

God de kamer uitsturen, kan dat wel?

Intervisie over (schematherapeutische) interventies op godsbeeld

BESTE HANNEKE,

Graag zou ik met je van gedachten wisselen over een cliënte die ik in behandeling heb. Laat ik haar Esther noemen. In een recente sessie hebben we het over haar godsbeeld gehad en heb ik daarop geïntervenieerd. Dat liep alleen anders dan ik had gedacht...

Laat ik Esther eerst bij je introduceren. Esther is een 35-jarige vrouw die in behandeling is vanwege obsessief compulsieve problematiek en klachten van anorexia nervosa. Ze heeft een lange voorgeschiedenis in de hulpverlening, waaronder enkele opnames.

Voordat ze bij mij in behandeling komt heeft ze zich door ontwikkeling van drie goede vriendschappen meer leren hechten en zich meer verbonden leren voelen. Dit heeft duidelijk een positieve weerslag gehad op zowel klachten als zelfbeeld.

In één van de behandelgesprekken geeft ze aan het te willen hebben over haar godsbeeld. Ze ziet God vaak als 'Herder' of 'Koning' maar worstelt met een gevoelsmatig ander (impliciet) beeld van God; een God die onverwacht oordelend of straffend kan zijn, dingen in haar kan afkeuren (zoals verlangens of de pijn van oude littekens), eisend kan zijn en onvoorspelbaar is. Terwijl haar eerstgenoemde beeld van God er één is waarin ze zich gekend voelt. God is er en aanvaardt haar in al haar gebrokenheid. Dit zou je kunnen zien als haar expliciete beeld van God.

In de behandelsessie probeer ik aan te sluiten bij haar worsteling met haar impliciete godsbeeld. De schemataal is haar vanuit een eerdere behandeling niet vreemd en omdat er een ook een veeleisende, straffende en schuldinducerende kant in haar godsbeeld lijkt te zitten, besluit ik dit deel van haar godsbeeld schematherapeutisch te benaderen. Met de *meerstoelentechniek* spreek ik deze strenge, straffende stem toe. Een stem

die onveiligheid brengt en oordeel uitspreekt. Een stem die naar mijn idee is verbonden met haar levensgeschiedenis. Esther raakt behoorlijk in verwarring. Bij het nabespreken geeft ze aan dat er inderdaad geprojecteerde delen zitten in haar godsbeeld, maar dat er ook aspecten zijn aan haar impliciete godsbeeld die ze wel gelooft en zou willen vasthouden. Het voelde voor haar alsof ze ook zou moeten 'bedanken' voor deze delen, en dat wil ze niet. De interventie had dus niet het effect dat ik beoogde.

We eindigen met een *imaginative prayer* (Boyd, 2004), een imaginatie oefening waarbij op een veilige plek Jezus wordt gevisualiseerd. Het lukt cliënte niet zo goed om in deze imaginatie iets te kunnen ervaren betreffende aanwezigheid van Jezus.

NOG EEN STUKJE TOELICHTING BIJ MIJN INTERVENTIE

Schematherapie is een innovatieve en integratieve therapievorm, ontwikkeld door Young et al. (1990, 1996), welke een theoretisch- en behandelingsmodel biedt voor persoonlijkheidsproblematiek maar ook voor mensen met karakterologische problemen die ten grondslag liggen aan as-I-problematiek (Young et al., 2005).

Bij persoonlijkheidsproblematiek spelen er veelal problemen op het gebied van identiteit en op het gebied van verbondenheid en intimiteit met de ander (intermenselijke relaties). Middels schematherapie wordt getracht meer zicht te krijgen op de verschillende kanten – in schemataal *modi*- in iemand en ook hoe deze kanten doorwerken in het verbinden met (belangrijke) anderen. Zo wordt geprobeerd meer zicht te krijgen op een interne kritische stem (in de schematherapie een veeleisende, straffende of veeleisende oudermodus genomen), het kwetsbare deel (kwetsbare kind) en de beschermende modi die als coping worden ingezet

(voorbeeld: het aanpassen aan de ander, vermijden of in hoge mate controle willen hebben) met als uiteindelijk doel het gezond volwassen deel in iemand te vergroten (zie voor verdere literatuur over schematherapie Young et al., 2005).

