

Wijkstra, J. (2020)

Niet alleen ons brein. Een pleidooi voor psychoalfabetisering

Gompel & Svacina

Dany Baert*

Toen ik over het bestaan van dit boek las, was ik onmiddellijk geïnteresseerd. De auteur, psychiater en psychotherapeut, kondigt aan dat hij een wederwoord heeft tegenover onder meer Dick Swaab. Deze laatste gooide in ons taalgebied hoge ogen met zijn vulgariserend werk over de werking en de impact van ons brein. *Wij zijn ons brein*¹ heeft een zeer hoog gehalte aan ‘als- je-enkel-een-hamer-hebt-nemen-alle-vraagstukken-de-vorm-aan-van-een-spijker’. Ik heb zelden een boek gelezen waarin een wetenschappelijk a priori of ‘bias’ zo manifest op de zenuwen werkt. Het is dus geen verrassing dat er tegenstanders opstonden. Wijkstra doet dit vanuit zijn bekommernis om de druk die we allen ondergaan door de snelle en ingrijpende veranderingen in onze samenleving. Niet alleen zorg voor het brein, maar zeker ook voor de psyche, is dan van groot belang.

Wijkstra stelt terechte en rake vragen. Hij verwijst daarbij naar de zogenaamde ‘kritische complexiteitstheorie’, een model waar ik tot nog toe nooit over gehoord heb. Dat is niet zo vreemd, want ze komt oorspron-

1 Swaab, D. (2010). *Wij zijn ons brein. Van baarmoeder tot Alzheimer*. Contact.

* Dany Baert is gepensioneerd klinisch psycholoog – psychotherapeut, hij was van 1983 tot 2014 verbonden aan de Interactie-Academie en heeft momenteel een eigen huiskamerrestaurant: www.dee-en-aa.be. E-mail: dany.baert1@telenet.be

kelijk uit een hele andere dan een menswetenschappelijke hoek. Van Straalen² geeft ons volgende definitie: *Model voor de oorsprong van het leven als een emergente eigenschap van een mengsel van zeer veel moleculen die zeer veel verschillende interacties met elkaar aangaan en daarbij een drempelwaarde van ingewikkeldheid overschrijden*. Grondlegger zou een zekere Stuart Kauffman zijn, een onderzoeker die zich intens bezighield met de vraag naar hoe biologisch leven op onze aardbol kon ontstaan. Een van de basispeilers van deze benadering is volgens Wijkstra (p. 41) dat het onderzoekers dwingt heel expliciet te laten weten welk perspectief ze innemen en ook: ‘Wie of welke macht bepaalt het perspectief?’ Op het eerste gezicht klinkt dit al even geheimzinnig of samenzweerderig. Maar het betekent dat praktijkwetenschappers en onderzoekers transparant moeten zijn in verband met de achtergronden van hun werk: wie vertegenwoordigen ze, welke belangen dienen ze, welke instanties financieren hun onderzoek? We kunnen ons daar heel makkelijk iets bij voorstellen: onderzoek naar de giftigheid van glyfosaat³ dat gesponsord wordt door de producent ervan, juichkreten over de productie van een efficiënt vaccin tegen covid-19, uitgebazuind door de Russische overheid enzovoort.

Met dit argument in de hand stelt Wijkstra prangende vragen aan Swaab en co: ‘Waarom reduceert u de mens tot brein, wie hebben daar belang bij, hoe hebt u daartoe de macht en welke gevolgen heeft deze reductie?’ (p. 41). Dat Wijkstra spreekt over ‘macht’ heeft volgens mij te maken met zijn psychoanalytische achtergrond; het is in die theoretische context niet ongewoon. In elk geval zouden we kunnen spreken van belangen, invloeden, vormen van afhankelijkheid.

