

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

De bank voor mij

GERTIE BÖGELS

Om weer te geven wat de psychoanalyse voor mij betekent, wil ik een ontwikkelingslijn aanduiden die ik als wezenlijk ervaar. Het kader is niet veranderd, de analysant komt vier- of vijfmaal per week drie kwartier en probeert — liggend op de bank — vrijuit te vertellen wat er bij hem opkomt. Wat wel verandert, is de aard van betrokkenheid. Voor ik inga op mijn eigen ervaringen wil ik enkele geleerden noemen die na de kernontdekking van de overdracht ons zijn voorgegaan op de weg door het onbewuste: Paula Heimann (1950) die de tegenoverdracht als nuttig en niet als verstorend mechanisme onthult, Melanie Klein (1952) die de projectieve identificatie beschrijft en Theodore Jacobs (1999) die zijn gehoor tijdens het laatste internationale congres in Amsterdam shoockeert door zijn geleide ‘disclosure’, een tot dan toe gemeden vertrouwelijkheid. Steeds doemt er een nieuwe drempel op, de angst voor het vreemde, die blijkbaar overwonnen moet worden ter verbetering van het curatieve vermogen van de psychoanalyse.

¶ *Het perspectief van de analyticus*

Freuds vrij zwevende aandacht is een opmerkelijke zijswijze, die de analyticus in staat stelt diepere lagen van ervaringen te delen met de analysant. Deze klassieke houding lijkt in tegenspraak met het ‘leidenschaftlich Zuhören’, van Hermann Beland (2004). Volgens Beland vormt juist het ‘gedreven luisteren’ het geneeskrachtige agens: begrijpen geneest, zowel voor de analyticus als voor de analysant. Dit hartstochtelijk, gedreven luisteren lijkt uit te gaan van een dynamischer invloed van de houding achter de bank. Opnieuw wordt er iets wezenlijks toegevoegd, op grote afstand van de laconieke formulering van Freud dat men geduldig moet wachten op de invallen van de patiënt: ‘Hauptregeln: 1. «Zeit lassen» [...] 2. Der Patient zeigt den Weg’ (Abraham & Freud 1965, brief aan Abraham 9 januari 1908).

Wat naar mijn idee deel uitmaakt van deze ‘gedreven’ wijze van aandacht geven is de bepaalde mentale inspanning die het vergt. Het vermogen van de analyticus tot emotionele beeldvorming, het vermogen de diepere samenhang in de veelheid van panoramische overdrachtsfenomenen introspectief te wegen en te duiden — deze ogenschijnlijk passieve activiteit heeft een onmiskenbare positieve werking. Ze vermindert het gevoel van de analysant dat

het onmogelijk is zijn levenservaringen echt met iemand te delen en verzacht het vaak als schaamtevol beleefde van diens positie. De professionele neutraliteit van de analyticus bestaat niet uit een ijzige afstandelijkheid, maar uit het kunnen verdragen van intimiteit en nabijheid. Maar ook het tegenovergestelde, het kunnen doorstaan van lange perioden van negatie, van opgeroepen angst of agressie maakt er deel van uit. Bij dit <onbevangen> beschikbaar zijn is een van de kwetsbaarste ervaringen voor de analyticus het verdragen van bewondering en idealiseren. Dit speelt vooral wanneer dat de lading heeft van dwepen, zoals bij de geërotiseerde, maar tegelijkertijd verslindende aanhanke-lijkheid van de jonge adolescent. De adolescentie vormt een risicovol en nog steeds onderschat terrein van aandacht, ook binnen het verloop van een volwassen analyse. Het is geen toeval dat juist vanuit deze levensfase de eerste, ook achteraf gezien zeer problematische, analysanten uit de psychoanalytische ontstaansgeschiedenis zich aandienden; het is ook de meest problematische levensfase in de multiculturele integratie.

De verbeeldingskracht van de analyticus biedt de innerlijk samenhangende structuur die nodig is om de emotionele drijfveren te ervaren en vorm te geven die de analysant bepalen. Hij is als het ware de pendant van het instrumenteel visualiseren: het letterlijk zichtbaar maken — zoals in de somatische geneeskunde — ontbreekt vrijwel geheel in de psychoanalyse. De analyticus moet leren gebruik te maken van zijn eigen capaciteit tot creëren. Hij moet de gevoelens die in hem worden opgeroepen benutten om een emotionele samenhang te scheppen, waarin de problemen, klachten of symptomen als betekenisvolle verschijnselen oplichten tegen de achtergrond van de specifieke geschiedenis van de analysant. Maar tegelijkertijd moet hij proberen de meer of minder dramatische invloed te wegen die de omstandigheden hadden in de loop van bepaalde levensfasen.

