

■ Inleiding: Filosofie als herstelondersteuning

Dienke Boertien en Wouter Kusters

Voor u ligt een verzameling teksten ‘Herstel en Filosofie’. Deze teksten zijn gebaseerd op lezingen gehouden in 2017 en 2018 en hebben tot doel om de betekenis van het begrip herstel zoals dat binnen de geestelijke gezondheidszorg gehanteerd wordt filosofisch te doordenken. Alvorens tot de lezingen over te gaan schetsen we in deze inleiding kort waarom wij menen dat filosofische doordenking niet alleen helpend maar ook noodzakelijk is om de belofte van het begrip herstel recht te kunnen doen.

Herstel

Het gonst in de geestelijke gezondheidszorg van de vernieuwing en de verandering. Er wordt gesproken over een ‘transitie’ naar een nieuw model, naar een nieuwe organisatie van de zorg en een nieuwe positie van de ggz in de samenleving. Ook aan de kant van de patiënten zelf – dat wil zeggen, bij de min of meer georganiseerde patiëntenbeweging – zijn de laatste decennia veel nieuwe opvattingen, werkwijzen en begrippen ontstaan. Deze volgen deels de eerdere emancipatiebewegingen in de zorg – zoals die van de beweging van de anti-psichiatrie – maar deels is ook een nieuwe beweging ontstaan, te weten, de *herstelbeweging*.

Bij het zoeken naar nieuwe manieren om om te gaan met de complexiteiten van het bestaan – de hoogtes en dieptes, het lijden en de verwarring – bleken ervaringen van welbevinden nogal eens uit onverwachte hoek te komen, lang niet altijd dankzij de georganiseerde zorg maar veelal via een geheel eigen, authentiek en onvoorspelbaar proces waarin iemand balans en ruimte vond. Dit proces en deze uitkomst werden vanaf de jaren ’90 samengevat met het begrip herstel – in navolging van het Engelse begrip *recovery*.

Het begrip ‘herstel’ brengt een vernieuwende kijk op psychisch leed en de zorg daarbij met zich mee. Ervaringskennis en eigen regie worden hierbij als centrale begrippen beschouwd. Binnen de zorg heeft dit geleid tot de inzet van ervaringsdeskundigen in zowel het primaire (individuele) proces als bij (maatschappelijke) beleidsontwikkelingen. Zo is er steeds meer ruimte gekomen voor zelfhulp en voor zogeheten herstelacademies. Maar er zijn nog vele

vragen over hoe de geestelijke gezondheidszorg, de psychiatrie, en in het bijzonder de herstelondersteuning, zich verder zouden kunnen ontwikkelen. *Hoe geven wij in onze instellingen vorm aan een zorg die het begrip herstel recht kan doen?* Deze vragen vormden in 2012 de aanleiding voor de inrichting van de Werkplaats Herstelondersteuning.¹

De scoping review ‘Conceptualizations, assessments and implications of personal recovery in mental illness’ van Van Weeghel en anderen geeft een overzicht van de internationale stand van zaken van het denken over deze thema’s.² Het laat zien dat er in de veelheid van perspectieven en opvattingen nog steeds weinig eenduidigheid is over de kern van herstel. Vanuit de gebruikers van zorg dient zich niettemin overtuigend de vraag naar een op herstel georiënteerde zorg aan, met name een zorg met meer aandacht voor betekenisgeving, zingeving en existentiële vragen. Opvattingen verschillen over wat zingeving is en wat existentiële vragen zijn. Een begrip als spiritualiteit wordt hierbij vaak genoemd, maar wat hiermee precies wordt bedoeld, blijft veelal onduidelijk. Daarbij laten existentiële en spirituele vragen zich niet dwingen in protocollen en beslissingsbomen. Voor dit soort kwesties is zoeken, twijfelen, verdwaald raken en opnieuw beginnen van wezenlijk belang. De benaming ‘trage vragen’ die Harry Kunne- man oppert is volgens ons zeer toepasselijk.³ Tijdens de bijeenkomsten waar de auteurs van de artikelen spraken, ging het erom een veilige vrijzone te creëren, waarin deze vragen gesteld konden worden. Let wel, als wij zeggen dat voor trage vragen (te) weinig ruimte is, dan bedoelen we zowel ruimte tijdens het gesprek in de behandeling zelf als ruimte tijdens de (institutionele) reflectie daarop.

Het voortgaande gesprek

Veel van deze vragen behoren bij uitstek tot het domein van de filosofie. Van oudsher is er een verbinding tussen psychiatrie en filosofie rondom de vraag ‘wie of wat is de mens?’ In dat licht is in 1988 de Stichting Psychiatrie en Filosofie opgericht om de kritische uitwisseling van gedachten op het snijvlak van psychiatrie en filosofie te faciliteren.⁴

¹ Wij wijzen u graag op de website van de Werkplaats, www.herstelondersteuning.nl.

