

## Aanbevelingen

‘Dit juweel van een boek, vol sprekende praktijkvoorbeelden en zorgvuldig geformuleerde overzichten van de kennis over ouder-kind-relaties, zal zijn weg vinden naar zowel professionals in de geestelijke gezondheidszorg als begeleiders en opvoeders. Dan Hughes en Ben Gurney-Smith hebben een voortreffelijke publicatie samengesteld om de lezer een basis te bieden in de kennis en kunst van gehechtheid...’

Daniel J. Siegel, M.D., *New York Times*-bestseller-auteur van *Aware. The Science and Practice of Presence*, en mede-auteur van *The Power of Showing Up. How Parental Presence Shapes Who our Kids Become and How their Brains Get Wired*.

‘Dit boek, dat ons meteen naar het directe werk voert, is een vakkundige presentatie van het zeer invloedrijke DDP-model van Dan Hughes. Hughes is een waarlijk meester op dit gebied, en zijn tekst is informatief, goed geschreven en verlevendigd met roerende casusbeschrijvingen. Het brengt verregaande klinische ervaring met de gehechtheidstheorie, neurobiologie en intersubjectief gevoede ontwikkelingspsychologie samen, en is daardoor een must-read voor professionals die werken met kinderen met complexe achtergronden en, goedbeschouwd, voor iedereen met interesse in dit onderwerp.’

Graham Music, PhD, consultant psychotherapist, Tavistock Clinic London, auteur van *Nurturing Natures*, *The Good Life* en *Nurturing Children*.

‘Het is een feest om dit boek te lezen! De schrijvers onderscheiden drie belangwekkende thema’s in de behandeling van kinderen (veiligheid, emotieregulatie en sociale cognitie) en zetten Dyadic Developmental Psychotherapy [dyadische ontwikkelingspsychotherapie] in om richting te geven aan het werken met ouders en kinderen. Dit boek beschrijft vanuit een werkelijk systemische en relationele benadering hoe therapeuten veiligheid kunnen creëren, hoe ze cliënten kunnen leren kennen en begrijpen, en hoe het mogelijk is een omgeving van samenwerking te realiseren waarin ou-

ders en kinderen kunnen co-reguleren en hun ervaringen kunnen synchroniseren, wat tot positieve resultaten leidt.

Elians Gil, PhD, RPT-S, senior clinical and research consultant bij het Gil Institute for Trauma Recovery and Education, Fairfax, VA.

# Gids over gehechtheid

Gehechtheidsgericht werken  
met ouder(s) en kind

**Dyadic Developmental  
Psychotherapy (DDP)**

Daniel A. Hughes  
Ben Gurney-Smith

Oorspronkelijke titel: Hughes, Daniel A. & Gurney-Smith, Ben (2020). *The Little Book of Attachment. Theory to Practice in Child Mental Health with Dyadic Developmental Psychotherapy*. W.W.Norton & Company.

### **Gids over gehechtheid**

Gehechtheidsgericht werken met ouder(s) en kind – Dyadic Developmental Psychotherapy (DDP)

Daniel A. Hughes & Ben Gurney-Smith

ISBN 978 90 8560 223 1

NUR 770

BISAC PSY000000 / MED105010

THEMA J / JM

DOI 10.36254/978-90-8560-223-1

© 2023 Uitgeverij SWP Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

*Ik draag dit boek graag op aan mijn geweldige  
vriend Jon Baylin, wiens enorme kennis van  
het menselijk brein en het menselijk hart mij  
herhaaldelijk heeft verrast en geïnspireerd.*

DAN

# Inhoud

Voorwoord	11
Dankwoord auteurs	14
Inleiding	16
1 Een gehechtheidsperceptief	24
2 Gehechtheid, ontwikkeling en psychisch welzijn	48
3 Kernelementen van op de gehechtheidstheorie gebaseerde therapie	71
4 De rol van de ouder of de verzorger in DDP	95
5 Het ontwikkelen van vertrouwen: wederkerige interacties aangaan	122
6 Het ondersteunen van emotieregulatie	145
7 Het ontwikkelen van reflectief functioneren	170
8 Naar een transformerende omgeving	195
9 Afsluitende gedachten	208
Literatuurlijst	219
Over de auteurs	229