Naast de eigen leeranalyse is de psychoanalytische babyobservatie een belangrijk onderdeel in de opleiding: het ervaren van een moeder die <anders doet> met een baby dan we van huis uit gewend zijn en <normaal> zijn gaan vinden. De combinatie van beide activeert de sensibiliteit en de innerlijke beschikbaarheid van de analyticus voor de complexe interactieve gelaagdheid van het analytische proces (Bick 1964).

Voor de analyticus is het fascinerende van het vak dat de gedeelde ervaring de analysant niet alleen troost en verlichting kan bieden, maar dat die in een gemeenschappelijke worsteling ook leidt tot structurele veranderingen (ook bij de analyticus, overigens). De analyticus als getuige geeft de analysant een gevoel van erkenning voor lange tijd alleen gedragen leed of schaamte (Miller 1979; Bögels 1997). Als actieve <duider> van emotionele verbanden kan hij nieuwe mogelijkheden openen voor verloren gewaande creativiteit van de analysant.

¶ *Het perspectief van de analysant*

Iedere psychoanalyse begint met de uitnodiging te vertellen wat er in je omgaat. De analyticus luistert naar de emotionele historiografie van levenservaringen die zich dan deels gaat afspelen in de actuele analytische relatie. Het is eerder regel dan uitzondering dat analysanten in het eerste indicatiegesprek al ervaren dat er zich iets heel anders afspeelt dan wat men tot dan toe gewend was. Alleen al het feit dat de analyticus zich blijkbaar aan afspraken houdt en drie kwartier aandacht voor jou heeft is voor de meesten een unieke ervaring.

Wat drijft iemand naar een psychoanalyse, en wat doet iemand daar jarenlang in vertoeven en waarom houdt hij ermee op? Wat maakt het verschil tussen mensen die daar niets in zien en mensen die erdoor geïntrigeerd zijn? Het gevoel, de stemming, de herinneringen, het voortdurend naar binnen kijken, dat speelt een grotere rol tijdens de analyse dan we ons in het dagelijkse leven gewoonlijk gunnen.

Naast bewuste klachtenpatronen als angst, depressie, insufficiëntiegevoelens, sociale fobie of onderpresteren, is er vaak een onbewuste aanleiding om hulp te vragen. Wellicht is die onbewuste behoefte aan een psychoanalyse de belangrijkste hulpvraag. Het simultane eigenlijk wel weten en 'niet-weten' klinkt als een contradictie en is dat in feite ook, maar het is wel de dagelijkse praktijk van de psychoanalyse. Op de bank liggend ervaren analysanten in de loop van de analyse vaak pas hoe moeilijk ze leven, hoeveel krachten ze verspillen in vermijdingsgedrag, hoezeer ze lijden onder de noodzaak een buitenstaander te zijn. Zonder cynisme is te stellen dat de behandeling zelf klachten genereert, maar dan toch met het doel ze vervolgens te verminderen. Men kan door een vage notie en vanuit een ongeformuleerde behoefte uitzien naar een psychoanalytische behandeling, iets dat zich nogal eens voordoet bij transgeneratiele problematiek, bij iemand die in de problemen is geraakt vanwege 'doorgegeven' angsten van getraumatiseerde ouders. Het komt voor dat de analysant in de loop van een psychoanalyse aangeeft dat er iets lijkt te veranderen in hem wat hij, dikwijls al jarenlang, als normaal had geaccepteerd. Dat hij bijvoorbeeld pas wanneer het tijdens de behandeling verbetert, ontdekt dat hij jarenlang 's morgens met een gevoel van wanhoop wakker werd. Het verlangen naar binding, naar het herstel van verloren beleavingservaringen en naar het verwerkelijken van innerlijk beleefde mogelijkheden kan zich als vage klacht formuleren: 'Ik weet niet wat er met me aan de hand is maar ik voel me niet gelukkig.' Cynici zullen zeggen dat niemand beloofd had dat je gelukkig zou zijn, maar in werkelijkheid gaat het hier om een diep ervaren tekort — trouwens ook bij de cynicus zelf — namelijk het onvermogen zich te ontplooiën naar begaafdheid, volgens het intuïtief ervaren ontwikkelingsimperatief: 'Werde der Du bist.'

