Literatuur besprekingen

" *De ontdekking van kwaliteit*
" *"Verslagen door het tuchtrecht- 9 persoonljke verhalen"*
" *"Voor Joseph en zijn broer"*

Andries Baart
De ontdekking van kwaliteit- theorie en praktijk van relationeel zorg geven
Uitgeverij SWP Amsterdam
2018 2e druk ISBN 9 789 088 50834 9
Paperback 296 pagina's, € 39,90

Gerard Lohuis

Op 17 april 2018 heeft Baart afscheid genomen van de Stichting Presentie. Als grondlegger of geestelijk vader van de presentietheorie, de laatste term sluit beter aan bij zijn beschouwlijke inslag, heeft hij een groot deel van zijn leven gewerkt aan het uitbouwen van de presentie als theorie, filosofie en vorm van praktisch werken. Talloze artikelen, boeken, veldexperimenten en onderzoek later, verschijnt dit boek als stevige fundering voor zijn levenswerk De Presentie. Vanaf de start is presentie een beschrijving van een benadering die zich distantieert van de verzakelijkte, marktgerichte en op productie-gerichte zorgverlening. Vanuit de School voor Humanistiek te Utrecht is hij geïnspireerd door het denken vanuit de humanistische traditie en draait het hierbij om de mens die in het geding is. Het draait volgens Baart in de zorg om de mens en zijn waardig bestaan. Vanuit zijn achtergrond doorspekt Baart de presentie met termen die een geestelijke, filosofische en spirituele grondslag kennen in terminologie als warme aandacht, geborgenheid, herbergzaamheid, bekommernis en fatsoenlijk zijn.
Hij voegt er met dit boek nog een aantal aan toe: het volle leven, rechtvaardigheid en het goede leven, relationeel zorg verlenen, morele verbeelding, praktische wijsheid en verantwoorde zorg. Het zijn zo maar enkele begrippen uit dit boek waarin Baart intensief heeft samen gewerkt met Jan den Bakker om de ideeën vooral te vertalen naar de praktijk. Ze zijn niet over één nacht ijs gegaan en hebben zichzelf niet gespaard.
Ze zijn zich terdege bewust van de kwetsbaarheid van de prachtige theorie die zich moet bewijzen in een wereld waarin juist het instrumenteel-technisch en mechanistisch denken zo belangrijk zijn. Managers die bezig zijn met nieuwe regels om aan te geven hoe de professional geacht wordt zijn werk goed te doen. Wanneer het lijstje van handelingen is afgevinkt en de regels zijn gevolgd, is daarmee voldaan aan transparant en kwalitatief handelen. Baart laat zien dat deze vorm van denken vraagt om minder regelgehoorzaamheid en om meer praktische wijsheid omdat het in de zorg om andere zaken draait dan er met een MANSA of ander lijstje wordt geïnventariseerd.

Het begrip benchmark, het vooraf vaststellen van objectieve maatstaven waar een goede prestatie aan moet voldoen, is een farce volgens de benadering vanuit de presentie. Alleen in het contact, in het hier en nu, binnen een afgebakende context waarbij de professional aan relationele zorgverlening doet, wordt zichtbaar wat de nood van de zorgvrager is.
Of zoals Baart en compaan Kunnenman eerder hebben aangegeven met het begrip *emergent: wat nodig is om te doen, komt vanuit de relatie en contact tevoorschijn*. Het mag duidelijk zijn dat dit boek over kwaliteitsdenken in de zorg, niet veel op heeft met de benadering zoals deze zich in de bedrijfskunde heeft ontwikkeld. Kwaliteitssystemen in de bedrijfskunde hebben een soort bedrijfsblindheid die gemakkelijk tot mismatches leidt. Protocollen die voorschrijven wat nodig is leiden snel tot doen wat nodig is. Het gaat hierbij om tellen en meten, waarbij controlesystemen de kwaliteit moeten borgen. Het gaat dan om het goed te doen, in plaats van het goede te doen. Het kwaliteitsdenken vanuit de presentie gaat uit van het zoeken naar wat verantwoorde zorg is.

Baart heeft het begrip kwaliteitsdenken stevig ontleed. Het boek laat zich niet zo maar doorgronden. Het biedt geen kant- en klare antwoorden zoals managers, politici, planners, strategen en beleidsmakers graag zouden willen zien. Het lijkt alsof de stof na bestudering steeds weer op zoek gaat naar diepere lagen. Aan inspiratie heeft dit boek geen gebrek.

