

Thema therapeutische relatie

Werkvorm: Herstel van relatiebreuken



In elke behandelrelatie ontstaan momenten van misverstand, afstand of spanning. Deze werkvorm helpt professionals om zulke alliantiebarsten te herkennen én ermee te oefenen, zodat ze kunnen worden benut als ingang voor herstel en verdieping van de therapeutische relatie.

Doel

Verdiepen van inzicht in 'alliantiebarsten' en oefenen met reparatiestrategieën vanuit het resolutiemodel van Safran.

Tijdsindicatie

1 tot 1,5 uur (afhankelijk van voorbereiding en tijdsbewaking)

Benodigdheden

- Overzicht alliantiebarsten: terugtrekbarsten & confrontatiebarsten (zie hieronder)
- Overzicht reparatie interventies (zie hieronder)

Stappenplan

Stap 1: Korte inleiding (15 minuten)

Safran definieert alliantiebarsten als momenten van verstoring in het therapeutisch contact. Hierbinnen wordt er een onderscheid gemaakt tussen 'terugtrekbarsten' (bijv. terugtrekken, stilvallen, vermijden) en 'confrontatiebarsten' (bijv. Kritiekboosheid, testen van de therapeut). Het repareren van barsten biedt een kans op verdieping van de relatie.

- Bekijk individueel het overzicht met alliantiebarsten: terugtrekbarsten en confrontatiebarsten
- Bekijk ook het overzicht aan reparatie strategieën

Stap 2: Werken aan een barst (15 minuten)

- Kies als duo een herkenbare alliantiebarst uit de lijst
- Bedenk gezamenlijk een voorbeeldsituatie waarin deze barst zich manifesteert
- Verdeel de rollen: Een speelt de patiënt, één de therapeut. (tip: speel zelf de patiënt waarbij jij de breuk ervaart).

Stap 3: Rollenspel (25 minuten)

- Speel de alliantiebarst in 3-5 minuten uit
- Pauzeer en wissel ervaringen uit
 - Wat voelde je als cliënt?
 - Wat merkte je als therapeut?
- Ga vervolgens verder met het toepassen van een reparatiestrategie
- Speel dit herstelgesprek in 3-5 minuten uit.
- Wissel eventueel van rol of gebruik een andere strategie.

→ z.o.z.

Thema therapeutische relatie

Werkvorm: Herstel van relatiebreuken

(vervolg stappenplan)

Stap 4: Reflectie in de groep (14-30 minuten)

Plenair:

- Welke reparatiestrategieën kwamen effectief over?
- Wat is je spontane reactie op breuken? (neiging tot terugtrekken, uitleggen, verdedigen?)
- Wat roept het op om als therapeut zelf verantwoordelijkheid te nemen (zoals in Safrans model)?
- Waar zie je kansen om dit model in je praktijk of team in te brengen?

Zie bijlagen op volgende pagina

Thema therapeutische relatie

Werkvorm: Herstel van relatiebreuken

Bronnen

Hafkenscheid, A. (2014). De therapeutische relatie: een psychodynamisch perspectief op de therapeutische relatie – het resolutiemodel voor alliantiebarsten van Jeremy Safran. De Tijdstroom.

Bijlage 1: Alliantiebarsten: Terugtrekbarsten & confrontatiebarsten.

*zie Hafkenscheid (2014) voor een verdere uitwerking.

Terugtrekbarsten	Confrontatiebarsten
Ontkennen: patiënt ontkent duidelijk zichtbare gemoedstoestand of het belang van interpersoonlijke relatie of gebeurtenis.	Klachten/zorgen over de therapeut: patiënt uit negatieve gevoelens naar of over therapeut.
Minimale reacties: patiënt is kortaf, geeft gesloten antwoorden.	Afwijzen formuleringen, interpretaties of interventies van therapeut: staat werkrelatie duidelijk in de weg.
Abstracte communicatie: patiënt probeert negatieve gevoelens te vermijden door abstract taalgebruik.	Klachten/zorgen over activiteiten van behandeling: patiënt uit onvrede over taken en doelen.
Verhalen vertellen/veranderen van onderwerp: om te vermijden over emotioneel belanden gebeurtenissen te communiceren.	Klachten/zorgen over parameters van behandeling: klachten over tijden, lengte of frequentie van afspraken.
Conformereren: patiënt is overdreven volgbaar.	Klachten/zorgen over vooruitgang: patiënt twijfelt over vooruitgang die hij maakt of kan maken.
Overdreven volgbaarheid (conformereren)	Patiënt verdedigt zichzelf: omdat patiënt gedrag of opmerkingen van therapeut heeft opgevat als kritiek of veroordelend.
Splitsen inhoud/gevoel: inhoud van verhaal komt niet overeen met affectieve uitingen.	Pogingen om de therapeut onder druk te zetten: bijv. controle overnemen
Zelfkritiek en/of hopeloosheid: waardoor patiënt de mogelijkheid uitsluit dat de behandeling kan helpen.	

Thema therapeutische relatie

Werkvorm: Herstel van relatiebreuken

Bijlage 2: Reparatie interventies

*zie Hafkenscheid (2014) voor een verdere uitwerking.

Interventie	Voorbeeld (samengevat)
Aandacht richten op een probleem in de relatie	"Volgens mij hebben we allebei het gevoel dat het niet loopt."
Verhelderen van misverstand	"Ik keek op mijn horloge om te zien hoeveel tijd hebben, niet omdat ik me verveelde."
Doelen of taken bijstellen in reactie op klachten of bezwaren	"Misschien moeten we samen kijken welke richting wél werkt."
Uitleg of rationale geven	"Ik wil begrijpen wat er nu tussen ons gebeurt. Misschien helpt dat om ook andere relaties beter te begrijpen."
Cliënt uitnodigen om negatieve/ kwetsbare gevoelens over therapeut of behandeling te delen	"Je zegt dat het niet belangrijk is, maar ik zou er toch graag meer over horen."
Verantwoordelijkheid erkennen voor probleem in relatie	"Ik snap dat het frustrerend voor je is dat ik je vragen blijf stellen, terwijl jij vraagt om een direct antwoord."
Zelfonthulling (bij stagnatie)	"Ik ben bang dat alles wat ik zeg je alleen maar meer geïrriteerd zal maken."
Patroon in therapie benoemen	"Je lijkt jezelf de schuld te geven als er misverstanden tussen ons zijn – dat zie ik vaker gebeuren."