

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

Humor

Tussen afweer en verdieping

EDWIN BOUMAN

Schrijven over humor is een lastige zaak, zeker als het aankomt op de weergave ervan in de klinische praktijk. Als ik het spontane gebruik van humor beschrijf maakt dat kwetsbaar, omdat het onherroepelijk iets van mijn onbewuste toont. Maar daarnaast, en belangrijker: het overbrengen en voelbaar maken van humor is heel nadrukkelijk gebonden aan een ervaring in een specifieke context. Hij komt spontaan tot stand in een spanningsveld dat precies op dat moment in die relatie een voedingsbodem vormt. Ondanks dergelijk bezwaar wil ik toch proberen het een en ander te beschrijven van de ontwikkeling (en ambivalentie) in het denken over humor in therapie en psychoanalyse, met voorbeelden van mijn (ervaringen met de) beleving daarvan in de praktijk — tussen afweer en verdieping.

Humor, in z'n alledaagsheid en schijnbare vanzelfsprekendheid, beslaat een hele wereld die ernstig beschouwd complex en meerduidig blijkt te zijn, nog los van de ontwikkeling die het concept door de eeuwen heen heeft gemaakt: grofweg van iets negatiefs ten koste van de ander, tot een kwaliteit — iets aantrekkelijks waarnaar verlangd kan worden (Martin 2007, p. 20-26).

Binnen het (algemene) begrip humor zijn verschillende vormen te onderscheiden met hun eigen dynamiek, betekenis en karakteristieke effect. Hoewel een gedetailleerde uitwerking daarvan buiten het bestek van dit artikel valt, is in het huidige kader een belangrijke rol weggelegd voor de ironie, waarbij het tegengestelde wordt beweerd van hetgeen bedoeld is. Te denken valt verder aan de meer objectgerichte vorm van de satire, de galgenhumor waarin met het overweldigende van de dood gespot kan worden, en cynisme en sarcasme, die in sterke mate vehikels van agressieve lading kunnen zijn.

Humor behoort fundamenteel en intrinsiek tot het leven. Volgens Kierkegaard (Lemma 2000, p. 39) heeft dat te maken met de contradictie die aan het leven inherent is, en hoe die onlosmakelijk verbonden is met het komische. Humor kan niet bestaan zonder tegenstelling of conflict; hij raakt altijd aan de spanning tussen elementen die van elkaar gescheiden zijn, die via de humor met kracht bij elkaar gebracht worden, en waaruit een ontlading in het lachen volgt. Baudelaire zei: 'De mens lacht omdat ie z'n paradijselijke staat van complete verlies heeft verloren' (Chasseguet-Smirgel 1988, p. 206), en wijst daarmee voor

mijn gevoel onmiskenbaar in de richting van het idee dat humor ten diepste gebaseerd is op de schurende aanwezigheid van tegenstelling en conflict.

¶ *Freud en humor*

Hoewel je kunt discussiëren over de relatieve waarde ervan binnen zijn oeuvre (Bergmann 1999), heeft Freud (1905, 1927) belangwekkend over grappen en humor geschreven. Eerst in 1905, toen hij in *De grap en haar relatie met het onbewuste* beschreef hoe mechanismen die een komisch effect produceren sterk vergelijkbaar zijn met wat er in dromen gebeurt: het middels condensatie en verschuiving omzeilen van de censuur van het bewuste. De vervorming maakt het mogelijk dat verboden agressieve en seksuele impulsen even aan de censuur ontsnappen en in Freuds topografische model levert dat energiewinst op. De ontlasting van nerveuze energie in de vorm van lachen bespaart dan energie die anders aan het onderdrukken van de impulsen verloren zou zijn gegaan.

In 1927 kwam Freud met een vervolg op humor in bredere zin, in de context van het dan structurele model van de psyche, waarin overigens zijn nieuwe inzichten ten aanzien van narcisme een grote rol speelden. Hij beschrijft humor dan vooral als een 'narcistische triomf over het Ik', waarbij de overwinning zit in het vermogen om de aanspraken van de realiteit te weerstaan zonder deze helemaal te loochenen. Freud noemt in dit verband de galgenhumor, waarbij men zelfs in het aangezicht van de dood de macht heeft om de horreur te bedwingen door te zeggen: 'Het is slechts een grap!'. In dit perspectief op humor speelt het Boven-Ik op verrassende wijze een hoofdrol. Hij krijgt een plaats en functie in het psychische leven zoals die in geen enkele andere passage van zijn werk terug te vinden is (Geyskens 2005), namelijk een waarbij het Boven-Ik niet zozeer het vertrouwd strenge en verbiedende representeert, maar zich ten opzichte van het ego opstelt als een liefhebbende ouder die het kind geruststelt (Newirth 2006).

