Autonomie-gehechtheid – theoretische achtergrond en empirische bevindingen

Samenvatting

Hoofdstuk 2 vormt een kennismaking met het conceptuele en theoretische kader dat de basis vormt voor het begrip autonomie-gehechtheid. Ingegaan wordt op het belang van sekse en gender. De begripsaanscherping van autonomie-gehechtheid houdt eveneens in dat de relaties met verwante fenomenen en begrippen worden besproken. Zo wordt bijvoorbeeld ingegaan op andere begrippen uit de hechtingstheorie (zoals hechtingsstijlen, vroege maladaptieve schema's en persoonlijkheid(sfactoren)). Ook de relaties met psychopathologie worden besproken.

2.1 Autonomie-gehechtheid – 4

2.2 Relaties met andere begrippen – 6

2.3 Relatie met de persoonlijkheid – 7

2.4 Relatie met psychopathologie en (on)welbevinden – 8

2.5 Relatie met andere vormen van onderliggende problematiek – 8

© Bohn Stafleu van Loghum, onderdeel van Springer Media BV 2016
M. Bekker, M.A. van Helsdingen, L. Rutten, B. Kouwenhoven,
Behandelprotocol voor autonomieversterkende interventie, DOI 10.1007/978-90-368-1062-3_2

2.1 Autonomie-gehechtheid

Het begrip autonomie kent een lange traditie binnen allerlei domeinen van de psychologie, zoals de ontwikkelings-, klinische, onderwijs-, en arbeids- en organisatiepsychologie, maar ook in de filosofie. Het woord 'autonomie' is opgebouwd uit de Griekse woorden *autos* (zelf), en *nomos* (wet), en betekent bij benadering: zichzelf de wet voorschrijven. Autonomie is het psychische vermogen tot zelfsturing, anders gezegd: het vermogen om te kunnen varen op het eigen innerlijk kompas (Bekker 2013). Autonomie wordt wel gezien als de resultante van een geslaagd proces van individuatie-separatie, het proces waarbij een individu steeds meer een eigen individualiteit ontwikkelt, door Mahler et al. (1975) ook wel de 'psychologische geboorte' genoemd.

De ontwikkeling van autonomie wordt beïnvloed door biologische, omgevings- en persoonsgebonden factoren (zie Van Assen en Bekker 2009). Een individu is autonoom wanneer hij/zij is toegerust met een eigen identiteit, dat wil zeggen een goed ontwikkeld 'zelf' waarvan men zich bewust is, en met een sturend vermogen om in overeenstemming met dit 'zelf' te handelen. Een goed ontwikkeld zelf houdt in dat het individu in staat is tot het ervaren van de volledige range aan mogelijke emoties en van zijn/haar behoeften, wensen en meningen op relevante levensdomeinen. Het sturend vermogen is ontwikkeld wanneer men de adolescentie afsluit en de volwassenheid ingaat. Aangenomen wordt dat autonomie zich gedurende de volwassenheid nog verder ontwikkelt.

Autonomie omvat niet alleen een goede verbondenheid met het goed ontwikkelde zelf, maar ook een goede verbondenheid met anderen. Sterker, een gezond ontwikkeld zelf impliceert dat er een goede band met anderen is. Omdat mensen in relatie en interactie met anderen leven, is het zelf voor een belangrijk gedeelte een sociaal zelf. Het vermogen tot verbondenheid met anderen is dan ook een onlosmakelijk aspect van autonomie. De nadruk op het sociale aspect van autonomie is echter niet altijd gangbaar geweest in de begripsopvatting (voor een overzicht, zie Bekker 1993). Het klassieke autonomiebegrip (Mahler 1975; Erikson 1974; Kohlberg 1984) concentreerde zich eenzijdig op het vermogen tot onafhankelijkheid en liet de sociale component buiten beschouwing. Het legde de nadruk op het vermogen tot separatie. Hetzelfde geldt voor de autonomie-component in Becks begrip 'autonomy-sociotropy', ontwikkeld in de context van depressie (zie bijvoorbeeld Beck 1983). Onder autonomy-sociotropy wordt één dimensie met twee polen verstaan, waarbij sociotropie (sociale afhankelijkheid), gekarakteriseerd door het investeren in positieve interacties met anderen zoals intimiteit, empathie, begrip, delen van ervaringen, goedkeuring, affectie, hulp, bescherming, wordt opgevat als het tegenovergestelde van autonomie. Dergelijke klassieke ideeën over het begrip autonomie worden door sommigen ook wel aangeduid als de meer 'mannelijke' invulling van het begrip.