Bij mijn cliënte ontstond verwarring: er was niet enkel sprake van een geprojecteerde straffende stem, maar er was sprake van een vermenging tussen een straffende stem en een voor haar kloppend godsbeeld, namelijk God als zijnde rechtvaardig

Het bovenstaande impliceert dat modi niet enkel betrekking hebben op de manier waarop iemand zichzelf ervaart; ook ‘de ander’ kan worden ervaren als een stem vanuit een bepaalde modus. Wanneer we vanuit dit kader naar het godsbeeld kijken, betekent dit dat God als ‘ander’ ervaren wordt in lijn met de dominante modi en schema’s.

In het godsbeeld van Esther waren, schematherapeutisch gehoord, kritische ouderstemmen ‘hoorbaar’ (veel-eisende oudermodus); God werd door Esther ervaren als een schuldbeladen en ook straffende stem.

Het met psychologische technieken interveniëren op dergelijke straffende, veeleisende of schuldinducerende kanten is natuurlijk binnen meerdere therapeutische kaders mogelijk. Binnen de schematherapie maak ik vaak gebruik van de *meerstoelentechniek*, wat een gangbare en veelgebruikte interventie is. Het straffende, veeleisende deel wordt dan op een stoel geplaatst en op deze manier een ‘stem’ gegeven, maar ook in zekere zin gedifferentieerd van andere (kwetsbare, beschermende en gezonde) delen van de persoon. Op deze manier heb ik bij Esther haar impliciete beeld van God (oordelend en straffend) op een stoel geplaatst en pakte ik als therapeut de rol dit straffende deel toe

te spreken om deze kant als het ware “de mond te snoeren” (*zie ook*: toespreken bestraffende ouderstem Young et al., 2005). In schematherapie wordt soms dit straffende en veeleisende deel niet enkel het zwijgen opgelegd door het verbaal toe te spreken maar wordt ook de stoel die deze kant representeert letterlijk buiten de therapieruimte geplaatst. Bij Esther ontstond, zoals eerder gezegd, verwarring: er was niet enkel sprake van een geprojecteerde straffende stem, maar er was sprake van een vermenging tussen een straffende stem en een voor haar kloppend godsbeeld, namelijk God als zijnde rechtvaardig.

Zou jij eens willen meedenken in het bovenstaande voorbeeld? En zou je ook eens kunnen meedenken in het verschil wat ik in deze behandeling tegenkom tussen haar impliciete en expliciete godsbeeld? Het werken met verschillende delen in jezelf en de ander is heel kenmerkend voor de schematherapie, hoe verhoudt zich dat tot de verschillende kanten -impliciet en expliciet- in iemands godsbeeld?

Groet,

Anne-Josien Huisman

BESTE ANNE-JOSIEN,

Wat mooi dat je uitvoerig ruimte geeft aan het godsbeeld in je behandeling. Ik kan me voorstellen dat het ook nodig is bij de problematiek waarvoor deze cliënte in behandeling is. Als controle en regels belangrijke thema’s zijn in de pathologie, dan is het op z’n minst belangrijk om te verkennen hoe deze zich verhouden tot de oordelende en straffende aspecten in de geloofsbeleving. Een veeleisend en straffend godsbeeld kan een uiting zijn van de problematiek, of juist het gevolg ervan. Het kan de problematiek ook in stand houden of verergeren – en dus herstel in de weg staan.

Je maakt onderscheid tussen expliciete en impliciete lagen in het godsbeeld, waarbij je de impliciete laag verbindt met haar levensgeschiedenis. Vanuit een hechtingsperspectief is dat een hele valide verbinding (denk aan de interne werkmodellen binnen deze theorie), en ook passend binnen de schematherapie. Eigen-

lijk verbind je het impliciete godsbeeld met de modus van de straffende ouder.

Nu je vraag over de interventie om God de kamer uit te zetten en de oordelende/ straffende stem de mond te snoeren. Esther komt daar niet echt in mee en raakt zelfs in de war, want God is toch rechtvaardig en kan toch ook iemand zijn die straft? Deze geloofsnoties kan zij toch niet zomaar overboord zetten?

