

# ‘Het leven is geen paradijs’

Door **Monique Leferink op Reinink**, psychotherapeut, groepspsychotherapeut en supervisor NVGP. Ze werkt bij GGz Centraal, polikliniek Medisch Centrum te Amersfoort en is met ingang van dit nummer redacteur van dit blad.

Tijdens het congres van de International Association of Group Psychotherapy in Rovinj in september 2015 volgde ik een workshop bij Hanni Biran, klinisch psycholoog, psychoanalytica, groepsanalytica, supervisor en leeranalytica aan het Contemporary Institute of Psychoanalysis in Tel Aviv. Daarnaast is zij als docent Psychotherapie verbonden aan de Universiteit van Tel Aviv en het Magid Instituut, de Hebreeuwse Universiteit.

We lazen onder meer gezamenlijk een hoofdstuk uit haar boek *The Courage of Simplicity*. In dit boek zet Biran het gedachtegoed van Bion op een heldere manier uiteen en laat zij de betekenis hiervan zien voor zowel de individuele als de groepsbehandeling. Zij gaat nog een stap verder door Bions concepten toe te passen op maatschappelijke problemen.

Daarnaast houdt zij zich de laatste tijd bezig met het verder ontwikkelen van Social Dreaming. Tijdens het congres gaf zij iedere ochtend een Social Dreaming-groep, een concept dat werd ontwikkeld door Gordon Lawrence en inzicht geeft in sociaal onbewuste processen.

Biran is naast haar werk als psychoanalytica en groepsanalytica sterk maatschappelijk be-



*Hanni Biran*

trokken. Zo is zij een van de groepsleiders tijdens de tweejaarlijkse conferentie Voices after Auschwitz. Tijdens deze driedaagse conferenties gaan tweede-generatieslachtoffers uit Israël, Duitsland en verschillende andere landen met elkaar in gesprek over de gevolgen van de Tweede Wereldoorlog op hun persoonlijk leven. Het doel is op deze manier de nog aanwezige angst, schaamte, schuld en woede verder te verwerken.

Ook neemt zij deel aan Psychoactive, een groep Israëliëse hulpverleners die zichzelf ten doel heeft gesteld actief te zijn op sociaal-politiek gebied, met name ten aanzien

van het Palestijns-Israëliësch conflict. Veel activiteit richt zich op de psychologische consequenties van de bezetting van de West Bank en de Gaza-strook voor beide partijen. Naast haar recent verschenen boek heeft Biran verschillende artikelen gepubliceerd, zowel over het werk van Bion, als over de betekenis van Social Dreaming en de door haar ontwikkelde Role Analysis (een supervisiemethode).

*Waarom voelt u zich zo aangetrokken tot het werk van Bion?*

‘Toen ik nog heel jong was begon ik met groepen te werken. Ik las Bions *Experience in Groups*, dat ik verbazingwekkend vond. Het gaf me een helder begrip van groepsprocessen. Ik was benieuwd naar wat hij over andere onderwerpen schreef en merkte dat zijn andere boeken nog diepgaander waren dan dit eerste. In het begin vond ik het moeilijk te begrijpen wat hij schreef. Ik heb zijn teksten twee, drie keer gelezen. Het is zo fantastisch wanneer je het eenmaal doorhebt, heel opwindend. Hij heeft zo’n wijsheid, en niet alleen op het gebied van de psychoanalyse. Bions ideeën komen ook vanuit de biologie, geneeskunde, literatuur en poëzie en hij gebruikt bestaande mythen als Babel en Oedipus. Ik werd gewoon verliefd, voerde zelfs imaginaire gesprekken met hem.’

