Overdracht in een counselingsetting

Bij overdracht in een therapeutische relatie projecteert de cliënt onbewust een belangrijke figuur uit het verleden op de hulpverlener. Meestal gaat het dan om een ideale ouder of juist een ouder waar de cliënt last van heeft gehad (agressief, manipulerend, zuigend, negerend, etc.) De cliënt krijgt gevoelens naar de hulpverlener die opgewekt worden (getriggerd) door een gebeurtenis in het hier en nu maar die hun oorsprong hebben in ervaringen uit de jeugd.

Overdracht is een fenomeen dat zich niet alleen in hulpverleningssituaties manifesteert maar het komt overal en altijd voor. Gebeurt het in het counselingproces, dan is het heel goed bruikbaar om de cliënt bewust te maken van (de effecten van) ‘oude pijn’.

Als een cliënt boos wordt op zijn hulpverlener dan is dit mogelijk materiaal om te kijken wat de reden is van de boosheid en hoe die boosheid in relatie staat tot ervaringen van vroeger.

Voorbeeld 1: een stilzwijgende hulpverlener kan bij zijn cliënt gevoelens oproepen die horen bij de boosheid over een afwezige vader.

Voorbeeld 2: een hulpverlener zegt: ‘…uiteindelijk moet je het zelf doen…..’. De cliënt wordt razend want ze staat er haar hele leven al alleen voor en nu moet er maar eens iemand anders voor haar zorgen.

Een hulpverlener moet zich bewust zijn van deze dynamiek. De grond van het ‘verwijt’ kan evenwel waar zijn maar samen met de cliënt kan gekeken worden wat er met de cliënt gebeurt; wat er voor gevoelens naar boven komen die er voor zorgen dat de cliënt zo heftig reageert.

Vanuit dezelfde visie kan ook uitstekend gewerkt worden met conflicten van de cliënt met de buitenwereld. (Bijvoorbeeld als de cliënt vertelt over een conflict met zijn of haar baas, partner, vriend, collega, etc.) Het conflict roept vaak heftige gevoelens op waar de cliënt in verstrikt raakt. Die heftigheid, en het onvermogen om er mee om te gaan, is vaak het gevolg van overdracht.

Jij, als hulpverlener, hebt de verantwoordelijkheid om het proces steeds naar de cliënt te leiden. Daarbij ben jij je ook bewust van je eigen beleving in het overdrachtsproces. Dit kunnen tegenoverdrachtelijke gevoelens zijn. Deze gevoelens kan je, als je je er bewust van bent, tijdelijk parkeren maar je kan jouw tegenoverdrachtelijke gevoelens ook ‘inzetten’ ten behoeve van het proces van de cliënt, bijvoorbeeld door te delen wat de interactie op dat moment met jou doet. Hiermee kan je de overdrachtelijke gevoelens van de cliënt helpen naar boven te halen en te onderzoeken. Als je je niet bewust bent van jouw tegenoverdracht kan er een machtsstrijd ontstaan tussen jou en je cliënt. Als hulpverlener heb je dan je cliënt niet veel meer te bieden.

Cliënten hebben dikwijls de neiging om de verantwoordelijkheid voor hun proces bij de hulpverlener te leggen. In principe is dit al een vorm van overdracht. Onbewust vindt de cliënt dat de hulpverlener (lees: zijn ouder) voor hem moet zorgen.

Het is dus van belang dat de hulpverlener de verantwoordelijkheid voor zijn proces (en leven) teruggeeft aan de cliënt. De cliënt heeft een probleem en moet die zelf leren oplossen. Alle gevoelens die daarbij vrij komen zijn bruikbaar voor het proces. Het doel is altijd de autonomie van de cliënt.

***© MENS IN WERKING***