

Op de divan tegen de tijd

De Academische Boekengids 41, oktober 2003, pp. 13-16.

Psychoanalyse is uit de mode, binnen en buiten de universiteit. Het hedendaagse populisme en de natuurwetenschappelijke tijdgeest zijn haar slecht gezind. Maar juist ook daarom is ze nog altijd van grote waarde. Een apologie van de psychoanalytische psychotherapie.

De psychoanalyse was tot voor kort in de psychiatrie een belangrijke bron van inzichten of ideeën. Bekende leerboeken waren op psychoanalytische leest geschoeid en klinieken hadden een overeenkomstige signatuur. In de wereld van de psychotherapie had zij aanzien. Ook cultuurcritici, vooral die van linkse huize, vonden bij haar uitgangspunten die zij bruikbaar achtten.

De val van Marx in de jaren tachtig bracht daar geen verandering in. Marx werd onverkoopbaar, maar Freud bleef het goed doen. Dit is allemaal in relatief korte tijd veranderd. Natuurlijk, de psychoanalyse was altijd al omstreden. Vooral op het punt van de wetenschappelijkheid stuitte ze op harde kritiek. Bekend was het boek van de Amerikaanse filosoof A. Grünbaum, *The Foundations of Psychoanalysis. A Philosophical Critique* uit 1984. Maar het niveau van deze kritiek toonde tegelijk de mate van erkenning voor haar onderzoeksobject.

Dit is verleden tijd. De psychoanalyse heeft aan maatschappelijk en wetenschappelijk aanzien sterk ingeboet. In de psychiatrie is zij 'uit', en zelfs in de wereld van de psychotherapie is dat het geval, zij het in mindere mate. En met het verstommen van de linkse cultuurkritiek viel in de jaren negentig nog een voedingsbodempad weg.

Daarmee was het gezag van Freud zelf niet verdwenen. Hij steeg zelfs tot de status van klassiek denker, wiens verzameld werk terecht is vertaald, uitgegeven en heruitgegeven. Bovendien bleek bij een recente enquête onder psychiaters dat hij nog altijd als eerste bron van inspiratie wordt genoemd. De zaak ligt dus gecompliceerder dan op het eerste gezicht lijkt.

'Bij een recente enquête onder psychiaters bleek dat Freud nog altijd als eerste bron van inspiratie wordt genoemd.'

Daar komt nog eens bij dat de situatie in Nederland geen goede afspiegeling vormt. Elders in Europa is de acceptatie van de psychoanalyse groter, soms zelfs veel groter. Dat geldt voor Frankrijk, België, en in iets mindere mate misschien voor Duitsland, Zwitserland en Italië. Ook die landen hebben de dominante, Amerikaanse classificerende psychiatrie (DSM-IV) en de biologische golf over zich heen gekregen. Maar daar werd toch min of meer vastgehouden aan de eigen geschiedenis op psychiatrisch en psychopathologisch vlak. Nederland daarentegen staat van oudsher 'met de rug naar Europa' en is erg gevoelig voor wat de westenwind brengt. We zijn zelfs roomser dan de paus, want de Engelstalige wereld is ruimerdenkend dan Nederlanders geneigd zijn aan te nemen. Er zijn signalen die erop wijzen dat de psychoanalyse daar nog beschikt over alternatieve denkkraft. Zo bestaat daar een gestage en duurzame invloed van Jacques Lacan, wiens geschreven werk - in een selectie - onlangs in een geheel nieuwe, tweede vertaling is aangeboden, *Écrits: A Selection*, onder redactie van de voortreffelijke Lacan-kenner Bruce Fink. Daarnaast hebben de Verenigde Staten altijd een krachtige stroming gekend die de psychoanalyse sterk interactioneel en fenomenologisch opvat. In deze traditie verscheen vorig jaar *Worlds of Experience. Interweaving Philosophical and Clinical Dimensions in Psychoanalysis* van Robert Stolorow, George Atwood en Donna Orange. De psychoanalyse wordt daarin beschouwd als onderdeel van de geesteswetenschappen.

