

Yaloms invloed in Nederland

Dr. Sjoerd Colijn is psychotherapeut/klinisch psycholoog en bestuurslid NVP.

2007 is een bijzonder jaar voor de Nederlandse psychotherapie. Het komt niet vaak voor dat we hier de iconen van de psychotherapie kunnen begroeten. In juni dit jaar was Aaron Beck te gast bij de VGCT, een memorabel moment voor de cognitief gedragstherapeuten. Op 2 oktober waren de groepstherapeuten (eigenlijk alle psychotherapeuten, gezien zijn brede betekenis) aan de beurt. Een groep psychotherapeuten (Maïe El Boushy, Bas de Mol, Danielle Oprel, Wim Trijsburg en schrijver dezes¹) was erin geslaagd om Irvin D. Yalom met zijn vrouw Marilyn naar Nederland te halen. De eerste contacten waren al enige jaren geleden gelegd – Yalom komt niet gauw meer naar Europa, gezien zijn gevorderde leeftijd en het mindere klimaat in vergelijking met Californië. Het organiserende comité kon echter gebruik maken van enkele gunstige omstandigheden. Marilyn Yalom is hoogleraar vergelijkende historische letterkunde en heeft veel vergelijkend onderzoek gedaan naar thema's in de Europese kunst (over de borst als symbool in de beeldende kunst, over de koningin in het schaken). Zij wilde graag een langer bezoek aan met name Frankrijk brengen. Bovendien had Yalom al positief gereageerd op een uitnodiging voor een Deens congres eind sep-

tember. Yalom bleek, ten slotte, een grote interesse te hebben voor Baruch de Spinoza, de Nederlandse filosoof van Portugees-Joodse afkomst, die van 1632 tot 1677 leefde in Amsterdam, Rijnsburg, Voorburg en Den Haag. En zo ging het ook: na een groot Deens congres waar Yalom het middelpunt was, brachten ze enkele weken in Zuid-Frankrijk door, vervolgens kozen Yalom en zijn vrouw een week domicilie in hartje Amsterdam. Van daaruit bezochten ze de *lieux de mémoire* die verbonden zijn aan Spinoza, en ontvingen zij een geselecteerd gezelschap journalisten.

Het werk van Irvin Yalom is veelzijdig en veelkleurig. Hij heeft op wetenschappelijk gebied een lange publicatielijst met 63 artikelen in wetenschappelijke tijdschriften, 13 boeken, vele video- en DVD-opnamen. Naast zijn vooraanstaande positie op wetenschappelijk gebied heeft hij ook een lezerspubliek gevonden als schrijver van verhalen en romans. Ik geef een kort overzicht van zijn belangrijkste boeken en de invloed daarvan in Nederland, en begin met zijn wetenschappelijk werk.

Hij werd hier bekend door het baanbrekende boek *Encounter Groups: First Facts*, dat hij in 1973 samen met Lieberman en Miles publiceerde. De auteurs doen verslag

¹ Dr. Sjoerd Colijn bewerkte zijn inleidingen als dagvoorzitter 2 oktober 2007 tot dit artikel.

van een van de (weinige) grote onderzoeksprojecten in de late jaren zestig en zeventig. Het beschrijft leiderschapsstijlen in verschillende vormen van groepstherapie en bevat de basis van het concept waarmee Yalom later in de groepstherapie wereld veel bekendheid verwierf: curatieve factoren, of therapeutische factoren, zoals ze later benoemd werden.

In 1970 had Yalom al in de Verenigde Staten *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* gepubliceerd. Geleidelijk aan verwierf het bekendheid in Nederland, waar het op dit moment al zo'n dertig jaar de 'bijbel van de groepspsychotherapie' is. Het werd in 1978 in het Nederlands vertaald door een vertalerscollectief onder leiding van Hans Reijzer: het blauwe boek met de titel *Groepspsychotherapie in theorie en praktijk*, dat elke Nederlandse groepstherapeut op de plank, en vaak onder handbereik, heeft staan. Yalom zelf schrijft het succes van dit boek toe aan de heldere structuur, maar vooral aan de vele herkenbare vignettes – ik denk dat zijn vele lezers het met hem eens zullen zijn. In 2005 publiceerde hij samen met Melyn Leszcz in het Engels de 5^{de} geheel herziene druk. Het is een schande dat uitgevers schroom hebben om van dit monumentale, state-of-the-art werk een Nederlandse versie te laten verschijnen.

In 1980 verscheen *Existential Psychotherapy*. Beïnvloed door zijn werk met kankerpatiënten schreef Yalom een boek over existentiële thema's, zoals de onontkoombaarheid van de dood, de vrijheid om ons leven te leven zoals we het verkiezen, het ontbreken

van een duidelijke zin van ons leven in een betekenisloos universum, en hoe deze onderwerpen in psychotherapie een plaats te geven. Het is Yaloms ervaring dat ook psychotherapeuten deze onderwerpen vaak uit de weg te gaan. Volgens hem vermijden ze daarmee een belangrijke motor van veel psychopathologie en lijden.