## Voorwoord

“ Naar iemand luisteren is een van de mooiste dingen die je voor een ander kunt doen. ”

James Norbury (2021), *Grote Panda & Kleine Draak*, p. 116

In dit boek gaat het over luisteren in de meest brede zin van het woord: echt luisteren, afstemmen, en als ouder nieuwsgierig zijn naar je eigen inbreng én die van het kind. Niet oordelen, maar onderzoeken. Daarin is dit een uitzonderlijk boek, een unieke handreiking voor opvoeders die willen proberen om vanuit verbinding met hun kind de wereld tegemoet te treden. Mensen zijn niet gemaakt om alleen te zijn; desondanks raakt een verbinding soms op een dusdanige wijze verstoord of verbroken dat het doorwerkt in het dagelijkse leven. Dan Hughes en Ben Gurney-Smith introduceren in dit boek de gehechtheidstheorie en de behandelvorm Dyadic Developmental Psychotherapy (DDP), waarmee verbroken of verstoorde verbindingen hersteld kunnen worden.

De theoretische onderbouwing van DDP is verweven met praktijkvoorbeelden. Uitgewerkte dialogen illustreren hoe je vanuit goed luisteren en kijken, afstemmen op de ander en het inzetten van de basishouding SANE – een acronym voor Speelsheid, Acceptatie, Nieuwsgierigheid en Empathie – het verschil kunt maken.

Dat gehechtheidsrelaties de basis vormen voor een mensenleven is voor iedereen helder en begrijpelijk; tegelijkertijd is het vormen en onderhouden van gehechtheidsrelaties niet eenvoudig. Lang is er zelfs gedacht dat gehechtheid na een bepaalde leeftijd niet zou kunnen veranderen, dat onveilige gehechtheid onveranderlijk was. Niets is minder waar. In dit boek geven de auteurs handreikingen voor een brede toepassing van de gehechtheidstheorie – in therapeutische omgevingen, maar ook in het leven van alledag. Gehechtheid en relaties zijn fundamenteel voor alle menselijk functioneren en een gids hoe dat fundament ook echt stevig te maken, is zeer welkom.

Het ervaren van veiligheid in relaties gedurende het leven is belangrijk; de basis daarvoor wordt gelegd in een afgestemde wederkerige ouder-kind-relatie. Veel klachten en problemen in gezinnen evenals individuele problemen zijn gerelateerd aan gehechtheid. Veilige gehechtheid daarentegen gaat hand in hand met vertrouwen, een basaal gevoel van veiligheid dat iemand ervaart en daardoor een open en onderzoekende houding tegenover zichzelf en de wereld, en een gevoel van welbevinden. Het is voor kinderen en volwassenen die overwegend veilig gehecht zijn makkelijker om emoties te reguleren, stress te hanteren en om te gaan met de mooie en minder mooie kanten van het leven. Dat maakt het voor iedereen zinvol om stil te staan bij gehechtheid en zich te bekwamen in het verstevigen van gehechtheidsrelaties.

De in dit boek beschreven principes van DDP zijn daarmee zowel toepasbaar in het gewone gezinsleven, in begeleidingssituaties en op scholen als in striktere therapeutische zin. De methode is oorspronkelijk ontwikkeld als therapeutische interventie voor kinderen die opgroeien in pleeg- en adoptiegezinnen, kinderen van wie we bij voorbaat weten dat gehechtheid niet continu is geweest, kinderen die veelal te maken hebben gehad met diverse ingewikkelde relationele situaties, kinderen voor wie de wereld niet vanzelfsprekend een veilige plek is.