¶ *Het belang van het analytische proces*

Wanneer begint de analyse? Is dat bij het eerste telefonische contact, of bij de soms jarenlange periode die daaraan voorafgaat: de twijfel, aarzeling, óf je wel in analyse zou gaan, of dat wel nodig is, hoeveel het je kost in geld en tijd. Begint het analytische proces als je weet bij wie je terecht kunt? Hoe komt dat proces op gang en komt het pas op gang als er overdracht speelt, is die er altijd, alleen in de theorie of alleen bij anderen? Op de vraag van een supervisor wanneer 'die overdracht' nou eigenlijk begint, hoorde ik mezelf zeggen: 'Die overdracht, die stormt op je af.'

Voor de analysant voelt het analytische proces aan als het simultaan beleven van uiteenlopende levensperioden, te vergelijken met de simultane weergave van verschillende programma's op een tv-toestel, maar dan vele malen ingewikkelder, vertakter en vooral synesthetischer. Het psychoanalytische behandelingsveld bevindt zich tussen twee vectoren: de ene is het voorstellingsvermogen van de analyticus, zijn vermogen tot inleven, het 'helende luis-teren', het kunnen verdragen van verleiding en angst. De andere is de inbreng van de analysant: zijn 'lasten', zijn vertrouwen, of zijn bereidheid dat vertrouwen zich te laten ontwikkelen (Ladan 2004). Zoals gezegd zijn de belangrijkste werktuigen waarover een analyticus moet beschikken het inlevingsvermogen en zijn verbeeldingskracht, de kracht van het interactief toegewijd luis-teren. Tussen de analyticus en de analysant ontstaat het behandelingsveld dat ruimte geeft voor een gecontroleerde regressie als drijvende kracht en als angstaanjagende beleving. De angst voor controleverlies, voor desintegratie, voor gekte of voor verleiding maakt dat er bij iedere analyse twee personen bang zijn voor wat hun boven het hoofd hangt. De opleiding tot analyticus leidt wel tot deskundigheid en de indicatieprocedure voor psychoanalyse geeft zicht op de risico's, maar binnen elke nieuwe 'intersubjectieve' relatie staan alle mogelijkheden weer open. Een van de interessante eigenschappen van het psychoanalytische proces is dat het op enig moment een min of meer autonome voortgang gaat vertonen, een verloop dat zich als het ware onttrekt aan duidingen of interpretaties, overigens net als in een supervisieproces. Soms is te zien hoe een opleidingskandidaat plotseling, alsof er sprake is van een kritisch punt in de interactie met zijn analysant, zijn eigen weg gaat, ineens formuleringen vindt waar de supervisor nooit opgekomen zou zijn en die wonderwel passen, ook naar het gevoel van de betrokken analysant. Ook in een analyse kan de ontplooiing van mogelijkheden in een stroomversnelling komen waar de activiteiten van de analyticus maar in beperkte mate mee te maken hebben.

¶ *Het belang van de taal*

Een belangrijk vehiculum van het analytisch proces is de taal. De verbale informatie-uitwisseling helpt te achterhalen wat de analysant beweegt, ervaart of wil delen, of om de mening van de analyticus weer te geven. De taal is ook op een heel andere manier belangrijk. Het narratieve van de vrije associatie is niet een lineair verhaal, maar de wijze van formuleren reflecteert de ontwikkelingsgeschiedenis. Niet wát iemand in een bepaalde fase van de analyse zegt, maar de manier waarop iets wordt verwoord of verzwegen kan bepaalde ervaringen uit de ontwikkeling reflecteren. De taal zelf is onderdeel van de ontwikkeling. De vroege kindertijd is een periode van explosieve groei-kracht, gestuwd door de communicatie over en weer met affectief betrokken, toegewijde ouders. Veel van deze ervaringen zijn niet meer voor herinnering toegankelijk, maar wetenschappelijk onderzoek heeft duidelijk gemaakt dat deze ervaringen wel leiden tot de vorming van innerlijke structuren. Deze kunnen vervolgens in de taal zichtbaar worden.

