
Literatuur besprekingen



**Lucie van den Eertwegh,
Bas van Heycoop ten Ham**

Beelden bij behandeling- Metaforen in de GGZ

Uitgeverij Prelum BV0, Houten 2019

ISBN 978 90 856 2163 8 pag. 304 prijs € 24,95

Godelieve van Zijl

Beelden bij behandeling, een prachtig vormgegeven boekje met mooie opmaak en illustraties van Carta uit Bunnik, betreft een verzameling van 144 metaforen bijeengebracht door allerlei GGZ behandelaren, van psychiaters tot POH's. De twee schrijvers, beide GGZ- behandelaren noemen dat zij zelf vaak beeldend taalgebruik inzetten in hun werk en dit maar zelden delen met vakgenoten. Toen zij zich dit realiseerden, besloten zij allerlei metaforen uit hun eigen praktijk en van allerlei collega's bijeen te brengen en dit in hoofdstukken te bundelen.

Na een toelichting over de kracht van metaforen volgt een ordening met benamingen zoals "diagnostiek, de therapeutische relatie, het therapeutisch proces, behandeling algemeen, behandeling specifiek". Op de linker bladzijden staan vervolgens bijpassende "beeldende" tekeningen, op de rechter 1 metafoor met uitleg door een behandelaar. Het leukste en meest verfrissend vind ik om het boekje op je bureau te leggen en dan willekeurig een bladzijde open te slaan en te genieten, hoe korter hoe beter, maar dat is een kwestie van smaak. Ik zal willekeurig een aantal voorbeelden weergeven.

Over de therapeutische relatie:

"Het spiegelei (het resultaat telt) pag. 47. Je kunt geen spiegeleitje bakken zonder eierschalen te breken. Rob Jansen, systeemtherapeut licht toe: Therapie is soms moeilijk, maar het gaat om de uitkomst.

Gas geven (vastlopen) pag. 35. Esther van der Vegt, klinisch psycholoog en psychotherapeut schrijft: Een auto die vastzit in de modder zakt alleen maar dieper weg als je meer gas geeft. Op het moment dat je vastloopt (in het leven, in therapie) kun je beter even rust nemen en iets anders gaan doen dan steeds maar hetzelfde blijven doen.

Bij behandeling algemeen:

Vliegen (lef tonen) pag.130. Durf te vliegen. Als je niet vliegt, komt er nooit iets van de grond.

Een metafoor van Christel Nuijen , GZ-psycholoog

De waterval (afstand nemen) pag.83. Lucie van den Eertweg, GZ psycholoog, schrijft: Als je onder een waterval staat, kun je het gevoel hebben dat je verdrinkt, zo hard klettert het water op je hoofd. Als je echter een stap naar achteren doet, sta je droog. Je kunt de waterval bekijken zonder dat hij je overspoelt. Ook van je gedachten en gevoelens kun je afstand nemen door een stap naar achteren te doen en ze te observeren, in plaats van je erdoor te laten meesleuren.

Bij behandeling specifiek:

De olievlek (vermindering tegengaan) pag.177. Een olievlek op het water spreidt zich heel langzaam uit over het hele wateroppervlak. Hij wordt steeds groter en moeilijker op te ruimen. Dit gebeurt ook bij vermindering door angstklachten: steeds meer activiteiten gaan vermeden worden. Het is daarom belangrijk de dingen te blijven doen die eng zijn, in kleine stapjes, aldus Martien Repko, psychiater.

De vastgelopen computer (het overzicht verliezen) pag .12. Digma van der Kellen, verpleegkundig specialist GGZ, maakt een vergelijking van het menselijk brein en een computer. Als we teveel aan ons hoofd hebben , verliezen we het overzicht. Vervolgens geeft ze een aantal voorbeelden van wat goed werkt bij zo'n vastgelopen computer.

Vlooiën (voelen wat er niet is) pag. 223. Cees Vos huisarts legt uit: Als je over vlooiën praat krijg je jeuk. Je kunt iets voelen zonder dat het objectiveerbaar is. Het feit dat je het voelt betekent niet dat het niet echt is."