Niet dat er geen duidelijke modellen of handvatten worden aangereikt. Integendeel. Wanneer de lezer bij hoofdstuk 4 is aanbeland en overspoeld is door allerlei fantastische redeneringen, krijgt hij 8 werkbladen aangereikt om de geboden kwaliteit in de praktijk te toetsen. Één werkblad gaat bijvoorbeeld over de totale kwaliteit van zorg, een ander over de manier waarop de casus geanalyseerd kan worden vanuit de zorginstelling of vanuit de ervaring van de zorgontvanger. Praktische werkbladen die gebruikt kunnen worden nadat de professional de onderliggende filosofie goed tot zich heeft genomen die in de hoofdstukken hiervoor beschreven worden. Allereerst neemt Baart de lezer mee in een uitleg waarom een moreel, sensibele manier van afstemmen op de zorgvrager van belang is en dat het hierbij niet gaat om deelinzichten (zoals gehanteerd in de huidige score- en afvinklijstjes) maar om een brede, basale, helende, en samenhangende manier van kijken. Simpelweg gezegd: toepassen van presentie waarbij het aansluiten op de ander, het afstemmen op de ander, ongehaast te werk gaan om de ander (h)erkenning te geven voor wie hij is.
In hoofdstuk twee wordt dat uitgewerkt in de essentie van het kwaliteitsdenken vanuit de presentie. Als eerste gaat het om het *relationeel zorgverlenen* waarbij het draait om de zorgvrager binnen zijn context waarbij iedere situatie uniek is. Het draait hierbij om de betekenisgeving van het probleem en de beleving ervan, waar de zorgverlener op aansluit. Voor de duidelijkheid: dat betekent niet dat de hulpvrager maar doet wat de zorgvrager vraagt en dat hierbij geen sprake kan zijn van wrijving en strijd. Het gaat, aldus Baart, niet om de zorgrelatie maar om relationeel zorgen. Goede hulp is altijd relationeel, situationeel en contextueel bepaald. Bij deze benadering gaat het om een narratieve, hermeneutische en/of fenomenologische benadering. Dat wordt samengevat onder de tweede peiler van kwaliteitsdenken, namelijk het *cultiveren van kwaliteitsbewustzijn*. Het gaat hierbij om de houding van de professional die zichzelf als instrument voortdurend beoordeeld. "Ben ik nog bezig om de zorg te verlenen die iemand binnen deze omstandigheden nodig heeft?" Los van wat in de lijstjes staat, en afgestemd op wat de cliënt nodig heeft.

De derde en laatste peiler is *praktisch verstandig te werk gaan*. Dit zal de meeste professionals aanspreken omdat het uitgaat van de waarneming en beoordeling door de professional die zelf bepaalt wat er nodig is.

Het gaat niet om het naleven van de regels an sich, maar het toepassen van regels die passend zijn binnen de gegeven situatie. Het gaat om technische vaardigheid, goede kennis en die in de praktijk met elkaar op de juiste wijze weten te verbinden. Dat is ongeveer de filosofie die Aristoteles er al op nahield. Om het nog concreter te maken geeft Baart een waslijst met aanwijzingen over *Praktisch Wijs Handelen*. In hoofdstuk drie wordt het *Zorg Ethische Model* (ZEM) geïntroduceerd. In dit model wordt getoond hoe de zorgkwaliteit uitgevraagd kan worden, hoe deze beschreven kan worden en vervolgens gewaardeerd kan worden. Ook dit wordt weer in praktische lijstjes aangereikt waardoor een beleidsmaker of professional zelf de mate van kwalitiet kan beoordelen. Dat gaat vanuit het perspectief van de zorgvrager, de zorgverlener, de organisatie en zorgkaders. Dat laatste, de kaders, gaat over wat in de samenleving algemeen als wijs en goed wordt beschouwd waarmee de culturele component van het contextueel handelen zijn fundament krijgt. En daarmee komen we aan bij het eerder genoemde hoofdstuk 4 met allerlei praktische bladen om in de praktijk als professional mee te werken bij het beoordelen van de geleverde kwaliteit.

Het boek vraagt echt om een grondige bestudering en het eigen maken van de concepten en visie onder het kwalitietsdenken vanuit de presentie. Na diverse keren van lezen, komt er na iedere leesbeurt iets tevoorschijn waardoor het boek zich beter laat begrijpen. Het is werken en bereid zijn om er mee aan de slag te gaan zodat de waarde en kracht zich in een emergent proces openbaart. Het moge duidelijk zijn dat het tijdperk met afvinklijstjes en allerlei opgelegde verplichtingen grondig terzijde wordt geschoven wanneer de professional zelf, vanuit eigen handelen met de cliënt, beoordeeld of zijn handelen er kwalitatief toe doet. Hopelijk is het tijdperk aangebroken waarin deze vorm van kwaliteitsdenken zijn weg gaat vinden en de professional weer het vertrouwen krijgt die het verdient.

Martin Appelo
"Verslagen door het tuchtrecht- 9 persoonljke verhalen"
Boom Uitgevers Amsterdam
2018 ISBN 9789024402939, 176 pagina's
Paperback € 17,95 - E-book € 10,75

Gerard Lohuis

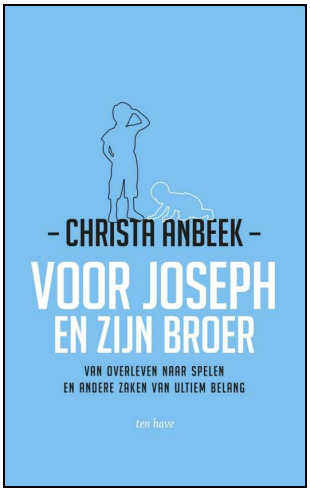
Het is de schrik voor menige hulpverlener: gedaagd worden voor het Medisch Tuchtcollege vanwege een klacht. Het College ziet erop toe dat hulpverleners zorgvuldig omgaan met hulpvragers en dat hulpvragers beschermd worden tegen kwaadwillende hulpverleners. De verschillende tuchtcolleges behandelen ongeveer 1600 klachten per jaar waarvan ongeveer 70% niet-ontvankelijk wordt verklaard of wordt ingetrokken. Bij vijfhonderd klachten komt het tot een veroordeling, in de meeste gevallen volgt een waarschuwing en in 25% draait het uit op een berisping. Tot zo ver de cijfers zoals ze door Appelo zijn opgetekend.

