

OPMERKELIJKE PRAKTIJKEN

Als wetenschappelijk onderzoek leidt tot een succesvolle behandeling voor bepaalde patiëntgroepen is dat een zegen. Maar soms gaan 'de markt' of beunhazen ermee aan de haal, of worden fantasieën verpakt als gewichtige wetenschap. De 'nieuwe therapie' wordt verkocht als panacee voor allerhande klachten die in het grensgebied liggen van de oorspronkelijke aandoening. Deze serie beproeft de zin en onzin van enkele opmerkelijke praktijken in de ggz.

Uitdagen als therapie?

Door **Ronald van den Berg**
*Psychiater en bestuurslid Vereniging
 tegen de kwakzalverij*

Het nieuwe boek van Jeffrey Wijnberg, *Zachte Heelmeesters*,¹ 136 pagina's, met als ondertitel 'het failliet van de geitenwollensokken-psychologie', werd mij ter recensie aangeboden. Als Wijnberg zijn praktijk zo uitoefent als hij in zijn boek beschrijft, is die echter opmerkelijk genoeg om in deze rubriek aan bod te komen en niet bij de boekbesprekingen.

Wijnberg studeerde in 1977 af en schrijft meer dan 30 jaar ervaring te hebben in de psychotherapie. Over de auteur vermeldt het boek, dat hij de eerste privépraktijk in Noord-Nederland zou hebben gevestigd. Dat staat ook op zijn website,² maar dat lijkt niet te kloppen, want het is mij bekend dat er in de jaren zestig van de vorige eeuw (en ongetwijfeld nog heel veel eerder) wel degelijk zelfstandig gevestigden in Groningen in eigen praktijk psychotherapie beoefenden, maar misschien wordt er met 'privépraktijk' wel iets anders bedoeld.

Wijnberg presenteert zich als hervormer, en schetst bij herhaling de dwalingen van collega's die hij 'geitenwollensokken-psychologen' noemt, of ook wel 'traditionele therapeuten'. Daartegenover stelt hij het alternatief van de 'provocatieve stijl' die volgens hem beoefend wordt door 'de kwaliteitspsycholoog' (pag. 67). Wijnberg geeft

daar zelf onderricht in op het Instituut voor Eclectische Psychotherapie te Nijmegen, waar al meer dan 10.000 mensen een training volgden.³

Eclecticisme

Eclecticisme kent men in de architectuur, in de kunst en in de psychotherapie en eigenlijk overal waar diverse stijlen kunnen worden gecombineerd. Men spreekt van eclectische therapie als de therapeut zich niet tot één stroming beperkt, zoals psychoanalyse, gedragstherapie, systeemtherapie, medicamenteuze therapie, maar uit de verschillende stromingen die elementen of technieken kiest die het best passen bij de cliënt of het probleem.⁴

Na lezing van *Zachte Heelmeesters* is men geneigd daaraan wellicht toe te voegen: of de werkwijze die de therapeut het beste uitkomt, want: 'Voor de geitenwollensokken-psycholoog kan op termijn wel emotionele overbelasting op de loer liggen. Wie de provocatieve stijl beoefent, kan zich dagelijks uitleven in opwekkend drama zonder dat hij de problemen mee naar huis hoeft te nemen. (...) Immers, ook therapeuten verdienen het om plezier te hebben in hun werk, ook al krijgen ze nog zoveel leed naar hun hoofd geslingerd.' (pag. 131).

Hoe ziet dat uitleven eruit? Het beste kan ik een voorbeeld van Wijnberg zelf geven (pag 107):

- (*therapeut*) Wat is het probleem?
- (*patiënt*) Dat ik heel erg boos kan worden.

- Oké, maar mensen die expressief zijn hebben ook recht van leven; waarom is dat een probleem?
- Tja, dat blaast mensen bij mij weg.
- Ja, dat lijkt me logisch. Kennelijk is dat ook jouw bedoeling. Waarom is dat een probleem?
- Nou ja, dan moet ik de boel weer lijmen.
- Hmm, ja als je weer normaal contact wil hebben, dan is dat wel een goed idee. Waarom is dat een probleem?
- Hmm, ja, als ik het zo hoor, krijg ik het gevoel dat het geen probleem hoeft te zijn.
- Ja, zijn we klaar?
- Ja, eigenlijk wel; goh wat een geneuzel van mij zeg.
- Hmm, ja, maar je mag er best wel op terugkomen.
- Misschien doe ik dat nog wel als ik er meer last van krijg.
- Is prima.

De provocatieve therapeut is nu klaar met de patiënt. Hij kan tevreden zijn. Of zou de geschetste kwaliteitspsycholoog hier soms niet helemaal door hebben dat de patiënt, om zijn opkomende drift in godsnaam maar te beheersen, een beleefde uitweg zoekt en wil weglopen van dit aanhoudende getreiter met de probleemvraag?

