

# ‘De onmisbare vader’ met zijn vele gezichten in de (psycho)therapie

*Verslag van het symposium van de Vereniging voor Pesso-psychotherapie in november 2016.*

Het najaarssymposium van de Vereniging voor Pesso-psychotherapie was dit keer gewijd aan het belang van de vader voor de ontwikkeling van een kind. Er was een boeiend en veelzijdig programma samengesteld, waarmee door de dag heen de invloed van de vader in al zijn facetten aan bod kwam. Na de opening door dagvoorzitter **Marian Waalewijn** stond de voorzitter van de Vereniging Wouter Wouters stil bij het feit dat de Pessotherapie in 2016 getroffen is door veelvuldig verlies. In het voorjaar overleden kort na elkaar zowel Al Pesso als zijn vrouw Diane, samen de grondleggers van de Pessotherapie. Zij kwamen in de jaren ‘70 naar Nederland om de eerste therapeuten in hun methode op te leiden. Al snel ontstond de Nederlandse Vereniging voor Pessopsychotherapie en een eigen opleidingsprogramma. De Pessotherapie is een individuele therapie die nadrukkelijk in groepsverband wordt aangeboden. In de individuele sessies, *structures* genaamd, krijgen groepsgenoten rollen toebedeeld van onder meer symbolische ideaalfiguren, waardoor op lijfelijk niveau nieuwe ervaringen worden opgedaan (zie verder [www.pessotherapie.nl](http://www.pessotherapie.nl), ook voor een opname van een structure). De methode werd de enige

lichaamsgerichte therapievorm die in de ggz-instellingen een volwaardige plaats vond tussen de al bestaande, erkende vormen van psychotherapie. Vanaf het allereerste begin was Lowijs Perquin in al deze activiteiten, en later ook internationaal, een belangrijke voortrekker en opleider. In oktober overleed ook Perquin. Het thema van de dag was dus voor de aanwezige Pessotherapeuten ook symbolisch op te vatten en er bleek vertrouwen dat het erfgoed zorgvuldig verder gedragen wordt en dus behouden zal blijven. Wie goede ouders had, kan immers stevig op eigen benen staan. En dat bleek ook uit het verloop van de dag en het enthousiasme waarmee menig collega kennismaakte met de methode.

## Hoogleraar Vaderschap

De vier sprekers in het ochtendprogramma benaderden het onderwerp vanuit heel verschillende hoeken, wat samen een mooi geheel vormde. **Renske Keizer**, hoogleraar Vaderschap (de eerste ter wereld), zette de rol van de vader in Nederland in een historisch en sociologisch kader. De situatie in Nederland is uniek, geen ander land ter wereld kent zo weinig fulltime werkende

moeders, waardoor de moeder nog altijd een zeer dominante rol speelt in de ontwikkeling van het kind. Doordat hierdoor ook de moeder nog de belangrijkste rapporteur is in onderzoeken, kan het beeld in stand blijven dat deze situatie ook voor het kind de beste is. Dat klopt echter uiteraard niet. De vader heeft een geheel eigen invloed op de ontwikkeling van het kind, bijvoorbeeld wat betreft spelgedrag. Keizer laat een herkenbaar plaatje zien van een vader die een kind in de lucht gooit: hoe de hoogte wordt gezien door hemzelf, door het kind, door de moeder. Vaders spelen meer fysiek, moeders meer met attributen. Maar ook is vaders inbreng van belang voor het leren reguleren van emoties en gedrag, de socialisatiefunctie en ook taalontwikkeling. Een vader past zijn taalgebruik bijvoorbeeld minder aan de taal van het kind aan, gebruikt minder verkleinwoordjes en hij stelt meer open vragen.

Overheidsbeleid, gericht op grotere participatie van de vader, bevoordeelt met name de mensen met hogere inkomens en sociale klasse. In die groep werkt het feit dat vader meer zorgt door naar de volgende generaties. Zonen gaan meer zorgen en dochters meer werken. In lagere sociale klassen verandert er nog maar weinig. Niet omdat mensen dat zelf niet zouden willen, maar sociaaleconomische factoren belemmeren de mogelijkheden voor parttime werken voor vaders. Datzelfde geldt voor het opnemen van ouderschapsverlof, wat in Nederland bedroevend slecht is geregeld: vaders krijgen twee dagen vrij en kunnen sinds enige tijd er drie dagen bij nemen. Dit is echter op

eigen kosten, dus ook hier profiteren vooral de hoger opgeleiden en de kloof tussen beide groepen wordt dus groter, met alle gevolgen van dien.

