

©Alice van der Pas

'Spoken' - hoed u voor namaak!

In vijf achtereenvolgende I-nummers heeft casuïstiek gestaan van Selma Fraiberg en haar medewerkers. We ronden de serie nu af met twee terugblikken: in dit nummer een kort artikel over oneigenlijke verwijzingen naar Fraibergs werk, en in het I-nummer van volgend jaar een overzicht van haar gehele oeuvre.

Namaak ligt altijd op de loer wanneer iets populair is, ongeacht of het stoere jeans zijn of een pakkend idee. Zo wordt de term 'autisme' her en der en op allerlei manieren gebruikt, terwijl het nog altijd een psychiatrische diagnose is. En naarmate zo'n begrip door méér mensen worden gebruikt, verandert het van betekenis. Zo iets is ook aan het gebeuren met het door Fraiberg geïntroduceerde begrip 'spoken in de kinderkamer': iedereen kan er zich iets bij voorstellen en het past in vele therapeutische pulletjes - zo lijkt het althans. Vaak wordt slechts het beeld overgenomen, maar niet de indringende betekenis ervan, niet de bijbehorende benadering van ouders, noch de uit het beeld voortvloeiende methode. Hieronder neem ik enkele namaakversies van Fraibergs spoken door; daarna probeer ik de kern van wat Fraiberg op het oog had terug te pakken.

De transgenerationale hypothese

In 1998 werd het eerste nummer van dit tijdschrift gelanceerd met een feestelijke studiedag, getiteld 'Een hypothese op de korrel'. De bewuste, nog altijd courante hypothese veronderstelt trans- of intergenerationale overdracht van pathologie, ofwel: een beroerde jeugd leidt tot beroerd ouderschap, en vervolgens tot beroerd opgroeiende kinderen tenzij.... vult u maar in. Men hoeft geen professional te zijn om dat verschijnsel waar te nemen, en voor wie het nog niet zag, hebben de psychoanalytica Alice Miller (o.a. 1984), de gezinstherapeut Helm Stierlin (1974) en de contextueel familietherapeut Ivan Boszormenyi-Nagy (o.a. 1994) uitgespeld hoe het werkt. Het kind identificeert zich - uit angst en/of loyaliteit - met wat de ouders wensen, ook als dat ten koste gaat van eigen wensen. Die worden opzij gezet, vergeten, verdrongen, en soms zó drastisch dat ze niet meer kunnen worden herinnerd als het kind dat nu of later zou willen. Het heeft geen weet meer van angst, teleurstelling, boosheid, verdriet die het eerder heeft gevoeld. Het kan daar geen contact mee maken, en leeft als het ware volgens een door ouders 'gedicteerd' programma. Wat vooral Miller voor het grote publiek duidelijk heeft beschreven is hoe dit kind later als ouder geen contact meer maakt met angst, teleurstelling, boosheid of verdriet van het eigen kind. Die worden even drastisch opzijgeschoven als vroeger de eigen emoties. Wanneer het kind van de volgende generatie uit angst en/of loyaliteit zich opnieuw met de ouder identificeert, is de transgenerationale overdracht een ronde verder.

De studiedagsprekers plaatsten de nodige theoretische vraagtekens bij de veronderstelde wetmatigheid van deze hypothese, en ze gaven voorbeelden van

methodische middelen om de cirkel te doorbreken. Zo schetsten zij die dag de bestaansreden van dit tijdschrift: uitzoeken hoe, waarom en wanneer ouders opvoedproblemen krijgen, of en hoe hun jeugd daarbij een rol speelt, en of en hoe dergelijke en andere opvoedrisico's te verhelpen zijn.

