

Psychotherapeutische psychiatrie

Menselijke maat in praktijk en wetenschap

Frits Milders en Moniek Thunnissen

De Tijdstroom, Utrecht

© De Tijdstroom uitgeverij, 2015
Omslagontwerp: Cees Brake bno, Enschede.

Uitgegeven door De Tijdstroom Uitgeverij, Postbus 775, 3500 AT Utrecht.
Internet: www.tijdstroom.nl
E-mail: info@tijdstroom.nl

Aan de totstandkoming van deze uitgave is de uiterste zorg besteed. Voor informatie die nochtans onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteur(s), redactie en uitgever geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen van de opgenomen gegevens houden zij zich gaarne aanbevolen.

Waar dit mogelijk was is aan auteursrechtelijke verplichtingen voldaan. Wij verzoeken eenieder die meent aanspraken te kunnen ontlenen aan in dit boek opgenomen teksten en afbeeldingen, zich in verbinding te stellen met de uitgever.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voorzover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16b Auteurswet 1912 juncto het Besluit van 20 juni 1974, Stbl. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stbl. 471, en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht, Postbus 3051, 2130 KB Hoofddorp.

Voor het overnemen van gedeelten uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.

ISBN 978 90 5898 273 5
NUR 875

Inhoud

Voorwoord	7
<i>Prof.dr. Damiaan Denys</i>	
Waarom psychotherapeutische psychiatrie?	
Verantwoording en strategie	11
1 Noodlottige complexiteit	
Overture	25
2 De patiënt vertelt	
De patiënt als subject	59
3 De psychiater vertelt	
De patiënt als object	87
4 Samenspraak tussen verhalen van en over de patiënt	
De structuurdiagnose	121
5 Stichtelijke verhalen	
De relatie psychiater-patiënt-syndroom	159
6 Bevrijden van patiëntenverhalen uit de conceptuele stolling	
Schizofrenie	201
7 Andere verhalen bevrijden	
Psychiatrische syndromen en begrippen	229
8 Verhalen en pillen	
Psychofarmacotherapie is een vorm van psychotherapie	255
9 Verhalen van psychotherapeutische psychiatrie	
Het werken met en vanuit kracht	279
10 Patiëntenverhalen en wetenschap	
Psychiatrie is een menselijke medische wetenschap	315
11 Geïnspireerde complexiteit	
De identiteit van de psychiater	349

Inhoud	6
<hr/>	
Literatuur	383
Over de auteurs	399
Zakenregister	401
Namenregister	407

Voorwoord

Een tijdje geleden las ik een citaat dat bleef hangen. Ik weet wel, de kennis van onze huidige wereld berust stilaan alleen maar op citaten ('quotes'), opinies, meningen, columns, blogs en tweets, maar deze uitspraak verloor om de een of andere reden de gebruikelijke alledaagse vluchtigheid. Ik hield de tijd een moment staande om de betekenis van de zin beter te vatten en las opnieuw: 'The universe is under no obligation to make sense to you.' Het citaat is van Tyson. Niet van de bekende bokser, maar wel van een Amerikaan, een wetenschappelijk publicist die je het best kunt typeren met het volgende voorval. Toen werd aangekondigd dat de film Titanic in een nieuwe, driedimensionale versie zou worden uitgebracht, zocht Neil de Grasse Tyson regisseur James Cameron op omdat de oorspronkelijke film niet het correcte hemelperspectief weergaf om 16.20 uur op 15 april 1912 in de Atlantische Oceaan toen het monumentale schip verging. Voor die specifieke plek in de oceaan en op dat precieze tijdstip in 1912 rekende Tyson wel de juiste hemelstand uit en stuurde het beeld trots naar James Cameron, die zijn film volgzzaam aanpaste.