Het hoeft geen betoog dat de impact op hulpverleners groot is. In dit boek wordt de volgende vraag kritisch onder de loep genomen: "Hoe zorgvuldig is het college en zijn de waarschuwingen en veroordelingen op juiste wijze tot stand gekomen?" Niet in de negen gevallen die in dit boek beschreven staan omdat er volgens betrokkenen onvoldoende is stilgestaan bij de context of bedoeling van waaruit klagers naar het college zijn gestapt. Omdat er onvoldoende rekening is gehouden met de psychische toestand van een klager, omdat klachten rechtstreeks voortkomen uit goede bedoelingen van zorgverleners die initiërend buiten de grenzen van de richtlijnen hebben gewerkt of omdat het overtreden van richtlijnen soms op uitdrukkelijk verzoek van de hulpvrager tot stand is gekomen. Ook komt het voor dat er hulpverleners zijn die hun hoofd boven het maaiveld uitsteken om vernieuwingen op gang te brengen en nu de dupe worden van hun genomen initiaitef. En soms komt het voor dat iemand een straf krijgt voor iets waar eigenlijk niet over is geklaagd. Tot zover de aanklacht tegen de uitspraken van het College.

Appelo heeft negen hulpverleners bereid gevonden om hun verhaal in dit boek met ons te delen. Hier is lef voor nodig en het is duidelijk dat de hulpverleners beschadigd zijn door de (kille) wijze waarmee het college soms haar werk doet. Ongetwijfeld zal het college oordelen vanuit de richtlijnen maar houdt ze volgens de auteurs onvoldoende rekening met de psychologische achtergrond van waaruit dit gebeurd of met de context van waaruit het handelen wordt ingegeven. Het heeft er toe geleid dat hulpverleners aan zichzelf gaan twijfelen, geen extra stapje meer durven te zetten en het plezier in hun werk verliezen en overwegen om er mee te stoppen.

Het boek roept de vraag op of het model en werken van het College volstaat wanneer er alleen nar de feiten wordt gekeken. Moet het college niet meer stilstaan bij de bedoeling van de hulpverlener en beter kijken vanuit welke achtergrond er geklaagd wordt? In de meeste gevallen gaat het om bevlogen hulpverleners die het goed met hun hulpvrager voor hebben. Moet er meer vanuit de geest van het handelen en minder naar de letter van de richtlijn gekeken worden? En wat vindt het college van de beschreven casuïstiek? Na het lezen van dit boek blijft die vraag hangen en is een uitnodiging aan de auteur om in een vervolg of herdruk het College te laten reageren om hun beweegredenen van hun handelen met ons te delen.

Het boek laat een schrijnend besef achter omdat goedwillende collega's in een kwaad daglicht worden neergezet. Zeker wanneer de straf gepubliceerd wordt. Dat is nog erger dan een misdadiger die doorgaans de krant niet haalt. Een getroffen collega vertelde hoe ze nachten lang slecht geslapen had, achterdochtig was geworden en bij iedere nieuwe hulpvrager bang was dat deze op de hoogte was. Ze durfde niet meer out of the box te denken en er waren zelfs hulpvragers die niet meer bij haar wilden komen. Waar rook is, is vuur. Gelukkig hielp het haar enorm dat de meeste hulpvragers en collega's haar een hart onder de riem staken. Wat zou het Medisch Tuchtcollege hier van vinden en is het tijd dat ze haar werkwijze herziet?



Christa Anbeek
"Voor Joseph en zijn broer- Van overleven naar spelen en andere zaken van ultiem belang"
Uitgeverij Ten Have
1e druk mei 2018 ISBN 97 89025 9062 90, 256 pagina's
Paperback € 20,00 - E-book € 12,99