Het moderne begrip van autonomie (Bekker 1993, 2009; Bekker en Van Assen 2006) heeft als uitgangspunt dat autonomie en gehechtheid/verbondenheid inherent zijn aan elkaar en elkaar als het ware veronderstellen. Het huidige begrip autonomie wordt daarom ook wel aangeduid als 'autonomie-gehechtheid' *(autonomy-connectedness)* (Bekker en Van Assen 2006). Het begrip autonomie-gehechtheid is in overeenstemming met de begripsanalyse door Hmel en Pincus (2002), die concluderen dat autonomie als zelfbepaling (self-governance) in interpersoonlijke verbondenheid het zinvolste autonomiebegrip is.

Het begrip autonomie-gehechtheid is ontwikkeld uit de hechtingstheorie van Bowlby (1969, 1973), gecombineerd met inzichten uit het neoanalytische object-relatieparadigma (Chodorow 1978, 1989). Autonomie ontwikkelt zich volgens Bowlby op basis van ervaringen in hechtingsrelaties. Veilige hechting leidt tot exploratief gedrag, draagt bij aan de ontwikkeling van autonomie, en vormt het uitgangspunt voor een goede en gezonde ontwikkeling van het individu. Volgens Bowlby ontwikkelen kinderen een veilige hechtingsstijl als hun ouders of andere primaire hechtingspersonen beschikbaar zijn voor het kind en responsief zijn ten aanzien van diens behoeften. Onveilige gehechtheid resulteert uit negatieve interactionele ervaringen, waarbij het kind een inbreuk ervaart op de beschikbaarheid of responsiviteit van de primaire hechtingsfiguur. De belangrijkste onveilige hechtingsstijlen zijn de angstige en de vermijdende hechtingsstijl, respectievelijk gekenmerkt door de neiging zich in relaties zoveel mogelijk te verzekeren van de nabijheid van belangrijke anderen, en de neiging zich juist afzijdig te houden en niet te veel bij anderen betrokken te raken.

Ainsworth en collega's (1978) ontwikkelden een gestandaardiseerde manier om de hechtingsstijl van kinderen (12 tot 20 maanden) te kunnen bepalen: de Strange Situation Test. Zij lieten zien dat kinderen wanneer ze veilig zijn gehecht, een balans vertonen tussen exploratie en hechtingsgedrag. Ze exploreren gemakkelijk bij aanwezigheid van de ouder en kunnen angstig reageren bij afwezigheid van de ouder. Bij terugkomst van de ouder zoekt het kind toenadering, is het weer snel op zijn gemak en hervat het vanuit de veilige basis het exploratiegedrag. Onveilig-angstig gehechte kinderen raken in dezelfde situatie gepreoccupeerd met de afwezige hechtingspersoon en hun eigen negatieve emoties die worden opgeroepen door de vreemde situatie. Onveilig-vermijdend gehechte kinderen negeren daarentegen de hechtingspersoon en lijken nauwelijks te reageren op diens vertrek. Prospectieve onderzoeken wijzen uit dat hechtingsstijlen een relatief blijvend karakter hebben en zelfs continuïteit vertonen over generaties (Waters et al. 2000). Veilige hechting tijdens de jeugd is dus van belang voor latere emotionele aanpassing en sociale competentie, alsook voor later sociaal gedrag en zelfvertrouwen (Carlson en Sroufe 1995; Cassidy 1988; Arbona en Power 2003; Suess et al. 1992). Vice versa vergroot onveilige hechting het risico op gebrek aan adaptief vermogen en op sociale incompetentie, antisociaal gedrag en overige psychopathologie.