In therapie is de therapeut degene die de DDP-houding voorleeft aan de ouders en hen helpt om anders te kijken naar ingewikkeld gedrag van het kind. Achter elk gedrag schuilt een betekenis en vaak is het verbonden met het verleden, meer dan dat het gericht is tegen de ouder c.q. de volwassene. En dat is lastig, want diegene voelt dat vaak wel zo. Via het onderzoeken van de eigen gehechtheidspatronen en het inzetten van SANE ontdekken ouders en therapeut samen wat er speelt, vinden zij een nieuwe betekenis voor ouders en kind, en helpen zij het kind zo om een nieuwe veilige en goede gehechtheidservaring op te doen. Dat herhaalt zich door de dagen heen. Via die nieuwe ervaringen leert het kind langzaam aan (weer) te vertrouwen en ontwikkelt er zich een veiliger gehechtheid. De vele voorbeelden in het boek, waarbij eveneens aandacht uitgaat naar mogelijke blokkades en moeilijkheden in het proces van herstel van gehechtheid, zijn helpend en geven een uitstekend zicht op hoe DDP in de praktijk werkt.



Dit boek geeft richting aan het werken aan gehechtheid, aan het opbouwen en verstevigen van positieve patronen, evenals aan het herstellen van breuken en verstoringen. Luisteren en afstemmen, present zijn bij de ander staan daarbij centraal – Grote Panda en Kleine Draak zeggen dat goed: ‘Naar iemand luisteren is een van de mooiste dingen die je voor een ander kunt doen.’ Met recht een gids, dit boek!

Anneke Vinke, PhD – gz-psycholoog/orthopedagoog-generalist  
opgeleid in DDP in 2011  
[www.adoptiepraktijk.nl](http://www.adoptiepraktijk.nl)

## Dankwoord auteurs

Ik wil allereerst Dan, mede-auteur, bedanken voor zijn uitnodiging om samen een boek te schrijven. Dan, ik ben jaren geleden begonnen je boeken te lezen en je lezingen bij te wonen, en het is een eer om met je samen te werken. Jouw ideeën zijn zo richtinggevend geweest voor wat ik tegenwoordig doe en hebben me gevormd, evenals vele anderen.

Bedankt, Kim Golding. Je was er steeds als mijn supervisor en mentor, rustig maar scherp en invloedrijk als een ‘veilige haven’ in mijn werk. Ook gaat mijn grote dank uit naar Jon Baylin. Je hebt me niet alleen laten lachen, maar je hebt me vaak echt geholpen bij het denken over het ouderlijke brein: ‘*two step*’. Bedankt, Doc!

Ik wil graag de mensen en diensten noemen die mijn begrip van de praktijk tot de dag van vandaag hebben gevormd: Adoptionplus (in het bijzonder Joanne Alper), het team van Clover Childcare Services (in het bijzonder Dan Knight en Kath Laidlaw), en mijn voormalige collega’s van het ATTACH-team en CAMHS te Oxford. Het waren allemaal innovatieve plekken om te werken. Ik ben trots op wat we samen hebben bereikt en wat ons nog te doen staat. Mijn dank gaat ook uit naar alle gezinnen die ik heb ontmoet en die, door enige speling van het lot, bij mij terechtkwamen en die mij, tegenover mij zittend, de belangrijkste lessen leerden.

Dank aan al die knappe mensen met kennis van hun werkgebied voor hun helpende commentaar bij eerdere concepten: Helen Minnis, Kim Golding, Jess Christopher en Charley Gurney-Smith: dank je wel voor jullie hulp bij mijn verhandeling, terwijl jullie wel wat beters te doen hadden.