Het alternatief van Selma Fraiberg

Selma Fraiberg had die vragen eigenlijk beantwoord, althans in methodische zin. Elk van haar gevalsbeschrijvingen illustreert dat een slechte jeugd inderdaad tot rampzalig ouderschap kan leiden - maar *niet zonder meer*. Niet onvermijdelijk. Niet als wetmatigheid. Integendeel: Fraiberg meent dat juist de dagelijkse praktijk van een kind grootbrengen talloze kansen biedt om oud zeer (waarvan elke ouder wel een portie meedraagt) als het ware ongedaan te maken. Elke ervaring dat je een goede ouder bent: dat je huilen kan stoppen en honger stillen, dat het kind lekker eet, slaapt, sabbelt, speelt - elk van die ervaringen, ook de kleinste, leidt tot herstel, ongemerkt, van een schilfertje vergeten oud zeer. Daar hoeft dan geen therapeut aan te pas te komen. Wèl liefst een reeks van zulke positieve mini-ervaringen - of minstens één keer per week.

Problemen ontstaan volgens Fraiberg dan ook niet wanneer mensen na een slechte jeugd kinderen krijgen, maar wanneer zij zichzelf niet ervaren als een 'goed genoeg' ouder. Zij draait de hypothese als het ware om. 'Ouders met een slechte jeugd achter de rug krijgen last van opvoedproblemen' luidt dan: 'ouders met opvoedproblemen krijgen last van hun slechte jeugd'. En daaruit trekt zij de conclusie dat hulp voor ouders begint met herstel van hun zelfvertrouwen *als ouder*.

Niet dat Fraiberg het bij mijn weten zelf ooit zo heeft uitgedrukt; het staat echter te lezen tussen de regels van elk voorbeeld van haar werk. Het was te horen toen een van haar medewerksters in 2006 in Nederland vertelde over haar jaren met Fraiberg (Shapiro, 2006a, 2006b): ouderschapsproblemen oplossen begint met de ervaring een goede ouder te zijn. Ofwel: hulpverlening aan ouders begint met het organiseren van 'goede ouder'-ervaringen voor die vader en moeder - keer na keer, en soms maanden lang, in bejegening, in behandelplannen en in rapportage. Het genezen van het oud zeer van 'spoken' vraagt om grote behoedzaamheid - maar dan komt die ook 'als vanzelf' op gang, en herstelt het ouderschap zich.

Eenvoudig maar lastig

Het is een eenvoudige boodschap, maar lastig in praktijk te brengen.

Hij lijkt haaks te staan op het behandeladvies dat hoort bij de hypothese van intergenerationele overdracht, te weten: doe iets aan dat verdrongen verleden, zorg dat ouders het zich herinneren en dat ze zich bewust worden van die oude pijn, en dat het verband met de huidige opvoedproblemen duidelijk wordt. Kort samengevat: *éérst* bewustzijn, dan inzicht, dan verandering.

En dan is er de vraag *hoe* je 'goede ouder'-ervaringen organiseert wanneer ouders hun vijf maanden oude baby niet op schoot nemen om hem de fles te geven, maar die fles een meter of zo van hem vandaan op de vloer zetten, en baby zelf maar moet zien hoe hij zijn melk binnen krijgt? Hoe in hemelsnaam organiseer je een 'goede ouder'-ervaring voor de moeder die maar doorpraat terwijl de baby op haar schoot haar keel schor schreeuwt en moeder dat letterlijk niet hoort? De les die Fraiberg trok uit deze voorbeelden was dat eerst de ouder

zelf zich gehoord en begrepen en aangevoeld moet weten voordat deze oren, begrip en gevoel heeft voor het kind.

Kort samengevat: eerst zelfvertrouwen als ouder, dan verandering, dan misschien enig inzicht. In de gevalsbeschrijvingen die we in dit blad hebben gepubliceerd is te lezen hoe Fraiberg zelf die les in praktijk bracht.

Fraibergs gedachtengoed verwaterd

Auteurs verwijzen graag naar de spoken en de kinderkamer uit de titel van Fraibergs meest bekende artikel: 'Spoken in de kinderkamer' (Fraiberg, Adelson & Shapiro, 1975) - om vervolgens soms eigen voorbeelden te geven die Fraiberg in haar graf zouden doen omdraaien. Het lijkt geen boze opzet, maar een zaak van theoretische verwarring, onnauwkeurig lezen, en het onvermijdelijke verwateren van concepten zodra een grotere kring er kennis van neemt. En kennelijk is Fraiberg 'in'. Het beeld van 'spoken' verleidt tot gemakzuchtige interpretaties van wat er aan de hand is met een ouder - en men vergeet de veeleisende therapeutische conclusies die Fraiberg eruit trok.