Hij trekt de lijn consequent door en stelt ook deze vragen aan zichzelf en collega-psychiaters: ‘Waarom reduceert u de mens tot psyche en wat zijn daarvan de gevolgen? Waarom reduceert u het probleem van de psychiatrische patiënt tot een DSM-5-diagnose, in wiens belang en in wiens nadeel, wie bepaalt dat dit kan en waar leidt dat toe?’ (p. 41). Terwijl ik dit lees, bedenk ik dat dit soort vragen in teams bijzonder interessante conversa-

2 www.ensie.nl/nico-van-straaLEN/complexiteit-kritische

3 Zie de controverse rond de onkruidverdelger Roundup.

ties zou kunnen teweegbrengen. Met name omdat het in communicatieve zin belangrijk is de achtergronden en betekenisverlenende contexten van bevindingen en overtuigingen te expliciteren. Op die manier worden al of niet botsende meningen eerder uiteenlopende gedachten op grond van variërende, vaak aan functie en discipline gebonden observaties en ervaringen.

Ik hoopte in dit boek een onderbouwd weerwoord te vinden op de vooringenomen visie van breindenkers zoals Swaab. Ik hoopte theorievorming en onderzoek te lezen vanuit een minder materiële, geesteswetenschappelijke benadering, een visie waarin niet zozeer cerebrale structuren en processen centraal staan, maar betekenissen, intermenselijke beïnvloeding, filosofische en epistemologische invalshoeken, desnoods zelfs met een vleugje spiritualiteit.

Groot is mijn teleurstelling wanneer blijkt dat Wijkstra dit hele vraagstuk – al is hij in zijn openheid daarover getrouw aan zijn uitgangspunt – reduceert tot een pleidooi voor de psychoanalytische benadering. Hier en daar meen ik zelfs tussen de regels door dat klassieke gedachtegoed te bespeuren, als zou de psychoanalyse de superieure theorie zijn om zich over de psyche betreffende kwesties te buigen. De thesis van de auteur is dat we nood hebben aan een grootschalige en doortastende strategie om mensen te leren denken in termen van het psychische. Hij noemt dit psychoalfabetisering. Wat betekent dat hij op dit moment een groot analfabetisme op dit vlak waarneemt.

Wat volgt is een exposé over psychoanalytische theorie voor leken. Er is enerzijds psychoanalytische behandeling als superspecialisme, moeilijk duidelijk te maken aan niet-psychoanalytici. Anderzijds is er ‘psychodynamische theoretische en methodische kennis, toegankelijker en beter uit te leggen aan niet-therapeuten en praktischer toepasbaar buiten therapie bij het denken over psychoalfabetisering, groepen, systemen, organisaties, maatschappij’ (p. 62). En zo start de verdere uitwerking van het pleidooi pro domo⁴. In het pleidooi voor psychoalfabetisering gaat Wijkstra er a

⁴ Een pleidooi voor het eigen uitgangspunt en theorie.

priori vanuit dat het erop aankomt de psychoanalytische concepten en mechanismen als uitgangspunt te nemen. Dat geldt zelfs voor het antwoord op de vraag van waaruit mensen soms weerstand bieden tegen dit gedachtegoed. Hij becommentarieert dit met standaard concepten die kritische vragen onschadelijk maken, zoals de 'duiding' dat weerstand tegen het psychoanalytische gedachtegoed psychodynamische weerstand is 'zoals dat in de psychoanalytische theorie wordt omschreven' (p. 64).