Waarom is de uitspraak 'The universe is under no obligation to make sense to you' zo intrigerend? Twee redenen kwamen bij me op. Ten eerste: het universum is betekenisloos, en ten tweede, misschien wel onrechtstreeks maar toch in de zin vervat: mensen hebben betekenis nodig. Of, anders gesteld: de werkelijkheid kent geen betekenis, en de mens kan niet zonder. In tweede instantie, maar het blijft intuïtief, begreep ik uit 'under no obligation' dat de mens zelf verondersteld wordt om betekenis te genereren. We kunnen het universum er niet op aanspreken dat het ons geen betekenis geeft. Ik kan niet vermanend naar de hemel wijzen wanneer mij de betekenis in de wereld ontgaat, maar moet mezelf aanspreken. Want ergens wordt een actie van ons verwacht, een eerste aanzet, een menselijk initiatief om betekenis te scheppen in het universum. Het universum is naar men zegt groot, leeg en koud. Sommigen vinden dat vervelend. Maar leegte schept ruimte. Daarom is er kunst, literatuur, filosofie, wetenschap, religie, ... om het universum betekenis te geven. We kennen al eeuwenlang onvermoeibaar betekenis aan het universum toe opdat we in een menselijke wereld kunnen leven. Door nutteloze bizonzen, herten en paarden af te beelden in de grotten van Lascaux, of door duizenden fonkelende diamantjes op een schedel te plakken. Want zonder betekenis gaat het leven niet. Is het niet geweldig dat we dat zelf mogen bepalen? Is het niet prettig dat het universum voorafgaand geen betekenis heeft, maar dat we die leegte zelf mogen invullen met onze eigen verbeelding en verlangens, dat we een wereld kunnen bouwen op maat van ons, mensen? Is het niet bijzonder dat wij in dit universum een taal mochten ontwikkelen die onze wereld aanschouwelijk maakt, ook al is de werkelijkheid zelf soms afwezig? Dat er meerdere talen zijn omdat er ook meerdere werelden zijn die elk een andere grondtoon herbergen, een andere

tint, een verschillende klank bezitten, elk geënt op die specifieke geografische plek, met haar eigen natuur, kleur van aarde, lucht, temperatuur en wind? De taal is een landkaart die je op de werkelijkheid legt waardoor je de wereld kunt lezen. Taal speelt een doorslaggevende rol in de overdracht van betekenis, want woorden dragen letterlijk betekenis. Woorden maken betekenis mogelijk en overdraagbaar. We begrijpen door taal, want die is de toegang tot onze geschapen wereld.

Sommigen menen dat er tegenwoordig minder behoefte is aan begrijpen, omdat we al veel weten. Omdat we in een moderne tijd leven waar alles al is ontdekt, mensen naar Mars zullen gaan, er pacemakers zijn, en we kunnen observeren wat in de hersenen gebeurt wanneer we een foto van president Clinton zien. We weten tegenwoordig veel, maar toch ontbreekt het ons nog steeds aan begrip. Weten is niet hetzelfde als begrijpen. We worden bedolven met weten door citaten, opinies, meningen, columns, blogs, tweets. We weten van alles, maar begrijpen niets meer. Want weten is passief, je neemt iets op en laat het weer achter. Zoals de precieze stand van de hemellichamen om 16.20 uur op 15 april 1912 op een plek in de Atlantische Oceaan. Begrijpen is actief; je neemt aan iets deel. Je voegt iets toe. Door te begrijpen verandert er iets. Er verschuift iets, iets valt op zijn plaats. Iets wordt duidelijk. Begrijpen verandert de realiteit, maakt de wereld – en uiteindelijk ook mezelf, omdat ik er onherroepelijk deel van uitmaak. Begrijpen is een wereld creëren door betekenis in de werkelijkheid onder te brengen. Elk nieuw begrip voegt iets toe aan mezelf. Dat is wat we de hele tijd als kind hebben gedaan, blijkt wanneer we ons afvragen waar al de verprutste tijd toen is heengegaan. In het vlakke zand op het strand kastelen maken, tekeningen kerven, woestijnen zien, als een soldaat dood neervallen en in het zand bijten. En na veel oefenen – zoals de hersenen nu eenmaal werken – kan de mens niet meer zonder. Dan verschijnt overal betekenis, ook ongevaagd, als een verslaving; als een obsessie dringt betekenis zich aan me op. Mensen willen begrijpen, maar moeten ook begrijpen. In toevallige reeksen getallen willen we patronen zien, achter het onverklaarbaar verlies van betekenisvolle personen zoeken we complotten, in willekeurige wolken ontwaren we kabouters, in toevallige rotsformaties herkennen we beren. Mensen zijn betekenisbehoeftege wezens, en dat is hun kwetsbaarheid. Want na lange duur krijgt eender welke omstandigheid voor een mens uiteindelijk betekenis, niet alleen de meest gewone, de meest saaie, maar ook de meest zieke, de meest wrede, of de meest onrechtvaardige. Omdat zonder betekenis niets is, maar andersom niets zonder betekenis is. Niets is zonder betekenis, ook niets.