Hier worden twee dingen zichtbaar. In de eerste plaats dat godsbeelden niet alleen psychologische *roots* hebben, maar ook gevormd worden op basis van wat iemand hoort en leert binnen de geloofsgemeenschap en godsdienstige cultuur. Zahl en Gibson (2012) spreken in dit verband over *experiential representations* en *doctrinal representations*. In lijn hiermee is het onderscheid tussen individuele en culturele aspecten van het godsbeeld. Geloofsovertuigingen en dogma's krijgen dus een plek binnen godsrepresentaties, met name in de expliciete representaties. Hoe dat gebeurt, is weer grotendeels afhankelijk van iemands psychologische *make-up*, zoals interne werkmodellen en cognitieve schema's (cf. Aletti, 2005). Impliciete godsrepresentaties doen daar ook in mee. Dit betekent dat de kant van de cognities en *beliefs* over God niet los staat van de kant van ervaringen en interne werkmodellen (en vroege maladaptieve schema's en modi). Wanneer je in de behandeling intervenueert op impliciete aspecten van godsrepresentaties (misschien wel de meest geëigende laag om als psycholoog op te intervenueeren), kun je niet om expliciete aspecten heen. In de tweede plaats wordt duidelijk dat als je intervenueert op een bepaalde laag in godsbeeld of geloofsbeleving, je moet zorgen dat je *essentials* hebt 'veilig gesteld'. Ik bedoel daarmee dat datgene wat heilig voor iemand is niet ter discussie komt te staan, dat duidelijk is dat je daar vanaf blijft. Voor Esther had het wellicht kunnen helpen wanneer vooraf duidelijk was geweest de geloofsovertuigingen die voor haar belangrijk zijn en die ze wil behouden – geloof in Gods rechtvaardigheid, en mogelijkheid van straf die hiervan het gevolg kan zijn – niet 'overboord' hoeven.

Er is weliswaar een interactie tussen de *experiential* en de *doctrinal representations*, en wat van binnenuit komt (eigen psyche) en dat wat van buiten wordt aangereikt (vanuit bijbel, kerk, theologie) kunnen elkaar

versterken, waardoor bepaalde noties dominant worden in de betekenis die God voor persoonlijk heeft. Maar in de behandeling gaat het vooral om de eigen psyche. Het is niet de inzet om de geloofstraditie waartoe iemand behoort ter discussie te stellen en al helemaal niet dat alles wat iemand gelooft en ervaart in relatie tot God wordt 'afgekeurd' (over oordelende modi gesproken...). Ofwel: wat wordt er precies de kamer uit gezet? Niet de theologische opvattingen (die veelal gedeeld worden met anderen binnen de geloofsgemeenschap). Niet een deel van wie God werkelijk is dat ons niet zint of dat psychologisch ongezond lijkt (hoewel we over wie God werkelijk is nooit het laatste kunnen zeggen, omdat we Hem alleen door onze eigen psyche heen kunnen kennen en dat betekent per definitie beperkte kennis en ervaring). Maar – in dit geval – slechts de projecties, de aspecten van een persoonlijk godsbeeld (God zoals Hij op dit moment ervaren wordt) die vanuit de eigen levensgeschiedenis gevormd zijn en bijvoorbeeld kritische stemmen van ouders weerspiegelen.

Misschien ben ik hier iets te stellig en ligt het wat minder zwart-wit dan ik het nu beschrijf. Ik weet ook wel dat projectie zelden een eenmalig gebeuren is 'van hier naar daar'. Vaak is sprake van een heen en weer, van elkaar versterkende processen. In ieder geval is het veilig stellen van wat behouden dient te worden mijns inziens een cruciale stap bij het uitvoeren van interventies.

Op je vraag over de verhouding tussen impliciete en expliciete lagen in het godsbeeld in relatie tot de verschillende delen in jezelf en de ander, zoals geconceptualiseerd in de schematherapie, wil ik een volgende keer graag meer zeggen. Eerst ben ik benieuwd naar jouw reactie!

Veel groeten,
Hanneke Schaaap

HOI HANNEKE,

Dank voor je reactie. Ik vind het helpend om te lezen hoe je het impliciete godsbeeld verbindt aan de hechtings- en ontwikkelingsgeschiedenis van een persoon.

Dit onderstreept daarmee ook de mogelijkheid (en misschien zelfs wel noodzaak) van psychologisch interveniëren op iemands godsbeeld.

In de casus van Esther was er geen sprake van een persoonlijkheidsstoornis in engere zin, maar wel van persoonskenmerken die een rol speelden in interpersoonlijke contacten en die in zekere mate ook leken te worden geprojecteerd op het godsbeeld van Esther. Zoals jij al veronderstelt, is er mogelijk bij deze casus tijdens de voorbespreking onvoldoende differentiatie gemaakt tussen de verschillende delen van haar godsbeeld en hadden er eerst *essentials* veilig gesteld moeten worden alvorens de straffende delen die “op de toe te spreken stoel” zouden worden gezet en bewerkt.