Omdat in de hechtingstheorie nauwelijks tot geen aandacht is besteed aan sekseverschillen, is autonomie-gehechtheid als begrip niet alleen gebaseerd op de hechtingstheorie, maar ook op de neoanalytische, object-relationele inzichten in genderspecifieke aspecten van identiteitsontwikkeling, afkomstig van auteurs zoals Chodorow (1978, 1989). Autonomieontwikkeling is volgens deze inzichten een seksespecifiek proces, omdat de primaire hechtingsfiguur voor kinderen vrijwel universeel een vrouw is. Dit gegeven zou de primaire hechtingsrelatie voor beide seksen verschillend maken. Door de overeenkomst dan wel het verschil in sekse zou de moeder een meisje meer als 'hetzelfde' ervaren en een jongetje meer als 'anders'. Het verschil in beleving van de moeder zou een stempel drukken op de hechtingsrelatie met het kind; de primaire, symbiotische hechtingsrelatie tussen moeder en dochter zou intenser en van blijvender aard zijn dan de vroege moeder-zoonrelatie. Jongens zouden genoodzaakt zijn om zich eerder van hun moeder los te maken dan meisjes; zij moeten zich immers gaan identificeren met

hun vader. Als resultaat van onder meer dit proces wordt de identiteit van mannen meer gekenmerkt door individualisme, instrumentaliteit en 'sterke' of meer 'rigide' egogrenzen. Voor de identiteit van vrouwen zouden behoefte aan en vermogen tot het functioneren in intieme relaties en wederzijdse verbondenheid meer kenmerkend zijn, anders gezegd: zij hebben 'minder sterke' of 'flexibeler' egogrenzen (zie Bekker 1993). Hierdoor zouden vrouwen minder gevoelens van afgescheidenheid hebben ten opzichte van anderen dan mannen (Bekker 1993; Chodorow 1978, 1989).

De veronderstelde grotere gerichtheid op anderen van vrouwen in vergelijking met die van mannen is in overeenstemming met andere relevante bevindingen uit de literatuur, zoals de grotere affiliatie van vrouwen bij stress, hun veelvuldiger gebruik van de copingstrategie sociale steun zoeken en de typisch vrouwelijk geachte tend-and-befriendrespons (Taylor et al. 2000). De tend-and-befriendrespons is de neiging tot het koesteren en kalmeren van kinderen en het aangaan van vriendschappelijke banden binnen netwerken als een alternatief voor vluchten of vechten bij stress (voor een overzicht, zie Bekker en Van Assen 2008). De grotere gerichtheid van vrouwen op verbondenheid en dus op anderen heeft ertoe geleid dat vrouwen vaak minder autonomie is toegeschreven. Dat is, zo blijkt uit onderzoek, niet terecht. Inderdaad verschillen mannen en vrouwen in hun mate van gevoeligheid voor en verbondenheid met anderen en qua relationele gerichtheid, maar ze zijn even zelfbewust en even goed in staat om sturing aan hun leven te geven en nieuwe situaties te hanteren (Bekker 1993; Bekker en Van Assen 2006, 2008).

Autonomie-gehechtheid als begrip is dus gebaseerd op de hechtingstheorie (Bowlby 1969, 1973) en op de neoanalytische, object-relationele inzichten met betrekking tot genderspecifieke aspecten van identiteitsontwikkeling. De gender-neutrale hechtingstheorie van Bowlby is uitgebreid met gender-relevante inzichten, die in het autonomiebegrip zijn toegepast (Bekker 1993, Bekker en Van Assen 2006, 2008). Het begrip omvat én het vermogen tot op zichzelf zijn én het vermogen tot verbondenheid met anderen. Sterker: deze beide vermogens worden geconceptualiseerd als inherent aan elkaar en als onlosmakelijk met elkaar verbonden. Autonomie-gehechtheid betreft een psychologische basisconditie, een gezonde capaciteit als resultante van een goed doorlopen ontwikkelingsproces en is daarmee duidelijk onderscheidbaar van psychopathologische fenomenen.