In de lijn hiervan ligt de confrontatie van de psychoanalyse met de geschiedenis. Op dit vlak verscheen een rijk boek van de Engelsman Roger Kennedy, *Psychoanalysis, History and Subjectivity*. Het lijkt erop dat de psychoanalyse juist vanwege haar geesteswetenschappelijk karakter op gespannen voet staat met de heersende psychiatrie. Maar het lijkt er ook op dat haar toekomst juist gelegen is in haar geesteswetenschappelijk karakter, dat zij moet vasthouden en uitbouwen, tegen de natuurwetenschappelijke en positivistische tijdgeest in.

Uitgangspunt van het psychoanalytische gedachtegoed is dat levensproblemen of problemen met de geestelijke gezondheid niet 'focaal' zijn, maar dat zij een bepaalde manier van leven uitdrukken. Iemand is niet 'depressief' omdat hij bij een zelftest aan een aantal criteria voldoet. Het gaat om de vraag wat de achtergrond is van een door hemzelf ervaren depressiviteit. Om deze reden is de psychoanalytische psychotherapievorm 'open' en wordt de cliënt uitgenodigd zich vrij uit te spreken, waarbij hij zo min mogelijk dient te worden gestuurd. Die vorm past geenszins in onze tijd, met zijn voorkeur voor vaste, strikt geregelende diagnose-behandelcombinaties (zogenoemde DBC's).

Er is binnen de psychoanalyse veel aandacht voor de interactie die, naar haar gedachtegang, de innerlijke belevingswereld weerspiegelt zoals die voor een groot deel is gevormd in de

levensgeschiedenis. Deze benadering werkt door in het denken over psychische stoornissen. De nadruk ligt op innerlijke conflicten, die zelf relationele conflicten weerspiegelen. In het denken over de verhouding van de mens tot de cultuur ligt het accent op innerlijke verdeeldheid en de onvermijdelijkheid van conflicten. De psychoanalytische mensvisie staat open voor de tragische kant van het leven. Zo vormt de psychoanalyse niet een toetsbare theorie die door empirisch onderzoek weerlegd kan worden, maar biedt zij een vrij ruim kader voor het aanreiken van thema's - afhankelijkheid van de ander, autonomie, geslachtsverschil, onverwulbaarheid - die in de beschouwing van het eigen, of van andermans leven geconcretiseerd moeten worden. En die thema's vormen ook mogelijk object van empirisch onderzoek. Hier kan de psychoanalyse een bijdrage blijven leveren aan de psychopathologie, aan vormen van cultuurbeschouwing - zoals literatuurwetenschap - en aan de filosofie, vooral aan de wijsgerige antropologie. Zij heeft ook de narratieve richting in de psychologie of de semiotiek beïnvloed, die in zekere zin verwant aan haar zijn. Op bescheiden schaal kan zij blijvend een verdieping leveren aan het universitaire discours.

Maar dat is precies het punt waar de schoen wringt. Thans heerst de biologische denkrichting. De sterk toegenomen kennis op het vlak van de hersenwetenschappen, de genetica en de evolutiebiologie leidde tot een bloei van de cognitieve neurowetenschappen, de gedragsgenetica en de evolutionaire psychologie. Er is wel een belangrijk verschil in toon met de vroegere vormen van deze wetenschappen. Tegenwoordig ligt de nadruk veel meer op de interactie tussen het biologische substraat en de omgeving. De opkomst van het begrip 'genexpressie' duidt erop dat de aanwezigheid van coderend genmateriaal op zichzelf nog niet beslissend is voor de inwerkingstelling daarvan, maar omgevingssturing behoeft. Deze nadruk op omgevingsinvloeden brengt dus een nuancering aan. Maar dat neemt niet weg dat de beschouwingen zelf vaak deterministisch en materialistisch van aard blijven. Daardoor wordt de psyche of geest gezien als herleidbaar tot materie. Bij vooraanstaande Nederlandse gedragswetenschappers en hersenwetenschappers lezen wij: 'Het bewustzijn is dus niet een veroorzakende factor, en het is niet meer dan een product van de hersenen.' En: 'Geest of bewustzijn brengen niets teweeg, maar zijn zelf producten van het functioneren van onze hersenen.'

