

De Schopenhauer kuur geschreven door Yalom (2004).

Boekbespreking in Tijdschrift voor Psychotherapie 2006,32, 1,p.54-57

GELEZEN

Yalom, I..D. (2004). The Schopenhauer Cure. New York: HarperCollins Publishers.
Vertaald in het Nederlands als De Schopenhauer-kuur, door Hannah Jansen.
Uitgeverij Balans 2005.

© L.Tijhuis, Nijmegen

Het is wel een bijzondere toevallige ‘tref’: dit boek over het laatste jaar groepstherapie van Julius Hertzfeld, groepstherapeut, en het ‘verhaal’ in dit Tijdschrift ‘de individuatie van een psychotherapeut met een zeldzaam carcinoom’ (Tijhuis 2005).

Psychotherapeutische processen beschrijven op een eenvoudige inzichtelijke manier vind ik een kunst, vooral als dat gebeurt in romanvorm. Irvin Yalom heeft afgelopen jaren laten zien dat hij deze kunst bezit in zijn romans over psychotherapie, zoals Scherprechter van de liefde, Nietzsches tranen, De therapeut, Mama en de lessen van de ziel en Therapie als geschenk.

In 2000 ontving Yalom de Oscar Pfilster Award als erkenning voor zijn waardevolle bijdrage aan religie en psychiatrie, van de American Psychiatric Association. Zijn dankwoord werd gepubliceerd in American Journal of Psychotherapy (Yalom 2002). De verschijning van The Schopenhauer Cure ligt in het verlengde hiervan.

Na zijn bestseller in het vakgebied The Theory and Practice of Group Psychotherapy dat voor de eerste keer in 1975 werd uitgegeven en al vele herdrukken heeft gehad, bleek Yalom's interesse in de existentiële psychotherapie. De basis van zijn boek Existential Psychotherapy (1980) komt onder meer voort uit zijn ervaring in een psychotherapie met een vrouw die ernstig borstkanker heeft. Het proces met haar betekent voor hem een radicale ommezwaai in de beleving van het leven en de wereld. Het leidt tot de postulering van vier existentiële thema's: de

onvermijdelijkheid van de dood, de vrijheid om te leven zoals wij zelf willen, onze existentiële eenzaamheid en de afwezigheid van zin van het leven in een zinloos universum. Overigens blijkt ook een beweegreden indertijd te zijn geweest dat Yalom als onderzoeker van curatieve factoren in groepspsychotherapie de ontdekking deed dat patiënten vooral *existentiële factoren* als curatief beschouwden: de uiteindelijke verantwoordelijkheid voor het eigen leven, de erkenning van de eigen sterfelijkheid en de gevolgen daarvan voor de levenswijze, de grilligheid van het bestaan waarin men terecht komt.

In deze roman over het naderend einde van de groepstherapeut Julius Hertzfeld, de ik-figuur, komen deze thema's aan bod: angst voor de dood, verantwoordelijkheid, vrijheid, eenzaamheid en zinloosheid. Op een vernunftige manier laat hij de andere belangrijke roman-figuur Philip deze aspecten aandragen in de therapiegroep. In het boek worden de hoofdstukken over het groepstherapie-verloop afgewisseld met hoofdstukken over het leven en de filosofie van Arthur Schopenhauer, de filosoof van 'het pessimisme in het leven'. Bovendien begint elk hoofdstuk met een aansprekend epigram uit Schopenhauers filosofie. Hiermee geeft Yalom op een kunstige manier zijn grote belangstelling voor de (Europese) filosofie aan.

Julius Hertzfeld is psychiater en groepstherapeut. Na het slechte nieuws 'kanker te hebben met de kans nog een jaar te zullen leven' begint hij met een onderzoek naar de betekenis van zijn werk als gerenommeerd groepstherapeut. Hij benadert een oud-cliënt, waarmee twintig jaar geleden de therapie van drie jaar faliekant mislukt is. Deze Philip-figuur, een arrogante, contactgestoorde, seksverslaafde man, blijkt gepromoveerd te zijn in de filosofie en een opleiding te volgen tot therapeut waarbij hij de filosoof Schopenhauer als zijn persoonlijke goeroe, inspirator en alter ego beschouwt. Groepstherapeut Julius Hertzfeld biedt zich aan als zijn supervisor, op voorwaarde dat Philip aan zijn therapiegroep zal deelnemen. Eenmaal deelnemer aan deze therapiegroep blijkt een van de groepsleden met Philip als universitair docent traumatiserende seksuele ervaringen te hebben gehad als studente. Dit levert, samen met het moeten meedelen van zijn naderend einde als groepstherapeut, vanaf het begin een boeiend scenario op.