Bij een boek dat vooral gaat over de waarde van relaties zou het een gemiste kans zijn om niet de diepgevoelde erkenning te geven aan degenen van wie ik houd omdat ze me in de loop van de jaren hebben gevormd. Mijn vader en moeder, Margaret en Francis, ik dank jullie voor de kansen en vrijheden die jullie me bij het opgroeien gaven. Bedankt pap, voor de ‘common dog’ (misschien heb ik die onderscheiding eindelijk verdiend!). Mam, bedankt voor je combinatie van wetenschap en kunst. Al deze kwaliteiten zijn nooit ver verwijderd van wat ik doe. En mijn zuster Helen, die belangrijk werk verricht op

het gebied van de mariene biologie en klimaatverandering, letterlijk aan de andere kant van de wereld; ik ben verheugd over en trots op wat je doet. Mijn beste vrienden Adam, Adrian, Ian, James, Jason, Kieran, Kristan, Marcus en Richard: bedankt voor jullie constante bron van broederschap. Mijn kinderen, Toby, Rose, Megan en Johnny: ga door met door te gaan! Ik zal er zijn om samen met jullie verder te leren. En bij deze dankbetuigingen aan degenen die mij lief zijn, bovenal dank aan mijn vrouw Charlie. Toen we in het begin onze dromen in kaart brachten, konden we niet bevroeden hoever die ons feitelijk zouden brengen. Ik denk dat ik linksom of rechtsom hier niet had gezeten zonder jou: dank je.

BGS

Allereerst ben ik de zeer vele onderzoekers erkentelijk die ons in de afgelopen zeventig jaar hebben geleerd te begrijpen hoe belangrijk gehechtheidsrelaties zijn in onze levens van de wieg tot het graf. Ik hoop van harte dat de therapeutische principes en interventies die we in dit boek presenteren, in lijn zijn met de bevindingen van al dat onderzoek.

Ook ben ik de vele professionals erkentelijk die over de hele wereld lid zijn van de DDP-gemeenschap, en wier kennis en fijngevoeligheid veel hebben bijgedragen aan dit therapiemodel, waarin de belangrijke bevindingen uit de gehechtheidstheorie en het onderzoek ernaar worden toegepast in ons menselijk handelen.

Tot slot spreek ik mijn erkentelijkheid uit voor de belangrijke bijdragen aan dit boek van mijn mede-auteur Ben. Bens kennis van het onderzoek naar gehechtheid, zijn doortastende en analytische geest evenals zijn medelevende hart staan centraal in alles wat dit boek zal bijdragen bij het inzetten van de principes van gehechtheid in de gehele therapeutische gemeenschap.

DH

# Inleiding

Als professionals in de jeugdzorg en de jeugd-ggz zijn wij bekend met de diversiteit aan uitingsvormen van geestelijk welbevinden die we in de werksfeer zien. Als welwillende individuen verschillen we vermoedelijk evenzo in motivatie wat betreft de kennis- en de praktijkkant van ons werk. Sommige van deze drijfveren worden wellicht gevormd door een combinatie van het professionele en het persoonlijke. Onze interesses en specialisaties kunnen ook nog eens uiteenlopen. Sommigen zijn gemotiveerd om diepgaander kennis te ontwikkelen van gedragsvormen bij gedragsstoornissen, anderen zijn meer geïnteresseerd in angst en depressie. Binnen deze variëteiten zijn er echter enkele ‘universele principes’ die naar alle waarschijnlijkheid van belang zijn in de dagelijkse klinische praktijk. Deze proberen we deels te benoemen in dit boek. We onderscheiden drie van dergelijke algemene principes om duidelijk te maken waarom de gehechtheidsgerichte<sup>1</sup> benadering zoals in dit boek beschreven zo aansprekend is voor degenen die werkzaam zijn in de jeugdzorg en de jeugd-ggz, ongeacht hun achtergrond of opleiding.

## PRINCIPE 1: MENSEN OORDELEN SNEL

Wampold (2015) vat onderzoek samen dat helpt te begrijpen waarom de eerste contactmomenten tussen cliënt en therapeut zo belangrijk zijn. Therapeuten hebben ongetwijfeld ervaring met het belang van deze momenten. Als we weten dat mensen zich in de eerste honderd milliseconden een oordeel vormen over iemands betrouwbaarheid – hoe solide iemand is – en dat de kans groter is dat cliënten zich na de eerste sessie terugtrekken dan op elk ander moment in de therapie, dan lijkt het zinvol om vanaf het allereerste

---

1 Oorspronkelijk stond hier: *attachment-informed*.

*Attachment* laat zich als zodanig niet vertalen met ‘hechting’ of ‘gehechtheid’; geen van beide aanduidingen is optimaal. Gezien de voorkeur vanuit wetenschappelijk perspectief voor ‘gehechtheid’, is voor deze vertaalfom gekozen.

begin aandacht te besteden aan de therapeutische relatie, en misschien nog wel daarvoor.