Wijnberg vind die probleemvragen heel erg belangrijk, want hij herhaalt die voortdurend in bijna al zijn voorbeelden van de provocatieve werkwijze, terwijl 'de geitenwollensokken-psycholoog als traditie heeft om eindeloze gesprekken te voeren over zaken die misschien veel beter te typeren zijn als hersenjeuk.' Wijnberg vindt het '...meer dan eens bijzonder vermakelijk hoe creatief patiënten zijn om de probleemvraag te omzeilen.'

Lachen wel

Onder het motto 'lachen is gezond' (pag. 126-127) bepleit Wijnberg dan ook dat de therapeut zo snel als hij maar kan de lachspiegel moet hanteren bij mensen die in psychische nood verkeren 'om de cliënt zijn lijden te laten relativieren' want die 'verdient een behandeling die verlichtend van aard is.' Hij schrijft de patiënt als persoon weliswaar uiterst serieus te nemen, '...maar dat wil niet zeggen dat de problemen soms niet absurd, tenenkrommend of lachwekkend zijn. Vooraf aan elke sessie is de gewoonte van de provocatieve thera-

peut om zichzelf in de 'laughing state' te brengen, zodat hij vanaf het begin deze stemming kan overbrengen.'

De intro's die hij voorstelt bij het begin van zo'n sessie zijn zo plat als een dubbeltje, ik zal ze hier niet citeren. Het lijkt erop dat de kwaliteitspsycholoog met dergelijke interventies een hypomane of zelfs manische afweer tegen de psychische nood of de depressie van zijn patiënt moet voorleven. Men kan zich afvragen of patiënten daarvan nu werkelijk opknappen. En de kwaliteitspsycholoog blijft maar lachen.

Deskundigheid en panacee

Men kan Wijnberg een zekere deskundigheid over de vele valkuilen van psychotherapie niet ontzeggen. Dat is verwarrend, omdat hij steeds maar één oplossing geeft: provocatie.

Over het anamnestic onderzoek ('het verleden'), het verwerken van wat men heeft meegemaakt, het almaar luisteren en spiegelen door therapeuten, het (door duiden) verschaffen van inzicht zonder dat dit leidt tot gedragsverandering, over weerstand tegen verandering bij de patiënt en ten slotte over de ongemotiveerdheid van (sommige) patiënten schrijft hij behartigenswaardige zaken. Hij vergeet alleen dat alle psychotherapeuten en psychiaters, welke hun werkwijze ook is, in hun opleidingstijd zowel in theorie als in de praktijk en vooral bij supervisies die valkuilen zijn tegengekomen en geleerd hebben die te hanteren met zinvolle interventies. Het is voor velen kennis uit de oude doos.

Het vervelende van Wijnbergs betoogtrant is bovendien dat hij in zijn voorbeelden net doet of 'de anderen' (de geitenwollensokken-therapeuten en -psychiaters dus) steeds weer bij elk item en bij elk voorbeeld die valkuilen niet door hebben. Hij legt hun zeurderige, irritante en eindeloze

Wie de provocatieve
stijl beoefent, kan
zich dagelijks uitleven
in opwekkend drama

babbels in de mond en biedt daarna steeds als panacee in contravoorbeelden de oplossingen van de kwieke provocatieve therapeut, die in korte dialogen razendsnel succes heeft, maar in feite niets anders doet dan het toepassen van paradoxale interventies.

Die paradoxale interventies waren in de jaren zestig al bekend. Ook zij zijn uit de oude doos. Ongenuanceerd uitgevoerd zijn ze bovendien levensgevaarlijk. Iedereen kent wel het ware verhaal van de psychiater die suïcidale patiënten juist aanmoedigt om hun voorgenomen zelfmoord uit te voeren in de verwachting dat ze dat toch niet doen. Totdat het misgaat en de patiënt zich voor de ogen van de verblufte behandelaar stante pede uit het raam stort. Geen echte panacee dus.

Wijnbergs boekje is te beschouwen als een schoolvoorbeeld van marketing. De marketeer zet zich af tegen de vermeende sukkel en prijst de eigen dienstverlening aan als wondermiddel, tot opluchting voor iedere therapeut die zich prettiger wil voelen.

De meeste therapeuten zoeken in de loop van hun werkende leven aanvullingen uit werkwijzen

waarin ze aanvankelijk niet zijn opgeleid. Het zou daarom naar mijn mening zinvol zijn dat therapeuten die echt eclectisch te werk willen gaan, niet te zeer hun eigen ongeduld uitageren. Laten zij zich juist richten op de patiënt en zich niet begeven in het schaamteloze 'one-upmanship',⁵ het overwicht op de patiënt, dat in het boekje van Wijnberg gepredikt lijkt te worden. Daar voelen sommige therapeuten zich wellicht lekkerder bij, maar de vraag is of patiënten dat ook zo ervaren.

Noten

- 1 Wijnberg J. *Zachte Heelmeesters*. Schiedam: Scriptum Psychologie; 2012.
- 2 www.psycholoogwijnberg.nl/praktijk/psychologen/jeffrey-wijnberg/
- 3 www.iepdoc.nl/
- 4 http://nl.wikipedia.org/wiki/Eclecticisme#In_de_psychotherapie
- 5 www.moorsmagazine.com/gasten/bugel121overwicht.html