Dat Freud zelf een man was met een sterk gevoel voor humor, blijkt uit een in dit verband sprekend voorbeeld: Nadat de nazi's zijn huis waren binnengevallen, ze hem bestalen en vervolgens opdroegen een verklaring te ondertekenen dat hij correct behandeld was, ondertekende hij de verklaring, maar voegde eraan toe: 'Ik kan de Gestapo iedereen van harte aanbevelen!'. Het is een prachtig voorbeeld van een wapening tegen de schrik en krenking van het machteloos gemaakt zijn. Een bijzondere psychische ontsnapping en rebellie binnen de mogelijkheden tegen de overheersing, met behulp van het compromis dat de ironische humor hem verschaftte. Freud beschouwde humor dan ook als een groot goed en een ontwikkelingsprestatie. Hij noemde humor: 'De hoogste expressie van de aanpassingsmechanismen, omdat het erin slaagt om de dwang te weerstaan om te kiezen tussen lijden en haar ontkenning'.

¶ *Verdere ontwikkeling van het perspectief op humor*

Op basis van het werk van Freud is er door tijdgenoten en opvolgers verder nagedacht over het fenomeen humor, wat waardevolle, hoewel misschien niet fundamenteel nieuwe inzichten opgeleverd heeft (Barron 1999). Wat daarbij opvalt is dat ondanks de positieve implicatie die er toch van Freuds visie op humor uitging, het heel lang een ondergeschoven kindje is gebleven als het gaat om het gebruik ervan in de analytische setting (Baker 1993; Lemma 2000). Sterker: tot ongeveer de jaren zeventig van de vorige eeuw was de plaats van humor in het psychoanalytische discours bescheiden, enkele belangrijke uitzonderingen daargelaten (Kris 1938; Reik 1933). Wat sterk overheerste was het idee dat humor slechts in dienst zou staan van de afweer en dat een analyticus die zeker niet zou moeten beantwoorden met eenzelfde defensie (Bergmann 1999, p. 22).

Sinds die tijd komt er echter meer discussie op gang, in latere instantie verder geholpen door de opkomst van de relationele stroming, die breekt met het orthodoxe idee van de analyticus als abstinente figuur. In feite een breuk dus met het idee dat de persoon van de analyticus niet nadrukkelijk deel uitmaakt van, en meedoet in het analytische proces. In die oplevende discussie, waarin analytici voor het eerst ook iets durfden te gaan beschrijven van hun klinische ervaringen, kwamen naast de waarschuwingen ook krachtige geluiden naar voren die een positiever licht wierpen op de functie van humor en het gebruik ervan.

¶ *Risico's en valkuilen*

Verschillende auteurs (onder andere Kubie 1971; Baker 1993; Rayner 1992) hebben geschreven over de risico's die verbonden kunnen zijn met de humoristische interactie in het klinische werk, hoewel ze verschillen in de mate waarin ze vervolgens het gebruik ervan ontraden. Belangrijke elementen van dit perspectief zijn het risico van opwinding, verleiding en afleiding (Kubie 1971), en de narcistische bevrediging die ermee gemoeid kan zijn, als afweer van conflictueus materiaal (Baker 1993). Verder wordt gewaarschuwd voor het via een humoristisch discours afreageren van sadistisch-destructieve impulsen, of erotische gevoelens in de overdracht-tegenoverdracht (Poland 1990). Bovendien kan humor een actief-controlerende functie hebben ten aanzien van gevoelens van onmacht, schaamte, verlegenheid en angst.

Ronald Baker (1993, p. 109-130), in zijn weging van de risico's, maar ook van de deugden van humor in de analytische relatie, beschrijft verder hoe humor niet misbruikt moet worden om een impasse te doorbreken, of ter verzachting van een anders pijnlijke interpretatie. Hij zegt: 'Het gebruik van humor kan alleen effectief zijn als het spontaan en tegelijkertijd onder controle is (zoals bij een interpretatie), en voor zover het in dienst staat van het verdiepen van

het analytische proces [...] het moet passen bij deze patiënt met z'n specifieke defensies, en dan moet vooral de timing precies kloppen».