Daarom is er psychiatrie. Want haar hele wezen, haar essentie, haar doel, richting en opdracht is alleen maar dat: mensen helpen betekenis te vinden. Omdat niets betekenis heeft en alles betekenis kan hebben. Omdat beteke-

nis er niet voorafgaand is, omdat ze verloren kan gaan ook al was ze ooit wel aanwezig, omdat ze niet vanzelfsprekend is, omdat er soms te weinig, maar soms ook teveel aan betekenis is. Er is psychiatrie omdat niet iedereen erin slaagt een leeg koud universum om te toveren tot een warme betekenisvolle wereld. De psychiatrie merkt dat 'under no obligation' maar al te goed. De psychiatrie hoort het eerst de wanklanken en het gejammer, ze ziet de valkuilen en demonen van patiënten, die ofwel zoekend verdwalen in te weinig betekenis, ofwel waanzinnig verteerd worden door teveel aan betekenis in depressies en verslavingen, of in dwanggedachten, wanen en hallucinaties. Psychiatrie ontleent haar bestaansrecht aan een universum dat niet verplicht is betekenisvol te zijn.

Voorliggend boek Psychotherapeutische Psychiatrie. Menselijke maat in praktijk en wetenschap vertelt over de essentie van de psychiatrie: betekenis lezen en betekenis geven, luisteren naar verhalen, en verhalen vertellen. Opdat voor wie het niet meer kan en het vraagt, opnieuw een betekenisvolle wereld kan verschijnen, of een wereld tot een proportie kan worden teruggebracht die op zijn specifieke maat is toegesneden. Psychiatrie geeft betekenis, niet meer en niet minder. Dat is wat ze doet. Neutraal en bescheiden, niet zoals profeten, popgroepen of populisten, maar ook alleen maar technisch en pragmatisch, niet zoals priesters, kunstenaars of schrijvers. Want betekenis moet in balans zijn. Zoals eb en vloed. De psychiatrie hoort daarom behoedzaam te werken. Ze werkt in kleine stappen. Ze probeert voor een patiënt eerst schoorvoetend opnieuw betekenis aan de wereld te geven, laat vervolgens zien hoe een patiënt zelf opnieuw betekenis in zijn wereld kan herkennen, om tot slot te leren hoe de patiënt zelf betekenis kan creëren. Dat heeft, zoals Milders en Thunnissen zo mooi en zorgvuldig uitleggen, tijd nodig, omdat men de ander moet leren hoe je opnieuw verhalen kunt begrijpen, hoe je zelf naar verhalen kunt luisteren, en je tot slot zelf opnieuw verhalen kunt schrijven. Omdat het universum inderdaad niet verplicht is betekenisvol te zijn. Een ander leren zelf betekenis te geven, zonder zelf deel uit te maken van die nieuw gecreëerde wereld van de patiënt, van het nieuwe verhaal, vergt veel oefening en ethische reflectie.

Het is geen toeval dat het boek van Milders en Thunnissen net nu tot stand komt. Niets is zonder reden, zei Leibniz, en dat is wellicht niet waar, maar het zet wel aan tot denken, dwingt tot initiatief om te interpreteren, om betekenis te zoeken. Het boek verschijnt op tijd. Op een moment waarop de psychiatrie onder druk staat, en in crisis verkeert, zo'n boeiend moment waarop dingen kantelen, perspectieven veranderen, beelden veranderen. De psychiatrie worstelt zelf met haar betekenis, dat heeft ze altijd gedaan, maar nu meer dan ooit omdat haar betekenis gevende werk niet zo gemakkelijk kan worden uitgedrukt in getal en maat. Het ontgaat sommigen dat – juist omdat psychiatrie betekenis geeft – haar doeltreffendheid ook berust op de

overdracht van betekenis. Hoe objectief medisch en technisch ze ook moge zijn, er blijft in de psychiatrie altijd een subjectieve rest aanwezig die op betekenis rust. Zoals de zoetzwarte drab die onder in het kopje Turkse koffie blijft kleven, die de smaak en de kleur aan de koffie geeft, maar waaraan je ook niet direct wilt proeven, want ze is te bitter en te sterk, hoewel ze verborgen blijft, maar wel vervloeit met de koffie, want je weet niet waar de drab eindigt en ook niet waar ze begint. Ook als je het kopje omdraait, blijft de drab onderin kleven. Er is geen ontkomen aan betekenis, ook al implanteert de psychiatrie elektroden in hersenen.

Naar mijn smaak heet dit boek gewoon ‘De inleiding in psychiatrie’ want het boek van Milders en Thunnissen vertelt de kern van ons vak. Ze beschrijven de minimale voorwaarden zonder welke niemand zich in deze discipline zou mogen wagen. Het bevrijden van patiëntenverhalen is dus geenszins een vrijblijvende keuze, of een eenmalige denktrant in de psychiatrie, zoals men een bepaalde zwemstijl zou kunnen kiezen om de overkant te bereiken – maar een tekst die door elke psychiater gelezen moet worden om niet te verdrinken.

Damiaan Denys, hoogleraar Psychiatrie, AMC-UvA, Amsterdam,
voorjaar 2015