

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

Doodsangst

Tijdens de laatste herfstvergadering van de Vlaamse Vereniging voor Psychiatrie over euthanasie kwam een jonge vrouw met een indrukwekkende levensdigheid getuigen over ondraaglijk psychisch lijden en haar euthanasieverzoek (De Schutter 2016). Dit verhaal maakte een grote indruk op mij. Ze voelde zich ontgoocheld, omdat er onvoldoende gehoor is gegeven aan haar wens naar een goede dood en daarnaast is er niet voldoende geluisterd naar haar angst voor een vernietigend leven. Zijn wij, psychoanalytische therapeuten en psychoanalytici, in staat onbevangen te luisteren naar doodsthema's en doodse verhalen?

Er is in ons Tijdschrift geen gebrek aan artikelen over de doodsdrijf, denk maar aan auteurs die hierover boeiend hebben geschreven, zoals Kappelle, Thys, Verbruggen, Van Coillie en De Vleminck.

Doodsangst daarentegen is een onderwerp waar psychoanalytische auteurs niet vaak over schrijven. Quin van Dam is wat dit betreft een uitzondering. Hij benadert het thema vanuit een existentieel psychoanalytisch oogpunt. Zijn artikel brengt mij tot enkele reflecties over doodsangst. We onderhouden een paradoxale relatie met de dood: we weten dat wij sterfelijk zijn en tegelijkertijd kunnen wij dit toch niet geloven. Door het doodsbefef zijn we fundamenteel angstige wezens. Deze existentiële angst is de motor van ons verlangen, dat in wezen een verlangen naar onsterfelijkheid is. We reageren in eerste instantie niet met angst op het doodsbefef, maar met stomme verbazing: wat wij beseffen is tegelijkertijd allesvernietigend, absoluut onaanvaardbaar, volstrekt onbegrijpelijk en toch waar. Tegen het doodsbefef reageert onze levensdrijf met de constructie van een fantasie van onsterfelijkheid die de kern vormt van het onbewuste. De dood tart alle verbeelding. De dood is immers het onnoembare bij uitstek, het punt waar alle zin in onzin omslaat (Van Coillie 2004).

Vervolgens denk ik aan het werk van Langs (1997) die twee types van doodsangst onderscheidt. Enerzijds *predatorische doodsangst*, een bewust fenomeen waartegen men zich verdedigt door te vechten of te vluchten. Zich zorgen maken en denken over de dood is adequaat, terwijl obsessief piekeren en morfofobie (excessieve angst voor de dood), pathologisch zijn. De psychisch gezonde kan omgaan met doodsangst waardoor diens overlevingskans wordt gemaximaliseerd.

Anderzijds is er *existentiële doodsangst* die naar het onbewuste is verdrongen, omdat het besef dat de dood het lot is van alle leven, ondraaglijk is. We zijn geneigd deze existentiële doodsangst te ontkennen: we willen immers

niets weten van sterven. Deze onbewuste doodsangst kan worden vermoed uit manische afweer, uit pogingen om kaders te veranderen en uit seksualisering.

Doodsangst leidt ertoe dat het doodsthema onbewust wordt vervormd zoals in de droomarbeid: verdicht, verschoven, verbeeld en gesymboliseerd. Of afgesplitst en in de ander geprojecteerd. Of uitgewist en tot niets veranderd (zoals Green beschrijft met zijn concept: *le travail du négatif*). De setting en de analytische basishouding dragen bij tot het bedaren van doodsangst. In ons onbewuste bestaat een subsysteem dat precies waarneemt en uiterst gevoelig is; Langs noemt dit het *deep unconscious wisdom subsystem*.

Dit wijsheidssysteem beïnvloedt de menselijke communicatie, maar heeft weinig invloed op het menselijk gedrag. Naast het wijsheidssysteem is er in het onbewuste ook een angst- en schuldgenerator (*fear/guilt subsystem*) die een krachtige invloed uitoefent op het gedrag in de vorm van ontkenning van de dood en zelfbestrafing. Het grootste deel van doodsgelateerde informatie wordt in het bewuste niet toegelaten, maar automatisch verwezen naar het onbewuste.