... Een minder geslaagd voorbeeld daarvan in mijn praktijk is een situatie met een jonge vrouw die ik in analyse had, die zich beklagde over een vriendin die ook in psychoanalyse was, met wie ze veel moeite had. «Ze slaapt iedereen in dingen mee, maar het is voor haar zelf, ze houdt helemaal geen rekening [...] dat heeft ze geleerd in psychoanalyse [...]».

Ik antwoordde droogjes: «Ah, de vruchten van de psychoanalyse».

Ze was even stil en zei: «Nou ja, in haar geval...».

Ik voelde me mét de analyse natuurlijk aangevallen en probeerde via een soort identificerende zelfspot dat gevoel te reguleren en haar tegelijkertijd te laten voelen dat haar verzet in de overdracht te verdragen zou zijn. Naast het defensieve was achteraf gezien de timing (bij een nog kwetsbare alliantie) van deze interventie vermoedelijk de reden dat patiënte dit niet kon aanvaarden. Ze voelde zich in deze context vooral teruggefloten en aangevallen.

¶ *Het potentieel van humor*

Andere auteurs (Pasquali 1987; Bader 1994; Christie 1994; Pierce 1985; Poland 1990; Olson 1976) benadrukken vooral hoe de omgang met humor in therapie en analyse niet geschuwd moet worden. In dat verband oppert Pasquali (1987) dat analytici mogelijk vrezen voor manische opwindning en collusie, en het gevoel dat een analyse waarin gelachen wordt niet respectabel zou zijn. Om vervolgens te betogen hoezeer humor het vermogen om te spelen vertegenwoordigt en stimuleert, zodat woorden, beelden en gedachten op creatievere manieren tot nieuwe betekenissen kunnen leiden. Onze creatieve verbeelding leunt immers op de capaciteit om tegengestelde of incongruente ideeën en beelden te tolereren (Christie 1994).

Christie beschrijft hoe in de vroege moeder-kindsituatie het spel (en de humor daarin) een belangrijk medium is voor de moeder in haar rol als degene die het kind ondersteunt en stuurt richting ego-integratie, «[...] including the gradual emergence of a rich and ultimately metaphorical use of language, leavened by humour» (Christie 1994, p. 485). Het internaliseren van benigne en speelse aspecten van het ouderkoppel, zo betoogt hij verder, zal de consolidatie van een toleranter Superego in de hand werken, namelijk een die kan toestaan dat kwaliteiten als nieuwsgierigheid, het tolereren van ambiguïteit en een gevoel van humor zich ontwikkelen.

Poland (1990) spreekt over de situatie waarbij er juist sprake is van een star en streng Superego, en hoe humor dan een weg kan zijn waarlangs zich meer innerlijke bewegingsvrijheid en spontaniteit ontwikkelen.

Ik moet denken aan een patiënte die na een aantal jaren analyse nu stap voor stap aan het afbouwen is en daarin voelbaar de autonomie aan het bemachtigen is die eerder in haar leven zo onbereikbaar was. Haar persoonlijkheid werd vooral gekleurd door dwangmatigheid, vanwaaruit ze bijvoorbeeld gedurende een belangrijk deel van de analyse ging liggen met in haar hoofd zorgvuldig vooraf bepaalde lijstjes van gespreksonderwerpen. Van humor was van meet af aan nauwelijks sprake, daarvoor was de innerlijke rigiditeit en tucht van het Superego te krachtig. Ik weet nog dat mijn supervisor me op zeker moment waarschuwde dat ik moest oppassen in het contact met haar mijn spontaniteit en humor niet te verliezen. Dat hielp me om uit een positie te komen waarbij ik haar bevrorenheid was gaan beantwoorden met een geremdheid van mijn kant.

In het tweede jaar van de analyse wordt er in de etage boven mijn praktijk een nieuwe vloer gelegd en ik kondig in het begin van de zitting aan dat dat af en toe flink gebonk geeft. Zij [de hierboven genoemde patiënte] zegt, een beetje lachend: 'Ah joh, dat overleef ik wel'.

Ik zeg op lichte toon terug: 'Oké, maar als dat niet zo is, laat je het dan weten?'.