De afstemming van de baby op de moeder en vice versa, is een van de verbazingwekkendste kwaliteiten van de babytaal, en van het 'Moeders', de taal die de moeder tegen haar baby spreekt. Het is deze kwaliteit die we als oer-ervaring in het volwassen leven meenemen. Zij toont zich ook in de wijze van blikcontact, in de aard van de begroeting, in de atmosfeer van nabijheid en afstand. Deze afstemming bepaalt de kwaliteit van onze relaties, zij kleurt de uitstraling, aantrekkingskracht en sympathie die iemand oproept, of het tegenovergestelde: de afkeer, het afstoten. Al deze kwaliteiten worden door het gedreven luisteren gegenereerd.

Hoe wordt deze afstemming zichtbaar in het analytische proces? Zwijgen in de analyse kan van alles betekenen. Het kan verwijzen naar misbruik en de angst zich letterlijk te openen, maar het kan ook wijzen op verzet in de strijd om autonomie, op de wens woordloos begrepen te worden of op vroege verwaarlozing, wanneer er gewoon te weinig met het kind werd gepraat. Het zwijgen kan de behoefte kenbaar maken aan 'disclosure', een bepaalde mate van meer of minder heftige affectieve interactie met de analyticus. Een begonnen zin niet afmaken kan als oedipaal probleem worden verstaan, als poging de aandacht op een magische manier vast te houden, als wens, of als uitnodiging aan de analyticus eindelijk eens in beweging te komen. Het woord kan soms te zwaar zijn om de betekenis die het zou moeten hebben, te kunnen dragen; de analysant heeft dan het gevoel dat de betekenis kan bezwijken onder het gewicht van het woord. De taal kan aanvoelen als een te zwaar instrument om de vroege, wederzijdse afstemming te begrijpen. Heimwee naar de moedertaal kan staan voor heimwee naar het preverbale stadium, naar het woordloos begrepen worden.

Het opsporen van vroegkinderlijke ervaringen in de analytische <tekst> van volwassenen is niet eenvoudig, omdat we ze op het moment dat ze zich voor het eerst aandienen in de analyse nog niet goed herkennen of er nog te weinig op bedacht zijn.

Het waarnemingsveld van de analyticus moet wel veranderen in de richting van <gedreven luisteren>, nu we weten hoe gedifferentieerd de uitrusting van de baby is, al van voor de geboorte, hoe hij in staat is in fracties van seconden te <interacteren>, hoe zorgvuldig hij zijn rol speelt in samenspel met de zorgende volwassenen en hoe hij een soort babyballet kan opvoeren synchroon met de verbale dialoog van de ouders. De taal is daarmee niet een geïsoleerd vermogen, iets dat men in de loop van het eerste jaar <leert>, maar zij wortelt in de kern van de zich ontvouwende persoonlijkheid. Lang voordat het kind weet dat verdriet verdriet heet en dat getroost worden troosten heet, wéét het wat verdriet is en wat getroost worden is, en zelfs al wat troosten is. Lang voordat het kind de woorden ervoor kent is zowel het kind als zijn verzorger in staat diepe gevoelens zonder <echte> woorden uit te wisselen en samen te beleven. Het <lezen> van gevoelens is een aangeboren kwaliteit waarvan we ons, naar verschillende aanleg, kunnen bedienen en die we natuurlijk verder ontwikkelen als het goed is. Op het interactieterrein van de psychoanalyse kan men dit in allerlei verschijningsvormen waarnemen, het geeft een fascinerend beeld van de gelaagdheid van de taal. Het is boeiend om mee te maken hoe gevarieerd het <verstaan> kan worden opgevat. De welwillendheid om aan een half woord genoeg te hebben, of juist in tegendeel maar niet kunnen begrijpen wat er gezegd wordt, het onvermogen te luisteren of om humor of ironie te vatten kan variëren, soms in een zitting, of over verschillende zittingen heen.

Niemand komt met de klacht dat hij of zij zijn taal niet goed gebruikt, toch komt het regelmatig voor dat de ontwikkelingsproblematiek zich in de taal uitdrukt, dus in de wijze waarop de taal al dan niet gemankeerd of geperverteerd wordt gebruikt. Het ligt voor de hand om deze onuitgesproken <klacht> in verband te brengen met vroege afstemmingsproblematiek.

