

---

## Literatuur besprekingen

---



Dirk de Wachter  
*"Vertroosting"*  
Uitgeverij Lannoo Campus  
ISBN 9789401489614, 1e druk 2022,  
154pagina's. Prijs: € 24,99

Frans van der Lem

---

Dirk de Wachter schrijft goed. En tot de verbeelding. Een van zijn vorige boeken 'Borderline Times' ademde vooral een maatschappijkritische sfeer. Een andere uitgave van hem, 'De kunst van het ongelukkig zijn', leek als titel een paradoxale strategie te promoten. Met 'Vertroosting' brengt hij persoonlijke verhalen rondom zijn confrontatie met een levensbedreigende ziekte. Daarmee kruipt de erudiete Vlaamse psychiater onder onze huid. En dat is heel dichtbij.

"Is het een cadeau? Zal ik het voor u inpakken?" knikt de kassière van mijn favoriete boekhandel mij vriendelijk toe. Ze is gewend dat ik op gezette tijden eens kom grasduinen. Zo ook in januari 2023. Daarbij tref ik de eerste druk van Dirk zijn meest recente boek. Normaliter verschijnen zijn bundels als paperback met een slappe kaft. Maar deze keer vereert zijn uitgever ons met een prachtig gebonden uitgave. Het boek ligt stevig in de hand. Het is een geschenk. Alleen het leeslint ontbreekt. Maar die poespas zou te veel geweest zijn van het goede.

Onze auteur houdt van eenvoud. Zoals gewoon iemand nodig hebben. Al is het maar de geruststellende aanwezigheid van een vriendelijk imaginair persoon, zoals tijdens een delier.

Het is de blik van de ander die hem tot rust brengt. Hij drukt zich regelmatig uit in zinnen van één woord. Inderdaad. Hij bemint het 'kleine goede'. Zoals het samen stil op een bankje zitten, zonder veel te zeggen. Geheel in de lijn van de Franse filosoof Emmanuel Levinas, een van zijn grote voorbeelden, put hij hoop uit vertrouwen. Ook al is de toekomst onzeker.

Soms wordt De Wachter diepzinniger, gelijk in de filosofie. Mensen moeten leren nadenken en zich vragen durven te stellen die niet altijd te beantwoorden zijn. Over de onbegrijpelijkheid van het bestaan en het onontkoombare besef dat ons leven eindig is.

De Wachter klopt zichzelf niet op de borst. Hij geeft de eer aan de ander. En laat die 'dichtbij zichzelf' komen. Dat is op zich al zeer troostrijk. Bijzonder hoe hij verhaalt over de zorgzaamheid en het sterven van zijn eigen ouders. Diep onder de indruk raak ik bij het relaas over Luc Isebaert, zijn grote leermeester in de psychiatrie. Ze zijn altijd een intense vriendschap voor elkaar blijven koesteren.

Op het moment dat voor zijn leidsman het levenseinde nadert, weet deze zijn dood uit te stellen zodat zij nog enkele diepgaande gesprekken met elkaar kunnen voeren. Daarbij krijgt Dirk de 'opdracht' om tijdens de afscheidsdienst het woord te voeren. Een terugblik op een leven lang troosten, nabijheid en het er willen zijn voor iemand. En hoe dat klaarstaan voor die ander, tevens onszelf troost brengt. Balsem voor de ziel.

Zoals De Wachter een inkijkje geeft in de laatste warme gesprekken met zijn vriend en opleider, en vervolgens, na diens overlijden tijdens de afscheidsdienst een terugblik geeft op diens leven, waan ik mijzelf ook weer achter de lessenaar van het crematorium. Het is troostend. Zoals bij mijn oudere broers. En nog maar enkele maanden geleden bij het afscheid van een uiterst levenswijze vriendin. Ook van haar had ik een dergelijk indringend verzoek gekregen. Heel bijzonder. Het steeg ver uit boven mijn dagelijkse rationele ervaringen. Samen hadden we gesprekken over de dood heen.

Ik mocht van haar tenslotte onder woorden brengen wat voordien onbesproken was gebleven. Betekenissen die bedolven waren gebleven onder haar introverte persoonlijkheid.