Later in de analyse praten we over hoe moeilijk ze het vond om emotie te voelen bij het overlijden van haar oma en dat ze misschien nog het meest geraakt was door het verdriet van de andere familieleden. Het viel haar op dat ze na het sterven van haar kat veel duidelijker verdriet had gevoeld. Ik leg haar voor dat ze het eng vindt om zich emotioneel verbonden te voelen met mensen, en ze beaamt dat, nadat ze een grapje heeft gemaakt over hoe ze ook maar zelden meemaakt dat een mens staat te spinnen en miauwen om haar te begroeten als ze thuiskomt. We moeten daar allebei om lachen, en na een stilte zegt ze zachtjes: 'Mensen kunnen je veel meer raken als je je kwetsbaar opstelt'.

Een derde voorbeeld uit deze analyse komt uit de laatste fase, waarin patiënte dus aan het afbouwen is, maar het moeilijk vindt om echt stil te staan bij wat het haar doet. Ze heeft zelf de datum van afbouw al een paar keer uitgesteld met het idee dat ze meer ruimte nodig heeft om gevoelens hieromtrent te kunnen bespreken, maar het onderwerp lijkt er vooralsnog bovenal mee op afstand gezet te worden en daarmee de rouw voor het moment gesust.

We praten over dat dilemma en als we moeten stoppen zeg ik: 'Nou, we gaan er morgen over verder', waarop zij gevat antwoordt: 'Ja, maar misschien ook niet dus', ironisch zinspelend op het besef van haar sterke neiging tot wegmaken.

Ik heb in deze analyse gaandeweg meer ruimte zien ontstaan, en de aanwezigheid van humor was daarin zowel een manier om ruimte te heroveren op de innerlijke strengheid, als een signaal van die toegenomen ruimte.

Warren Poland (1990) maakt een onderscheid tussen primitieve, agressieve humor en wat hij noemt 'rijpe humor'. Rijpe humor is meer geneutraliseerd van het instinctuele en raakt voor hem aan 'de relatief rijpe capaciteit om impulsen, frustraties, hoop en teleurstelling te onderkennen met een humor waarin de bitterheid getemd is, maar niet ontkend'. De eerder beschreven manier waarop Freud de overweldiging door nazi's met ironie hanteerde is daar misschien een goed voorbeeld van.

Poland associeert emotionele ontwikkeling en rijping met een toegenomen capaciteit om te kunnen lachen om zichzelf en de wereld als geheel, en ziet daarmee 'rijpe humor' als iets wat zich bij uitstek kan ontwikkelen op grond van geslaagde analytische arbeid. Daarmee suggereert hij dus dat gevoel voor humor niet eenvoudigweg gegeven is, maar onder invloed van het oplossen van innerlijke remmingen en conflicten in ieder geval meer vrijgemaakt kan worden. Ten aanzien van humoristische uitingen van de analyticus onderkent Poland risico's, maar dat dient in zijn optiek te worden ondervangen door alert te blijven op de vraag: 'Waarom nu, wat wordt er uitgeleefd of gecommuniceerd, en wat moet er weg?'. Om vervolgens toe te voegen dat deze vragen feitelijk voor elke interventie opgaan. Het is van belang erop te letten dat het gebruik van humor ten dienste staat van het openen en verdiepen, en niet van ageren of verduisteren. Maar hij zegt ook: 'Humor is in z'n gebruik altijd dubbel snijdend [...] zoals bij alle interventies, zijn deze complex in de mengeling van wat ze gelijktijdig ophelderen en aan het zicht onttrekken'. Toetssteen is vervolgens of er meer opening is ontstaan voor een associatief proces, of juist niet.

Poland spreekt verder over de met humor verbonden 'sense of mastery' en daarnaast de verrukking die kan volgen uit wat hij noemt 'Het benoembaar maken van het onbenoembare'.

Ik moet daarbij denken aan het via de humor bespreekbaar worden van het vooralsnog verboden onderwerp van de agressie bij een man van begin dertig die in psychoanalytische psychotherapie kwam naar aanleiding van recidiverende depressieve episodes, en die werkzaam is als kleinkunstenaar. Zijn sterk ontwikkelde humor heeft hem onder andere als opgroeiende jongen intellectueel gewapend tegen felle pesterijen, daar waar een ander soort weerbaarheid ontbrak.