Godsbeelden hebben niet alleen psychologische roots, maar worden ook gevormd op basis van wat iemand hoort en leert binnen de geloofsgemeenschap en godsdienstige cultuur

In groepstherapieën binnen de Spreng (afdeling voor intensieve psychotherapeutische behandeling), waar ik werkzaam ben, worden cliënten zelf betrokken in het verkennen van de verschillende delen in hun godsbeeld. Wanneer er overeenstemming is over het straffende/veeleisende deel (de veeleisende/straffende oudermodus) heb ik al enkele keren meegemaakt dat dit deel door het inzetten van schematherapeutische technieken, duidelijk kan verminderen. Psychotherapie beoefenen betreft het werken aan het *verkennen, herkennen, erkennen en veranderen* van patronen. Ik merk dat ik -misschien ook wel enigszins door bovenstaande ervaring- wat voorzichtig ben in het actief inzetten op het ‘veranderen van patronen’ daar waar het godsbeeld betreft, echter wel ondersteunend probeer te zijn in het verkennen, herkennen en erkennen van

hoe deze patronen zich verhouden tot het godsbeeld van een cliënt. Oftewel het vergroten van inzicht hoe godsbeeld zich verhoudt tot de aanwezigheid van de verschillende modi die een cliënt bij zichzelf of bij de ander kan ervaren.

Ik merk dat het ook helpend kan zijn om een iets minder gekaderde interventie te gebruiken. Het ‘imaginatie gebed’ (*imaginative prayer*; Boyd, 2004) maakt net als de veilige plek oefening (imaginatie ter bevordering van ontwikkeling van innerlijke veilige plek, Farrell & Shaw, 2012), gebruik van imaginatie technieken. Een cliënt stelt zich bij deze oefening niet enkel voor in verbeelding op een veilige plek te zijn, maar stelt zich voor dat Jezus in dat beeld stapt. Daarna is het aan de cliënt zelf om in te vullen wat die als veilig en helpend ervaart: gaat Jezus naast je zitten? Slaat hij een arm om je heen? Luistert Hij naar je of wil Hij wat tegen je zeggen? Verondersteld kan worden dat deze interventie niet enkel een schematherapeutische techniek is maar een duidelijke integratie vormt met pastorale interventies. Hanneke, zouden we hier een bruggetje kunnen maken naar een soort *divine interventions*? Oftewel vrij vertaald: de ruimte voor goddelijke interventies in therapie? Ik heb professor Glas weleens horen zeggen op een congres: “en toch...?”

Ik ben eigenlijk ook heel benieuwd hoe je hiernaar kijkt.

Hartelijke groet,
Anne-Josien

HOI ANNE-JOSIEN,

Boeiend wat je schrijft als reactie! En mooi hoe je schematherapie en geloof met elkaar verbindt. Ik waardeer je voorzichtigheid hierin zeer. Het gaat je meer om het ondersteunend zijn in het verkennen, herkennen en erkennen van relaties tussen schema’s en modi enerzijds (de patronen) en godsbeeld en geloofsbeleving anderzijds dan om het veranderen van patronen in het godsbeeld. Dat past bij het respecteren van dat wat heilig is voor iemand. En toch heb je een stevige interventie bij Esther ingezet! Je richtte je hierbij op impliciete lagen in het godsbeeld, en daarover staat

nog een vraag open: hoe de impliciete en expliciete lagen in het godsbeeld zich verhouden tot schema's en modi en het werken met verschillende delen in schematherapie. In de literatuur wordt de conceptuele overlap benadrukt tussen (impliciete) innerlijke werkmodellen (IWMs) zoals gedefinieerd binnen de hechtingstheorie en de vroege onaangepaste schema's. De schema's weerspiegelen onveilige en disfunctionele IWMs, onder meer als gevolg van het onvoldoende tegemoet komen van ouders aan de hechtingsbehoeften van het kind (e.g. Keulen – de Vos, 2015).