Als groepstherapeut worstelt Julius Hertzfeld met twee brandende vragen: wanneer vertel ik het mijn patiënten? Hoe vertel ik het hen? Zijn plan om in de eerste bijeenkomst met nieuwe deelnemer Philip, die wel reeds weet heeft van de diagnose, zijn ziekte te melden mislukt. Het blijkt dan later op het moment dat Julius ertoe besluit om in de groep zijn ziekte en prognose ervan kenbaar te maken, dat Philip de groepsleden al heeft ingelicht over Julius' ziekte! Dit is voor Hertzfeld de konfrontatie met zijn gevoelens als therapeut en als mens. Gaandeweg de therapiebijeenkomsten wordt duidelijk hoe hij in dit web van overdracht-tegenoverdracht gevangen zit. Yalom tekent heel mooi de tegenstrijdige en ambivalente gevoelens uit die bij de groepstherapeut omhoog komen, zoals de boosheid over de competentiestrijd met deze Philip en 'zijn' filosofie, en de gevoelens van verdriet over het komend verlies van de groep evenals zijn liefde voor de groep en de betrokkenheid bij elk groepslid. De wijze waarop hij deze worsteling met de eigen gevoelens als therapeut beschrijft in deze roman geeft het boek karakter, meer dan de beschrijving van de groep en het plot van deze roman. Deze laatste doen eerder af aan wat het boek te bieden heeft dan dat het verslag van de onderlinge interactie tussen groepsleden en therapeut verrijkend is. De interactiebeschrijving is een pleidooi oftewel reclame voor interactionele groepspsychotherapie waarvan Yalom de onbetwiste goeroe is.

Interessanter is de wijze waarop met de 'heikele' vragen van de 'gewonde genezer' omgaat (van Gael 1998). In hoeverre kan en moet de therapeut open zijn over zijn specifieke persoonlijke situatie die zijn functioneren in de therapie kleurt? In hoeverre kan de therapeut de existentiële dimensie die een ongeneeslijke ziekte van hem als therapeut in een therapiegroep naar boven brengt, ten dienste stellen van het therapeutisch proces van zijn cliënten? In hoeverre is zelfonthulling functioneel voor de therapie?

Yalom laat zijn alias-groepstherapeut zeggen dat deze zeer op de groep gesteld is. Door de helende werking die van de groep uitgaat genezen niet alleen de deelnemers maar evenzeer de therapeut. Hij noemt deze invloed de onderdompeling in het warme bad van de groep.

Groepstherapeut Hertzfeld liet zijn acht therapiestoelen aan Philip na. En drie jaar na zijn sterven zet Philip diens groepstherapie voort met Julius' ideale groepsleid

cotherapeute: hij als filosofisch coach en zij als ervaringsdeskundige wat betreft gevoelens, en een derde groepslid als de ‘gevorderde’ deelnemer. Het is daarmee een roman met een happy end geworden.