¶ *Besluit*

Volgens Amati Mehler (2004) ligt de toekomst van de psychoanalyse niet in het veranderen van het klassieke kader maar in het verder uitdiepen van de theoretische en klinische mogelijkheden daarvan. De setting biedt een uniek onderzoeksveld zowel voor de vroegste ontwikkelingsfasen als voor de intergenerationele ontwikkelingsinvloeden. Op grond van verworvenheden uit babyobservatie en <infant research> en de toenemende ervaring vanuit de transgenerationele problematiek (De Levita 1992) hebben analytici zich op nieuw bezonnen op de vroegkinderlijke interactie en werden wegen zichtbaar

die verder voeren dan het kader van de Oedipusmythe. Door de ontwikkeling van het hechtingsonderzoek en de herleefde traditie van de baby- en peuterobservatie is de visie op zowel de vroegste als de latere levensfasen verdiept en verbreed. Daardoor worden andere eisen gesteld aan het niveau waarop de analyticus het regressieproces kan genereren, maar ook aan de mate waarin hij of zij in staat is heftige tegenstrijdige gevoelens en onzekerheid over de toebedeelde positie te verdragen. Dit geldt zeker ook in de behandeling van immigranten en vluchtelingen, een allerm minst 'nieuw' terrein, waar vele analytici van oudsher mee te maken hadden (Gardiner 1973).

Het is onjuist te veronderstellen dat de mensen die in de vorige eeuw in psychoanalytische behandeling kwamen minder klachten hadden, of minder getraumatiseerd of gecompliceerd zouden zijn dan tegenwoordig. Wel is er een aanzienlijke expansie van het psychoanalytische wetenschapsgebied en de klinische mogelijkheden, maar ook van de theoretische visie op de beperkingen van haar methode. Daarmee kan men zeggen dat het 'verdragen van het ondraaglijke' de lading van het huidige psychoanalytische metier wellicht beter benadert en dat het 'leidenschaftlich Zuhören' beter past bij de houding van de man of vrouw achter de bank dan de 'vrij zwevende aandacht'.

Literatuur

- ABRAHAM, H. & FREUD, E. (red.), (1965). *Sigmund Freud-Karl Abraham — Briefe 1907-1926*. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.
- AMATI MEHLER, J. (2004). Der psychosensorische Bereich in Neurose und Psychose. *Jahrbuch der Psychoanalyse. Beiträge zur Theorie, Praxis und Geschichte. Band 49* (p. 113-139). Stuttgart: Frommann-Holzboog.
- BELAND, H. (2004). Leidenschaftliches Zuhören gegen unbewusste Gewalt — Die Erfolge der Psychoanalyse. *Jahrbuch der Psychoanalyse. Beiträge zur Theorie, Praxis und Geschichte. Band 49* (p. 9-39). Stuttgart: Frommann-Holzboog.
- BICK, E. (1964). Notes on infant observation in psycho-analytic training. In A. Briggs (red.), *Surviving Space — Papers on Infant Observation*. (p. 37-55). Londen/New York: Karnac, 2002.
- BÖGELS, G. (1997). *Psychoanalyse in der Sprache Alice Millers*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- GARDINER, M. (1973). *The Wolfman and Sigmund Freud*. Londen: Hogarth Press.
- HEIMANN, P. (1950). On countertransference. *International Journal of Psycho-Analysis*, 31, 81-84.
- JACOBS, T. (1999). On the question of self-disclosure by the analyst — Error or advance in technique? *Psychoanalytic Quarterly*, 68, 159-183.
- KLEIN, M. (1952). The Origins of Transference. *International Journal of Psycho-Analysis*, 33, 433-438.
- LADAN, A. (2004). Het probleem van het aangekondigde einde. In A. R. Boerwinkel en J. Dirkx (red.): *Op goed geluk — Psychoanalyse en vertrouwen* (p. 11-23). Amsterdam: Boom.
- LEVITA, D.J. DE (1992). *De wolken waarom moeder schreide*. Nijmegen: SUN.
- MILLER, A. (1979). *Das Drama des begabten Kindes und die Suche nach dem wahren Selbst*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.