

# Integratieve School

Amaia Mauriz-Etxabe

Vertaling: Tin Vanderhoeven

Mijn naam is Amaia Mauriz-Etxabe en ik ben een TSTA-P. Ik woon en werk als klinisch psychologe, psychotherapeute, trainer en supervisor, voornamelijk in Bilbao maar ik werk over de hele wereld. Ik werk veel met professionals in de geestelijke gezondheidszorg. TA heeft gedurende mijn hele carrière, inmiddels 35 jaar, een rol gespeeld.



Ik ben op relatief jonge leeftijd, tijdens mijn studie psychologie, voor het eerst met TA in aanraking gekomen. Op dezelfde universiteit waar we 25 jaar later de TA World Conferentie hebben georganiseerd!

De TA 101 die ik toen gevolgd heb, heeft de latere koers van zowel mijn professionele

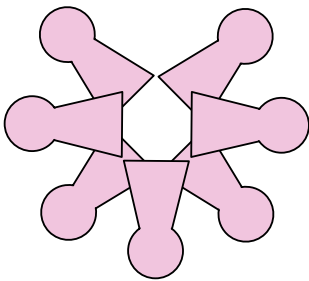
als persoonlijke leven gevormd. Ik kan me nog goed herinneren dat de impact van dat ene weekend - over hoe een gesprek aan te gaan met een cliënt - veel groter was dan alle theorie die ik daarvoor had gekregen tijdens de reguliere psychologie lessen. Bovendien was ik ineens veel beter in staat om

bepaalde familiale en interpersoonlijke relaties en patronen te begrijpen en te duiden. Dat heeft mij gevormd als professional.

Ik ben nu bijna 35 jaar werkzaam en heb de TA op therapie toegepast. Ik heb 25 jaar toegepaste TA gedoceerd aan het College of Psychologists. En ik heb de TA geïntroduceerd op de Deusto Universiteit waaraan ik als opleider en gastprofessor 25 jaar verbonden ben geweest.

### Kenmerken van de Integratieve School

De kernconcepten van de integratieve benadering staan beschreven in een artikel van Richard Erskine and Mary O'Reilly, geschreven voor het TAJ in 2003. Erskine heeft 3 EBMA's ontvangen (1982, 1998, 2017) en in elk van zijn bijdragen introduceert hij elementen die fundamenteel zijn voor deze benaderingswijze.



**Ik was ineens veel beter in staat om bepaalde familiale en interpersoonlijke relaties en patronen te begrijpen en te duiden**

Ten eerste het cruciale belang van de therapeutische interventie. Hierin zit het onderscheid tussen integratie versus eclecticisme. In de eclecticische benadering worden de interventies en therapeutische operaties meer intuïtief gekozen uit de theoretische bagage van de therapeut of counsellor. Integratief verwijst naar de volledige integratie in de psychotherapie. Niet alleen van theorie maar ook van het affectieve, cognitieve, gedragsmatige, fysiologische en van andere systeembenaderingen (Erskine, 1997).

Voorts wijst integratief op de integratie van twee niveaus in de relatie: in de therapeut zelf en in de cliënt. Erskine schrijft dat een diepe reorganisatie van de psyche en de emotionele ervaringen van de therapeut, de integratie van de gefixeerde, onderdrukte of miskende ervaringen, gevoelens, behoeften van de client ten goede komt. Integratie gaat verder dan louter begrip van de archaische, door Kind of door Ouder geïnspireerde inhoud.

Integratie in de therapeut laat coherentie in de interventie toe:

- de betrokkenheid van de therapeut die op een toegewijde wijze zijn eigen aanwezigheid, herkenning en bevestiging inbrengt (relational keys)
- de kunst van het helemaal aanwezig te zijn voor en in contact met de persoon (attunement)
- de bekommernis over het welzijn van de cliënt dat ons een gelegenheid biedt om verder te gaan dan de acht therapeutische interventies zoals Berne (1961) deze beschreef (empathy)

Erskine (1997, 2004, 2014) integreert diverse theoretische benaderingen die de deur

openen naar verschillende persoonlijke niveaus en domeinen van de cliënt. Zo gebruikt hij Gestalt om emotioneel werk te doen met de cliënt en Psychodrama als ervaringsgerichte methode. Het OK-OK concept wordt tijdens het hele therapeutische proces toegepast en laat zich zien in het niveau en ritme van het behandelingsproces en in de betrokkenheid, de vriendelijkheid en het respect van de therapeut zelf (Erskine, 1999). Ondervraging, specificatie, confrontatie, verklaring, illustratie, interpretatie, bevestiging en kristallisatie zijn stevige operaties. Maar desondanks is het de aanwezigheid en betrokkenheid van de therapeut die deze interventies echt krachtig maakt, hetgeen een intense echo in de cliënt tijdens en na de sessie tot gevolg heeft.