Dat is wat dit boek met de lezer doet. Verdriet zich laten openbaren. Ons laten terugblikken op het eigen leven. Erkenning geven aan het onuitspreekbare. En dat is heel dichtbij.

'Het is gezien. Het is niet voor niets geweest.'

Dankjewel Dirk

---

Bram Bakker

## Oud zeer

Over vroeger dat nog pijn doet



LUCHT

Bram Bakker

*Oud zeer- Over vroeger dat nog pijn doet.*

Uitgegeven door Uitgeverij Lucht

EAN: 9789493272255 2022

Prijs 21,99 269 pagina's.

Ingelien Warmerdam

---

Bram Bakker zoekt de laatste jaren aandacht op basis van de persoonlijke ervaringen die hij heeft opgedaan. Niet meer als psychiater, want dat is hij officieel niet meer. Desondanks vermengt hij zijn jarenlange ervaring en opgedane kennis als persoon en als psychiater in zijn meest recent verschenen boek 'Oud Zeer'. Oud Zeer is het tweede onderdeel van een drieluik waarvan het laatste deel nog zal verschijnen. Eerder in deze drieluik verscheen 'Gevoelsarm; een psychiater verlaat zijn vak'. Over de worsteling met emoties als hulpverlener (vooral om deze juist niet te laten zien) in het contact met cliënten.

Oud Zeer start met een uitleg over trauma. Wat het is, hoe het zich uit, hoe het te behandelen. Het wordt aangevuld met ervaringsverhalen uit zijn eigen praktijk en zijn eigen leven. Interessant zijn vervolgens de koppelingen die worden gelegd tussen oud zeer en daaruit volgende gedragingen in het heden, de systemische invalshoek en de relatie met het lichaam. Het pleit voor een meer integrale verklaring en duiding bij het behandelen van een trauma. Het oude zeer verdient aandacht in behandelingen. Dit boek maakt bewust hoe het helpend is om oud zeer te (h)erkennen en er over te praten. Dit kan overigens ook los van een trauma.

Het boek is prettig geschreven en leest vlot weg. Na het lezen blijf je als hulpverlener echter zitten met de vraag 'ok... en hoe dan nu verder?'. Daar wordt geen antwoord op gegeven. Het is naast de theoretische inleiding vooral een narratieve beschrijving voor een breed publiek. Voor mensen die zelf op hun eigen ontdekkingstocht gaan kan het heel helpend zijn en herkenning geven. Voor de SPV niet veel nieuws onder de zon. Dan zijn de boeken van Lindsay Gibson over het ontstaan van oud zeer en hoe je daar als volwassene mee om kan gaan interessanter.



Lindsay C. Gibson  
*'Ongezien Opgegroeid; Herstel na een jeugd met narcistische, afwijzende of afstandelijke ouders*  
ISBN 9789024430024  
Prijs 27,50 260 pagina's.

*'Emotioneel onafhankelijk; Een praktische gids voor mensen die ongezien zijn opgegroeid'.*  
ISBN 9789024445622  
Prijs 27,50 248 pagina's

Ingelien Warmerdam

Uitgeverij Boom 2022

Het is jammer dat in de ondertitel het woord 'narcisme' een prominente plek krijgt. Gelukkig gaat het boek inhoudelijk daar verder niet heel diep op in. Dat er veel leed wordt veroorzaakt in de relatie tussen mensen waar narcisme een rol speelt is evident. Het heeft echter niet veel zin om dat expliciet te benoemen. Als opgroeiend kind en de volwassene die je bent geworden ben je iets tekortgekomen en als volwassene heb je daar last van. Ongeacht waar deze beperking vanuit de ouder vandaan komt, zoals een chronische ziekte of psychiatrische kwetsbaarheid zoals autisme, depressie, psychose of een verslaving. Maar ook als je een ouder hebt die om andere redenen afwijzend of afstandelijk is. Vanwege een introvert karakter of een zeer drukke baan en veel bezigheden elders. Omdat je als kind niet gewenst geboren bent. Gelukkig is dat tekort de strekking van het boek en wordt verder gesproken over 'ouders die emotioneel onvolwassen zijn'.