Mensen kunnen dergelijke informatie wel vormgeven via creatieve expressie. Ofwel rouwen ze om een ander, minder belangrijk verlies waardoor ze het besef van de dood op de achtergrond houden. Dit wijsheidssysteem maakt deel uit van *het onbewuste Ik*, dat tijdens het internationale congres van de Franstalige psychoanalytici in 2016 te Brussel uitvoerig is besproken (Van Lysebeth-Ledent 2016). Volgens Langs waarborgt een veilige therapie-setting de mogelijkheid om doodsangsten te beleven, te verdragen en te bespreken. De druk om dit kader te wijzigen zegt meer over een diepe wens te ontkomen aan het existentiële gegeven dat het leven eindig is. Zo kan een patiënt een extra sessie vragen en tegelijkertijd onbewust signaleren dat hij niet wil dat we op diens vraag ingaan.

Ligt doodsangst aan de basis van het onecht zelf? Wanneer een primaire zorgfiguur niet is afgestemd op de noden van een baby, zal de baby dit ervaren als een inbreuk op de voortgang van het zijn en reageren door zich te pantseren om te kunnen overleven. Hiervoor wordt dan een prijs betaald, zoals verlies aan levendigheid. Dit inzicht komt van Winnicott. Sylvia Janson belicht deze analytische grootmeester in het eerste artikel.

In het tweede artikel onderzoekt Esther Spuijbroek het grensgebied tussen ethiek en psychoanalyse. Ik onthoud dat regels, doelen en deugden belangrijk zijn, maar nooit absoluut en dikwijls in conflict met elkaar. Morele besluitvorming veronderstelt een capaciteit om te balanceren tussen conflicterende regels, waarden en verantwoordelijkheden, in relatie tot de bijzondere feiten en dynamiek in de specifieke analytische situatie. Ze pleit voor een grotere taalvaardigheid binnen de psychoanalytische wereld die recht doet aan de ethische dimensie.

Michel Boyer stelt in zijn artikel over het borderlinedilemma doodsangst eveneens aan de orde. Hij karakteriseert zijn aanpak als een op MBT geïnspi-

reerde *transference focused psychotherapy* (TFP). Hierbij is het nodig dat de patiënt zijn *alien self*, dat wil zeggen zijn betekenisloosheid, volledig kan ervaren met gevolgen voor het epistemisch verlangen. Daardoor zou de annihilatieangst zijn grond verliezen.

Ter afsluiting citeer ik Trui Missinne (Naast de Bank): <Bij de D van dood [...] zegt de Vlaamse schrijver Stefan Hertmans [...] dat je je eigen dood niet kunt ervaren. We kunnen alleen de dood van de ander ontmoeten en daardoor leren wat het is om dood te zijn. Ook al kunnen we niet begrijpen dat ons leven ophoudt.

We trainen ons in voorbereiding op het grote afscheid via de vele kleine en grote verliezen in ons leven — de koele meren des doods stijgen onafwendbaar naarmate we ouder worden >.

Marc Hebbrecht

- | | |
|--|--|
| <p><i>Literatuur</i></p> <p>DE SCHUTTER, A. (2016). <i>Hoe men van een klaproos een monster maakt</i>. Tiel: Witsand Uitgevers.</p> <p>LANGS, R. (1997). <i>Death anxiety and clinical practice</i>. London: Karnac.</p> | <p>VAN COILLIE, F. (2004). <i>De ongenode gast: Vragen aan Freud</i>. Amsterdam: Boom.</p> <p>VAN LYSEBETH-LEDENT, M. (2016). Le travail onirique du moi inconscient. <i>Revue Française de Psychanalyse</i>, LXXX-5, 1365-1431.</p> |
|--|--|