Moelijker wordt het wanneer de auteur op het methodische vlak zijn voorkeur aangeeft voor de non-directieve houding en theorie: 'Ik kan niet de richting van iemands vrijheid aangeven.' (p. 81) Hij onderkent dat hij hiermee in tegenstrijdigheden terechtkomt. Uiteraard is de voornaamste daarvan dat een non-directieve basishouding zich niet makkelijk laat combineren met een (misschien zelfs hier en daar messianistische) bevologenheid om anderen te leren hoe ze over zichzelf, de ander, de groep en de samenleving zouden moeten denken. Wijkstra noemt drie knopen: de tegenstelling tussen streven en niet-directiviteit, de tegenstrijdigheid tussen het directieve in de analytische theorie en het non-directieve in de beroepshouding, de tegenstelling tussen de directieve werkwijze van de medicus en de non-directieve instelling van de psychotherapeut (p. 83). Buiten het therapeutische kader en in de context van psychoalfabetisering zou de uitweg er als volgt kunnen uitzien: 'Kan ik mijn gedachten op zo'n manier onder uw aandacht brengen dat er voor u ruimte blijft om erover na te denken, om uw eigen gedachten en gevoelens er bij te hebben en dat er bij mij ruimte blijft voor wat er in u omgaat?' (p. 88).

De belangrijkste principes die in een model van psychoalfabetisering een plaats dienen te krijgen zijn 'de uniciteit van personen, het onbewuste, het psychisch determinisme, het verleden heeft veel invloed in het heden, overdracht, tegenoverdracht, weerstand' (p. 67). Dat zijn natuurlijk interessante concepten, maar als het over alfabetisering gaat kan ik er nog wel wat noemen die in het genoemde lijstje blinken door afwezigheid: besef van de onbegrensdeheid van invloed, van het verschil tussen binnenkant, buitenkant en overkant, van de gelaagdheid van communicatie en ga zo maar door. Wat ik dus mis, is dat Wijkstra onvoldoende zijn eigen uitgangspunt vasthoudt en laat weten dat hij zijn voorstel tot alfabetisering

lanceert vanuit één welbepaalde benadering, eentje onder vele mogelijke. Het lijkt er te veel op dat het nadenken over de psyche alleen legitiem is met een analytisch denkkader.

Na een hoofdstuk over het ontstaan van de psyche, waarin vooral het concept ‘mentaliseren’ aan bod komt, wijdt Wijkstra breed uit over een ander in zijn ogen essentieel concept: autonomie-in-verbondenheid. Autonomie en verbondenheid zijn fundamenteel met elkaar verweven, het ene kan niet zonder het andere. Dit geeft aanleiding tot een aantal beschouwingen over de verhouding tussen individu en groep, over krachten en invloeden die deze verhouding kunnen bevorderen dan wel bemoeilijken, over verstoorde ontwikkelingen van de psyche en over maatschappelijke processen die de ontwikkeling van deze autonomie-in-verbondenheid belemmeren, zoals het neoliberalisme, het onschadelijk maken van complexiteit, de data-revolutie en de nieuwe media. Deze beschouwingen zijn enerzijds – en logischerwijze – sterk psychoanalytisch gekleurd; anderzijds blijft heel veel van wat de auteur schrijft redelijk abstract; ik krijg er zelden beelden bij van concrete tussenmenselijke gebeurtenissen.

Hoe stelt de auteur zich die psychoalfabetisering in de praktijk voor? Ik citeer hem: ‘Ik pleit daarom voor meer reflectie en meer zelfkennis met als *inhoudelijk* kader kennis van de psychodynamiek van de psyche, kennis van hoe in de psyche autonomie-in-verbondenheid ontstaat, hoe we de ontwikkeling van autonomie-in-verbondenheid kunnen bevorderen en hoe het contact met de ander en de groep/maatschappij daarbij belangrijk zijn.’ (p. 163) Psychoalfabetisering impliceert volgens Wijkstra ‘het bevorderen van het mentaliserend vermogen, de innerlijke dialoog en zelfreflectie en het in stand kunnen houden van deze psychische eigenschappen in het contact met de ander. Psychoalfabetisering zou onderdeel moeten zijn van *onderwijs, opvoeding, behandeling, wetenschappelijk onderzoek, opvoeding en politiek*’ (p. 163). Concreter wordt het niet, en ik heb eigenlijk nog geen idee hoe ik eraan moet beginnen.