Hoe reactiever en wantrouwender kinderen en hun ouders zijn, hoe groter de kans is dat ze van ons (en onze therapie) weg bewegen. Wat er in die eerste momenten gebeurt, legt het fundament voor het bouwen aan vertrouwen en het onderzoeken ervan, wat op zich weer belangrijke elementen zijn voor veilige gehechtheidsrelaties. In dit boek beschrijven we een op de gehechtheidstheorie gebaseerd therapiemodel waarbij specifieke aandacht uitgaat naar relationele veiligheid om vertrouwen te bevorderen, vooral in het geval van onveilige gehechtheid. Het model waarnaar in het boek wordt verwezen, is Dyadic Developmental Psychotherapy (DDP), ofwel dyadische ontwikkelingspsychotherapie. DDP is een voorbeeld van een therapeutische benadering waarin de gehechtheidstheorie wordt toegepast.

## **PRINCIPE 2: RESULTATEN ZIJN AFHANKELIJK VAN RELATIES**

Een schat aan bewijs maakt duidelijk dat de menselijke aspecten van relaties binnen therapie tot een grotere variëteit aan resultaten leiden dan het specifieke therapie- of behandelmodel waarmee wordt gewerkt (Norcross & Wampold, 2018). Hieronder vallen bewezen effectieve therapeutische kwaliteiten en gedragingen, zoals het versterken van de therapeutische alliantie, samenwerking, overeenstemming over doelen, empathie, positieve aandacht en erkenning, naast gedragingen die geclassificeerd zijn als overwegend effectief, waaronder het herstellen van een breuk in de therapeutische relatie en uitdrukking geven aan emoties (Wampold, 2015; Norcross & Wampold, 2018). Eerder hebben we al gerapporteerd dat veel van deze kwaliteiten, die voor elke therapeut, ongeacht de therapeutische richting, van belang zijn (Norcross & Wampold, 2018), zijn gerelateerd aan de beginselen van DDP (Hughes, Golding & Hudson, 2015; 2019). Deze bevestiging van het belang van de therapeutische relatie is niet zozeer nieuw; het ondersteunt wel de praktijk van DDP als model, waarbinnen aan deze relationele kwaliteiten en gedragingen grote waarde wordt toegekend in het belang van cliënten. Dit is een boek over gehechtheid en het werken ermee in de therapeutische praktijk, dus beschrijven we hoe de gehechtheidstheorie en de ontwikkelingstheorie de interactiewijze met cliënten van moment tot moment bepalen. In dit boek wordt beschreven hoe we dit in onze praktijk integreren, met voorbeelden uit ons therapeutische werk.