Wanneer een psychische stoornis optreedt, schrijft de huidige tijdgeest dit niet meer toe aan de eigen levensvoering, maar aan een disfunctie van de hersenen. Kreeg vroeger de omgeving de schuld, nu is het lichaam aan de beurt. En naast het naturalisme heerst ook het instrumentalisme. In de evolutiepsychologie wordt de menselijke geest opgevat als een gereedschapskist waaruit, afhankelijk van domein en taakstelling, functiemodules aangesproken worden. Bovendien is de wetenschapsopvatting zelf vaak instrumentalistisch. Wetenschap is sterk gericht op het maken, vanuit het idee dat alleen het maakbare kenbaar is. Zo ook bij de psychotherapie. Die moet kort duren, overzichtelijk zijn, goed omschreven klachten behandelen, waarvoor speciale modules beschikbaar zijn. En de doelstelling is beperkt: 'No cure but control.'

Een ander kenmerk van de tijdgeest is het gewicht dat men toekent aan de menselijke presentatie. Dit behoeft nauwelijks toelichting: belangrijk is hoe men overkomt, of men het in de media goed doet. Daarbij telt de vergelijking met anderen zwaar. Rivaliteit, prestige en andere waarden uit de narcistische sfeer staan hoog genoteerd.

?Gevoelens zijn complex. Liefde is ongrijpbaar en gericht op iets wat ongrijpbaar is, en is bovendien zelf weer verbonden met bewondering en met de mogelijke omslag naar haat.?

Wat heeft de psychoanalyse hier nu tegenover te stellen? Tegenover de biologische benadering, waarin biochemische processen centraal staan, brengt zij het belang van de ervaring naar voren, met een ouderwets woord het 'wedervaren'. Het gaat in de psychoanalyse vooral om die subtiele aspecten van de ervaring die zich aan de beschrijving en de aandacht onttrekken. In de positivistische wetenschap zijn die min of meer buitengesloten, omdat zij zich niet laten rubriceren. Zo vindt veel onderzoek plaats naar de paniekstoornis en haar biologische substraat. Maar wat 'angst' nu precies is, blijft buiten beschouwing. Omdat de beleving van angst nu juist zo moeilijk is te vatten.

Op dit vlak is de psychoanalyse nauw verwant met de richting in de filosofie die bekendheid kreeg onder de naam 'fenomenologie'. Ook zij is huiverig voor globale rubricering, want waar het in de ervaring om draait, is in eerste instantie juist ongrijpbaar en blijft onder de gangbare schematiseringen verborgen. Het gaat om een niet-normatieve grondhouding van eerbied of respect voor wat zich toont en hoe het zich manifesteert, zonder een oordeel te vellen of naar de neurobiologie te grijpen. En wat precies de kern uitmaakt van een ervaring moet in een omtrekkende beweging omzichtig en zijdelings worden benaderd.

Dit geldt niet alleen in de theorie en de wetenschap maar ook in de praktijk. De psychoanalytische psychotherapie bestaat voor een belangrijk deel uit het schenken van aandacht aan die ervaringen en gevoelens die in hun ondoorzichtigheid aan de aandacht ontsnappen. Zij is dus een soort praktische fenomenologie. Een oefening in sensibiliteit, die bewust maakt van de gevoelens die in allerlei situaties passeren. Deze aandacht voor de belevingskant van het menselijk bestaan staat haaks op de dominante biologische kijk. Daar probeert men zo veel mogelijk van de belevingskant en haar autonome betekenis te abstraheren. Hier heeft de psychoanalyse dus wat te bieden. *Worlds of Experience* past in deze fenomenologische lijn.