### **Kinderboeken**

Schrijver **Arend van Dam** sprak vervolgens over de ideale vader in zijn kinderboeken. In zijn eerste boek uit de jaren '80 interviewde hij, als bewust zorgende vader, andere mannen die een kind kregen. Allen waren stellig van plan een substantieel deel van de zorgtaken op zich te nemen. Tien jaar later bleek echter dat meer dan de helft van deze vaders (meer dan) fulltime bezig was met de eigen carrière. En als hij kinderen vroeg naar hun toekomstdromen wilden de meisjes nog steeds dokter en moeder worden, de jongens piloot of voetballer. Het lijkt er echter op dat van Dam met zijn kinderboeken belangrijk emancipatiewerk doet. Ook de voorlezende ouder (tot in China, waar meer dan een miljoen exemplaren werden verkocht van zijn 'De liefste papa'-serie) krijgt hierin geschetst hoe een ideale vader er voor het kind uitziet. Dat van Dam inmiddels ook schrijft over de rechten van het kind sluit daar misschien naadloos op aan. En ook de invloed van zijn eigen geschiedenis op wat inmiddels min of meer zijn centrale thema is de ideale vader – werd uit zijn lezing duidelijk.

### **Benoemingsstress**

Psychiater **Glenn Helberg** hield een boeiend en gloedvol betoog over de positie van

de vader. Helberg sprak over ‘benoemingsstress’ als hij het had over de spanning die ontstaat als het zelf leren benoemen van je identiteit botst met wat je erover leert vanuit de buitenwereld. Hij begon zijn lezing met het van binnenuit beschrijven van zijn eigen zoektocht in deze. En dat ging verder dan dat hij als eerste homo-vader (en opa) in Nederland en zwarte man zijn identiteit moest vinden en daarvoor leren staan. Helberg, uit Surinaamse ouders geboren op Curaçao, liet zijn DNA onderzoeken en ontdekte dat niets van zijn genetische wortels in dat gebied lag. Op de wereldkaart liet hij zijn gehoor zien hoe inderdaad weliswaar 62% van zijn genetische blauwdruk uit slavenrijk Afrika afkomstig was, maar ook 19% uit Europa, 15% uit Oostelijk Azië en 4% uit het Midden-Oosten. Inmiddels is hij vrij van ‘benoemingsstress’, wat wil zeggen: ik ben de enige die bepaalt wie ik ben, niemand anders. Ook als man, als vader.

Bij de geboorte gaat het kind relaties aan met anderen en begint de stress van het benoemen. Eerst krijgt een functie betekenis (mijn handje, mijn piemeltje), daarna komt pas de genderidentiteit tot ontwikkeling. Benoeming van wie je bent moet plaatsvinden op allerlei terreinen: gender, seksualiteit, intellect, etniciteit et cetera. De zwarte man is eeuwenlang de concurrent geweest van de witte man. De witte man was in de slaventijd de baas over de kinderen van de zwarte man. Helbergs voorouders mochten niet zelf de identiteit van hun kinderen bepalen. Dat hele eeuwenoude thema speelt nog altijd door in de vraag aan de zwarte man: mag ik wel vader zijn? En zwarte

moeders dragen ook bij aan onzekerheid hierover. Die hebben in barre tijden geleerd dat zij de enigen waren die het kind konden beschermen.

Helberg beschreef vervolgens een casus uit zijn praktijk. Het betrof een zwarte man, aanstaand vader, die gaandeweg zijn geschiedenis leerde kennen en begrijpen: hoe moeder hem als baby had ontvoerd naar Nederland en vaders bestaan had ontkend. Door vaders verhaal na dertig jaar alsnog te leren kennen, raakte hij beter in staat om zelf een goede vader te zijn (en te ‘gehoorzamen’ aan de hormonen die immers in een zwangerschap niet alleen in de moeder, maar ook in de vader veranderen: de aanmaak van prolactine neemt toe en die van testosteron neemt af). Helberg is van mening dat de wetgeving zodanig moet worden aangepast dat vaders recht hebben op hun vaderschap, zonder toestemming van de moeder. Omdat een kind recht heeft op de unieke band met de vader. Vaders hebben recht op een eigen relatie met hun kind. De gezamenlijke opdracht van de ouders is voornamelijk om het kind in harmonie groot te brengen. Dán kan een kind het beste krijgen wat het krijgen kan: heelheid.