Het is verleidelijk om nog veel meer metaforen de revue te laten passeren, maar het beste is toch, gewoon het boekje op je bureau te leggen en er af en toe een blik in te werpen ter inspiratie. En ja eens stil te staan bij de metaforen die jezelf gebruikt. Ik heb geprobeerd om te ontdekken of bepaald soort metaforen opvallend vaker voorkomen in dit boekje dan andere. De meest voorkomende zijn voorbeelden uit de natuur, zo'n 35. Als tweede komt de "auto" te voorschijn en de watervoorbeelden (zwemmen , zeilen) zijn een goede derde. Het zijn typisch Nederlandse voorbeelden, denk aan onze coronaplaag die we moeten indammen en waarvoor de gegevens over de verspreiding op een "dashboard" bijeen worden gebracht.

Als u naast dit naslagwerkje nog iets meer wilt lezen over beelden in de therapeutische praktijk kan ik u verwijzen naar een wat langer geleden uitgave van Angèle Nederlof en Sjaak Vane : "*Metaforen aan het woord, betekenisvolle beelden binnen de therapeutische praktijk.*"(Acco, 2009). Het is een praktijkgericht boek, waarin zij vanuit vooral een gestalttherapeutische benadering hun aanpak beschrijven, waarin metaforen centraal staan. Ook de cliënt zelf komt hier aan het woord.

En inderdaad de enige "behandelaar" die nog ontbreekt in "Beelden bij behandeling" is de cliënt. Vraag hem of haar een mooie metafoor voor zichzelf te bedenken. Het werkt vaak nog krachtiger, is mijn ervaring.

Tot slot: Ook de SPV mag meer voorbeelden aandragen, want deze beroepsgroep gebruikt ze zeker!



Theo Terwisscha van Scheltinga

"Dwerg nul eeuwt het uit!"

Uitgeverij Tobi Vroegh 2^e druk ISBN 978 907 8613 41
pagina's 65 prijs € 10,00

Gerard Lohuis

Wanneer Dwerg Nul voor vierentwintig uur, één maal in de honderd jaar, vanuit de grote leegte terugkeert naar de bewoonde wereld, komt hij vanwege vernieling en ontoerekeningsvatbaarheid al snel met dokter Neuroleptica in aanraking. Op de gesloten afdeling komt hij een tovenaars, een hongerig spook, een draak en een elf tegen. Terwijl de tijd wegtikt, wordt Dwerg Nul als maar wanhopiger in zijn zoektocht naar een uitweg. Is er wel een uitweg?

De auteur leeft helaas niet meer. Na diverse opnames, strijdend tegen zijn stress-gevoeligheid en psychosen, heeft zijn hart het begeven en is Terwisscha van Scheltinga overleden. Hij heeft als ervaringsdeskundige bij het Herstelcentrum Wilhelminaoord van GGZ Friesland zijn sporen nagelaten. Volgens ingewijden was Theo een creatief en toegewijde man met een sociaal hart. Deze uitgave wordt omschreven als een sprookje voor volwassenen, maar kan evenzeer gezien worden als een sublimatie van het omgaan met een complexe werkelijkheid waarin soms niet duidelijk is waar de grens tussen werkelijkheid en psychose ligt en beiden in elkaar overgaan. Het levert in ieder geval dolkomische taferelen op waarin de link met de werkelijkheid steeds aanwezig is wanneer Dwerg Nul vanuit een ander perspectief (in het boek wordt het " een andere dimensie" genoemd) zijn weg moet zien te vinden in een rationele wereld waar alles onder controle lijkt te zijn. En dan blijkt de grap, de woordspeling of het kijken vanuit een ander perspectief ineens niet meer zo komisch omdat de realiteit genadeloos toeslaat. Wanneer de twee geliefden uiteindelijk getrouwd zijn en met elkaar de eerste liefdesnacht ingaan, blijkt hoe de realiteit hun liefde verstoort (het medicijn heeft iets in mij verlamd) en onze hoofdpersoon desondanks overgaat op zijn andere kwaliteiten om zijn geliefde toch niet teleur te stellen. De auteur heeft diverse thema's op subtiel wijze met elkaar verbonden: sluiten zienswijze van de GGZ en de beleving van de betrokkene elkaar uit en zoekt iedereen uiteindelijk geen erkenning voor wie hij is? En hebben mensen die anders zijn, geen kwaliteiten om zelf hun problemen aan te pakken?

