

vullend zijn om op interpersoonlijk niveau aan het zelfbeeld te werken.

Ambivalentie is een belangrijke ontwikkelingstaak, aldus Marte Kaan. Ze vertelt dat ambivalentie raakt aan een van de belangrijkste kernconflicten: het conflict tussen liefde en haat. De kern van ambivalentie in relaties is de confrontatie met het vreemde in de ander en in jezelf; dat wat je niet begrijpt van elkaar, wat je niet snapt. Leren liefhebben is niet bang zijn voor het vreemde, in de ander en in jezelf; je hoeft niet alles te begrijpen. De klinische relevantie is dat je als therapeut niet alles kunt begrijpen, ook niet bij je patiënt.

Quin van Dam en Willemijn de Jong laten een rollenspel zien van een affectieftherapie met een therapeutisch proces bij een patiënte met een verslavende liefde. De patiënte is angstig voor gewone gevoelens en verlangens, en weerde die af met een negatief zelfbeeld. In huidige situaties herhaalt de patiënte steeds haar innerlijk beeld: <Ik ben gek en de ander zal mij in de steek laten.> In de therapie zijn er drie doelen: ontvankelijkheid creëren en vergroten voor zorg en aandacht van de therapeut en anderen, een adaptief beeld van zelf en ander ontwikkelen, en rouwen om vroegkinderlijk gemis. Daarbij is het belangrijk veel stil te staan bij de angst, omdat juist die wordt afgekeurd en het negatieve zelfbeeld bevestigd. Belangrijk is zelfliefde te ontwikkelen voor eigen angst en schaamte.

Bij Pieterneel Dijkstra gaat het over herstel en groei na overspel. De insteek van Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) is aandacht voor <ik> en <wij>. In een goede relatie is er sprake van een grote <wij>. Na overspel word je teruggeworpen op jezelf. Het koppel komt de therapie binnen in een scheve, ongelijkwaardige rolverdeling: dader en slachtoffer. Basale thema's zijn: crisismanagement, zingeving, betekenis en er een verhaal van maken. Zo kan herstel van vertrouwen ontstaan en kan het koppel van het

<ik> weer naar het <wij> in een gelijkwaardige relatie, gebaseerd op wederzijds vertrouwen. In de slotbeschouwing van Frans Schalkwijk benoemt hij dat je veel energie steekt in het weghouden van alle vreemde delen in jezelf, omdat anders schuld en schaamte zo de kop opsteken. In therapie waar de zelfwaardering zo onder druk staat, is het belangrijk compassie voor jezelf te gaan ervaren voor die vreemde delen, zodat de zelfbewuste emoties van schuld en schaamte verminderen. Hierdoor gaat het basisniveau van zelfwaardering omhoog, omdat de innerlijke criticus naar de achtergrond verdwijnt. Op de terugweg, fietsend door Amsterdam, is dat wat bij mij het meest blijft hangen: de vreemde delen in jezelf en in hoeverre die er mogen zijn. Hoe je daar als therapeut de zelfwaardering van de patiënt mee verhoogt, door die op een milde wijze te verbinden met al die andere delen. Het is oké om je angstig, geïrriteerd of juist blij te voelen als je weer voor het eerst met zoveel samen bent. Ik denk aan de woorden van Frans Schalkwijk die hij vaak in therapie noemt: <[...] en dat ben je óók. Welkom in de wereld van de gewone mensen.>

Waar is het huis van Siaka?

Verslag van

Studiedag NVPP <Stille ontheemding>
[Amsterdam, 5 november 2021]

MARIT VAN DER MEULEN

Siaka is 4, zijn broertje 6. Hij kwam uit een ver Afrikaans land aan in Parijs. Hoe? Hij huilt nu altijd. De burens denken dat moeder hem mishandelt. Moeder is groot en lief. Marie Rose Moro, etnopsychiater in

Frankrijk, toont de film op de NVPP-studiedag. Siaka stapt met zijn ouders en zijn broer haar kamer binnen. Een staf die bestaat uit psychologen, artsen en taalkundigen zit als op een ouderwetse verjaarsvisite in een kring. Niemand zegt iets. Siaka negeert uitgestoken armen. Hij huilt. Zijn moeder droomt van zusters die naar Frankrijk vliegen. En zijn broer tekent een huis zwevend boven het water. Er is niets wat helpt, behalve misschien de armen van zijn grote broer.

Het is de studiedag van de NVPP. Tweehonderd mensen in de zaal, honderd thuis achter het scherm. Een studiedag over ontheemding. 'De wereld is veranderd', zegt Paul Wijts, de voorzitter van de NVPP.

Corona waart rond, de aarde warmt op. Juud Jonckheer, psychotherapeut, leidt de dag in de zaal. Ingrid de Kleine coördineert de livestream via Zoom. Heel veel hoofden, die in beeld moeten blijven voor de accreditatie. Wie niet op het scherm is, krijgt geen punten in zijn dossier. Mijn zaalcontact zit op rij 6.

Iedereen heeft een huis nodig. Een huis waar het warm is in de winter en koel in de zomer. Een huis voor vrienden en familie, voor een eigen geloof, een eigen levensopvatting. Marie Rose Moro, Bas Heijne, Catherine Pannevis, Salman Akhtar, Ingrid Groenendijk, Nienke Vos en Jos van Mosel vertellen over nergens horen, over een moeder in een gesticht, over een toversteentje, en over telkens opnieuw aanpassen aan een nieuwe levensfase. Over de fantasie van de almacht van het ik. Over de zee van gevaar. Over woorden en een beloofd land. Kan er in een ver land écht een plaats zijn voor een lang en gelukkig leven? In dit verslag staat alles een beetje anders dan het eigenlijk was.