2.2 Relaties met andere begrippen

Relatie met onveilige hechting, onveilige hechtingsstijlen en 'early maladaptive schema's'. Verwante begrippen uit de hechtingstheorie zijn veilige hechting of veilige gehechtheid en onveilige hechting/gehechtheid. Er zijn verschillende typen onveilige-hechtingsstijlen, waaronder angstige en vermijdende hechting, en deze zijn geassocieerd met autonomieproblemen. Ook zijn gematigde maar significante verbanden aangetoond tussen negatieve opvoedings- en hechtingservaringen en autonomieproblemen (bijv. Bekker 1991). Uit onderzoek blijkt echter ook dat autonomieproblemen en onveilige-hechtingservaringen of -hechtingsstijlen wel samenhangen, maar niet hetzelfde zijn (Bekker en

Croon 2010; Bachrach et al. 2013). Hetzelfde geldt voor het begrip 'vroege maladaptieve schema's' ofwel Early Maladaptive Schema's (EMS) afkomstig van Young (Young et al. 2003). Maladaptieve schema's worden gevormd tijdens de kinderjaren als resultaat van negatieve hechtingservaringen, reflecteren themadomeinen zoals sociaal isolement of falen en mislukken, en hebben een sterke invloed op cognities, emoties en gedragingen die gerelateerd zijn aan vormen van psychopathologie (Young et al. 2003). Beck (1964, pag. 564) definieerde het begrip schema als 'een structuur voor screening, codering en evaluatie van stimuli'. Individuen interpreteren hun ervaringen op basis van schema's, die de aandacht richten op eerder opgeslagen informatie en zorgen voor het genereren van verwachtingen en interpretaties van nieuwe situaties. Ook EMS's blijken gematigd samen te hangen met autonomieproblemen (De Nooijer et al. submitted), hetgeen duidt op het bestaan van aparte factoren. Begripsmatig kunnen de verschillen tussen genoemde concepten als volgt worden begrepen: angstige en vermijdende hechting zijn onveilige-hechtingsstijlen en reflecteren de wijze van coping of omgaan met bronnen van bedreiging en met hechtingspersonen. EMS's betreffen de domeinen waarop de onveilige-hechtingservaringen vooral betrekking hebben, de inhoudelijke thema's. Bij autonomie gaat het daarentegen om de, onder meer uit veilige-hechtingservaringen ontstane psychische capaciteit, of het vermogen tot zelfsturing. En, bij autonomieproblemen, om het gebrek aan de ontwikkeling van of defecten in dit vermogen (o.m. Bekker en Van Assen 2006).

2.3 Relatie met de persoonlijkheid

Uit onderzoek blijkt dat autonomie-gehechtheid niet te herleiden is tot een of meer van de belangrijkste persoonlijkheidseigenschappen, de zogenaamde 'Big Five' (Costa en McCrae 1985), oftewel neuroticisme, gewetensvolheid, extraversie, vriendelijkheid en de mate waarin mensen openstaan voor nieuwe ervaringen (openness). Men zou kunnen beargumenteren dat het vermogen om nieuwe situaties te hanteren ongeveer overeenkomt met openness, en gevoeligheid voor anderen met vriendelijkheid. Het blijkt echter dat de mate van autonomie-gehechtheid slechts voor een derde deel te herleiden (statistisch te verklaren) valt tot (uit) een of meer van de vijf stabiele trekken (Van Assen en Bekker 2009). Twee derde deel van de variatie tussen mensen in autonomie-gehechtheidscomponenten kan niet worden verklaard door de Big Five. Ook de sekseverschillen in autonomie-gehechtheid laten zich niet beschrijven door welk sekseverschil of welke combinatie van sekseverschillen op de Big Five-dimensies dan ook. Kortom: autonomie-gehechtheid is een relatief onafhankelijke factor ten opzichte van deze algemene persoonlijkheidstrekken; het begrip verdient dus een aparte plaats. Ook bevestigen deze gegevens dat de hechtingstheorie inderdaad een goed verklaringskader biedt voor het begrip autonomie-gehechtheid. Immers, iedereen kan, uiteraard afhankelijk van de kwaliteit en verwerking van diens hechtingservaringen, een autonoom individu worden, los van eigenschappen als in- of extraversie, of (on)vriendelijkheid (Van Assen en Bekker 2009).