Ik neem kort enkele voorbeelden daarvan door: een artikel van Hopkins (1994), twee meer recente publicaties over hulpverlening aan ouders van Barrows (2004) en van Renk, Roddenberry & Oliveros (2004), en een Frans boekje voor het grote publiek (Robineau, 2006).

'Surprenante violence dans la nursery' (2006)

Om met het laatste te beginnen: in dit filosofisch geformuleerde en psychoanalytisch getinte boekje over geweld in de babykamer (en in de verloskamer, en ook door artsen) wordt in de inleiding naar het fameuze spoken-artikel verwezen. Eenmaal, daarna niet meer, en alleen in de betekenis van de hypothese betreffende intergenerationele overdracht van pathologie: in de babykamer dwalen zorgwekkende 'objecten' om de wieg heen. Ze horen thuis in de binnenwereld van de ouders maar worden op de baby geprojecteerd bijvoorbeeld wanneer de ouder afscheid moet nemen van borstvoeding of van de fantasie een ideale ouder te zijn.

De nadruk ligt op pathologie van ouders. De betekenis van het beeld van spoken in de context van het oorspronkelijke artikel ontbreekt echter: die wijst naar de nood van ouders.

'A cognitive reframing of Ghosts in the Nursery' (2005)

Ook de auteurs van dit artikel, klinisch psychologen, hebben zich beperkt tot het spokenartikel; ook zij lichten er datgene uit wat past in de transgenerationele hypothese, maar zij hebben beter gelezen dan de zojuist genoemde Franse auteur, en geven het onderscheid weer dat Fraiberg e.a. aanbrengen tussen enerzijds vergeten ervaringen en anderzijds emoties die niet herinnerd kunnen worden omdat ze te pijnlijk waren. Maar dat is betrekkelijk, schrijven zij, want Fraiberg e.a. geven voorbeelden van spoken die de kinderkamer verlieten nadat de therapeuten hadden gefocust op het herinneren door de ouders en op herbeleven van vroegere pijn. Het is dus een kwestie van de juiste cognitief-gedragsmatige interventies toepassen, en van theoretisch 'reframen' van het concept van spoken in de kinderkamer.

Inderdaad verdwenen er spoken in de twee voorbeelden van het spokenartikel, maar niet in de volgorde die deze auteurs suggereren. De betreffende ouders konden pas weer herinneren en ze durfden het herbeleven pas aan nadat Fraiberg e.a. met veel zorg en geduld een werkrelatie met hen hadden

opgebouwd - en die ging niet over rozen - en nadat heel behoedzaam voor 'goede ouder'-ervaringen was gezorgd. Fraiberg e.a. hadden daarbij niet gefocust op verdrongen herinneringen, maar op het éérst zich veilig voelen van de ouders. Deze auteurs lijken zich niet te realiseren dat een cognitieve invalshoek niet spoort met de aard van de door Fraiberg bedoelde spoken. Die stammen uit de 'nursery', en dat is geen kinderkamer maar een babykamer, en de jonge baby is nog niet toe aan cognities. Zijn of haar wereld is er een zonder taal, en met slechts binaire emoties: òf onaangenaam, òf aangenaam. Voor de eerste categorie vlucht de baby in afweren van de primitiefste soort, zoals ontkenning en afsplitsing. Die emoties bestaan dan niet meer. Misschien 'herinnert' het lichaam zich nog iets, in de vorm van een kramp of gevoelloosheid, maar het kind zelf, en later de volwassene, heeft daar geen weet van. Een zeer sensitieve therapeut gaat iets vermoeden wanneer een ouder kennelijk wordt overspoeld door ... een spook.