Gerard Lohuis

Het zal je maar overkomen Twee dierbaren komen binnen twee dagen te overlijden. De moeder wegens ziekte en de broer na een suïcide. Jaren er voor heeft vader besloten om zelf zijn leven te beëindigen. Een lieve en toegewijde man die besluit er een punt achter te zetten. Oma heeft ooit zelf haar leven proberen te beïndigen en sterft uiteindelijk aan de gevolgen van een ziekte. Het 'zit blijkbaar in de familie'. Dat er een interview met Joost Zwagerman gepland stond, maar niet door kon gaan omdat hij zich even er voor heeft gesuïcideerd, past dan bijna als vanzelfsprekend in dit plaatje. Om over Wim Brands suïcide maar te zwijgen. Hij heeft de auteur een interview afgenomen waar ze nooit meer met hem over zal kunnen spreken. In het interview start Brands met de opmerking "Laten we, hoe moeilijk dat wellicht ook is, omdat het heel persoonlijk is, er toch maar mee beginnen. Anbeek heeft dan haar boeken *Overlevingskunst, Berg van de ziel* en *Aan de heidenen overgeleverd* geschreven. En twee zelfdodingen in haar familie achter zich.
Wie nu denkt dat *Voor Joseph en zijn broer* zware kost is omdat Anbeek haar contrastervaringen, die de kwetsbaarheid van het bestaan blootleggen omdat ze zo ontregelend werken, heeft het mis. Ze introduceert de Vreemdeling, haar kleinzoon Joseph, aan wie ze een verhaal wil vertellen. Later komt daar het dan nog ongeboren broertje van Joseph bij. Het boek wordt voor en aan haar twee kliezonen geschreven. In het boek worden een aantal verhaallijnen door elkaar tot een geheel geweven. Het is een zoektocht van de auteur naar het leven, de zin van haar bestaan om een reden te vinden om aan het suïcidevirus te ontsnappen. Als bijzonder hoogleraar Remonstrantse theologie aan de Vrije Universiteit en werkzaam geweest aan de Universiteit voor Humanistiek, gaat haar dit goed af. Niet dat alle antwoorden worden gevonden, maar ze neemt ons mee in haar zoektocht en doet dat aan de hand van filosofen, theologen en andere profesionals die zich met de zin van het leven bezighouden. Een andere lijn in dit boek wordt gevormd door haar praktische lessen en trainingen die ze aan studenten geeft en met wie ze het dialoogspel verder ontwikkeld. Dat ze ooit in haar werk met mensen met psychiatrische problemen in het ziekenhuis heeft opgezet. In het dialoogspel komen thema's aan bod waarbij een relatie wordt gezocht tussen opgedane persoonlijke ervaringen van de studenten en de reflectie in het zoeken naar betekenis ervan. Het komt voor uit de filosofie van Hannah Arend, die even er voor veelvuldig als inspiratiebron wordt geciteerd. Het dialoogspel is een grote narratieve exercitie waarin studenten op zoek gaan naar betekenis van eigen indringende contrastervaringen en deze met elkaar leren te delen.

Dit sluit aan bij de derde lijn in dit boek, die van de persoonlijke ervaringen van Anbeek. Het zijn indringende, ontroerende, onthutsende, dromerige, pijnlijke en vrolijke ervaringen die ze met ons deelt door ze aan de Vreemdeling, kleinzoon Joseph te vertellen. Ze doet dat door te beschrijven hoe ze in stilstand gezet door een burnout, op zoek gaat naar de betekenis van alles wat op haar pad is gekomen.
Ze beschrijft hoe ontwapenend en eerlijk de kleine Vreemdeling het leven in zich opneemt. Wanneer ze het leven van Joseph beschrijft, hoe ze met hem op pad gaat en kijkt hoe hij de wereld in zich opneemt, hanteert ze de penseel van de schilder in beschrijvende stijl. Het persoonlijke, filosofisch doorgrondende en haar didactische stijl komen aan het eind van het boek samen. Dan is de muts geweven, die ze aan Joseph zal geven. Ze vat het samen in "Ik voel me rustiger en wijzer.
Niemand kan onomkeerbare treurigheid in verwondering veranderen, ook ik niet. Het is er allebei. Het is de kunst om het nieuwe, het onverwachte en onvermijdelijke te verwelkomen, in welke gedaante het dan ook tot je komt". Hier sluit ze aan bij Hannah Arend, niet als de filosoof van de dood, maar als de filosoof van het leven.
Het leven als een zoektocht naar betekenis. Anbeek doet aan het eind een oproep wanneer ze stelt dat het huidige politieke debat wordt gevoerd vanuit een gebrek aan gevoel van samenhang (lees: populisme) en dat er een taal nodig is die verbondenheid en samenhang schept. Elkaar weer willen begrijpen, in paats van te bestrijden.
Dat is de vierde lijn die door haar boek loopt: de mens op zoek naar betekenis.
Anbeek heeft met dit boek laten zien hoe het persoonijke politiek is, hoe het maatschappelijke ook persoonlijk is en dat dit alles met elkaar verweven is.

Wegens plaatsgebrek zijn vier andere licenties niet in deze papieren versie opgenomen maar in te zien via onze website.

Het betreft de volgende boeken:

Geerteke van Lierop	*Een zee van glas- Over de dood die het leven dichterbij brengt* Uitgeverij Ten Have 2018
Frank Tallis	*De ongeneeslijke romanticus- en andere verontrustende onthullingen van een psychotherapeut* Uitgeverij Atlas Contact Amsterdam 2018
Matt Haig	*Planeet Paranoia- hoe de wereld ons in de war brengt* Uitgeverij Lebowski Publishers 2018
Mogobe Ramose	*"Ubuntu- stroom van het bestaan als levensfilosofie"* Uitgevrij Ten Have 2017

Ga naar www.venven-spv.nl en kies uit het linker menu onder vakblad SP - Laatste nummer

Bovenstaande boekbesprekingen zijn aan dit digitale bestand toegevoegd!