Elk kind zou in een veilige en liefdevolle omgeving moeten kunnen opgroeien. Emotioneel onvolwassen ouders zijn als opvoeders weinig sensitief. Zij zijn niet goed in staat een emotionele respons te geven op het gedrag van het kind of een relatie met het kind op te bouwen. Zij zijn ongevoelig, emotioneel onbetrouwbaar of hebben een beperkt vermogen tot (oprechte) emotionele intimiteit.

Kinderen worden daardoor niet gezien en niet voorzien in hun behoeften zoals geborgenheid, veiligheid en liefde. Ze groeien 'ongezien' op, zelfs wanneer het kind fysiek aan niets ontbreekt.

Het boek kent een opbouw aan de hand van de kenmerken van emotionele onvolwassenheid. Hoe dit kan ontstaan, hoe het te herkennen is en wat de gevolgen kunnen zijn van ongezien opgroeien. Door ongezien op te groeien ontwikkelen kinderen zich tot internaliserende of externaliserende persoonlijkheden. Niet zelden ontwikkelt een kind dat ongezien opgegroeid is zelf ook tot een emotioneel onvolwassen persoonlijkheid, ouder, partner in (liefdes)relaties. Maar ook daarbuiten, zoals op het werk of in een vrienden- of kennissenkring. Eigenlijk in elke context waarin met andere mensen relaties ontstaan. Naast een uitgebreide beschrijving over ongezien opgroeien worden adviezen gegeven hoe het verder moet. Daarbij wordt nader ingegaan op het eigen herstel en hoe er binnen een relatie omgegaan kan worden met iemand die emotioneel onvolwassen is.

In '*Emotioneel Onafhankelijk*' beginnen de eerste hoofdstukken met een samenvatting van *Ongezien Opgegroeid*. Het gaat dieper in op wat je zelf kan doen om uit de dynamiek van emotioneel onvolwassen mensen te raken en te blijven. Dit wordt in zijn algemeenheid beschreven en derhalve is het goed toepasbaar in alle relaties die je als mens hebt en/of aangaat omdat het niet specifiek over een ouder-kind relatie gaat. De praktische tips zijn bruikbaar om het zelfbeeld te versterken wanneer je ongezien opgegroeid bent en dit het zelfbeeld aangetast heeft. De belofte in de ondertitel wordt meer dan waargemaakt.

De boeken zijn zeer gedetailleerd en volledig zonder ergens saai te worden of de schijn van een opsomming te krijgen. Er zit een logische opbouw in de hoofdstukken. Het is goed bruikbaar in de praktijk van de sociale psychiatrie. Er worden psychosociale en (intergenerationele) systemische factoren beschreven die een relatie kunnen hebben met (later ontstane) psychiatrische kwetsbaarheid en vice versa. Ook het gedachtegoed van schematherapie (Young) is te herkennen in de beide boeken. De hoofdstukken worden aangevuld met ervaringsverhalen uit de praktijk van Gibson wat het geheel prettig leesbaar maakt. De boeken zijn goed afzonderlijk van elkaar te lezen en te gebruiken. Wat als hinderlijk ervaren kan worden zijn de checklists die in de verschillende hoofdstukken opgenomen zijn. Deze zijn midden in de hoofdstukken opgenomen verstoren de leesbaarheid. De checklists hadden beter achterin geplaatst kunnen worden als bijlage. Het is niet noodzakelijk om deze in te vullen, maar kan handig zijn. Het kan de therapeut richting geven om met cliënten te spreken over ongezien opgroeien en een koppeling te maken naar relaties in het heden. '*Emotioneel Onafhankelijk*' bevat bruikbare tips en adviezen die omgezet kunnen worden in oefeningen.

Alles wat we meemaken vormt ons als persoon en in onze jeugd vormt zich een basis hoe we met (lastige) zaken omgaan. De boeken van Gibson leggen helder en begrijpelijk uit hoe dat gaat wanneer je ongezien bent opgegroeid. Het zou voor elke hulpverlener een aanbeveling zijn om dit fenomeen te herkennen in de spreekkamer. Het leent zich zowel voor hulpverleners die met volwassenen werken als hulpverleners die met jongeren werken aangezien ouders vaak bij de behandeling betrokken zijn. Wanneer dit fenomeen herkend wordt, kan dit de relatie tussen de jongeren en de ouders wellicht verbeteren waardoor leed voorkomen zal kunnen worden. Daarnaast kan ook de relatie tussen een hulpverlener en een cliënt wellicht beter begrepen worden wanneer deze stroef verloopt.