*Zoals u ook in uw eigen boek laat zien, zijn de ideeën en theorieën van iemand geworteld in een persoonlijke levensgeschiedenis en socio-culturele context. Hoe ziet u dit wat betreft Bion?*

‘Wat Bion schrijft heeft veel te maken met

zijn levensloop. De eerste zeven jaar van zijn leven woonde hij in India, waar hij een Indiaas kind-meisje had. Zij had een heel lieflijke stem. Hoewel hij haar woorden niet begreep, gaf haar melodie een gevoel van *containing*. Dit beïnvloedde Bions denken over *containment* en *reverie*.

Toen hij acht jaar oud was, werd hij naar een kostschool gestuurd in Engeland. Hij zag zijn moeder vervolgens drie jaar lang niet. Toen zij hem bezocht, kende hij haar aanvankelijk nauwelijks. Het idee van een container werd zo belangrijk voor hem omdat hij zelf iedere *containment* miste. Hij ervoer het alsof zijn familie hem verbannen had.

In de Tweede Wereldoorlog was Bion een legerofficier aan de Frans-Duitse grens. Duizenden soldaten vonden de dood. Bion schreef veel over het verband tussen lichaam en geest, vanwege zijn eigen traumatische oorlogservaringen.

Een andere belangrijke levensgebeurtenis was dat zijn vrouw stierf nadat zij hun dochter ter wereld had gebracht. Bion moest haar alleen groot brengen. Hij dacht er veel over na wat het betekende een ouder te zijn en hoe het was om kind te zijn. Het heeft mogelijk ook zijn theorie over No-thing beïnvloed, de ruimte die je moet vullen wanneer iemand ons heeft verlaten. Hoe je moet omgaan met dit No-thing, de afwezigheid van mensen, dingen.’

*U schreef een boek over Bions gedachtegoed en werkte zijn ideeën verder uit vanuit drie perspectieven: het individu, de groep en de maatschappij. Tegelijkertijd zijn deze drie onderling verbonden. Hoe zit dat?*

‘Bion zag het fylogenetische en ontogenetische als parallel. Wat er in de maatschappij gebeurt, reconstrueert zich in het leven van een individu en omgekeerd. De grote mythen in de geschiedenis maken ook deel uit van ieder individu. Zo is het verdreven zijn uit het paradijs deel van ons allemaal: we ervaren in ons leven pijn en gemis en sterven. De mythe van Oedipus laat zien dat ieder van ons zijn eigen waarheid en zijn eigen beperkingen onder ogen moet zien. En de maatschappij heeft een leider nodig die kan leiden in het geval van catastrofes of terreur. Als dit niet het geval is, nemen bèta-elementen (rauwe emoties) het over, wat leidt tot het uit elkaar vallen van de maatschappij. Dat is ook wat we vandaag de dag overal om ons heen zien. Verschrikkelijk geweld, geen dialoog. Je kunt dit verklaren met Bions concepten, een update van zijn theorie, die ik in mijn boek heb gegeven.’

*In uw boek staat dat wij groeien en wijzer worden door ons lijden. Tegelijkertijd beschrijft het hoe een baby zijn hoofd optilt naar zijn moeder, hoe we groeien door positieve ervaringen.*

‘Je moet eerst positieve ervaringen opdoen. Bion beschreef dit erg mooi in zijn artikel *The theory of thinking*. Als er het eerste jaar te veel frustratie is, leidt dit tot ernstige problemen in ons lichamelijk en psychisch welzijn en in ons vermogen liefde te geven en te ontvangen.’

*U beschrijft een pijnlijk voorbeeld: hoe een groepslid, Naomi, in de groep steeds verder achteruit gaat.*

‘Soms is de schade niet meer te herstellen. Maar ik denk ook dat de groep zich onvoldoende kon identificeren met haar pijn, zij voelde zich erg alleen. Er was een soort blindheid in de groep. Het is erg moeilijk om een werkelijk begrip tot stand te brengen als de groep er nog niet klaar voor is.’