Digitale boekbespreking Vakblad Sociale Psychiatrie nummer 127 Januari 2019

Mogobe Ramose "Ubuntu- *stroom van het bestaan als levensfilosofie"* pag. 208 Uitgevrij Ten Have 20177 ISBN 97 89025 906061 prijs 19,99 euro

Binnen de sociale psychiatrie is het denken vanuit de context van de betrokkene van belang omdat de wisselwerking tussen psychiatrische symptomen en omgevingsinvloeden van invloed zijn op diens welbevinden. De manier waarop we onszelf ervaren en hoe we op elkaar reageren wordt beïnvloed door een Westerse, rationele en bovenal individuele manier van denken. Hoe vaak zoeken we bij misstanden niet een individu die we verantwoordelijk kunnen maken en het liefst willen straffen als vorm van vergelding. Zo niet bij ubuntu. Ubuntu stelt niet de individu centraal omdat een individu altijd deel uitmaakt van een groep en alleen dankzij de groep iemand kan zijn. Een individu is niet een op zichzelf staand iemand, maar is pas iemand in wisselwerking met de groep.
Een belangrijke Zulu-uitspraak "*umuntu ngumuntu ngabantu* maakt dat duidelijk: een persoon is een persoon door andere personen. Zo is een misdaad tegen een individu evenzeer een misdaad tegen de samenleving als geheel. Iemand in de westerse opvatting dient *binnen de grenzen van de wet te leven*, terwijl bij ubuntu iemand *de wet dient te leven.* Zo liet Desmund Tutu zich indertijd bij de verzoeningscommissie leiden door het perspectef vanuit ubuntu: niet primair het bestraffen van de misdaden die de blanken hadden begaan stonden op de voorgrond, maar hoe het mogelijk zou worden dat de blanken en zwarten zich met elkaar konden verzoenen. Antjie Korg heeft daar een prachtig boek over geschreven ("De kleur van je hart") waarin ze beschrijft dat de zwarten het onrecht wat hen was aangedaan, zelf hadden laten gebeuren. Niet om ze te beschuldigen maar om de gezamenlijkheid van het koloniaal optreden door de blanken aan de kaak te stellen.
Ubuntu dus.

In het voorwoord bij dit boek spreekt Henk Haenen over ubuntu als een film waarin de personages voortdurend op elkaar betrokken blijven, meningsverschillen hebben en later bij de maaltijd weer verbinding met elkaar zoeken. Ramose zal verderop in het boek uitleggen waarom een westerse democratie met partijen die regeren en oppositie voeren, 'vreemd zijn' aan ubuntu omdat ze ergens vanuit dezelfde humaniteit een gezamenlijke weg moeten zoeken. Door de regerende partij tegenover de oppositie te plaatsen ontstaat er een schijnbaar gevecht waarin de kernwaarden van het mens-zijn zoek raken. De mens dient al handelend de werkelijkheid een menselijke waardigheid te geven. De mens bestaat binnen ubuntu niet alleen uit het levende deel, maar wordt ook gevormd door de doden (*levende doden* genoemd) die in hem voortleeft, alsmede uit de levenden die uit zijn bestaan voortkomen (*nog-niet-geborenen* genoemd). Iets concreter geformuleerd, je bent iemand waarin de voorouders voortleven en waarin de (toekomstige) kinderen deel van uit gaan maken. Hierin zal de systeemtherapeut de intergenerationele verbanden zien die van invloed zijn op iemands functioneren.

Ramose is hoogleraar filosofie aan de University of South Africa (UNISA) in Pretoria en is gepromoveerd aan de Universiteit van Leuven. Hij omschrijft ubuntu als het bestaan van een continue stroom, waarin alles steeds een balans zoekt. Ramose behandelt ubuntu als de Afrikaanse filosofie die het westen veel te bieden heeft.

Hij bespreekt het aan de hand van religie, medische zorg, rechtspraak, ecologie en globalisering. Het is geen boek om even snel door te lezen. Het perspectief van waaruit ubuntu is opgebouwd staat regelmatig haaks op ons westerse denkwijze. Wie de moeite neemt om het tot zich te nemen, zal een aantal inzichten opdoen die het sociaal psychiatrisch werken zal verrijken. Stigmatisering zou geheel anders zijn, mogelijk niet bestaan omdat we zelf zijn door onze medemens en samen verantwoordelijk zijn. Wanneer we stigmatiseren maken we onszelf daarmee 'te schande'.

Gerard Lohuis

Digitale boekbespreking Vakblad Sociale Psychiatrie nummer 127 Januari 2019

Matt Haig *Planeet Paranoia- hoe de wereld ons in de war brengt* Uitgeverij Lebowski Publishers 2018 ISBN 9789 0488 4526 2 pag. 288 prijs: 19,99 euro