Ik denk aan een zitting die eigenlijk direct in een grappend discours belandde. Ik had kort na zijn [de hierboven genoemde man van begin dertig] aanvangstijd gecheckt of hij er toevallig al was zonder dat ik hem had horen binnenkomen, en als ik de deur opendoe komt hij net boven. Het overvalt me een beetje en ik maak wat defensief een grapje over mijn goede intuïtie. Hij vraagt of ik de bel gehoord had en dat is niet zo, dus ik zeg: 'Oh, had je aangebeld?'.

Hij reageert gevat: 'Nee, ik wees er naar'.

Ik zeg: 'Ja, ik had moeten weten dat je er stond, zelfs zonder dat jij hoeft aan te bellen'.

Hij: 'Het is 2017!', en lijkt het daarmee technologisch te maken, en mij achterhaald.

Iets later in de zitting maak ik een vergissing als hij vertelt over een collega die ook in therapie is, waarbij ik er onterecht van uit ging dat hij een man bedoelde. Hij corrigeert me en ik zeg iets over hoe hij me betrapt op latent seksisme. Hij zegt dan: 'Dat overkomt ons allemaal', en na een korte stilte: 'Ik had het misschien niet hoeven zeggen, maar dacht: het is beter voor de wereld'.

Ik zeg: 'Niet zozeer tot je eigen genoegen, bedoel je?'.

Hij, op lichte toon: 'Ik zou jou nooit tot de orde roepen, agressief zijn'.

Ik: 'Nee, dat gaat via de grappen, daarin kun je van alles zeggen zonder het te hoeven zeggen'.

Hij, handenwringend en op verlekkeerde toon: 'Ja, heerlijk is dat hè?'.

Later in het gesprek komen we echter opvallend te praten over de heftigheid die inderdaad zo verborgen moet blijven, die angstig maakt. Voor het eerst vertelt hij over de horrorfilms die hij blijkt te kijken, en waar hij heimelijk veel aan beleeft.

Zonder twijfel is het risico van een narcistische collusie met iemand die het komische tot z'n vak heeft gemaakt nog meer dan gemiddeld aanwezig. Toch is mijn indruk dat in dit geval het invoegen en niet uit de weg gaan van het komische het juist mogelijk maakte om vervolgens de ernst ervan te onderkennen en meer dan daarvoor contact te maken met de onbewuste agressieve wereld waar hij zo vreselijk bang voor is. In dit geval is de humoristische interactie nadrukkelijk gericht op het ondersteunen van het observerende Ego en het identificeren van de weerstand (Rose 1969).

¶ *Humor en het onzegbare*

Het door Poland beschreven 'benoembaar maken van het onbenoembare' raakt aan een complex begrip dat bij andere auteurs terugkomt, en dat tot mijn verbeelding spreekt als het gaat om potentiële functies van humor. Eric Rayner (1992) benadert het voor mijn gevoel als hij het belang benadrukt van het spreken tot de patiënt in de taal van het onbewuste en dat humor daartoe bruikbaar is als die afgestemd is op, of een gelijksoortige vorm heeft als een essentie van de patiënt. Hij schrijft: 'Interpretations in the form of jokes [...] can be the closest and most appropriate mapping of the unconscious at a particular moment'. Kurt Eissler (Baker 1999, p. 126) heeft het zelfs over het via de humor smokkelen van een interpretatie door het tijdelijk omzeilen van de weerstanden, op voorwaarde dat het de juiste grap op het juiste moment is, waardoor de betekenis via het lachen aanvaard kan worden. Poland (1990) en Rose (1969) noemen

in dat verband het voorbeeld van de nar, die via het humoristische in staat is om iets van realiteit te brengen in de waanzin van King Lear.

..... In een zitting deed zich het volgende voor: Ik was met een man in gesprek bij wie voelbaar de irritatie opliep (naar mijn idee omdat ik hem iets wilde voorleggen wat hij niet wilde weten), en na een kwartier stond hij plotseling op met de mededeling dat hij snel even naar de wc moest en hij liep, zich verexcuserend, de kamer uit. Ik bleef verrast achter en toen hij terugkwam en ik hem vroeg of zijn plotselinge actie nou iets te maken had met wat we daarvoor bespraken, veegde hij dat met een beslist gebaar van tafel. Ik antwoordde: «Ik wou maar zeggen: als je pissig bent kun je dat ook gewoon tegen me zeggen», wat hem deed bulderen van het lachen.

Ik denk dat in dit verband relevant is wat Theodor Reik (Baker 1993, p. 952) beschrijft als hij spreekt over het element van verrassing in zowel interpretatie als in een humoristisch moment, dat naar zijn idee zo centraal staat in het ontdekken van hetgeen tot dan toe slechts onbewust geweten werd.