² Jaap van Weeghel, Catherine van Zelst, Dienke Boertien en Ilanit Hasson-Ohayon, ‘Conceptualizations, assessments and implications of personal recovery in mental illness: A scoping review of systematic reviews and meta-analyses’. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, under review.

³ Zie voor een toegankelijke introductie Denise Robbesom, *De woorden van Harry Kunne- man: ‘Werken aan trage vragen.’* Leusden: ISVW Uitgevers, 2017.

⁴ Wij wijzen u graag op de website van de Stichting, www.psychiatrieenfilosofie.nl.

Om samen wat langer stil te kunnen staan bij dergelijke aan herstel gerelateerde vragen, hebben de Werkplaats Herstelondersteuning en de Stichting Psychiatrie en Filosofie het initiatief genomen voor een reeks lezingen over herstel en filosofie. Met deze lezingen beogen we de ontwikkeling van herstelondersteunende zorg en het gesprek over zingeving, spiritualiteit en de betekenis van psychische ervaringen met nieuwe perspectieven en ideeën te voeden.

In de zes bijeenkomsten die daaruit in 2017 en '18 zijn voortgekomen onderzochten telkens twee sprekers het begrip en de praktijk van 'herstel'. Vanuit allerlei filosofische tradities, opvattingen en werkwijzen hielden zij het begrip tegen het licht en gingen met elkaar en de zaal in discussie. In de voorliggende bundel zijn deze elf filosofische lezingen en één literaire voordracht bijeengebracht, op schrift gesteld en bewerkt door Mark Leegsma.

Herstel en filosofie

De lezingen dagen de kennis over herstel en psychiatrisch ziek zijn uit met nieuwe ideeën en inzichten en zetten aan tot nadenken over heersende denkkaders die onze opvattingen vormen, met name over gezondheid, maatschappelijke verhoudingen en de relatie tussen lichaam en geest. Ze dragen ertoe bij dat we ons open kunnen blijven stellen voor het raadsel van de psyche (en het lichaam!) en dit niet reduceren tot vaste verklaringen – 'wij zijn ons brein', 'wij zijn sociale wezens' – maar vragen blijven stellen. Vragen die ons helpen om open te blijven voor het unieke individu dat ieder van ons is, maar niet minder om dat begrip van het 'unieke individu' zelf te bevragen. Het stellen van de goede vragen is een kunst. De filosofie als de wetenschap die het geheel van het menselijk leven en de ervaring bevraagt biedt handvatten om deze vragen te stellen, van mogelijke antwoorden te voorzien en vervolgens weer nieuwe vragen op te werpen.

Het soort van filosofie dat hiervoor het meest gepast is, is de *fenomenologie* in de brede zin des woords. Dat wil zeggen, het gaat in de bijdragen aan de bundel om het bevragen en het uitdrukken van een veelheid aan menselijke ervaringen, alsmede het zich verwonderen over en reflecteren op deze ervaringen. Deze nadruk op ervaring, het onbevooroordeeld onderzoeken en analyseren van wat er nu precies gebeurt in de ervaring, is precies het onderwerp en de benaderingswijze van de filosofische discipline die bekend staat als fenomenologie.

Vanuit de verwondering over en openheid voor de grote verscheidenheid en onbepaaldheid van menselijke ervaring, komen de lezingen veelal uit bij *existentiële* vragen over het eigen bestaan, de verhouding tot het eigen lichaam, tot de ander, tot de wereld. Deze voor iedereen belangrijke vragen worden bij psychische ontwrichtingen en daaropvolgende pogingen tot herstel vaak zeer actueel:

wie ben ik? en hoe kom ik weer terug bij mijzelf? De lezingen bieden ook ruimte aan het gesprek over *spirituele* ervaringen, dat wil zeggen die ervaringen waarin zich buiten de rationele ordening vanuit de diepte van het bestaan iets aandient. Ook dat kan gebeuren in de waanzin zelf of binnen een proces van herstel. De nadere beschouwing van de ervaringen van ontwrichting en herstel roepen ook vragen op over ons *mensbeeld* en onze *sociale verhoudingen*: wat voor waarden regeren die verhoudingen eigenlijk? Hoe kan ik zijn in een wereld die me deels vertrouwd is maar me soms ook tot ziek makens toe bevreemdt, mij niet eigen is, mij conditioneert? Hoe kunnen we omgaan met dergelijke ervaringen en een balans vinden in het zijn in de wereld? Uiteindelijk blijken *sociaal-politieke* aspecten van herstel eveneens van essentieel belang.