De deskundigheid van de professional in de GGZ wordt niet ter discussie gesteld, maar krijgt via woordspelingen een spiegel voorgehouden. De auteur heeft achterin het boekje een woordenlijst opgenomen en wie dit leest weet hoe relatief de begrippen en diagnoses in de GGZ zijn. Een ander thema dat ogenschijnlijk terloops aan de orde komt, is de opvatting over een psychose. De auteur maakt duidelijk wat Jim van Os en Jules Tielens ons al lange tijd proberen te laten zien, namelijk dat iemand in een psychose ons iets wil laten zien van zijn werkelijkheid en dat we moeten blijven proberen om ons te verbinden met degene die een psychose heeft.

De één wil niets mankeren en besluit dan maar een punt achter het leven te zetten. De ander verzet zich tegen het aflatende lichaam door zich uit te putten in dissimulatie.

De thematiek van suïcide, euthanasie en orgaandonatie, wordt met indringende details uitgewerkt met behulp van twee verschillende verhaallijnen. In de elkaar afwisselende korte hoofdstukken raken de verhalen steeds meer in elkaar vervlochten. Dat maakt het lezen aantrekkelijk. Soms staan er dichtelijke regels tussen. Hier en daar verraadt de stijl het Vlaamse vocabulaire (Zo weet ik nooit zeker of de uitdrukking 'evident' staat voor impliciet, voor-de-hand-liggend, uiteraard, of juist "denk er nog maar eens goed over na!")

Het taalgebruik helder en kort, waardoor leest het vlot. Het houdt de lezer met de voeten op de grond en dwingt tot nadenken. Want de thematiek is heftig. Ilke Montag zou zelfdoding graag willen introduceren als een gelegaliseerde manier van sterven. Wanneer zelfdoding grotendeels uit de taboesfeer verdwijnt, kan het overlijden geregistreerd worden om vervolgens anderen het leven te redden middels orgaantransplantatie. Op die manier kan degene die het leven wil beëindigen nog speciale zin geven aan zijn overlijden door anderen te redden.

Het is moedig om dit thema als een 'horzel in de pels' in de openbaarheid aan de orde te stellen.

Het klinkt misschien ver weg, maar in het dagelijkse leven kan het ook dichtbij zijn. Denk hierbij maar eens aan de situatie op de spoedeisende hulp van een ziekenhuis, waar stervende mensen worden binnengebracht in de tevergeefse afwachting van bijvoorbeeld een donornier, terwijl tegelijkertijd een relatief gezonde persoon wordt gereanimeerd na een mislukte zelfmoordpoging.

Ilke kruipt als het ware in de huid van haar personages. Ze krijgen daardoor vlees en bloed. En komen voor onze ogen tot leven. Zelfs de strijd wordt invoelbaar om te mogen sterven na jarenlange worsteling tegen het leven, de triestheid, impasses en blokkades. De lezer krijgt compassie met de persoon die zichzelf van het leven zou willen beroven. Maar ook het gevecht van de patiënt in ons, om niet ziek te zijn en niet afhankelijk te zijn van het zorgsysteem, wordt aan den lijve voelbaar.

De schrijver gebruikt hierbij humoristisch woordspelingen, zoals 'Mevrouw Theugels die graag zelf de teugels in eigen handen heeft'. En dat een natrium-arm dieet juist 'zout in de wonde strooit'.

Tegelijkertijd kan de schrijver vele herinneringen en frustraties kwijt die zij wellicht heeft opgelopen tijdens haar jeugd en in de loop van haar carrière in de ontoereikende gezondheidszorg. Het gaat hierbij om zaken zoals versnippering en een bureaucratisch administratief systeem dat steeds meer een eigen leven gaat leiden. En de ontwikkelende ergernis over personen die zich stukbijten op details en het grote geheel uit het oog verliezen.

Hier en daar doen de beschreven situaties en gebeurtenissen, herkenbaar en autobiografisch aan.

In diverse levensverhalen wordt het fenomeen beschreven van ontbrekende of juist overbezorgde ouders. Dat men zich een vreemde waande in het ouderlijke gezin. En men zich in de loop der jaren steeds eenzamer is gaan voelen. (Misschien is dat wel kenmerkend voor een mensenleven. Doch ik heb ook begrepen dat veel romanschrijvers hun eigen leven verwerken in hun personages.)

Voor de zekerheid heeft de uitgever op de laatste bladzijde vermeld dat dit werk een fictie is. In de hoofdpersonen zouden ervaringen zijn samengebracht van meerdere patiënten. Iedere gelijkenis met bestaande personen zou op louter toeval berusten.