Ook boeiend in deze zijn de opvattingen van Ignacio Matte-Blanco (Newirth 2006, p. 563), die humor bespreekt als een middel om samen met de patiënt van het concrete, bewuste niveau te bewegen naar wat hij noemt een «symmetrische positie». Die meer met het Onbewuste verbonden positie waarin de gebruikelijke grenzen wegvallen, maakt het voor patiënt en analyticus mogelijk om voor een moment voorbij de splijting te belanden in de depressieve positie. Daarin kan integratie plaatsvinden van anders tegengestelde ervaringen en gevoelens, hetgeen een triomf betekent over de paranoïd-schizoïde positie met z'n onoverbrugbare tegenstellingen en splijtingen. Dat biedt volgens Matte-Blanco uitzicht op een hoopvollere relatie, waarin zowel analyticus als patiënt humor gebruiken om hun paradoxale ervaringen te uiten van haat en liefde, afhankelijkheid en autonomie, verwerping en verlangen, en hoop en teleurstelling, in een zich ontwikkelende symmetrische relatie. Hoewel de beschrijving enigszins abstract is, stel ik me intuïtief iets voor bij de holding die van afgestemde humor uitgaat, en hoe die een splitsing even tenietdoet, waardoor nieuwe betekenis tot stand kan komen, daar waar die misschien nog nauwelijks te symboliseren is.

..... Ik heb een man in psychotherapie van rond de vijftig — een man van twaalf ambachten en dertien ongelukken met een kwetsbare identiteit, die zich ook in relaties moeizaam bindt.

..... In contact met hem ervaar ik soms de hoge spanning die naar mijn idee volgt uit een emotionele splijting, wat dus brandstof kan zijn voor humor, waarbij die splijting even met kracht ongedaan gemaakt wordt.

..... Tijdens een zitting praten we over hoe hij eigenlijk in allerlei situaties onbewust creëert dat er gaten vallen in de kennis van waar hij mee bezig is.

En dit op een zodanige manier dat de écht eigen regie en verantwoordelijkheid vervolgens ontbreken en hij altijd alert moet zijn op momenten dat er iets zou kunnen voorvallen wat misschien wel binnen zijn verantwoordelijkheid, maar buiten zijn kennisdomein valt.

Hij vertelt in dat kader over een opleiding tot steward bij een luchtvaartmaatschappij. Bij de evacuatietest bleek hij allerlei essentiële stappen van de procedure niet in z'n hoofd te hebben. In een sterke opwelling komt een beeld bij me op dat ik hem spontaan voorleg: ik stel me hardop voor hoe hij tijdens een vlucht met samengeknepen billen moet zitten hopen dat die kist in de lucht blijft, en dat hij dan denkbeeldig tegen de passagiers zegt: 'Want anders hebben we een groot probleem; niet alleen jullie, maar ook ik!' Hij moet heel hard lachen en ik voel zelf ook de sensatie van het even hebben kunnen aanraken van de verborgen intensiteit die aan de splijting ten grondslag ligt, waarbij voor een moment iets bloot komt te liggen van de agressie en het zelfzuchtige dat met zijn narcistische positie verbonden is.

Zoals ik suggereerde, prikkelt deze patiënt mij op een heel bepaalde manier om humoristisch te zijn, en ik probeer me bewust te zijn van de valkuilen daarin van het weglachen en dus uitleven van frustratie en onmacht over hoe onbereikbaar hij voor mij kan zijn.

Op zijn beurt heeft hij sterk de neiging om grappen en grollen te gebruiken in de vorm van een soort 'clownen', waarbij hij steevast grijnzend de kamer binnenkomt, of bijvoorbeeld mijn gedrag licht spottend imiteert, daarmee voelbaar zijn ware persoon verbergend. Met het besef dat ik me aan dat gedrag toenemend ging ergeren en verstrakt begon te voelen, heb ik besproken wat ik meende te zien, en hij herkende het als zijn manier om gevoelens van kwetsbaarheid en behoefteigheid weg te houden, omdat hij daarmee in zijn beleving niet welkom zou zijn. Hij is de jongen die lol brengt en niet zwaar op de hand is, en het is doodeng als hij ons beiden niet kan weghouden bij de feitelijke pijn en tragedie van wat hij met zich meebrengt.