In plaats van de gedragingen van de cliënt als Spelen of rackets te benoemen, zal de therapeut ervan uitgaan dat elk gedrag een uitdrukking is van iets dat betekenisvol en noodzakelijk was op een bepaald moment in het vroegere leven van een persoon (Erskine, 1999).

De opdracht en focus van de therapeut is de cliënt te helpen om dit te begrijpen en de persoon te helpen dit te integreren in de persoonlijkheid. Het begrijpen van de betekenis van oude herinneringen (emotioneel of procedureel) en oude relationele patronen heeft baat bij meer relatie-gerichte methodes die gebruikt worden naast de actieve, expressieve en ervaringsgerichte methodes in de TA psychotherapie (Erskine, 1999).

Ik geef een voorbeeld: een 38-jarige dame kwam in therapie omdat ze in korte tijd verschillende familieleden had verloren. Ze vertoonde bij aanvang van de therapie gedragsmatige symptomen zoals boosheid

op het werk en vermijding van liefdevolle relaties. Zoals het op afstand houden van anderen en dus het vermijden van dichterbij te komen zodat de angst voor verlies niet voelbaar zou zijn. Het gebruik van de bekende therapeutische interventies was erg betekenisvol in het licht van haar rouwproces. Ook het concept van rackets en enkele confrontaties in de groepstherapie waren nuttig om haar neiging tot de start van psychologische Spelen te duiden.

Dit alles was absoluut noodzakelijk. Louter begrip en reorganisatie van de ego-toestanden was een goed maar onvoldoende proces. Niets zou echt zinvol zijn geweest als we niet tevens een zeer geëngageerde en toegewijde relatie hadden opgebouwd waarin ervaringsgericht werk mogelijk was.

De integratie uit zich als resultaat van het therapeutische werk. Het was noodzakelijk om 'terug te gaan' naar de onafgemaakte en verboden dialoog met haar ouders en om de ontkende en onderdrukte emoties te uiten zodat de cliënt het affectieve niveau van de ervaring kon re-integreren.

De relatie is het medium waarin het helingsproces kan plaatsvinden net zoals het ook het medium was waarin het trauma, de fixatie of de verwaarlozing een impact hadden op de persoonlijkheid van onze cliënt. Erskine ontving zijn derde EBMA voor zijn publicaties over levensscript (2008, 2009, 2010).

### **Belangrijke ontwikkelingen binnen deze school**

In de klassieke TA-school ligt de focus op de analyse van ego-toestanden, transacties, Spelen, rackets en script.

## Richard Erskine integreert verschillende theoretische benaderingen die de deur openen naar de verschillende persoonlijke niveaus en domeinen van de cliënt

De integratieve school onderstreept de waarde van ervaringsgerichte methoden als een manier om te werken binnen in de ego-toestanden, met name de ontwikkeling van het Kind. Regressiewerk helpt de cliënt vaak om oude emotionele of erg vroege fysieke herinneringen te integreren of om relationele noden die vroeger werden tekort gedaan te uiten. Soms is het gewoon begrijpen niet genoeg om de cliënt te laten groeien. Dan is er cognitieve én emotionele bewustwording nodig die kan leiden tot een consequente oplossing op de diverse niveaus van de persoonlijkheid.

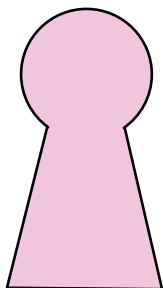
Het werken met de Ouder ego-toestand is erg relevant vermits in de therapie de ouderfiguur als een bestaand persoon wordt beschouwd. Zo kan de cliënt de dynamieken, geschiedenis en het functioneren van de ouderfiguur écht begrijpen. Dit helpt om de alomtegenwoordigheid van de beperkende ouder-boodschappen te ontmantelen.

Ik geef een voorbeeld: Jan kwam in therapie omdat hij zijn agressieve verbale gedrag wou veranderen. Dit waren episodes die hem herinnerden aan het verbale misbruik van zijn vader tegenover zijn moeder en hemzelf als kind. Bij aanvang van de the-

rapie maakten we verschillende contracten over dit gedrag en we analyseerden diverse aspecten van zijn levensscript. Wat later in de therapie werkten we met zijn Ouder ego-toestand en deden een interview met zijn geïntrojecteerde vader. Hierin ontdekten we de angst en beklemming die zijn vader verschool achter het geweld en het misbruik telkens als hij zich beschaamd, incompetent of analfabeet voelde. Het was een verrassende en pijnlijke ontdekking voor mijn cliënt die steeds had geloofd dat zijn vader groot, slim en sterk was. Onder het masker van agressiviteit school een zwakke man. Dit was van grote betekenis voor mijn cliënt die voortaan niet langer de miskenningen geloofde die zijn vader herhaaldelijk tegen hem had uitgesproken.