***'Fathers and families: locating the ghost in the nursery'* (2004)**

De auteur van dit artikel heeft het nu eens niet alleen over moeder-spoken, maar de auteur gaat in op de 'spoken' die vaders meebrengen, als vader en als partner. Ook hij heeft alleen het spokenartikel gelezen, maar hij doet er weer iets anders mee dan in de hierboven besproken teksten. Hij ziet spoken achter elk opvoedprobleem dat zijn spreekkamer binnenkomt - groot of klein - en interpreteert er al gauw op los. Geregeld doen vaders dan verhelderende inzichten op in eigen gedrag en in opvoedconflicten met moeder. Ze zien verbanden met vroeger, en binnen de kortste keren zijn de problemen verdwenen.

De auteur schrijft over een gewone variant van gewone begeleiding bij gewone opvoedproblemen. Wil hij zijn werk opwaarderen door het in verband te brengen met dat van Fraiberg? Met het idee van spoken heeft het echter niets te maken, noch met Fraibergs specifieke benadering van ouders.

***'Therapeutic interventions in infancy: two contrasting cases of persistent crying'* (1994)**

De hier welbekende kinderpsychotherapeute Juliet Hopkins is een verklaard volgeling van Fraiberg en beschrijft haar werk als 'à la Fraiberg'. Toch vond Miley (2006) die dit artikel vorig jaar recenseerde er voorbeelden in van on-fraibergiaanse optreden en denken. Wanneer een moeder na enkele gesprekken duidelijk beter overweg kan met haar baby en de baby duidelijk beter functioneert, maar moeder heeft nog niet haar jeugd verwerkt, dan ziet Hopkins het om die reden toch somber in. Zij durft niet vertrouwen op de zichzelf-helende effecten van de inmiddels weer op gang gekomen 'goede ouder'-ervaringen. Evenmin gelooft zij in Fraibergs herformulering van de transgenerationale hypothese. Dat Fraiberg schreef: 'Herinnering beschermt een ouder voor blinde herhaling' betekent echter niet dat er dus herinnerd *moet* worden. Niet-herinneren vormt inderdaad een risico - het risico dat de ouder met het kind van nu herhaalt wat deze zelf als kind heeft ervaren - maar alléén wanneer 'goede ouder'-ervaringen ontbreken. Dat laatste kan velerlei oorzaken hebben, en niet zelden speelt sociaal isolement een rol. Zeker met huilbaby's, zoals in het onderhavige artikel. 'Een huilbaby nodigt immers niet uit tot de gebruikelijke contacten waarin ouders worden overladen met complimenten over hun baby. Een huilbaby ontnemt ouders vertrouwen in zichzelf. Een huilbaby is een stressfactor van jewelste, zet iedereen en alle relaties onder druk, en isoleert de ouders', merkte Miley daarover op. Hopkins, echter, is gefocust op één mogelijke oorzaak van ouderlijke onmacht: niet-herinnerd trauma.

Tot slot

Er is heel wat namaak-Fraiberg in omloop. De ene auteur plakt het etiket 'Fraiberg' op eigen werk terwijl dat werk raketings langs de essentie van haar ideeën heen schiet, of ernaast zit. De andere auteur heeft de klok van Fraibergs faam horen luiden, maar weet niet waar de klepel hangt. De ene keer wordt Fraibergs werk eenvoudigweg zó bijgeknipt dat het als vlag kan dienen voor welk soort werk met ouders ook; de andere keer zó terug-geïnterpreteerd dat het weer naadloos in de klassieke intergenerationele hypothese past. Bijna altijd fungeert het woord 'spoken' als vrijbrief voor een 'Gij zult herinneren!' van hulpverleners met oog-kleppen voor omgevingsfactoren en de blik strak gericht op oorzakelijke verbanden tussen vroeger en nu. Aan de ene kant dus de verwijzingen naar een auteur die staat voor hogeschoolwerk met ouders; aan de andere kant het verwaarlozen of negeren van haar centrale boodschap, zoals die helder door Shapiro (2006a en b) werd verwoord.