Deze clowneske vorm van humor lijkt dus, in vergelijking met de eerdergenoemde 'rijpe humor' (en rijpe afweervorm) eerder een voorbeeld van een primitievere, manische afweer van kwetsbare en depressieve gevoelens. Een vorm die eerder mikt op primitieve ontkenning dan het via de humor laten bestaan van, en leren leven met de onderliggende pijn en onmacht.

¶ *Tot slot*

In dit relatief korte bestek en zonder de pretentie te hebben volledig te zijn, hoop ik iets tastbaar te hebben gemaakt van de complexiteit en ambivalentie die verbonden zijn met het fenomeen humor, zowel in de ontwikkeling van de theorie als in de analytische praktijk.

Humor is het dubbelsnijdende zwaard dat tegelijk onthult en verbergt — dat het wapen en schild kan zijn, en intimiteit kan versterken of juist afhouden.

Het is evident dat humor op verschillende manieren kan fungeren als afweer, zowel voor patiënt als analyticus, als deze worstelt met eigen schaamte, onmacht, angst of woede. Dan kan hij actief in dienst staan van het verleiden, bespotten of anderszins controleren van de beleving, in een poging niet te veel onderhevig te zijn aan het frustrerende, pijnlijke of beangstigende van de psychische realiteit.

Humor heeft echter ook het vermogen om, in de context van een adequate afstemming en timing, het Boven-Ik te verzachten en ruimte te maken voor verloren speelsheid en creativiteit, als voorwaarde voor het doen toemenen van innerlijke ruimte. Bovendien kan hij instrumenteel zijn in het opheffen van repressie en daarmee onbewuste emoties en ideeën voor het voetlicht brengen (Lothane 2008). Het gebruik van humor kan dragend zijn in het overbruggen van tegenstellingen (misschien tijdelijk, als het <titreren van de depressieve positie>) en daarin iets van het verbodene of onbenoembare aan het licht brengen. Hij kan aanwijzingen geven voor wat nog te beschamend is, met daarbij steeds de aantekening dat hij bij defensief gebruik juist in dienst kan staan van het tegendeel (en dan schaamte in de hand werken).

Humor kan de analytische relatie meer persoonlijk maken, onder andere door de ervaring dat er zich een gelijke speelruimte ontwikkelt tussen analyticus en patiënt (zoals door Winnicott beschreven in termen van <spelen in de transitionele ruimte>), en dan bevrijdend werken en voor de patiënt niet alleen een enorme opluchting betekenen, maar ook het vermogen tot reflecteren doen toenemen en de weg effenen naar de taligheid in de dyade van analytische interactie — een gezamenlijke taal (E. Gans, persoonlijke communicatie 2017).

Genoemde afstemming en timing zijn dus van belang, maar daar moet direct aan toegevoegd worden dat deze nooit continu naadloos op elkaar kunnen aansluiten. Dat geldt feitelijk echter voor elke interventie (Poland 1990), waarbij vervolgens zo'n belangrijke rol weggelegd is voor het herstel van de ruptuur.

Belangrijk is naar mijn gevoel verder de notie dat waar het gebruik van humor risico's met zich meebrengt, het zich in abstinentie onthouden van humor evenmin van gevaar gespeend is. Het kan namelijk, net als humor, onbewust een instrument zijn van verwaarlozing of zelfs ageren van sadistische impulsen. Of het nou voortkomt uit de angst van de analyticus om al te zeer betrokken te raken in enactments en zichtbaar te worden (Poland 1990), of vanuit eigen onopgeloste depressiviteit of rigiditeit (en technisch verhuuld via neutraliteit en abstinentie), het kan de patiënt makkelijk verhinderen via

een responsieve, echte relatie met de analyticus affectief meer tot leven te komen (Bader 1994).

Humor is niet iets wat standaard als een instrument toegepast of geleerd kan worden. Hij vraagt van de betrokkenen in ieder geval een gevoeligheid voor het komische, en daarnaast als analyticus de flexibiliteit om spontaan meegevoerd te worden, om dan te kunnen beschouwen wat er in die ensce-nering gebeurt en of het associatieve proces zich vervolgens verdiept, of juist niet (Poland 1990).

Ik meen dat humor in het analytische werk een apart potentieel heeft. Hij brengt echter een nadrukkelijke verantwoordelijkheid van het bewust-zijn met zich mee. Niet alleen van wat hij zichtbaar maakt, maar ook wat hij verhuult, en waarom.