De psychoanalyse zet zich ook af tegen de instrumentele benadering waarin dingen, mensen, en gevoelens vooral bewerkbaar moeten zijn; en mensen ongespleten: ze zijn wat ze zijn. Maar in het psychoanalytisch perspectief zijn mensen juist verdeeld en conflictueus, en daarmee instabiel. Gevoelens zijn complex. Liefde is ongrijpbaar, gericht op iets ongrijpbaars, en bovendien verbonden met bewondering en de mogelijke omslag naar haat. Lacan sprak niet voor niets van *hainamoration: haine, amour, admiration*. Wij laten ons leiden door de ervaring van het moment en de diepere lagen daarbinnen, maar ook door voorbije situaties waar wij geen greep op hadden. Daarom heeft de psychoanalyse altijd veel aandacht gehad voor het verleden, voor de historiciteit van het menselijk bestaan. Het gaat hierbij om het besef dat de mens niet alleen is wie hij is, maar nog steeds is wie hij was - zonder dat te weten of voluit te beseffen. Doel van een psychoanalytische psychotherapie is dan ook deels gelegen in het helderder krijgen van dit onwetend-weten. Hier liggen tal van vragen die samenhangen met de aard van geschiedkundig onderzoek. Dit is ook het onderwerp van het boek van Kennedy, *Psychoanalysis, History and Subjectivity*. Kennedy spreekt zich uit voor een afbeeldend en een uitbeeldend karakter van psychoanalytische inzichten: 'The psychoanalytical process is fundamentally historical in character. Historical narratives are not only models of past events and processes, but also metaphorical statements.' Daar liggen vragen over de verhouding tussen afbeelding en uitbeelding. De aandacht voor het verleden vormt een welkome correctie op de nadruk op het hier en nu. Het leven kent een uitgestrektheid in de tijd waarvan men zich ook in de psychotherapie en -pathologie rekenschap moet geven. De waarlijk menselijke tijd is, naar psychoanalytisch inzicht, niet het verleden, ook niet de toekomst, maar de voltooid toekomstige tijd: 'Ik zal geweest zijn.' De terugblik uit de toekomst naar het verleden. De Franse filosoof Paul Ricoeur gaf in deze lijn een mooie samenvatting van wat hij de 'expérience analytique' noemt: 'Le désir qui vient à la parole, le rapport avec un autre, et avec les autres premiers, le passage par le récit, la compulsion de la répétition, le travail du deuil.' (*La critique et la conviction*, Parijs, Calmann-Levy 1995.)

De psychoanalyse staat ten slotte op gespannen voet met het hedendaagse 'onmiddellijkheidsdenken'. Dingen en mensen dienen tegenwoordig transparant te zijn. Verdeeldheid en historische achtergrond mogen daarbij geen rol spelen. Sprekend voorbeeld hiervan is het huidige belang dat gehecht wordt aan het beeld. Het beeld geeft immers de illusie van doorzichtigheid. Maar die onmiddellijkheid betreft ook het handelen en verlangen. De hedendaagse burger heet assertief en diensten moeten direct worden geleverd. Zo gaat de beeldcultuur hand in hand met een vrij krachtig narcisme van de hyperassertieve burger.

Hiertegenover stelt de psychoanalyse het 'tekort'. Er is geen directe, onmiddellijke weg, er is alleen een omweg. De directe weg is een illusie en uiteindelijk desastreus. Zo bezien gaf de Duitse filosoof Ernst Cassirer, neokantiaan uit de eerste helft van de twintigste eeuw, in zijn *Philosophie der symbolischen Formen* de kortste samenvatting van de psychoanalyse: 'Das Paradies der reinen Unmittelbarkeit ist verschlossen.' Anders gezegd: elke toegang tot de wereld, elke vorm van wereldontsluiting is symbolisch, en behoeft bemiddeling door het symbool of door symbolische stelsels, als taal, verhalen, beelden, normen - symbolische vormen. Deze beelden en verhalen vormen ons. Wij leven in een cultureel gestructureerde wereld. Onze verlangens zijn gevormd in de omgang met wat gangbaar is en wat anderen vinden. Wij spiegelen ons aan anderen. En als wij de ander zien, zien wij hem zoals hij aan ons verschijnt, 'bemiddeld' door verhalen en beelden. De toegang tot de werkelijkheid van de ander is dus bemiddeld, maar toch, en dat is het kardinale punt, gaat de werkelijkheid niet op in deze bemiddeling door beelden en verhalen. Die achterliggende werkelijkheid heette bij Kant het 'Ding an Sich'. Ieder heeft zijn 'Ding' achter zich. Van Wouter Bos werd gezegd: 'Je krijgt wat je ziet en je ziet wat je krijgt.' Deze illusie is van alle tijden; maar in onze tijd, in onze beeldcultuur, wordt zij sterk gevoed. Zo voerde zijn voorganger in het beeldsucces als slogan: 'Ik zeg wat ik denk en ik doe wat ik zeg.'