Daarom tot slot de mijns inziens meest markante aspecten van Fraibergs werk op een rij.

In elke baby- en kinderkamer bevindt zich een zwerm zogenaamde spoken en spookjes: onverwerkte, onaangename ervaringen uit de jeugd van ouders. Onschuldige spookjes dwarrelen vrij rond in de kamer en laten zich doorgaans makkelijk weg-interpreteren. De gevaarlijke, echter, zitten verstopt in donkere hoeken en kasten en moeten daar ook blijven, want vergeet niet: ze waren ooit ècht, en reëel bedreigend voor het kind. En: ze worden weer ècht, en reëel bedreigend in het heden, wanneer niet-goed ouderschap de deur open zet waarachter ze opgesloten zitten. Ouders kunnen er volledig door worden overweldigd - al kiezen ze meestal voor afbreken van het contact. De spoken waarop Fraiberg doelt zijn geen kinderfantasietjes, geen neurotische kronkels, foute interne werkmodellen of gestoorde cognities. Men kan ze beter vergelijken met landmijnen uit een voorbije oorlog, of achtergelaten clusterbommen die bij de minste aanraking een gruwelijke ravage kunnen aanrichten. Spoken zijn niet iets om luchtig over te doen. En ouderkennis en een team van experts zijn nodig om ze onklaar te maken.

Bij elke 'goede ouder'-ervaring, echter, verlaten een of meer van die spoken voorgoed het pand.

Om 'goede ouder'- ervaringen op te kunnen doen is nodig dat ouders zich veilig en zeker voelen als ouder, en dat ze bij twijfels bij anderen terecht kunnen. Bij onvoldoende 'goede ouder'-ervaringen, en wanneer 'anderen' ontbreken, dan gaan spoken zich met de opvoeding bemoeien.

Er ontstaat dan een negatieve spiraal: de ouder doet minder 'goede ouder'-ervaringen op, en spoken nemen de kinderkamer over.

Om spoken de baas te kunnen worden, moet de ouder éérst 'goede ouder'-ervaringen opdoen.

Cruciaal bij dit alles is dat ook de ouder weet dat het kind veilig is en goede zorg krijgt. Zolang dat niet het geval is, zijn 'goede ouder'- ervaringen uitgesloten. Hulpverlening aan ouders begint daarom met de vraag wat er met het kind aan de hand is. Wie goed luistert, merkt dat dit ook hùn eerste vraag is.

Literatuur

Barrows, Paul (2004). Fathers and families: locating the ghost in the nursery. *Infant Mental Health Journal* 22,5: 408-423.

Boszormenyi-Nagy, Ivan & Geraldine M. Spark (1973). *Invisible loyalties*. Hagerstown MD: Harpere & Row.

Fraiberg, Selma; Adelson, Edna & Vivian Shapiro [1975][1980](1996). Spoken in de kinderkamer. In A. van der Pas (red.), *Ouderbegeleiding in Optima Forma. Handboek Methodische Ouderbegeleiding 9*. Amsterdam: SWP.

Hopkins, Juliet (1994). Therapeutic interventions in infancy: two contrasting cases of persistent crying. *Psychoanalytic Psychotherapy* 8: 141-152.

Miley, Hanneke (2006). De ene huilbaby is de andere niet. *Ouderschap & Ouderbegeleiding* 92: 112-121.

Miller, Alice (1984). *Thou shalt not be aware*. New York NY: Meridian.

Renk, K.; Roddenberry, A. & A. Oliveros (2004). A cognitive reframing of 'Ghosts in the Nursery'. *Journal of Child and Family Studies* 13,4: 377-384.

Shapiro, Vivian (2006a). De ouderbegeleidende positie bewaken wanneer een kind in gevaar is. *Ouderschap & Ouderbegeleiding* 9,3: 199-212.

Shapiro, Vivian (2006b). Ouders laat je nooit alleen aanmodderen. *Ouderschap & Ouderbegeleiding* 9,3: 213-224.

Stierlin, Helm (1974). *Separating parents and adolescents*. New York NY: Quadrangle.