Een andere belangrijke bijdrage van deze school is de kennis over de ontwikkeling van het kind om aldus te werken met de Kind ego-toestand.

Soms klinkt het gebruik van ego-toestanden in therapie soms als een beschuldiging; "je zit in je Kind!" in plaats van de cliënt te helpen om beter met zijn eigen gevoelens en noden om te gaan. Bijvoorbeeld: Een 40-jarige cliënt begint vaak, wanneer hij met vrienden samen is, met zijn vingers te spelen en verdwaalt dan in zijn interne wereld. Net zoals hij deed toen hij bij zijn grootouders woonde en zich verveelde terwijl de aanwezige volwassenen voor hem urenlang oppervlakkige conversaties hielden. Dit beeld uit zijn opvoeding hielp mij specifieker met zijn Kind ego-toestand te werken dan het louter te benoemen. Alsof het benoemen voldoende zou zijn om iets te doen aan dit automatische, zelf-stabiliserende gedrag.



### Waarom is deze school belangrijk voor je?

Daar zijn vele redenen voor. Ik heb een veelzijdige theoretische achtergrond in psychotherapie. Ik ben opgeleid in TA, psychoanalyse, groepsanalyse, psychodrama en enkele andere stromingen. Hierdoor verkreeg ik vele hulpmiddelen maar ik moest ze op een coherente wijze integreren en niet louter als eclectische samenraapsels gebruiken. Dit was een belangrijke motivatie voor mij om de integratieve benadering beter te leren kennen.

Zo herinner ik me als voorbeeld een ervaring uit mijn psychodrama-opleiding. De begeleider, een bekende psychodrama-expert, werkte met de herinneringen uit iemands kindertijd. Maar iets klopte niet, al was elke stap theoretisch juist. Als observant realiseerde ik me dat wij, als therapeuten of beoefenaars, vaak inzichten en bewustwording verkrijgen maar dat we niet altijd erin slagen om een open Kind ervaring te sluiten. Mijn kennis van de integratieve benadering hielp mij in die situatie. Ik gebruikte de Relationale Behoeften-lijst van Erskine (1997, 2001, 2004) als nuttige gids om verder de afsluiting te bewerkstelligen.

Mijn begrip van de Kind-ego-toestand en de integratieve concepten zoals het imago van

het ontwikkelingsstadium en de afstemming op deze fase, het concept van relationele behoeften en rubber bands, zijn een verademing voor mij als therapeut en maken een veelbetekenend verschil in de benadering van mijn cliënten.

### Welke dagelijkse TA-begrippen komen voort uit deze school?

Zowel het werken met levensscript als het belang van de therapeutische relatie hebben veel invloed gehad in de TA-wereld.

Zelf-in-Relatie (Erskine, 1999) is een betekenisvol concept omdat het vier dimensies van een persoonlijkheid omvat: affectief, fysiologisch, cognitief en gedragsmatig en de verbinding met het spirituele niveau van het Zelf.

In het therapeutische proces gebruiken we vooral complementaire transacties zonder interpretaties. TA-beoefenaars van deze school trainen voortdurend om hun focus transactie na transactie vast te houden en dit is in mijn ervaring heel erg nuttig.

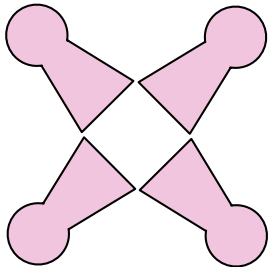
Verder kent deze school ook een bepaalde wijze van contracteren. Er is zowel het contract met de cliënt (Volwassene-Volwassene) als een contract over het proces zelf waarin gedurende de sessie een contract kan ontstaan met de verschillende ego-toestanden van de cliënt.

Andere begrippen zijn: integration, relational keys, attunement, self-in-relationship, imago of Child development. Erskine's werk op het gebied van vroege Kind beslissingen en de effecten op het leven nu zijn weergaloos.

## Hoe heeft deze school de ontwikkeling van TA beïnvloed?

De belangrijkste bijdrage is het werk aan de therapeutische relatie en dus de betrokkenheid van de therapeut en de afstemming op de uniciteit van de cliënt in al zijn of haar aspecten. Dit relationele aspect in het therapeutische werk in staat om de besluiten uit te dagen die de cliënt in zijn originele belevingen maakte. De relationele afdruk vormt een onbewust relationeel patroon dat ook in de therapie zal opduiken in de vorm van primaire trauma's en Spelen (Berne, 1961).

Afstemming, betrokkenheid en het voortdurende onderzoek opent de deur voor beide partijen om deze uit te dagen en een relatie tot stand te brengen die de bewustwording van de cliënt over diens eigen relationele patronen en dus de zelf-actualisatie vergroot. Dit is zichtbaar in de wijze waarop de ego-toestanden functioneren en de toenemende integratie van deze.



