

Brief aan de behandelaars

De hulpverleners laten me niet met rust. Daar zal ik het zelf wel naar gemaakt hebben. Telkens weer krijg ik verzoeken of ik wil bijdragen aan het voortbestaan van de hulpverlening of dat ik afzwaaiende hulpverleners wil toespreken. Ook heb ik eens voor een zaaltje met hulpverleners een halfuur durend rollenspel op me genomen waarbij ik zelf voor therapeut speelde en een van de therapeuten de rol van patiënt op zich nam (ja, therapeut zijn is moeilijker dan gedacht, maar mijn god, wat een vervelende patiënt was dat) en anders is er nog de vraag of ik hulpverleners in opleiding kan confronteren met ja, wat, de weerbarstigste praktijk?

De psychiaters in opleiding zelf hadden geloof ik gemengde gevoelens over mijn interventie

De ironie dat een romanschrijver, uiteindelijk toch een producent van fictie, gezien wordt als verkenners van de realiteit is mij niet ontgaan, hoewel ik ook natuurlijk diverse malen als journalist de wereld van de psychiatrie ben binnengedrongen. De buitenstaander wordt uitgenodigd om met een frisse blik naar de dingen te kijken opdat veel, zo niet alles bij het oude blijft. Het mag hoe dan ook duidelijk zijn dat aller-

lei soorten fictie dat ding genaamd realiteit op maatschappelijk en individueel niveau danig beïnvloeden. Hooguit kan er onderscheid worden gemaakt tussen schadelijke en minder schadelijke ficties. Het scheiden van de ficties (schadelijk, zeer schadelijk, minder schadelijk) is een lastig en verre van neutraal proces, eigenlijk een politiek proces, terwijl de hulpverlener, is mijn ervaring, zichzelf nu juist zo graag als neutraal ziet, zwevend boven de partijen, zijn normen boven alle twijfel verheven. Hem gaat het slechts om het verwijderen van obstakels die tussen de patiënt en volwaardige deelname aan de maatschappij staan, de kwaliteit van het leven te doen toenemen, andermans leven wel te verstaan. Dat wil hij. De hulpverlener als verwarmingsmonteur. Ook als het buiten koud is, is het mede dankzij mij bij u thuis nu een graadje warmer. Ah ja, de kwaliteit van het leven is weer wat gestegen. Zo sprak ik van de zomer in Delft een klein dozijn psychiaters in opleiding toe, mede naar aanleiding van mijn roman *Moedervlekken*. De psychiater die andere psychiaters moest opleiden leek tevreden te zijn. De psychiaters in opleiding zelf hadden geloof ik gemengde gevoelens over mijn interventie. De leukste opmerking kwam van een van de psychiaters in opleiding tijdens het voorstelrondje, wat veelzeggend is want toen had ik mijn mond nog niet opengetrokken: 'Ik heb hiervoor in gynaecologie gewerkt. Het wonder van het leven is mij ontgaan.' Daar werd de basis van de hulpverlening

achteloos geschetst, leek mij. Het wonder van het leven ontgaat degene die hulp zoekt of hij wordt er zo door overweldigd dat het op eigen houtje ook niet meer helemaal lukt. Goed mogelijk dat aanbod vraag genereert. Psychiater Damiaan Denys heeft dat weleens geopperd en dat is hem niet in dank afgenomen. In een land waar slachtofferhulp niet bestaat zal de afwezigheid van die hulp de inwoners allicht niet storen, maar dat blijft een flauwe observatie. Toen de tandarts nog een marskramer was die op jaarmarkten zijn kunstjes vertoonde werd de afwezigheid van verdoving en een kundige mondhygiënist ook nauwelijks gemist. Men deed het ermee. Hooguit kun je zeggen dat wij met zijn allen in het welvarende deel van de wereld steeds minder bereid zijn te zeggen: we doen het er wel mee. En ook elders lijkt die bereidheid af te nemen. Dat is vooruitgang, dat is mondigheid, er geen genoeg mee nemen. Al zijn er natuurlijk therapeuten die de sympathieke opvatting hanteren dat ze hun patiënten moeten helpen het te doorstaan. Het leven. De partner. Het kind. De baas. De aandoe-ning. Het noodlot. Het ouderdommetje. Doorstaan klinkt beter dan accepteren. Je kunt om acceptatie vragen, dat doet de geestelijke en menig hulpverlener doet het ook (ga naar huis en bid), of je kunt acceptatie afdwingen, dat doen de politieagent en de beul (respectievelijk: bidden doe je maar in de gevangenis of: bid nog snel even voor ik uw kop eraf hak.)