Zijn publicatie uit 1983, *Inpatient Group Psychotherapy*, is in Nederland veel gelezen. Het boek biedt een opzet voor de groepstherapeutische behandeling van zeer heterogene groepen patiënten in een opnameafdeling van een psychiatrische kliniek. Opnieuw weet Yalom uit een uitstapje vanuit zijn vrijgevestigde praktijk in uptown San Francisco een bijzonder rendement te halen. Voor de vele groepstherapeuten die in de jaren tachtig in de kliniek werkzaam waren, legitimeerde dit boek niet alleen hun werkzaamheden, het gaf er ook een onverwachte verdieping aan.

Naast deze puur academische werken schreef Yalom ook zijn succesvolle *tales of psychotherapy*. Eigenlijk al voor de hausse begon met de boeken van neuroloog Oliver Sachs, beschreef Yalom opmerkelijke en interessante casuïstiek uit zijn eigen praktijk in een toegankelijke, literaire stijl. Deze boeken wisten allereerst hun weg te vinden naar vakgenoten, die erin *Lehrung, Tröstung und Afforderung*, om een zegswijze van Freud eens misplaatst te citeren, vonden. Maar al snel, zeker na een verandering van uitgever, bleek hij een breder publiek te kunnen boeien. Al in 1974 verscheen *Everyday Gets a Little Closer*, waarin Yalom zijn verhaal over een individuele

psychotherapie vertelt, en zijn patiënt Ginny Elkin (verzonnen naam) hetzelfde doet vanuit haar perspectief. Dan, in 1989, ziet *Love's Executioner and Other Tales of Psychotherapy* (in Nederlandse vertaling *Scherprechter van de liefde*) het licht, in 1999 gevolgd door *Momma and the Meaning of Life* (of *Mamma en de lessen van de ziel*). Het eerste boek gaat vooral over de worstelingen van Yalom met zijn tegenoverdracht bij tien patiënten uit zijn praktijk, en de sleutelrol die zelfonthulling kan spelen in het doorbreken van overdrachts- en tegenoverdrachtspatronen. Het tweede boek heeft een vergelijkbaar uitgangspunt, maar hier wordt Yalom persoonlijker. Hij vertelt meer over belangrijkere gebeurtenissen uit zijn eigen leven en hoe die invloed hadden en hebben op het beloop van therapieën. Authenticiteit van de therapeut wordt een steeds belangrijker thema. Een speciaal boek is *The Gift of Therapy (Therapie als geschenk)* uit 2002. Hier draagt leermeester Yalom de wijsheid en ervaring die hij in zijn leven heeft opgedaan over aan de nieuwe generatie psychotherapeuten. In 85 hoofdstukken van maximaal zes pagina's bespreekt hij tips en thema's die niet in een leerboek staan, maar wel essentieel zijn voor het vak psychotherapeut: van 'erken je fouten' tot 'bezoek de patiënt thuis'.

Yalom heeft het grote publiek weten te vinden met zijn romans: in 1992 *When Nietzsche Wept (Nietzsches tranen)*, in 1996 *Lying on the Couch (De therapeut)* en in 2005 *The Schopenhauer Cure (De Schopenhauerkuur)*. Toegankelijke, goed geschreven lite-

raire werken, die alle in het Nederlands vertaald zijn. Bij deze romans wordt in de andere bijdragen uitgebreid stilgestaan.

Een indrukwekkende lijst fascinerende prachtboeken. Desalniettemin: waarom komen zoveel mensen af op een congres met de simpele titel 'Yalom in Nederland'? Waarom kwamen het weekend daarvoor 850 mensen naar een congres in Kopenhagen? Yalom is voor vele psychotherapeuten en in psychotherapie geïnteresseerden een goeroe, in de waarachtige, oorspronkelijke, Indiase betekenis van het woord. Hij is een ontdekkingsreiziger, die nieuwe terreinen opzoekt en verkent en buiten de gebaande paden treedt. Hij is een voorloper, die het relaas van zijn vaak eenzame zoektochten niet voor zichzelf houdt maar probeert over te brengen aan een breed publiek van minder avontuurlijk ingestelde collega's. Hij verzamelt mensen om zich heen en vertelt verhalen waarin de grote thema's des levens nu eens concreet en rechtstreeks, dan weer verhuld en symbolisch naar voren komen. Hij is een model, een voorbeeld, in de openheid en de directheid waarmee hij over de dilemma's en de schaduwzijden van het vak praat, maar ook in de trots en liefde die hij ten toon spreidt als hij verhaalt over de dagelijkse opgaven van de psychotherapeut in diens contact met patiënten. En zijn boodschap: authenticiteit, vakmanschap, zelfreflectie, compromisloze betrokkenheid bij de patiënt, durf om ten dienste van de psychotherapie ook ongebaande paden te betreden.

Yalom heeft vele psychotherapeuten blij-

vend geïnspireerd. Ook in Nederland. Het kan zijn dat hij nauwelijks beseft heeft welke weerklank zijn werk aan deze kant van de Atlantische Oceaan heeft gevonden. Na 2 oktober 2007 zal hij daarvan wel doordrongen zijn: ten overstaan van een 600-koppig publiek werd hem door Herman Groen, voorzitter van de NVGP, de

oorkonde overhandigd die hoort bij het erelidmaatschap van de NVGP. Gelet op bovenstaande, niet anders dan een daad van rechtvaardigheid.

Met dank aan het mooie hoofdstuk van Hans Sniijders over Irvin Yalom in het *Handboek Groepspsychotherapie* (2004).