Doch de beschrijvingen zijn zo waarheidsgetrouw dat ik concrete patiënten voor mij zie strompelen door de gang, hoor stamelen in de spreekkamer, als het ware ruik op hun ziekbed.

Montag geeft ook adviezen. Biedt ondersteuning. Ik kom informatieve fragmenten tegen die uitstekend onderdeel zouden kunnen zijn van kant-en-klare voorlichtingsbrochures voor patiënten, hun familie en zelfhulpgroepen. Zoals het aanvaarden van het ziek-zijn en het zich vasthouden aan medepatiënten. Maar vooral, om altijd een vertrouwd persoon mee te brengen op het consult.

Zijdelings komt er een staalkaart van nogal wat groepen hulpverleners aan de orde: nefrologen, chirurgen, verpleegkundigen, diëtisten, maatschappelijk werkers, psychologen, psychiaters, zelfs de POH-GGZ. En ook allerlei psychotherapeutische thema's en methodieken inclusief 'onveilige hechting' en toenemende afhankelijkheid binnen de therapeutische relatie komen aan bod. Maar vooral het verzet komt aan de orde tegen de overdracht van de ene therapeut naar 'weer' een andere hulpverlener. Terwijl men net vertrouwen heeft opgebouwd in de eerste psychiater, dient men het hele verhaal bij een andere psychotherapeut weer uit de doeken te doen. De wachtlijsten in de GGZ en de zelfhulpboeken van de 'geluksindustrie' worden uit de doeken gedaan, doch ook de Mindfulness: 'De dingen die gebeuren vaststellen, maar er niet op reageren en je niet verantwoordelijk voelen voor de situatie.'

Ik heb genoten van het boek. Heerlijk om een gewaagd en serieus onderwerp te kunnen beschrijven en zich tegelijkertijd volledig uit te leven in allerlei indringende bijkomende factoren.

De waarheidsgetrouwheid maakt het boek prima geschikt als illustratie van de sociale kaart in de zorg. Als docent hulpverleningsethiek had ik het graag eerder ter beschikking gehad. En aanbevolen.

Ook ik heb ervaren hoe suïcidale patiënten - van jong tot oud - weer perspectief voor het leven konden ontwikkelen, doordat er naast de 'snelrein' of een overdosis aan pillen een keuze- mogelijkheid is ontstaan in de vorm van mogelijke euthanasie. Orgaandonatie na euthanasie kan nog eens extra betekenis geven aan het leven en sterven.

Als je denkt het boek uit te hebben, volgen er enkele aanvullingen. Een psychiater-psychotherapeut beschrijft het delicate van een orgaandonatie volgend op euthanasie, en het risico dat de keuze voor orgaandonatie het euthanasieverzoek beïnvloedt. De euthanasie staat dan niet meer op zichzelf, waardoor de patiënt en diens omgeving in een dwangpositie terecht kunnen komen. En het risico dat de patiënt gaat veronderstellen, dat diens arts de kans op herstel heeft opgegeven. De recensent waarschuwt daarom nadrukkelijk, de overweging tot de koppeling van euthanasie en orgaandonatie nooit van de eigen behandelaar te laten komen.

Een hoogleraar chirurgie stelt dat door verschillende praktijken en disciplines met elkaar te verbinden en op elkaar af te stemmen, bepaalde patiënten een belangrijke zin kunnen geven aan hun levenseinde. Door nieuw leven door te geven. Een onbetaalbare solidariteit onder de mensen.

Een filosofisch ethicus tracht een onmogelijk antwoord te geven op onbeantwoordbare vragen. Zij vat haar relaas samen met een gedicht van Toon Tellegen, uit: Alleen liefde, 2002

*Zal ik weggaan?
Zal ik verdrietig worden en weggaan?
Zal ik het leven eindelijk eens onbelangrijk vinden,
mijn schouders ophalen
en weggaan?*

*Zal ik de wereld neerzetten (of aan iemand anders geven), denken:
zo is het genoeg,
en weggaan?*

*Zal ik een deur zoeken,
en als er geen deur is: zal ik een deur maken,
hem voorzichtig opendoen
en weggaan - met kleine zachtmoedige passen?*

*Of zal ik blijven?
Zal ik blijven?*