Natuurlijk zal de therapeut regelmatig denken dat zijn wachtkamer weer aardig gevuld is met aanstellers, maar als maar een van die aanstellers een week later aan een touw in zijn trappenhuis bungelt, zal de therapeut altijd achterdochtig blijven. Een echte aansteller of doet hij maar alsof?

Ook blijft het moeilijk aan te geven waar culturele en maatschappelijke malaise individuele malaise wordt. Aan de maatschappij lijden we in meerdere of mindere mate allemaal – al hebben we er onze veiligheid en welvaart mede aan te danken – maar de psychotherapeut is er niet om de maatschappij te genezen. Dat zou wat zijn, de psychotherapeut als revolutionair. Zieken aller landen verenigt u.

Bijvoorbeeld de Belgische psychiater en psychoanalyticus Paul Verhaeghe, een man wiens vroegere werk ik zeer waardeer, kwijt zich steeds van de taak die hij zichzelf heeft opgelegd, in het openbaar maatschappijkritiek bedrijven, prachtig, maar de beperking van het genre wordt meteen zichtbaar. Het hapklare moralisme doet namelijk altijd een ziener op zoek naar volgelingen vermoeden. In een recent interview in het Belgische weekblad *Humo* leek Verhaeghe zijn oudere interesse in Lacan geheel verloren te hebben, het was al economie wat de klok sloeg. Een driedaagse werkweek, minder individualistisch zijn, ethisch consumeren en je meer om je kinderen en om je ouders bekommeren. Wie dan nog niet gelukkig is verdient inderdaad niet beter dan de gevangenis en de misère. De hardnekkige vijanden van het geluk zullen heropgevoed worden. Overal heropvoeders, maar de hulpverlener is een schaamteloze heropvoeder want hij kan zeggen: ik doe het allemaal voor u.

De sterhulpverlener is de afgelopen decennia aan een opmars bezig en is zeker niet alleen een schuwe revolutionair à la Verhaeghe. Relatietherapeut Esther Perel hoeft hier niet te worden geridiculiseerd, dat doet ze zelf veel beter dan wie dan ook.

Het wonder van het leven mag de hulpverlener zijn ontgaan – zou dat het zijn wat hij

met zijn patiënt deelt? – maar het wonder van de genezing of zijn manmoedige pogingen daartoe willen althans enkele hulpverleners op een zo groot mogelijk podium met de rest van de wereld delen.

Wat voor hulpverlening geldt, geldt voor zieners, vraag en aanbod zijn niet van elkaar te scheiden. Velen voelen zich geroepen voor ziener te spelen, en de behoefte aan ziener is onuitputtelijk. Of misschien moet het zo worden geformuleerd: de behoefte het licht te hebben gezien is immens. Maar het is een beetje ongeloofwaardig als je dat geheel op eigen kracht voor elkaar hebt gekregen. Daarom zeg je: 'Psychiater Tas heeft mij alles doen begrijpen.' En dan citeer je twee, drie oneliners van de helaas overleden psychiater waarmee je je publiek hoopt te imponeren en waarmee je tevens subtiel onderscheid maakt tussen hen die licht hebben gezien, jijzelf, en zij die nog een lange weg hebben te gaan. Verhaeghe lijkt het licht in de economie te hebben gezien.