## Wat wil je dat TA professionals onthouden over deze school?

Dat alle TA-beoefenaars, ongeacht hun werkveld, weten van het bestaan van rubber bands wanneer ze met emoties en gevoelens werken. Dit helpt om betekenis te geven aan niet-aangepaste gedragingen, emoties of reacties. Deze kunnen te maken hebben met een oude

manier om met de realiteit om te gaan, vanuit de specifieke omstandigheden en persoonlijke verstoringen die de cliënt ervaart.

Zoals Erskine in 2011 in Bilbao tijdens een lezing aan de universiteit zei: "Onze taak is om de unieke wijze waarop onze cliënten zin geven aan hun eigen werelden, hun ervaringen organiseren, hoe ze erin slagen om zichzelf te stabiliseren, hoe hun gedrag de best mogelijke keuze mag lijken in een bepaalde situatie erkennen en dat we ook hun vitaliteit, spontaniteit, creativiteit en aspiraties bevorderen."

Uitleggen en analyseren kan een deel zijn van onze opdracht als TA-ers. Maar zeker zo belangrijk is er te zijn met en voor onze cliënten. Hen begeleiden op het pad van verdriet over wat had moeten gebeuren maar niet gebeurde. Hen steunen wanneer ze te maken krijgen met de verwaarlozing, het trauma of een voortdurende gebrek aan afstemming op de behoeften. Het samen-zijn op deze reis, zal het verschil betekenen tussen de originele ervaring en de hier en nu-boodschap die de therapie brengt.

Hoe vinden we een manier om op een intieme wijze met elkaar om te gaan zonder interpretaties, vanuit het niet-weten en met enkel genoeg kennis van de ander om deze te accepteren zodat we met een oprechte interesse doorheen elke stap met onze cliënten blijven onderzoeken. Dit is relevant voor elk TA-veld en dit is wat ik hoofdzakelijk heb geleerd door TA en dag na dag heb verfijnd in de Integratieve School.

## Referenties

- Berne, E. (1961). *Transactional Analysis in Psychotherapy. A Systematic and Individual Social Psychiatry*. New York, NY:

Grove Press.

- Berne, E. (1966). *Principles of Group Treatment*. New York, NY: Grove Press.
- Berne, E. (1972). *What do you say after you say hello?* New York, NY: Grove Press.

## Bibliografie

- Erskine, R. (1974). Therapeutic Intervention: Disconnecting rubberbands. *Transactional Analysis Journal*, 4(1), 7-8.
- Erskine, R. (1980). Script Cure. Behavioural, Intrapsychic and Physiological. *Transactional Analysis Journal*, 10(2), 102-106.
- Erskine, R. (1993). Inquiry, Attunement and Involvement in the Psychotherapy of Dissociation *Transactional Analysis Journal*, 23(4), 184-190.
- Erskine, R. (1998). *Theories and Methods of an Integrative Transactional Analysis: A Volume of Selected Articles*. San Francisco: TA Press, pp. 242.
- Erskine, R. (2008). Psychotherapy of Unconscious Experience. *Transactional Analysis Journal*, 38(2), 128-138.
- Erskine, R. (2009). Life Scripts and Attachment Patterns: Theoretical Integration and Therapeutic Involvement. *Transactional Analysis Journal*, 39(3), 207-218.
- Erskine, R. (2010). Life Scripts: Unconscious Relational Patterns and Psychotherapeutic Involvement. In R. G. Erskine (ed.), *Life Scripts: A Transactional Analysis of Unconscious Relational Patterns* (pp. 1-28). London, UK: Karnac Books.
- Erskine, R. (2011). *The challenges of Change and Growth*. Inaugural Keynote Speech: Bilbao.
- Erskine R., et al (2015). *Analysis Transactional and Contemporary Methods*. London, UK: Karnac Books.
- Erskine, R. (2015). *Relational Patterns, Therapeutic Presence: Concepts and Practice of Integrative Psychotherapy*. London, UK: Karnac Books.
- Erskine, R., Moursund, J., & Trautmann R. (1999). *Beyond Empathy: A Therapy of Contact-in-Relationship*. New York, NY: Brunner/Mazel.
- Erskine, R. & Trautmann, R. (1996). Methods of an Integrative Psychotherapy. *Transactional Analysis Journal*, 26(4), 316-328.
- O'Reilly-Knapp, M. and Erskine, R. (2003). Core Concepts of an Integrative Transactional Analysis. *Transactional Analysis Journal*, 33(2), 168-177.
- Moursund J. & Erskine, R. (2003). *Integrative Psychotherapy. The Art and Science of Relationship*. Boston, MA: Cengage Learning.