### The Wall

Tot slot van het ochtendgedeelte hield Pessotherapeut en -opleider **Arnoud van Buuren** de jaarlijkse Lowijs Perquin-lezing met als titel ‘Wat heeft de vader om het lijf’. De vader heeft, samen met de moeder, tot taak het kind gezonde beelden mee te geven over mannelijkheid en vrouwelijkheid. Bij ont-

breken van de vader maakt het kind een innerlijke magische vader, niet gebonden aan de realiteit, onbegrensd. En dan gaat een kind magische relaties aan, eerst met de moeder (een stiefvader is in deze situaties een concurrent), later met anderen. Deze relaties zijn dan niet stevig verankerd in de realiteit. Van Buuren begon zijn lezing niet voor niets met muziek van *The Wall*, van Pink Floyds Roger Waters. Waters' vader kwam om in 1944 in de Tweede Wereldoorlog toen Roger vijf maanden oud was, dus hij heeft zijn vader nooit leren kennen. Is het dan toeval dat hij een wall om zich heen heeft gebouwd, altijd moeizame relaties met mannen had en uiteindelijk tot een breuk kwam met Pink Floyd vanwege zijn dictatoriale gedrag? Vaders moeten via hun eigen stevigheid een zoon helpen een stevige ruggengraat (endoskelet) te ontwikkelen. Bij ontbreken daarvan ontwikkelt een zoon een exoskelet, een wall. Van Buuren haalde Guy Corneau aan, psychotherapeut en schrijver van het boek *Afwezige vaders, verloren zonen*, die uitvoerig beschrijft hoe zonen een verwonde mannelijke identiteit ontwikkelen als vader afwezig is. Ze worden als het ware wandelende hoofden omdat de lijfelijke relatie met vader ontbrak.

Van Buuren, wiens opleiding tot Pessotherapeut parallel liep met de ontwikkeling van zijn eigen vaderschap, beschreef ook zijn eigen ervaringen in de opleiding met structures over zijn eigen relatie met zijn vader. Hiermee gaf hij direct zicht op hoe structures missende schakels in iemands ontwikkeling kunnen herstellen. In de eerste structure begrensde een symbolische

ideale vader hem op een veilige, positieve manier, waardoor hij zijn kracht kon testen en op zijn eigen ruggengraat durfde te gaan vertrouwen. De geïnternaliseerde boodschap was: je kunt voluit gáán zonder dat er ongelukken gebeuren. In latere structures, speels en liefdevol schouder aan schouder duwend tegen elkaar, of hart tegen hart gedrukt, leerde hij dat zijn vitaliteit er mag zijn en dat hij zijn hart mag volgen.

Het tot slot getoonde filmpje *deliveryroom* op YouTube ([www.youtube.com/watch?v=TU0f8a3Cizo](http://www.youtube.com/watch?v=TU0f8a3Cizo)) maakte op ontroerende wijze het belang duidelijk van de aanwezigheid van de vader vanaf het allereerste begin. (En zo waren we weer terug bij Renske Keizers pleidooi voor een langer vaderschapsverlof bij de geboorte van een kind.) Een filmpje overigens om aan alle aanstaande ouders te laten zien.

### Narcistische vader

Na de lunch, als altijd goed verzorgd in congrescentrum Antropia in Driebergen, was het lastig kiezen tussen de vele workshops. Zou ik naar 'De complementaire werelden van mannen en vrouwen' gaan? Naar een workshop over seksueel misbruik door de vader? Of over de stiefvader? Over de rol van de vader in sprookjes (Barbara Helen Miller)? Ook was het mogelijk een opname te bekijken van een structure onder leiding van Al Pessa. Maar die zag ik als Pessotherapeut wel vaker in actie.