Over dit eind ben ik niet zo enthousiast, ook al is het voor een roman een gebruikelijk eind. Ik had een eind verwacht dat meer context zou geven aan het therapeutische doel en aan de interpersoonlijke werkwijze die Yalom voorstaat. Het epigram waar dit slothoofdstuk mee eindigt, stoort me: De mensheid heeft een aantal dingen van mij geleerd die zij nimmer zal vergeten. Heeft Yalom het hier over zijn eigen werk? Vanuit mijn eigen situatie en mijn werk als groepstherapeut in geleende tijd (Tijhuis 2005) reflecterend, is er overeenkomst in de persoonlijke baat hij het doen van de groepstherapie. Hij noemt het een ‘warm bad’, ik zou het meer een ‘unieke interpersoonlijke ruimte’ willen noemen. Het is voor ons therapeuten lang niet altijd een warm bad zoals Hertzfeld dat voor hemzelf beschrijft. Maar het onderscheid tussen het bevredigende van het werk als therapeut en de persoonlijke winst is voor mij als groepstherapeut ook flinterdun, net zoals voor de groepsleden in de psychotherapie. Wanneer je de boodschap krijgt dat je ongeneeslijk ziek bent en het einde van je leven spoedig zal naderen, dan komt de mens terecht in wat genoemd wordt: *existentiële eenzaamheid*. Daarmee kom ik uit bij de existentiële dimensie. Het zijn de aspecten van die dimensie die de groepstherapeut dusdanig raken dat hij geen afstand wil doen en geen afscheid wil nemen en er mee door wil gaan tot – in mijn gedachte- ‘de dood erop volgt’.

Het is dus de aspecten van de existentiële dimensie die waarschijnlijk gevoelsmatig onlosmakelijk verbindt met deze therapiegroep. Deze aspecten zijn door Yalom(1980) in deze romanvorm beschreven.

Wanneer een therapeut een ‘gewonde genezer’ wordt, of dat nu door een levensbedreigende ziekte is of door ernstige psychische overbelasting of ‘therapie burn-out’ (van Gael 1998), zal hij ongetwijfeld bezig gaan met sterke en zwakke punten in het professioneel bestaan en hetzelfde ook op persoonlijk vlak doen. Het is een balansen tussen behoefte aan zelfverwerkelijking en zich verbinden met de ander. Het is deze levensdialektiek waar het *in wezen* om gaat. Ook in dit boek. Helaas werkt Yalom deze niet verder uit.

Yalom komt soms over als een pedante leermeester, zeer overtuigd van zijn eigen gelijk: de interpersoonlijke werkwijze die hij voorstaat. In de beschrijving hiervan vind ik hem gekunsteld als stylist. Zijn boek is dan ook eerder als een ‘educatieve roman’ te betitelen die eerder leerzaam dan literair is (de Bruin 2005). De nederlandse vertaling komt de kracht van de groep en de intensiteit van de reacties van de groepsleden – met name naar elkaar toe – niet ten goede. Als voorbeeld hiervan zie ik de slotopmerkingen in de therapiegroep: de ene therapeut complimenteert de andere therapeut als ‘compagnon’ met wat ze van hun leermeester geleerd hebben.

De slotopmerkingen vind ik not-done en narcistisch gekleurd. Bovendien vind ik het vanuit groepstherapeutisch oogpunt een ongewenst einde van een eerste zitting. Naar mijn mening moet de therapeut het proces dat in gang gezet is, overdragen naar de volgende sessie via een overbruggende opmerking.

Ondanks het slot dat een cliënte in mijn eigen therapiegroep betitelde als een ‘Walt Disney – eind’, blijft deze roman de moeite waard om te lezen. Aan collega-groepstherapeuten en – psychotherapeuten zou ik het boek willen aanbevelen als mogelijkheid tot een verdere reflectie op het eigen therapeutisch functioneren en op de tegenoverdracht die die daarbij wordt ervaren.

Referenties

- Bruin, de. E. (2005) Boekbespreking Irvin D.Yalom: De Schopenhauer-kuur. *NRC*.
- Gael, M.van. (1998). Als de chirurg in eigen vingers snijdt...Over de grenzen van de psychische draagkracht van de psychotherapeut. *Tijdschrift voor Psychotherapie*,24, 2,77-90.
- Tijhuis, L.(2005) Individuatie van een psychotherapeut met een zeldzaam carcinoom. *Tijdschrift voor Psychotherapie*,31,2,11-22
- Yalom, I..D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yalom, I. D. (2002). Religion and Psychiatry. *American Journal of Psychotherapy*, 56,3,301-316
- Yalom, I..D. (2004). *The Schopenhauer Cure*. New York: HarperCollins Publishers. (vertaald in het Nederlands als De Schopenhauer-kuur Uitgeverij Balans 2005).