Je krijgt wat je ziet, en zelfs nog meer dan dat. Sterker, er is een kloof tussen zien en zijn. Freud schreef: 'Wie das Physische, so braucht auch das Psychische nicht in Wirklichkeit so zu sein, wie es uns erscheint.' Het is vermoedelijk een misverstand te menen dat wat wij zien de werkelijkheid is. De werkelijkheid, ook de innerlijke werkelijkheid, is anders. Daarom heeft deze werkelijkheid voor ons, en hebben wij voor elkaar, een verrassing in petto, zonder te weten welke. Dit is het uiteindelijke punt van de psychoanalyse. De toegang tot onszelf en de ander loopt langs de weg van de representatie. Daardoor wordt iets toegankelijk, maar vindt tegelijkertijd buitensluiting plaats.

'Het kost tijd, misschien wel één jaar, of misschien twee of drie, om het leven een kleine wending te kunnen geven.'

Maar de bemiddelde toegang is niet alles. Er is iets waarop wij geen greep hebben, iets wat zich aan ons onttrekt maar ons toch bepaalt. Die diepere verlangens moeten zich realiseren via beelden en verhalen, via de weg van vraag en aanbod. Zo wordt ook bevrediging, geluk en genot gevonden. Deze vorm van psychoanalyse, die de nadruk legt op de bemiddeling door verhalen, is nog altijd hecht verbonden aan de aloude psychoanalyse van Freud. De idee van de menselijke conflictmatigheid, de noodzaak van het laten varen van de onmiddellijkheid en het belang van de verwoording, vormen de kern van Freuds denken. En dat reikt verder dan bepaalde tijdgebonden verbanden. Zo schrijft Ricoeur ook: 'Je dirais aujourd'hui que non seulement on a peut-être surévalué la théorie chez Freud, mais que, en outre, on n'a pas vu qu'elle est en retard sur sa

découverte, laquelle est précisément de l'ordre du narratif, loin du biologisme, loin du scientisme.'

Het lijkt alsof de psychoanalyse en de huidige tijd elkaar uitsluiten. Maar dat is een kortzichtige conclusie. De huidige tijd is gedeeltelijk bepaald door uiterlijkheid, beheersbaarheid en maakbaarheid. Dit heeft ook een sterke kant van subjectiviteit, een zoeken naar authenticiteit, al is dat zoeken ongetwijfeld vooral narcistisch getint en vaak op de uiterlijkheid gericht.

Iemand als Charles Taylor heeft, onder andere in zijn *Sources of the Self. The Making of the Modern Identity* (1989) met nadruk erop gewezen dat in dat narcisme een moreel ideaal verscholen ligt: dat van zelfexpressie en inderdaad het zoeken naar authenticiteit. En dit ideaal stamt uit de moderne tijd. Wat dat betreft is de 'tijd van nu' een aanscherping van de moderniteit in haar geheel. Want de moderniteit is, in ieder geval sinds de Verlichting, getekend door een streven naar maakbaarheid, beheersbaarheid en transparantie. Maar zij wordt tegelijkertijd óók gekenmerkt door de hoge waardering van subjectiviteit, eigenheid en authenticiteit. Taylor beklemtoont dan het dubbele gezicht van de moderniteit. Juist dit dubbelspoor, deze gespletenheid, is dan kenmerkend. Aan de ene kant is er de maakbaarheid van de wereld, aan de andere kant de subjectiviteit, de eigen beleving. Wanneer de instrumentele kant overheerst, zien we wat we allemaal kunnen, met onze techniek en macht. Maar dan hebben we weinig oog voor onze verdeeldheid, onmacht en tragiek. En wat we nu zien, is een sterke overheersing van de instrumentele pool: een biologisch naturalisme, een instrumentalisme en een beeldcultuur waar het zoeken naar eigenheid de vorm heeft van een preoccupatie met het uiterlijk en het daarbijbehorende narcisme.