### PRINCIPE 3: RELATIES BEHOEVEN ONDERHOUD

Als er eenmaal een verbintenis tot stand is gekomen, dan bepaalt de mate waarin cliënten openstaan voor hulp, behandeling, vorming en begeleiding grotendeels in hoeverre we onze rol kunnen vormgeven en aan hun behoeften tegemoet kunnen komen. Die openheid zal medebepalend zijn voor de mate waarin zij tevreden zijn over onze dienstverlening en of wij ons werk als lonend beoordelen. Voor sommige kinderen zal het lastiger zijn om een dergelijke invloed toe te laten. Ze kunnen achterdochtig, afwerend, af en toe emotioneel ontregeld zijn, en staan mogelijk zelfs vijandig tegenover de goedbedoelde helpende hand van onze zijde. Hun geschiedenis met relaties heeft hun geleerd zo te zijn. Wijzelf kunnen af en toe ook verdedigend of gesloten reageren binnen dergelijke interacties. Dat kan op momenten leiden tot misvatting, onbegrip en slechte afstemming. Als we handelen vanuit deze misverstanden, dan beschadigen we de relatie met de cliënt. We kunnen het vertrouwen echter herwinnen als we erkennen dat alle relaties ‘breuken’ of barsten kennen. Het baanbrekende onderzoek van Ed Tronick (2007) laat niet alleen zien dat dergelijke breuken altijd ontstaan tussen ouder en kind; het toont ook dat de wijze waarop er, al dan niet, op wordt gereageerd van groot belang is voor de verdere ontwikkeling van het kind. We leren van dit uitgebreide onderzoek dat het cruciaal is dat deze verstoringen opgemerkt worden en er een passende reactie op volgt zodat ze hersteld worden. Deze bevindingen hebben een zodanig algemene geldingskracht dat Tronicks werk ook is toegepast binnen de praktijk van de psychotherapie (Stern et al., 1998), en dat onderzoek naar dergelijk herstel van breuken en barsten in de relatie belangrijk is bij het begrijpen van effectieve therapieën en therapeuten. Als we met een open en verbonden houding tegenover cliënten met die breuken omgaan en ze in voorkomende gevallen herstellen, is dat niet alleen het bewijs voor de effectiviteit van de therapeut (Norcross & Wampold, 2018); het geeft ook uitdrukking aan het oorspronkelijke beeld dat DDP een relationele en gehechtheidsgerelateerde interventie is. In dit boek beschrijven we hoe herstel van relaties een belangrijke factor is bij het werken vanuit het gehechtheidsperspectief, en hoe daarmee binnen therapie wordt omgegaan.

Dit boek is bedoeld voor alle professionals in de jeugdzorg en de jeugd-ggz die geïnteresseerd zijn in hoe ze met de principes van een op de gehechtheidstheorie gebaseerd therapeutisch model hun denken, redeneren en werken kunnen versterken om zo veerkracht bij cliënten te ontwikkelen en hun welzijn te bevorderen.

## Hoe dit boek te gebruiken

De titel van dit boek is niet zonder reden *Gids over Gehechtheid*; onze hoop is de inzet van de gehechtheidstheorie toegankelijk en toepasbaar te maken voor professionals in de jeugdzorg en de jeugd-ggz. De gehechtheidstheorie heeft immers tot belangwekkende en brede ontwikkelingen geleid in het beleid rond het welzijn van kinderen, de klinische praktijk en onderzoek. Het DDP-model vormt het uitgangspunt van dit boek. Dit model maakt de theorie ‘in het moment’ toepasbaar in therapeutisch werk met kinderen en gezinnen. Het is niet uitsluitend bedoeld voor situaties waarin problemen of onveiligheid rond gehechtheid aan de orde zijn. Het realiseren van veiligheid en vertrouwen, regulatie en reflectie zijn immers van wezenlijk belang bij alle werkzaamheden rond menselijke relaties en geestelijk welbevinden. Het blijft evenmin beperkt tot situaties waarin sprake is van mishandeling (zoals we in dit boek zullen zien, impliceert dit niet altijd onveilige gehechtheid). Kinder- en gezinstherapeuten werkzaam binnen de geestelijke gezondheidszorg (ggz) zullen kinderen ontmoeten met verschillende geschiedenissen en uiteenlopende patronen van gehechtheidservaringen. Het doel van dit boek is een op de gehechtheidstheorie gebaseerd therapie-model toegankelijk te maken voor de breedst mogelijke context van de jeugdzorg en de (jeugd-)ggz. Wij hopen hiermee de vragen en raadselen rond de toepassing van de gehechtheidstheorie in de praktijk op te lossen.