Emotionele onvolwassenheid en/of ongezien opgegroeid zijn kunnen een ingang zijn om op zoek te gaan naar oud zeer. Zonder dat een term als narcisme dan al deuren dicht heeft gedaan, cliënten zich onbegrepen voelen, hulpverleners geraakt en gefrustreerd achterblijven en stigmatisering zijn intrede doet.



Helen Anema

*Hoe Meneer Prins zijn gedachten kwijtraakte- Verhalen uit de spreekkamer van de neuropsycholoog*

Uitgegeven door Uitgeverij Boom Amsterdam

ISBN 9789024446285 2023

Prijs 23,95 192 pagina's.

Godelieve van Zijl

---

Een prachtige titel, een grappig voorblad en het roept een associatie op aan het boek van Olivier Sacks uit 1985 'De man die zijn vrouw voor een hoed hield'. Olivier Sachs was hoogleraar neurologie en schreef verhalen over mensen die lijden aan allerlei intellectuele afwijkingen, hun herinneringen kwijt zijn, niet meer hun geliefden of voorwerpen kunnen herkennen. Het waren ingrijpende gebeurtenissen die met de nodige spanning gepaard gingen. En nu een bundeling van elf verhalen over bijzondere patiënten door elf vrouwelijke klinisch neuropsychologen. Niet zomaar patiënten, maar degene die iedere psycholoog het meeste is bijgebleven. Op zich is zo'n samenwerking al bijzonder. De redacteur verdient een compliment omdat hij er voor heeft gezorgd dat iedere casusbespreking volgens een overeenkomstige stijl en opbouw, is uitgewerkt. Er is sprake van herkenbare problematiek, zorgvuldige en begrijpelijke uitleg voor zowel de leek als de professional en een behandelroute van onderzoek naar behandeling. Vaak nog gevolgd door een terugkom-sessie enige tijd later. De casuïstiek wordt empathisch beschreven waarbij een inkijkje wordt gegeven in de manier waarop de onderzoeker het beleeft.

We maken kennis met Marieke, van 38 jaar met een herseninfarct, plus een PTSS. En meneer Pietersen met zijn angst voor dementie, maar na uitgebreid gespreks- en testonderzoek blijkt overbelasting (zijn vrouw lijdt aan Parkinson) meer op de voorgrond te liggen. Of het trieste verhaal van de 65-jarige Hans met een hersentumor; En Lizzy, de studente zang die de beleving van een soort plastic wereld heeft en waar, na onderzoek, de diagnose epilepsie wordt gesteld. Anja van 58 jaar, blijkt te lijden aan een semantische dementie en toch nog weet te genieten van het leven. En tenslotte meneer Prins, die zijn gedachten kwijtraakte. Over dementie schrijft Sarai Boelema op pagina 133: "We maken ons soms de meeste zorgen om de mensen die zich geen zorgen maken."

Martine van Zandvoort schrijft: "Ik ben lid van het multidisciplinaire team, en mijn taak is om het gebied waar de operatie plaats zou moeten vinden zo scherp mogelijk in kaart te brengen.

Niet uit medisch perspectief, dat is het vakgebied van de artsen. Maar als klinisch neuropsycholoog kan ik wel bepalen wat voor gevolgen een beschadiging van het gebied voor de patiënt heeft." "Ik besef hoe weinig ik zeker weet en hoeveel raadsels de hersenen nog voor me hebben."

Het is verleidelijk om alle elf genoemde patiënten en hun familieleden de revue te laten passeren, maar mooier is het wanneer u het boek zelf leest en stil staat bij uw eigen indrukken. Nog een samenvattende zin van Irene Huenges Wajer. Zij schrijft op pagina 170: 'De hersenen zijn enerzijds kwetsbaar en schade kan daardoor grote gevolgen hebben voor het functioneren van een persoon. Anderzijds kunnen we ons ook verbazen over hoeveel onze hersenen aankunnen en in staat zijn schade in te perken door andere verbindingen te leggen. Dat is iets wat steeds opnieuw fascineert".

"Het raakt me", lees ik een paar keer.

Het boek raakte mij ook, ik kan het iedere SPV aanraden.