Als deze cultuurdiagnose juist is, dan is de positie van de psychoanalyse een andere dan eerder kon worden gedacht. Tot nu toe leek het erop dat de psychoanalyse vooral haaks stond op de moderne cultuur. De blijde boodschap luidde immers dat psychische stoornissen te maken hebben met biologische verstoringen, die te verhelpen zijn met pillen of met vaste, codeerbare behandelprogramma's. De psychoanalyse leek, met haar aandacht voor de beleving, de levensgeschiedenis en het lot, een restant uit een verderfelijk verleden: de Middeleeuwen (wat soms ook letterlijk zo wordt gezegd).

Beter is het de psychoanalyse te zien als een wezenlijk onderdeel van de moderniteit. De cultuur van dit moment is een onevenwichtige en erg eenzijdige variant van die moderniteit; eenzijdig omdat de moderniteit beide polen nodig heeft om voluit modern en vitaal te zijn. Deze gespletenheid maakt dat de psychoanalyse een noodzakelijk tegenwicht kan bieden tegen de totaliserende kanten van de moderniteit.

Aangezien we ons niet kunnen beroepen op een natuurlijke voorgegeven orde, van God of de natuur, zullen wij ons leven zelf moeten vormgeven. We moeten zelf de verantwoordelijkheid voor ons eigen leven dragen. Lacan zei: 'L'Autre n'existe pas.' Er is geen Ander van de Ander, geen grote Ander die de dienst uitmaakt en zegt: 'Ja jongen, het is goed zo.' En dat is ook de boodschap van de psychoanalyse: het belang van de eigen levenservaring, van verdeeldheid en van het tekort. Dit is vermoedelijk de diepere reden van haar impopulariteit van dit moment, en daar ligt waarschijnlijk ook de reden waarom het biologische verhaal tegenwoordig zo populair is. Eigenlijk is dat verwonderlijk, omdat de psychoanalytische gezichtspunten helemaal niet extreem zijn. Als men levensproblemen heeft, zijn zij - kan men aannemen - gegroeid, en zijn zij niet direct oplosbaar. En het kost tijd, misschien wel één jaar, of misschien twee of drie, om ze goed onder ogen te zien, er voeling mee te krijgen, ze te verteren, om het leven een kleine wending te kunnen geven.

Maar dat lijkt al te veel gevraagd, het moet direct en liefst met farmaca. Toch zou de psychoanalyse, als de gegeven tijdsdiagnose juist is, wel in de moderne tijd kunnen passen. Veel gewicht legt zij misschien niet in de schaal, maar haar belang ligt nu vooral in het bieden van enig tegenwicht. Want juist voorzover zij *niet* past in deze tijd, kan zij wellicht van betekenis zijn.

Antoine Mooij is hoogleraar Psychiatrische Aspecten van de Rechtspraktijk aan de Universiteit Utrecht. Afgelopen jaar verscheen van zijn hand *Psychoanalytisch gedachtegoed. Een modern perspectief* (uitgeverij Boom).

Besproken boeken:

Psychoanalysis, History and Subjectivity. Now of the Past
door **R. Kennedy**.
Brunner-Routledge. Londen 2002.
200 pag. Hbk. £ 45,- Pbk. £ 16,99

Écrits: A Selection
door **J. Lacan**.
W.W. Norton & Company. New York 2002.
384 pag. € 18,-

Worlds Of Experience.

Interweaving Philosophical and Clinical Dimensions in Psychoanalysis

door **R.D. Stolorow**, **G.E. Atwood** en **D.M. Orange**.

Basic Books. New York 2002.

208 pag. \$ 40,-