2.4 Relatie met psychopathologie en (on)welbevinden

De AGS-30 is onderzocht op haar relatie met tal van psychopathologische constructen (angst, depressie, eetstoornissen, persoonlijkheidsstoornissen, ADHD, etc.) en aspecten van (on)welbevinden (werkstress (Bekker, Hens en Nijssen 2001), *self-efficacy at work* (Bekker en Van Assen 2006), werk-thuis- en thuis-werkinterferentie (Bekker et al. 2010)). Met alle onderzochte vormen van psychopathologie en onwelbevinden en stress zijn de verwachte (negatieve) verbanden gevonden. Hoe beter de autonomie is ontwikkeld, des te beter is de psychische gezondheid en des te groter het welbevinden. Andersom geldt: hoe lager het zelfbewustzijn en het vermogen om nieuwe situaties te hanteren, en hoe minder (of juist: meer) de gevoeligheid voor anderen, des te meer er sprake is van psychische klachten, onwelbevinden en stress. Steeds betreft het matig hoge correlaties. Dit wijst erop dat autonomieproblemen relevant zijn voor psychopathologie en onwelbevinden, maar daarmee niet samenvallen; ze vormen daarvan een relevante statistische voorspeller, oftewel autonomieproblemen zijn risicofactoren voor psychische stoornissen en onwelbevinden. Een interessant gegeven hierbij lijkt te zijn dat autonomieproblemen verschillende patronen kunnen aannemen, die samenhangen met de wijze waarop de prevalentie van de desbetreffende stoornis verschilt bij mannen en vrouwen (hoger bij vrouwen of juist bij mannen). Dit is geheel in overeenstemming met wat op basis van de theoretische uitgangspunten met betrekking tot de ontwikkeling van genderidentiteit verwacht mag worden (zie ▶par. 1.1). Zo worden angst-, stemmings- en eetstoornissen en persoonlijkheidsstoornissen met een hogere prevalentie bij vrouwen (internaliserende stoornissen) vaak gekenmerkt door een patroon van relatief lage niveaus van zelfbewustzijn en vermogen om nieuwe situaties te hanteren, en een relatief hoge gevoeligheid voor anderen (zie bijv. Bachrach et al. 2013; Bekker 1993; Bekker en Belt 2006; Bekker en Croon 2010; Kuipers et al. 2016; Bekker et al. under review; Roos 2006). Bij externaliserende stoornissen, met name bij symptomen van de antisociale persoonlijkheidsstoornis, is juist sprake van een zeer lage gevoeligheid voor anderen tezamen met een laag zelfbewustzijn en een soms lager, soms hoger vermogen om nieuwe situaties te hanteren (Bekker et al. 2007; Bachrach et al. 2013; Bekker en Van Assen under review).

2.5 Relatie met andere vormen van onderliggende problematiek

Onderzoek heeft zich ook gericht op de samenhang van autonomie-gehechtheid met andere constructen die vormen van onder- of achterliggende problematiek representeren, zoals alexithymie (het onvermogen tot het benoemen en verklaren van eigen emoties), subassertiviteit en gebrek aan bewustzijn van lichamelijke signalen (bijv. Bekker et al. 2007, 2008; Rutten et al. 2015). Ook uit dit onderzoek kan als algemene conclusie worden afgeleid dat autonomie negatief met dergelijke problematiek samenhangt (hoe autonomer, des te minder problemen), maar er niet mee samenvalt. Zo blijkt alexithymie de relatie tussen een gebrekkig zelfbewustzijn en angst en depressie te mediëren.

http://www.springer.com/978-90-368-1061-6

Behandelprotocol voor autonomieversterkende interventie

Bekker, M.; van Helsdingen, M.A.; Rutten, L.; Kouwenhoven, B.

2016, XI, 88 p. 1 illus. in color., Softcover
ISBN: 978-90-368-1061-6