Het boek begint met een overzicht van de gehechtheidstheorie, vervat in een impressie van een therapie sessie. In het hoofdstuk daarna wordt onderzoek besproken over het verband tussen veilige gehechtheid, ontwikkeling en geestelijke gezondheid. Dergelijk onderzoek wijst op een drieslag van ontwikkelingsuitkomsten die gerelateerd zijn aan gehechtheid en mentale stoornissen. Dit zijn ook de gebieden waarop de op gehechtheid gebaseerde therapiemodellen zijn gericht. Vervolgens gaan we in op de kernelementen van DDP en de gerichtheid ervan op het ontwikkelen van veerkracht door de drie aspecten gerelateerd aan gehechtheid en mentale stoornissen actief te benaderen. Daarna ‘maken we kennis met de ouders’ en beschrijven we het belang van hun bereidheid om relaties aan te gaan binnen DDP. Als dit wat lastiger werk is afgerond, nodigen we de lezer uit om kennis te nemen van meer voorbeelden van het model, in de vorm van verhalen en dialogen van en met kinderen en ouders. De voorbeelden tonen hoe binnen DDP de meest voorkomende kenmerken van geestelijke gezondheidsklachten en -problemen worden benaderd, waaronder emotieregulatie, reflecterend

functioneren en vertrouwen in anderen, en hoe dat helpt om coherente autobiografische herinneringen en narratieven te ontwikkelen. We hopen dat deze voorbeelden het toepassen van het gehechtheidsperspectief op een lichte, ervaringsgerichte, verdiepende en praktische manier verlevendigen – een uitnodiging aan de lezer tot eenzelfde open en betrokken nieuwsgierigheid in de dialoog met cliënten als DDP voorstaat. Begrip via ervaring wordt dan meer mogelijk. Denken én voelen worden aangemoedigd, wat een gekende en gevoelde notie over de benadering mogelijk maakt. We weten uiteraard dat veel wat van belang is en iets tot een ervaring maakt niet uitsluitend via woorden overgebracht wordt. Veel van wat er gebeurt, voltrekt zich onder de oppervlakte van het woord, zoals beïnvloeding, fysiologie, beweging en sociale betrokkenheid. We erkennen dat het geschreven woord op die gebieden mogelijke beperkingen kent. Desondanks hebben we geprobeerd om de nuances in de uitgeschreven therapie-dialogen over te brengen, door het gebruik van pauzes, witruimtes, hoofdletters en beschrijvingen van de emoties van zowel de cliënt als de therapeut, om de lezer een indruk te geven van de affectieve factoren die zo belangrijk zijn binnen therapeutisch werk. Het is zelfs zo dat als het goed is weergegeven, het narratief de emoties van de lezer beïnvloedt en tegelijkertijd een idee geeft van de ervaringen die in de therapieruimte leefden. Idealiter lijkt de dialoog tussen therapeut en cliënt als vanzelf te verlopen, alsof er sprake is van een gesprek. De afwezigheid van onze reguliere instinctmatige reacties om direct vragen te stellen of tot geruststelling of directe probleemoplossing over te gaan, maakt het gesprek wellicht tot een door de gehechtheidstheorie gestuurde dialoog.

We hopen dat je terwijl je in je hoofd luistert naar onze stemmen in de stukjes transcript van de therapeutische dialogen, je eigen stem en je eigen woorden vindt binnen jouw eigen werk. De polyvagaal-theorie van Stephen Porges (Porges, 2009) laat zien hoe ons eigen gevoel van veiligheid wordt overgebracht via de nervus vagus – de zwervende zenuw – en door de cliënt kan worden opgemerkt via subtiele veranderingen in de spieren rond onze ogen en in de toonbuigingen van onze stem. Hoe je de via dit boek ter beschikking gestelde interventies voor behandeling integreert, is afhankelijk van veel factoren, waaronder je eigen gevoel van veiligheid. Uit onze ervaringen met het werken met kinderen en ouders weten we dat gezinnen het meeste baat hebben bij de therapie als ze de therapeut als authentiek en oprecht ervaren, als wij als therapeut goed in ons vel zitten. In