en bewerkbaar worden, voor het ontrafelen van de projectieve identificatie, voor het kunnen luisteren naar wat wegblijft.

In een hoogfrequente leertherapie kan de kandidaat de twee van elkaar verschillende basis elementen van het therapeutisch kader ervaren : **de holding** -de dragende omgeving die stabiel en veilig is en waar inbreuken tot een minimum beperkt blijven. En daarbinnen de **containment**. De therapeut moet haat, verwarring en pijn bevatten en

verdragen, zonder zelf defensief te worden of te zeer geraakt te worden en dan “te duiden”, cq iemand terug te pakken in de zg strafduiding.

Door een hoge frequentie is er ook meer mogelijkheid niet teveel te belanden in het meester discours. Er is tijd om oude impliciete relatiepatronen te beleven, te herhalen en te desillusioneren: de ontmaskering moet plaatsvinden, zegt Ladan (Ladan 2018).

Nogmaals mijn stelling: doe geen hoger frequente therapie dan jezelf hebt ondergaan, en laat patiënten niet liggen als je zelf niet gelegen hebt. Je moet vertrouwd zijn met de vervlechtingen over en weer die hoge frequenties oproepen om er therapeutisch gebruik van te kunnen maken en niet in onbewerkbare afhankelijkheids-relaties verstrikt te raken. Therapie en analyse kunnen zeker ook schaden.

Genoemde literatuur bij lezing:

Geller, J.D., Norcross, J.C. en Orlinsky, D.E.(2006), *The psychotherapist's own psychotherapy; patient and clinical perspectives*. Oxford University Press

Jonghe, F.de e.a. (2010). *Leidraad Langdurige Psychoanalytische behandelingen*. Garant, Antwerpen.

Wolf, M H M de. (2011). Psychoanalytische setting, opleiding en identiteit. In: Quin van Dam en Lisette Daenen red., *Bekwaam behandelen*, Van Gorcum, Assen, 21-32

Boesky, D. (1990). The Psychoanalytic Process and its Components. *Psychoanal.Q.*, 59:550-584

Foehl, J.C. (2008). Follow the Fox: Edgar A. Levenson's Pursuit of Psychoanalytic Process. *Psychoanal Q.*, 77(4):1231-1268.

Ornstein, P.H. (2004). The Elusive Concept of the Psychoanalytic Process. *J. Amer. Psychoanal. Assn.*, 52(1):15-41.

Ablon, S.J., Jones, E.E. (2005). On Analytic Process. *J. Amer. Psychoanal. Assn.*, 53(2):541-568

Waldron, S., e.a. What happens in a psychoanalysis? ^{SEE}A view through the lens of the analytic process scales (APS) *I.J.P.A.* 2004;85:443-466

Deborah L. Cabaniss, Hillery Bosworth (2016) The Aim of the training analysis. *JAPA* 54/1

Bosworth, H, Aizaga en Cabaniss (2009), The training analyst: Analyst, Teacher, Mentor *JAPA* 57 (3)

Verhaeghe, P, 1996 Teaching and Psychoanalysis: A Necessary Impossibility.

<http://paulverhaeghe.psychoanalysis.be/artikels/Teaching%20and%20Psychoanalysis.pdf>

<http://paulverhaeghe.psychoanalysis.be/artikels/The%20crucial%20problems.pdf>

Kernberg, O.F. (2014). The Twilight of the Training Analysis System. *Psychoanal. Rev.*, 101(2):151-174.

Herrmann, A.P. (2018) Institutionalisierte Selbsterfahrung –unmöglich oder notwendig? *Forum der Psychoanalyse*. Springer.

Prof. Dr Rutger W. Trijsburg (1996). Training Analysis in the Dutch Society for Psychoanalytic Psychotherapy: A Survey of Attitudes and Feasibility. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 10(3):189-205

Bergmann, M.A.S. (1988). On the fate of the intrapsychic Image of the psychoanalyst after termination of the Analysis. *Psych. Anal. Study of the Child*, 42 137-153

Ladan, A. (2018). Over het ongemak van de overdracht. *Tijdschrift voor Psychoanalyse & en haar toepassingen*, nr. 3, 163-174.

Kooiman, K. (2018). De patiënt, de therapeut en hun hechtingstijl. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, jaargang 2018, nr. 4

Van Reijen, J. (2010). Leertherapie: zinloos, zinvol of noodzakelijk? *Groepen*, juni 2010, jrg 5, nr .2