We zijn ontheemd. Bas Heijne, columnist van *NRC*, vertelt hoe de wereld ons beheerst. Wij dachten en droomden ooit hoe wij met de moderne technologie in de hand de

wereld zouden bezitten als nooit tevoren. Via internet zou een nieuwe vrede ontstaan, een beloofd land. De oplossing? Op dat moment valt het beeld weg. 'Wat is er?', app ik. 'Niets, brandalarm', zegt mijn zaalcontact. Bas Heijne verschijnt weer in beeld: 'De oplossing is niet een vakantie zonder wif naar een tropisch eiland. Denk aan Freud, aan 1930, aan *Het onbehagen in de cultuur*. Jullie hadden toch een realiteitsprincipe?' Ontheemd, geen woorden voelen, alleen een lichaam zijn. Juud Jonckheer: 'Ik was 18 en ik verliet mijn ouderlijk huis. Ik ging studeren in Amerika. Vier uur moest ik wachten in de transitruimte op JFK. Op mijn volgende vlucht. Reizigers om mij heen. Vier uur lang. In tien seconden kan ik daar weer zijn.'

En Siaka? Hij heeft een moederschoot. Een vader en een broer. En Marie Rose Moro met haar zwijgende team. Zal dat genoeg zijn? Kan hij op school meekomen? Krijgt zijn eigen taal een betekenis gelijk aan het Frans? Zijn moeder is zo verdrietig.

Catherine Pannevis, kindanalytica, loopt naar het podium. De microfoon staat niet naar haar zin. Een technicus schuift. 'Zo?' 'Nee? Verder? Dichterbij?' Haar spreekbuis moet precies goed staan. En dan vertelt ze over voor het eerst bij de psycholoog. 'Ik kreeg een kopje koffie met veel suiker.' Hij luisterde. 'Ik wil overgaan, maar niet werken, want dan denken mijn vader en moeder dat ik hun zin doe.' 'Daar is een woord voor', zei de psycholoog. 'Dat heet tegenafhankelijkheid.' Woorden, problemen hebben woorden. Catherine van 17 ging over en werd analytica. Haar eerste analysandje, Eva van 6, wil ook niet luisteren. Liever een toversteentje uit de behandelkamer mee naar huis dan al die vragen. Het helpt. Als Eva 17 is, komt ze terug. Een huis maken voor jezelf is zo moeilijk. Ze praten, bij een kopje koffie.

Salman Akhtar vertelt — vanuit zijn werkkamer in Amerika — over ontheemding in de

laatste levensfase. Hij laat zijn hand op het scherm zien. ‹Deze hand was ooit mijn kinderhand.› Een kinderhand op een school in India. Het is nu een hand van 76 jaar. Een hand aan een lichaam dat ouder wordt. Salman Akhtar gaat over zijn tijd heen. Hij legt uit dat hij minstens 87 zal worden. Hij heeft het zijn vrouw beloofd. En hij zal boeken schrijven. Nog veel.

Siaka was op zee. Hij huilt altijd. Zal hij ook 76 worden? Vol plannen voor een heel decennium? En zal zijn moeder niet te ongelukkig worden? En mag hij zijn eigen goden meenemen?

Nienke Vos, theologe, en Ingrid Groenendijk, psychotherapeut, staan samen op het podium. Ze vertellen over God en over de betekenis van geloof in angst. Helpt de Bijbelse notie van een beloofd land of God als een derde persoon in het vinden van een eigen huis? Ida Gerhardt vond bescherming. Sigmund Freud keerde zich af. Nienke Vos reciteert — ze zingt bijna — uit de bundel *In memoriam matris*, over de zoektocht naar haar moeder. ‹Opeens voelde ik dat gij mij naar het water trok.› En ‹zij is in mij opgestaan.› Moeder werd opgenomen met een psychose in een gesticht. Ida Gerhardt is panisch van angst: ‹Gij zijt gekeerd, omdat ik wild en angstig schreide.›

Sigmund Freud vindt de troost van het geloof illusoir. Ingrid Groenendijk vertelt

hoe teleurgesteld en eenzaam Freud moet zijn geweest in zijn vader. En hoe Freud zichzelf troostte met zijn beeldjes. Beeldjes die lijken op de Philippson-bijbel die zijn vader hem gaf met als opdracht: ‹Son, dear to me Shlomo.› Nienke Vos zingt de tekst.

‹Wil jij mijn beste vriend zijn?›, vraagt een 11-jarig jongetje in een tehuis. Jos van Mosel, analyticus, was mee naar zijn kamer. Even kijken naar de vissenplaatjes aan de muur. Siaka, Juud, Ida, Eva en Shlomo, zij hebben een vader en een moeder. Zij kennen hun huis. Een geadopteerd kind niet. Hij heeft een geheim in zijn lichaam. Een geheim dat hij zelf niet kent. ‹Therapie is zoeken naar iets wat niemand wil vinden›, zegt Jos van Mosel. De zaal is stil. De chat ook. We zijn allemaal in zijn behandelkamer. ‹U begrijpt mij niet!› ‹U luistert niet.› ‹Wat nu als, wat nu als ik bij andere ouders was gekomen?› ‹Wat nu als, als mijn vader en mijn moeder voor altijd op mij wachten?› ‹Wat nu als ...?› Hij is geconcentreerd. Op het huis dat er niet is. En de pijn daarvan. Wij zijn erbij. Iemand in de zaal vraagt later: ‹Waarom sprak jouw verhaal ons allemaal zo aan?› Hij weet het niet. Ik wel. Hij nam ons mee. Naar waar wij niet willen zijn.

Mijn zaalcontact van rij 6 appt: ‹Ik moest mijn QR-code laten zien. Ik kon de eerste letter van mijn achternaam niet bedenken.› Ontheemd. Alles is zo anders.