

Een mespunt compassie, 2 november 2004
Workshop 1.
Door dr. Nel Draijer

Van ‘eenzaam - doen’ naar ‘voelen – in - relatie’.
Over zelfbeschadigend gedrag binnen een psychoanalytische psychotherapie (TFP)

Vanuit psychoanalytisch gezichtspunt houdt zelfbeschadiging altijd een vorm van ‘splitsing’ van het ik in: tussen het zelf en het eigen lichaam – alsof er van binnen twee partijen bij betrokken zijn die uiteenliggen en die weer één geheel kunnen vormen na verwonding en lichamelijke pijn: ‘ik kom weer in mijn lichaam’. Het is alsof het gevoelsleven niet één geïntegreerd geheel is, maar uit afwisselende en tegenstrijdige toestanden bestaat. Ook valt op dat bepaalde gevoelens, zoals woede en razernij, bijvoorbeeld over een verlating, niet goed ten opzichte van de verlatende ander gevoeld kunnen worden. In plaats daarvan wordt dan maar – bij wijze van noodoplossing voor onverdraaglijke psychische pijn – een lichamelijke pijn ten opzichte van zichzelf botgevierd.

Aan een psychoanalytische behandeling ligt de gedachte ten grondslag dat automutilatie van origine een *(object) relationeel verschijnsel* is, dwz. ontstaan als *noodoplossing* binnen een band met een verwaarlozende, niet responsieve, misbruikende of mishandelende ander.

Voor de weg naar herstel, naar integratie van het gevoelsleven, wordt een band met een ander, de veilige, responsieve en troostende behandelrelatie, onmisbaar geacht.

In deze workshop wordt uiteengezet hoe in de TFP, ‘transference focussed psychotherapy’, de overdrachtsgerichte psychotherapie voor borderline patiënten ontwikkeld door Kernberg e.a., zelfbeschadigend gedrag beteugeld wordt. Het is een langdurige psychotherapie van 2 zittingen per week. Er wordt o.a met een contract gewerkt. Dit heeft als functie om de overweldigende gevoelens die achter het zelfbeschadigend gedrag schuil gaan en vrij rondzwerven, gebonden kunnen worden binnen de (behandel) relatie. Ze kunnen dan relationeel beleefd gaan worden ten opzichte van een (veilig) en nieuw ‘object’. Dit bereidt de weg voor integratie. De workshop wordt geïllustreerd met behulp van videofragmenten.