En ja, de patiënt die tegen de therapeut zegt 'verlos me van mijn schulden', bedoelt misschien al te letterlijke schulden, een hypotheek, twee persoonlijke leningen, alimentatie en wat illegale gokschulden. Zou het niet heerlijk zijn als de therapeut een klein geldpersje achter de sofa had staan? Nu we toch het basisinkomen willen invoeren, doe dan maar ook basistherapie. Het zou interessant zijn te onderzoeken of patiënten die betaald worden door hun therapeut er op den duur beter aan toe zijn dan patiënten die hun therapeut betalen.

Als we de hulpvraag terugbrengen tot zijn meest rudimentaire vorm komen we hierop uit, vermoed ik: meer licht graag.

Soms is geld licht. Dat heeft Verhaeghe aardig gezien. Maar lang niet altijd. Want

waarom een dakloze met drie tanden soms beter is in levenskunst, en dus weerbaarder, dan een succesvolle gezinsvader in een huis met twee badkamers blijft een open vraag. En daarin heeft Denys dan weer wel gelijk, om weerbaarheid en weerbaarheid kweken gaat het. Dat doen we allemaal, al dan niet met hulp van buiten. Maar een te grote mate aan weerbaarheid kan zomaar cynisme en meedogenloosheid worden. Gewetensvolle weerbaarheid, kijk daar kun je een politieke partij op bouwen. Maar ook met weerbaarheid, het gebrek aan licht blijft.

Voor de ene patiënt is er nooit genoeg licht, voor de ander is het aanwezige licht verstikend en voor je het weet dwalen de gedachte van de analyticus die ook niet meer de jongste is langzaam af, men heeft genoeg eigen problemen, woningnood, geen minnaars en dus geen seks en een paar vreselijke pubers die de kinderen van de analyticus schijnen te zijn.

*God weet dat er veel
incapabele hulpverleners
rondlopen, maar
daaraan ligt het niet*

De nachtmerrie van het geweld, tegen zichzelf gericht of tegen een ander, hangt boven de therapie, niet het ongeluk, dat is een constante, de totale ontsporing die door het huidige verlengstuk van de hulpverlener, de politie, graag handig wordt samengevat met de woorden 'verward persoon', om ten minste semantisch aan te geven dat we hier niet met de gemiddelde huis- tuin- en keuken-

crimineel te maken hebben. Die moet maar verward zijn in zijn eigen tijd. Sterker nog, de nachtmerrie van het geweld hangt als een sterrenhemel boven onze behoorlijk georganiseerde en gedomesticeerde samenleving waarbij de burger, die inderdaad nauwelijks meer te onderscheiden is van de man met de hulpvraag, houvast lijkt te vinden in het falen van de instanties waartoe hij gemakshalve ook zijn hulpverlener rekent. God weet dat er veel incapabele hulpverleners rondlopen, maar daaraan ligt het niet. Zoals een God die alle gebeden verhoort stukken angstaanjagender zal blijken te zijn dan een Heer die doof is voor onze gebeden, zo is een overheid die bureaucratieën uit de

grond stamppt die niet meer tot falen in staat zijn veel angstaanjagender dan het huidige zachte gerommel op de achtergrond van onze levens; nee het is niet de koelkast, het is het falen van de instanties. Ook hulpverleners die niet meer kunnen falen zullen ons nog met heimwee naar het verleden vervullen. Dat falen is misschien de waarheid achter die kernachtige geformuleerde hulpvraag van meer licht: verlos me van mijn falen. Laat het de anderen zijn die falen, maar niet ik. Hulpverlener, faal met mij. Faal in mijn plaats.

Dit artikel verscheen eerder in het Tijdschrift voor Psychotherapie.

*Door **Arnon Grunberg**, schrijver, columnist en journalist.*

Refereren aan:

.....
Grunberg, A. (2024). Brief aan de behandelaars. *Groepen. Tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, 19(4), p. 101-104.