*Door het hele boek heen noemt u het belang van het vertalen van bèta-elementen, unthinkable thoughts, naar alfa-elementen, thinkable thoughts, in de individuele psychotherapie, groepspsychotherapie en in de maatschappij. Wat wordt bedoeld met unthinkable thoughts?*

‘Bion was geboeid door de vraag hoe gedachten ontstaan. Hij zag emoties en gedachten niet als strikt gescheiden. Denken omvat emoties. Als er in de eerste jaren onvoldoende containment is, leert een kind niet de eigen heftige ervaringen te verdragen en blijven niet-verbale elementen (bèta-elementen) afgesplitst. Dit noemt Bion unthinkable thoughts, met woede, psychosomatische verschijnselen, middenmisbruik, slapeloosheid en paniekaanvallen tot gevolg. Bèta-elementen zijn er wanneer je enkel handelt en verder niet nadenkt, bijvoorbeeld wanneer je agressie of geweld gebruikt. Er wordt niet gereflecteerd. Wanneer je over iets kunt nadenken, alfa-elementen, kun je gevaarlijk materiaal transformereren.’

*In uw denken en schrijven slaat u een brug tussen Bion en Foulkes en u noemt ook de verschillen. Foulkes lijkt meer vertrouwen*

*te hebben in de groep als een plek om te helen.*

‘Foulkes zegt: vertrouw de groep. Ik voel me meer verwant met Bion, want je kunt de groep niet altijd vertrouwen. De groep draagt een destructieve kracht in zich. Een groep heeft een groepsleider nodig die kan denken, containment biedt, betekenis geeft en de groepsleden in staat stelt te denken. De groep is geen natuurlijke voedingsbodem voor liefde. In een groep is het groepslid niet het enige kind en ook geen deel van een paar. Groepsleden moeten dit onder ogen zien. Zij kunnen liefhebben en worden liefgehad, maar deze ervaring is breekbaar en nooit volledig. Een groep prikkelt verborgen emoties als behoefteigheid, agressie, jaloezie en competitie.’

*U schrijft: ‘In a group sometimes thoughts that cannot be thought, fill the room.’ Hoe weet de groepsleider dat?*

‘Je weet het door de soort stilte die er hangt. Je hebt een goede intuïtie nodig om aan te voelen wat voor een stilte het is. Bion noemt het ‘a pregnant silence’. Je voelt het door de atmosfeer, ziet het aan de gezichtsuitdrukkingen. Iets zal er gaan ontstaan vanuit die stilte.’

*Op dit moment bent u vaak bezig met Social Dreaming. Hoe is dat zo gekomen?*

‘Gordon Lawrence creëerde Social Dreaming. Hij werd sterk door Bion beïnvloed: dromen zijn gedachten op zoek naar een denker. Lawrence probeerde nieuwe wegen te vinden naar het sociaal onbewuste: je zit als groep bij elkaar, iemand vertelt een

droom, vervolgens vertellen en associëren de deelnemers met beelden en dromen over deze ingebrachte droom en kan de sociale betekenis ervan worden ontdekt. Ik ontmoette Lawrence in 1986. Aanvankelijk werd Social Dreaming niet geaccepteerd op het Tavistock Instituut. Dus kwam Lawrence in 1988 naar Israël. Wat hij deed was zo verbazingwekkend en succesvol dat het daarna al snel naar andere landen werd verspreid. Lawrence vond mensen die zijn idee verder wilden ontwikkelen. De connectie met Bion is het idee gedachten te vinden die kunnen verbinden, te zien wat er onder het weefsel van dromen schuilgaat, iets dat verder strekt dan alleen het individu. Het was een heel creatieve innovatie.’