Mijn eerste workshop werd die van **Monique Cuppen** en **Robert Aussen** (beiden Pessotherapeut) over de narcistische

vader, omdat ik, ook en met name in mijn Pessogroepen, nogal wat cliënten heb die zich met een dergelijke vader (of moeder) moesten zien te redden en omdat de schade die deze mensen opliepen vaak indrukwekkend is. Pessotherapie kan in het herstel van deze doorgaans vroegkinderlijke traumatisering vaak veel betekenen. Een simpel oefeningetje met mijn buurvrouw bracht me direct dichtbij het zelf lijfelijk kunnen ervaren van de thematiek. Zij moest zich afsluiten van contactname. In het vruchteloos zoeken naar een glimp van bevestiging of herkenning in haar gezicht ervoer ik hoe een kind, onzeker, haar best blijft doen om maar enig gevoel van verbondenheid te kunnen vinden in het gezicht van de ander, enige bevestiging van haar bestaan, een en ander ten koste van eigenheid. Een narcistische vader wil immers in de ogen van zijn kind weerspiegeld zien hoe bijzonder hij is. Het belang van het kind wordt niet gezien. En het kind ziet niet wie achter het masker verscholen gaat.

De workshopleiders bleken over gedegen kennis te schikken over narcisme, zowel wat betreft de invloed ervan op de ontwikkeling van een kind als ook over de behandeling van de narcistische cliënt, zo die al in therapie komt. Beschreven werd hoe een narcist wiens ideale zelfbeeld faalt, gemakkelijk in de vrije val van de depressie of suïcidaliteit terecht kan komen, maar er alles aan zal doen om dat af te weren. Door middel van woede, hard werken et cetera. In de Pessotherapie wordt veel aandacht besteed aan de instabiele basis waarvan ook bij narcistische cliënten per definitie sprake is. Tegelijk

werd in de workshop psychotherapeut Martin Appelo aangehaald, auteur van *Een spiegel voor narcisten*, die tegen deze cliënten zegt: het gaat niet over, maar we kunnen wel je gedrag wat bijsturen, zodat dingen wat soepeler kunnen gaan verlopen.

We zagen ook, toepasselijk en welhaast onvermijdelijk, zo kort na de Amerikaanse presidentsverkiezingen, in een filmfragment hoe Trump opgroeide bij een narcistische vader, die meende dat zijn zonen killers moesten zijn. Een oudere broer redde dat niet en overleed jong ten gevolge van alcohol. Donald ontwikkelde zich, zoals we weten, meer naar vaders zin.

### **Ontmante vader**

De tweede workshop die ik koos was ‘De ontmante vader’ van **René de Boer** en **Joost Meijer** van trainings- en hulpverleningscentrum Ikos, waar de positieve betekenis van mannelijkheid (en vrouwelijkheid) wordt ingezet bij alle leeftijdsgroepen om mensen te helpen in balans te komen met hun genderidentiteit, hun midden te vinden tussen hun kracht en kwetsbaarheid. Ikos werkt veel met lichaamsgerichte methoden en biedt behalve (relatie)therapie onder meer trainingen in weerbaarheid op scholen (al dan niet los van het effect op de ontwikkeling van jongens van het zo sterk omgeven zijn door voornamelijk vrouwelijke rolmodellen op school). In de workshop gingen we direct lijfelijk aan de slag met oefeningen. Stereotype seks-gewoonten van mannen en vrouwen werden snel duidelijk, zoals dat vrouwen die hun krachten met elkaar meten om maar

aardig te blijven hun kracht niet volop inzetten, terwijl ze acuut hun kracht kunnen verliezen zodra ze het tegen een man moeten opnemen. Met de aanmoediging van de trainers werd dit doorbroken, met als gevolg een toename van contact, energie en plezier.

### **Voedende dag**

Al met al was het een voedende dag. En opnieuw een bevestiging van hoezeer de lichaamsgerichte benadering van de Pessotherapie kan helpen helen middels het werken met ideale vaderrollen. En dit niet alleen voor mannelijke cliënte, maar ook voor dochters,

die op deze inspirerende dag al met al wat minder aan bod kwamen dan de zonen.

Terug in mijn praktijk kijk ik nu weer scherper naar de invloed van vader, en ja, ik zie zelden mannelijke cliënten die met hun vader een goede relatie hadden. Vader was afwezig, afwijzend, niet in contact met zijn eigen (kwetsbare) gevoelens. En dan vind ik het weer mooi te zien hoe deze volgende generatie het beter probeert te doen met de eigen kinderen.

Mayke de Klerk,  
klinisch psycholoog-(Pesso)psychotherapeut,  
info@mayke-de-klerek.nl.