Dirk de Wachter, de Belgische psychiater, sprak een tijd geleden over de huidige tijd waarin we leven als Borderline Times. De mensen hebben geen borderline, maar de tijd is borderline. Waarmee hij duidelijk wil maken dat de eisen die we onszelf opleggen en doelen die we moeten halen, onmenselijk zijn. Het is te veel gevraagd om bijzonder succesvol te zijn, altijd het beste uit jezelf te moeten halen, geen loser te willen worden en dat doen door hard te werken, veel te sporten, gezond te eten en altijd met sociale contacten bezig te zijn. En daarbij bovenal gelukkig te zijn en vooral jezelf niet kwijt te raken in dit proces. En dat is nu precies waar het boek van Haig over gaat. Hij schreef eerder een autobiografisch boek *Redenen om te blijven leven,* waarin hij vertelt hoe hij zijn depressie heeft ervaren.
Dit boek kan als een soort verklaring worden gelezen over het ontstaan van zijn depressie en sluit naadloos aan bij de beweringen van Dirk de Wachter. Planeet Paranoia beschrijft het proces waarin Haig jaren achtervolgd werd door paniekaanvallen en depressies en hoe die bij hem tot stand kwamen. Hij komt tot de conclusie dat het dagelijkse leven en de huidige technologische ontwikkelingen er bij hem voor hebben gezorgd dat hij geen baas meer was over zijn eigen leven. Hij laat zien hoe de computer en de kring van digitale vrienden voor een wereld zorgen waar je zelf gemakkelijk de controle over kunt verliezen in een ratrace naar zo veel mogelijk likes op door jou geplaatste berichten. Door de snelheid waar het nieuws tot je komt, de adrenaline die het losmaakt en de schijn dat je heel wat bent in zo'n digitale wereld. Hij zet zich er niet tegen af maar laat zien dat het de kunst is om er bewust mee om te gaan. Want als je er niet bewust mee om weet te gaan, zoals bij hem het geval is geweest, dan blijk je als mens evolutionair nog niet zo ver ontwikkeld te zijn, om dat te kunnen hanteren. Wie zich in de evolutie van de mens wil verdiepen, moet het boek van Yuval Noah Harari "Sapiens" er nog maar eens op naslaan. Via een tijdperk van jagen en verzamelen ging de mens over op akkerbouw om zich via de industriële revolutie verder te ontwikkelen. Iedere fase vraagt volgens Harari om fysieke en mentale aanpassingen. Dat heeft zo'n vier miljard jaar geduurd en steeds ontwikkelde de mens zich via een natuurlijke selectie. Nu de wetenschap en informatica zich hebben ontwikkeld, is de mens in staat om de natuurlijke selectie te doorbreken dankzij manipulatie waardoor gewasen gemanipuleerd en genen aangepast kunnen worden. Harari meldt dat er overal ter wereld wetenschappers in laboratoria aan levende wezens knutselen. Haig zou er aan toe kunnen voegen dat we biologisch en evolutionair onvoldoende zijn toegerust om de consequenties hiervan te overzien.

Haig schrijft in een razendsnel leestempo. Alsof hij je meezuigt in de wereld waarin hij zelf deels ten onder is gegaan. Hij doet dat door het beschrijven van alledaagse zaken. Hoe lees je de krant, wat doe je met het nieuws dat viertentwintig uur bij je binnen komt, wat doe je met die mails die op je wachten, met mensen die op jouw twitterbericht reageren en die een tomeloze woede bij je naar boven doen komen. Kortom: Borderline Times. Leven in een wereld waarin we ons laten opjagen, met meer mensen (digitaal) verbonden zijn dan ooit, maar waarin de eenzaamheid toeslaat. Een wereld waarin we aangemoedigd lijken te worden om ons overal zorgen over te maken, overal een weldoordachte mening over willen hebben en bovenal succesvol en perfect te zijn.

Hij beschrijft al dit soort zaken in een aantal korte hoofdstukken. De vele verschillende verhalen lijken chaotisch gecomponeerd te zijn. Het komt chaotisch over omdat de rode draad van wat hij

wil zeggen, er tussendoor gelezen moet worden. Ergens in zijn boek verontschuldigt hij zichzelf voor de stortvloed aan verhalen Totdat duidelijk wordt dat de stijl is aangepast aan de warboel en hoeveelheid aan gedachten en dat past bij hetgeen hij beschrijft. Sterker nog: Haig is in zijn stijl van schrijven de vleesgeworden verpersoonlijking van zijn eigen thema. Tussen alle verhalen door, komen er adviezen en tips hoe er anders omgegaan kan worden met het leven in de 21e eeuw zonder slachtoffer te worden van de verslavende werking van de laptop, smartphone en andere media, die je weghouden bij het werkelijke leven. Waarin het moet gaan om de verbinding met de ander, bewuste levensstijl en liefde tussen mensen.
Of zoals Haig het schetst *"ons vermogen tot liefde, kunst, vriendschap, verhalen is geen product van het modene leven, maar een product van het menszijn".* Hij roept op tot een bewuster hanteren van de nieuwe media en ons niet te laten verleiden door de algoritmen die onze persoonlijke voorkeuren verzamelen waardoor je nog meer van dezelfde soorten berichten of muziek aangeboden krijgt die op jou van toepassing lijken. Hierdoor word je geleefd en wordt je (on)bewust gestuurd. Het is een strijd volgens Haig want de nieuwe Netflix-serie moet gezien worden en op Spotify wordt een mix aan muziek aangeboden die speciaal voor jou geselecteerd is. En die likes bij een twitter- of Facebookbericht, zijn ook al zo verslavend. Hij geeft tussendoor uitleg waar het toe leidt. Daarnaast geeft hij tips hoe je er bewuster mee om kunt gaan en de media weer aangewend kan worden voor zaken waarover je zelf beslist.
Haig houdt ons een spiegel van de huidige samenleving voor en als je alleen kijkt naar wat je wilt zien, ga je niet beseffen wat de spiegel ons werkelijk laat zien.