*Voices after Auschwitz is een driedaagse conferentie waarin Duitsers en Israëliërs elkaar ontmoeten en hun emoties verder proberen te verwerken. U leidt een van de groepen tijdens die conferentie. Welke thema's komen vaak op?*

‘Robi Friedman was de creator van Voices after Auschwitz. Deelnemers zijn voornamelijk tweede-generatieslachtoffers van WO II. Waar we vaak niet zo over nadenken is dat het erg moeilijk en vooral ook zeer pijnlijk is om in een nazigezin geboren te zijn, of te ontdekken dat je gezin betrokken was bij de nazi's. Mensen voelen zich dan zo schuldig. De Israëliërs en Duitsers die naar Voices after Auschwitz komen zijn erg moedig. We proberen te begrijpen wat er met hun ouders is gebeurd, alle emoties te verwerken. We proberen een dialoog te creëren waarin er begrip voor elkaar is. En te

zien hoe slachtoffer en dader van rol kunnen wisselen, niet gemakkelijk.'

*U neemt deel aan Psychoactive, mental health professionals for human rights. Wat is het doel van deze groep?*

'Psychoactive wil mensenrechten voor de Palestijnen, voor Afrikaanse vluchtelingen, voor alle mensen die lijden door de Israëli-sche regering. Leden van Psychoactive demonstrenen veel. Psychoactive wil ook vertolken hoe een politieke situatie van invloed is op de geestelijke gezondheid, bijvoorbeeld de geestelijke gezondheid van kinderen of jonge Palestijnen die in de gevangenis zijn opgesloten. Dat is een verschrikkelijke realiteit en zij zijn vaak angstig en depressief. Ik vind het erg belangrijk dat professionals in de geestelijke gezondheidszorg een ethische positie innemen.'

*Op welke manier heeft u zich ontwikkeld in uw leven?*

'Ik heb mijn hele leven in een land geleefd dat voortdurend in conflict is. Dan kun je niet langs de kant staan toekijken, je moet reageren op de realiteit. Dat heeft veel van mijn denken beïnvloed.

Het ontmoeten van mensen uit andere delen van de wereld heeft me geholpen mijn denken verder te ontwikkelen. Zo hebben de ontmoetingen met Earl Hopper en Gordon Lawrence ertoe geleid dat ik veel ben gaan nadenken over het sociaal onbewuste. Mijn eerste jaren in het vak leefde ik op een soort eiland. Het beeld verbreedde zich door mijn contact met collega's uit andere delen van de wereld. Ook de ontmoetingen met Pales-

tijnen hebben me geholpen op een andere manier te gaan denken.'

*Wat vindt u belangrijk in de opleiding van groepspsychotherapeuten?*

'Dit vak is zo moeilijk! Een belangrijk onderdeel van de opleiding tot psychotherapeut is gerelateerd aan transmissie: hoe geven de oudere therapeuten hun kennis en kunde door aan de volgende generatie? Ik heb veel geluk gehad met heel goede supervisors die mij gestimuleerd hebben in mijn werk en ontwikkeling. Het leren door ervaring is de beste manier van leren, niet het leren uit boeken.'

## Literatuur

Biran, H. (2015). *The courage of simplicity: Essential ideas in the work of W.R. Bion*. London: Karnac Books.

Biran, H. (2007). The Dreaming Soldier. In W.G. Lawrence, *Infinite possibilities of dreaming in systems*. London: Karnac Books.

Biran, H. (2006). Using Bion's binocular vision in organizational role analysis. In S.J. Newton, S. Long & B. Sievers, *Coaching in depth* (pp 83-93). London: Karnac Books.

Biran, H. (2003). The difficulty of channeling Rage into Dialogue. *Psychotherapie Forum*, 11(1), pp 27-33.

Biran, H. (2003). Relationship and Relatedness between the Elementary School as a System and its Violent Parts. In W.G. Lawrence (Ed.),

*Experiences in social dreaming* (pp 108-121).  
London: Karnac Books.

Biran, H. (2003). Attacks on Linking and Alpha  
Function as Two Opposite Elements in the  
Dynamics of Organisations. In M. Pines & R.  
Lipgar (Eds.), *Building on Bion: Branches*  
(pp 164-181). London: Jessica Kingsley  
Publishers.