Als je kijkt naar de modi, komt de coping met betrekking tot deze onvervulde behoeften meer in beeld. Modi kunnen ook een uiting zijn van innerlijke fragmentatie (vgl. wat Rafaeli et al. (2015) in lijn met Siegel schrijven over modi als *self-states*). Immers, wanneer vroege interacties traumatisch zijn verlopen, kan dit resulteren in meerdere interne werkmodellen die naast elkaar bestaan, moeilijk geïntegreerd worden, en zich kunnen ontwikkelen tot gefragmenteerde delen (vgl. Nicolai, 2001). Als het gaat om impliciete en expliciete lagen in het godsbeeld, ligt het dus vooral voor de hand dat schema's en modi samenhangen met impliciete lagen. Tegelijk werken die door in de expliciete lagen, zoals ik in mijn vorige brief al schreef. Imaginaire technieken passen goed binnen de schematherapeutische benadering, zeker zoals die door Farrell & Shaw (2012) is verwoord. Met deze technieken kom je gemakkelijker bij impliciete representaties (die sterk affectief geladen zijn) dan met puur cognitieve technieken. Jij verbindt het inzetten van imaginaire technieken bij godsbeelden met een pastorale interventie. Je spreekt hierbij zelfs van integratie. Met dat laatste zou ik voorzichtig willen zijn. Pastoraat hoort niet bij de therapeut. En toch... Imaginatie is wel iets waarbij iemand zich open stelt, ontvankelijk is voor nieuwe mogelijkheden. Ik geloof dat de Geest hierin zijn eigen gang kan gaan – net als in al ons therapeutisch bezig zijn trouwens, om welke interventies het ook gaat – waardoor iemands hart meer of anders geraakt wordt dan alleen vanuit een psychologisch proces. Dat blijft iets bijzonders, vind je niet, dat God gebruik maakt van mensen, dat wij schakels zijn in Zijn herstellen van wat beschadigd is. En dat ons handelen en onze

houding, aandacht, toewijding, zorg, en noem maar op, door de cliënt ervaren kunnen worden als iets van God. Juist als je samen spreekt over God in het kader van de problematiek of de behandeling, is mijn ervaring, wordt 'wie jij bent' en 'hoe jij bent' vaak verbonden met 'wie en hoe God is of wil zijn'. Waar vroege maladaptieve ervaringen kunnen doorwerken in het godsbeeld, kunnen nieuwe, correctieve ervaringen dat ook. Therapeutische interventies (zoals een imaginatieoefening) kunnen ervaren worden als, of zelfs worden tot *divine interventions*, maar dat laatste is een geloofsuitspraak. Dat heb je in ieder geval nooit zelf in de hand, maar kan wel betekenen dat je in openheid, afhankelijkheid en verwondering je werk doet – zelfs als je God (of beter gezegd een bepaald beeld van God) de kamer uitstuurt.

Fijn om zo van gedachten te wisselen!

Hartelijks,
Hanneke

REFERENTIES

- Aletti, M. (2005). Religion as an illusion: Prospects for and problems with a psychoanalytic model. *Archive for the Psychology of Religion* 27, 1-18.
- Boyd, G. A. (2004). *Seeing is Believing: Experience Jesus through Imaginative Prayer*. Baker Books.
- Farrell, J. M. & Shaw, I.A. (2012). *Schema Therapy for Borderline Personality Disorder*. John Wiley and Sons Ltd.
- Keulen-de Vos, M.E. (2015). Hechting vanuit een schema therapie perspectief. In: F. Koenraadt, K. 't Lam, L. Eurelings-Bontekoe, & M. Lancel, (Ed.), *Hechting of hechtenis: problematische hechting en het verband met delinquent* (pp. 119-133). Wolf Legal Publishers.
- Nicolai, N. (2001). Hechting en psychopathologie: een literatuuroverzicht. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 43(5), 333-342.
- Rafaeli, E., Maurerer, O. & Thoma, N.C. (2015). Working with modes in schema therapy. In: N.C. Thoma & D. McKay (eds.), *Working with emotion in cognitive-behavioral therapy: techniques for clinical practice* (pp. 263-287). Guilford Press.

- Young, J.E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Professional Resources Press.
- Young, J.E., Gluhoski, V.L. (1996). Schema-focused diagnosis for personality disorders. In F.W. Kaslow (red.), *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns* (pp. 300-321). Wiley.
- Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005). *Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten*. Bohn Stafleu van Loghum.
- Zahl, B.P. & Gibson, N.J.S. (2012). God representations, attachment to God and satisfaction with life: a comparison of doctrinal and experiential representations of God in Christian young adults. *International Journal for the Psychology of Religion*, 22, 216-230.

PERSONALIA

Anne-Josien Huisman-Rietberg is GZ-psycholoog in opleiding tot psychotherapeut
Werkzaam bij Eleos afdeling de Spreng (centrum voor persoonlijkheidsstoornissen)
Email: Anne-Josien.Huisman@eleos.nl

Prof. Dr. J. Schaap-Jonker is psycholoog en theoloog en werkt als rector van het Kennisinstituut Christelijke GGZ, onderdeel van Eleos en De Hoop ggz. Daarnaast is zij bijzonder hoogleraar klinische godsdienstpsychologie aan de Vrije Universiteit Amsterdam.
Correspondentieadres: h.schaap@kicg.nl