Gerard Lohuis

Digitale boekbespreking Vakblad Sociale Psychiatrie nummer 127 Januari 2019

Geerteke van Lierop *Een zee van glas- Over de dood die het leven dichterbij brengt* Uitgeverij Ten Have 2018 ISBN 9789 0259 0667 2 pag. 112 prijs 15,00 euro

Op een dag neemt de geliefde de telefoon niet meer op. Een relatie is ten einde door een onaangekondigde dood die een verlies teweeg brengt die erna niet meer zal verdwijnen. Het overkwam Geerteke van Lierop in de zomer van 2016 toen haar vriend bij een bootongeluk om het leven kwam. 's Ochtends heeft ze nog met de havenmeester gebeld die vertelt dat ze hem hebben zien wegvaren. 's Avonds wordt bekend dat zijn boot leeg is gevonden. Vanaf dat moment weet ze dat hij in het water ligt. "Mijn lichaam liegt niet". Na twee dagen wordt het bevestigd. Vanaf dat moment zal de dood haar blik op het leven en tijd voorgoed doen veranderen. Waar A.F. Th van der Heyden een machtig boekwerk voor nodig had om de dood van zijn zoon Tonio een plek in zijn leven te geven, daar neemt van Lierop ons mee in korte statements, bespiegelingen en korte, treffende gedichten. Het grijpt je bij de strot. De schrijfster is onder meer bekend als actrice in Flikken Maastricht en Goede Tijden, Slechte Tijden. Dit laatste is ongewild wat haar overkomt. Overrompeld door de plotselinge dood, in shock en radeloos, dringt langzamerhand door wat er heeft plaatsgevonden. Ze beschrijft wat er in het jaar erna met haar gebeurd. En hoe onmachtig velen om haar heen hierop reageren. Of soms niet reageren. Een ingrijpende gebeurtenis die blijkbaar bij sommigen om haar heen een vorm van verlamming veroorzaakt en haar mijden omdat ze niet weten hoe ze zich naar haar moeten opstellen. Of met goed bedoelde en niet ter zake doende adviezen komen.

Ze neemt de lezer mee in haar proces van verwerking. Een proces dat niet zal stoppen want zelfs wanneer ze er na lange tijd in slaagt om een nieuwe relatie aan te gaan, is hij er nog altijd. Op de plek waar hij zat, moet de ander nu liever niet gaan zitten. Ze moet op zoek naar nieuwe rituelen om niet in botsing met zichzelf te komen. Herinneringen die naar boven komen op momenten dat ze het zelf niet verwacht. Daarvoor is ze maanden door een persoonlijke hel gegaan waarbij op sommige onverwachte momenten een contact met een vreemde haar goed doet. Of door het bezoek aan een museum, waar ze in de schoonheid van de kunst iets ontdekt wat helpt. Het biedt troost of het maakt iets zichtbaar wat ze voorheen niet zag. De kunst die schoonheid openbaart en haar iets laat zien. Het benoemt wat voorheen niet gezegd kon worden. En dat is wat haar korte verhalen met de lezer doen. Het laat zien hoe een rouwproces verloopt, waar radeloosheid, schuldgevoelens en verdriet elkaar afwisselen terwijl het leven om haar heen verder gaat. Hoe pijnlijk het ook is en hoe indringend de verhalen en haar prachtige poëzie ook binnenkomen, het helpt de lezer om te begrijpen hoe het is om een dierbaar iemand plotseling niet meer om je heen te hebben. Ze laat de lezer dichtbij komen, nodigt uit om met haar mee te kijken in haar kolkende zee van emoties die aanvankelijk niet tot bedaren lijken te komen. Ze durft het aan de lezer over haar schouder mee te laten kijken, waardoor het voelbaar wordt wat haar overkomt. Ze beschrijft het zonder te vervallen in overdreven sentiment, daarvoor zit ze zichzelf te dicht op de huid. Haar zinnen zijn de penseelstreken van de schilder: treffend en kleurrijk.

In het weglaten van veel tekst, schuilt de kracht van dit boek. Het boek kan iedereen tot steun zijn die hetzelfde overkomt omdat het rouwproces en de zoektocht naar een vervolg, hand in hand gaan. Of zoals de ondertitel van haar boek luidt: “over de dood die het leven dichterbij brengt”.

Het boek beschrijft de worsteling met de dood om met het leven verder te kunnen. Of zoals van Lierop *Moises P. Reconalla* citeert:

As we sail through life, don’t avoid storm and rough waters.
Just let it pass.
Just sail.
Always remember, calm seas never make skilful sailors.