Literatuur

- BADER, M.J. (1994). The analyst's use of humor. In H. Strean (red.), *The use of humor in Psychotherapy* (p. 25-46). Northvale NJ: Aronson.
- BAKER, R. (1993). Some reflections on humour in psychoanalysis. *International Journal of Psychoanalysis*, 74, 951-960.
- BAKER, R. (1999). The delicate balance between the use and abuse of humor in the psychoanalytic setting. In J.W. Barron (red.), *Humor and psyche — psychoanalytic perspectives* (p. 109-130). New York: Routledge.
- BARRON, J.W. (RED.). (1999). *Humor and psyche — psychoanalytic perspectives*. New York: Routledge.
- BERGMANN, M.S. (1999). The psychoanalysis of humor and humor of psychoanalysis. In J.W. Barron (red.), *Humor and psyche — psychoanalytic perspectives* (p. 11-30). New York: Routledge.
- CHASSEGUET-SMIRGEL, J. (1988). The triumph of humor. In H.P. Blum, Y. Kramer, A.K. Richards & A.D. Richards (red.), *Fantasy, myth, and reality — Essays in honor of Jacob A. Arlow M.D.* (p. 197-213). Madison, Connecticut: International Universities Press.
- CHRISTIE, G.L. (1994). Some psychoanalytic aspects of humour. *International Journal of Psychoanalysis*, 75, 479-489.
- FREUD, S. (1905). De grap en haar relatie met het onbewuste. In *Werken* 3, 1901- 1905 (p. 340-549). Amsterdam: Boom, 2006.
- FREUD, S. (1927). De humor. In *Werken* 9, 1924- 1929 (p. 408-416). Amsterdam: Boom, 2006.
- KRIS, E. (1938). Ego development and the comic. *International Journal of Psycho-Analysis*, 19, 77-90.
- KUBIE, L. (1971). The destructive potential of humor in psychotherapy. *American Journal of Psychiatry*, 127, 861-866.
- LEMMA, A. (2000). *Humour on the couch*. London and Philadelphia: Whurr Publishers.
- LOTHANE, Z. (2008). The uses of humor in life, neurosis and in psychotherapy — Part 2. *International Forum of Psychoanalysis*, 17(4), 232-239.
- MARTIN, R.A. (2007). *The psychology of humor — An integrative approach*. London: Elsevier Academic Press.
- NEWIRTH, J. (2006). Jokes and their relation to the unconscious — Humor as a fundamental emotional experience. *Psychoanalytic Dialogues*, 16(5), 557-571.
- OLSON, H.A. (1976). The use of humor in psychotherapy. In H. Strean (red.), *The use of humor in psychotherapy* (p. 195-198). Northvale, NJ: Aronson.
- PASQUALI, G. (1987). Some notes on humour in psychoanalysis. *International Review of Psychoanalysis*, 14, 231-236.
- PIERCE, R.A. (1985). Use and abuse of laughter in psychotherapy. In H. Strean (red.), *The use of humor in Psychotherapy* (p. 105-112). Northvale, NJ: Aronson.
- POLAND, W. (1990). The gift of laughter — on the development of a sense of humor in clinical analysis. *Psychoanalytic Quarterly*, 49, 197-225.

RAYNER, E. (1992). Matching, attunement, and the psychoanalytic dialogue. *International Journal of Psychoanalysis*, 73, 39-54.

REIK, T. (1933). New ways in psychoanalytic

technique. *International Journal of Psychoanalysis*, 14, 321-334.

ROSE, G.J. (1969). King Lear and the use of humor in treatment. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 17, 927-940.

SUMMARY

Humour: Between defence and the deepening of intimacy

In spite of the difficulty of establishing the essence of humoristic interplay between analyst and patient because of the specific relational context in which it occurs and develops, the author ventures to describe some aspects of the use of humour in psychoanalysis and psychoanalytic psychotherapy from both a theoretical and clinical perspective. There is a good deal of ambivalence around humour in psychoanalysis, which can hardly be understood from Freud's perspective on the subject. This paper examines some of the developments in the field. From several clinical examples on different aspects of the subject, the author makes a case for allowing humour its place, while being aware of the ever-present defensive elements of the double-edged sword one is dealing with.

Keywords: deepening, defence, humour, jokes, intimacy

Manuscript ontvangen 19 februari 2018

Definitieve versie 7 oktober 2018