Gerard Lohuis

Digitale boekbespreking Vakblad Sociale Psychiatrie nummer 127 Januari 2019

Frank Tallis *De ongeneeslijke romanticus- en andere verontrustende onthullingen van een psychotherapeut* Uitgeverij Atlas Contact Amsterdam 2018 (vertaling Laura van Campenhout) ISBN 978 90 450 3662 5 Pag. 272 prijs 19,99

Symptomen moeten een oorzaak hebben. Ze kunnen ontstaan uit hersenafwijkingen, uit balans geraakte neurotransmitters, onderdrukte herinneringen of vertekende gedachten. Voor mij als psychotherapeut gaat het misschien nog wel meer over vertellen als over wetenschap of medeleven. Aldus Tallis die in de inleiding van dit boek de lezer voorbereidt op wat komen gaat. Tallis is een bekend klinisch psycholoog en neurobioloog die zijn sporen verdiend heeft op het gebied van obsessies en dwangneuroses.
Na het lezen van De Ongeneeslijke Romanticus wordt duidelijk dat zijn behandelingen zich nog het meest kenmerken door een eclectische aanpak. Dit getuigt van meesterschap waarin niet de theorie centraal staat, maar hoe theorieën toegesneden kunnen worden voor degene die deze nodig heeft. Tallis kent zijn psycho-analytische voor-vaderen net zo goed als de laatste inzichten in de werking van het brein of de cognitieve strategieën. Daarnaast is hij zich bewust wat hechting voor een gezonde ontwikkeling van het kind betekent en hoe gedragspatronen al van jongsaf aan in het brein worden vastgelegd.
Het centrale thema is de liefde en dan vooral in een vorm waarbij liefde doorslaat in lijden. Iedereen kan zich nog iets voorstellen bij en verliefdheid waarin de ander niets fout kan doen en de gedachten de hele dag bij diezelfde ander zijn. Het wordt al gecompliceerder wanneer iemand na het overlijden van de partner niet meer alleen verder kan en het wordt echt gecompliceerd wanneer iemand zo zielsveel van de ander houdt, dat hij ieder moment van de dag wil weten met wie de ander omgaat en wat deze doet. Ouderen onder ons herinneren zich wellicht de film Paris Texas waarin de hoofdpersoon zo verschrikkelijk veel van zijn vriendin houdt, dat hij haar meent te moeten ketenen zodat ze niet kan weglopen. Het loopt geheel uit de hand en hij wordt psychotisch. Hij verdwijnt jaren van het toneel totdat hij door zijn broer als dolende zonderling in de woestijn wordt opgepikt. Hierna begint hij terug te keren naar de realiteit en beseft hij wat de liefde met hem heeft gedaan. Wanneer hij uiteindelijk herstelt, blijkt hij niet meer met zijn vriendin te kunnen samenleven, ondanks hun zoontje.

Tallis neemt ons mee zijn behandelkamer in, waar de zoektocht naar de bron van het lijden een aanvang neemt. De eerste kennismaking, hoe iemand eruit ziet, welke informatie de verwijzer heeft verstrekt, hoe iemand overkomt en steevast de overdenkingen van de therapeut, zorgen er voor dat de lezer in het verhaal wordt meegezogen. Alsof je erbij zit. De liefde die er voor zorgt dat er ziektes tevoorschijn komen omdat de liefde zich, dan weer grenzeloos, dan weer in het hoofd van de hoofdpersoon afspeelt. In dat laatste geval is er sprake van een waan. Zo vertelt Mavis, een van de tien patiënten die geportretteerd worden, over haar eenzijdige liefde voor de tandarts die uiteindelijk naar de andere kant van de wereld verhuist en toch nog dagelijks in haar leven een rol speelt. Een typisch beeld dat past bij het syndroom van Clérambault. Iemand wordt hierbij verliefd op een ander en gaat dan geloven dat deze net zo hartstochtelijk verliefd wordt. De prognose is slecht en de aandoening heeft meestal een chronisch beloop. Tallis loopt in het verhaal langs allerlei diagnostische overwegingen op zoek naar een aangrijpingspunt waarmee hij iemand kan helpen.
Anita, een andere vrouw die beschreven wordt, slaagt er maar niet in om haar partner de ruimte te geven die nodig is omde relatie gezond te kunnen voortzetten. Tallis neemt ons op psycho-analytische wijze mee naar mogelijke verklaringen en duidingen van haar gedrag, beoordeelt de

ontwikkeling binnen haar gezin van herkomst om zicht te krijgen op haar schadelijke gedragspatronen. Ze bleef dermate jaloers dat de relatie uiteindelijk gedoemd is te mislukken.

Het boeiende aan de verhalen is de herkenning en het therapeutisch geworstel. De auteur kiest er bewust voor om geen succesvolle casus te tonen om zo beter te laten zien welke (diagnostische) overwegingen er plaatsvinden en hoe de hulpverlener op zoek gaat naar aangrijpingspunten voor de behandeling. Tegelijk laat hij zien welke verwoestende vormen liefde kan aannemen. Het feit dat hij in 1999 en 2000 een Writers Award heeft ontvangen en dat Ian Mc Ewan dit boek als briljant omschrijft, zal duidelijk maken dat de therapeutische gesprekken op hoog niveau worden beschreven. Eenmaal gestart met het lezen, is het een pageturner. Je wilt weten wat er therapeutisch speelt en vooral hoe het (niet goed) afloopt. Wat de liefde met ons kan doen. Totdat de liefde een aantal symptomen ontwikkelen die sterker worden dan ons lief is en met ons aan de haal gaan.

Gerard Lohuis