Met de inbreng van telkens weer de persoonlijke ervaringen van ontwrichting en herstel waren de bijeenkomsten niet enkel een academische toepassing van filosofie op herstel, maar werd er vanuit het herstelproces zelf ook gefilosofeerd over herstel. In de lezingen die volgen helpt de filosofie ons om telkens een aspect van herstel onder de loep te nemen en de daarbij vaak zo vanzelfsprekend gehanteerde begrippen die het spreken over herstel met zich meebrengt tegen het licht te houden. Dit geeft daarmee diepgang aan het begrip herstel en helpt om zorgvuldig na te blijven denken over zoiets precairs als een hoogst individueel herstelproces. De bredere ambitie is zonder meer een maatschappelijke context te bieden die ruimte maakt voor individuele ervaringen van betekenis en zin, voor trage vragen. En hopelijk kan het verstaan van herstel qua begrip helpen om gestokte, klemzittende of zelfdestructieve ervaringen te laten ontwikkelen naar dat wat iemand als herstel ervaart.

Juist omdat we dat nooit in algemene termen voor een ander (of voor onszelf!) kunnen benoemen, is het noodzakelijk om niet alleen het *denken* over dat wat zo individueel is te blijven aanscherpen, maar ook om dat telkens weer te verbinden met onze *eigen ervaringen van herstel*. Want alleen vanuit een *doordacht en doorleefd* begrip van herstel kan zoiets hoogst individueels als zin, betekenis of spiritualiteit geleidelijk een plek krijgen in de ontwikkeling van herstelondersteunende zorg, en een plaats in het bredere discours zoals dat in de samenleving wordt gevoerd over de geestelijke gezondheidszorg.

Filosofie en herstel

Wij openen met de vraag waarom filosofie niet alleen helpend maar ook noodzakelijk is om het begrip herstel recht te doen. Tussen de regels door hebben wij daar al verschillende antwoorden op gegeven. Zo moge inmiddels duidelijk zijn dat filosofie als kunst en wetenschap van het vragen stellen kan *helpen* bij het

verwoorden en verkennen van vragen waar iemand zich door een eigen ervaring mee geconfronteerd ziet. Als hulp bij herstel lijkt filosofie ons al van grote waarde. Toch komen we niet zelden aarzeling tegen als het gaat om filosofie in de hulpverlening: ‘Moet dat nou?’ Wij delen die aarzeling als filosofie wordt geassocieerd met het opdringen van stoffig academisme, vergezochte stellingen en ondoordringbare vaktaal. Staat zulke opdringerigheid tenslotte niet haaks op herstel? Daarom vinden we het cruciaal om expliciet te maken waarom herstel *noodzakelijk* in de zin van *vanzelf* filosofisch wordt. Deels zullen we daarmee herhalen wat we reeds hebben gezegd, maar in die herhaling verruilen we een perspectief op herstel en filosofie voor een perspectief *vanuit* filosofie en herstel.

Volgens ons laat de noodzaak van het verband zich van twee kanten bekijken die wel met elkaar samenhangen maar ook hun eigen betekenis hebben. Er is aan de ene kant het denken over het *begrip* herstel. Willen we dat begrip recht doen, dan ontkomen we er niet aan telkens opnieuw de bestaande en vaak voor lief genomen begrippen – in ggz, psychiatrie en de herstelbeweging zelf – tussen haakjes te zetten en te onderzoeken. Sterker nog, wij moeten dan nadenken over wat het betekent om zaken op begrip te brengen, te categoriseren of te diagnosticeren als zodanig. Die ‘buitenpositie’, om te reflecteren op hoe we überhaupt met begrippen omgaan, neemt de filosofie in. Denken over het begrip herstel wordt daarmee filosofisch denken. Maar let wel: de complexiteit van de filosofie ligt erin, dat je vanuit die buitenpositie geen claim kan leggen op autoriteit, een beter weten, een diepere kennis.

De andere kant van de noodzaak heeft alles te maken met wat herstel *zelf* betekent, namelijk eigen ervaringen van angstige, depressieve, psychotische en anderszins in psychische nood verkerende mensen recht doen. De vraag hoe je dat doet is van een andere orde dan die naar het juiste protocol. Want hoe kunnen we nadenken over iemands eigen ervaring zonder termen van buiten te importeren? Hoe benader je die eigenheid zonder haar kwijt te raken achter woorden die haar niet per se eigen zijn? Is dat überhaupt mogelijk? Juist wanneer het onmogelijk lijkt om woorden van betekenis te vinden, wordt de vraag hoe de eigen ervaring recht kan worden gedaan filosofisch.

Vooruitblik

Filosoof, ervaringsdeskundige, secretaris van de Stichting Psychiatrie en Filosofie en mede-initiatiefnemer tot de lezingenreeks *Wouter Kusters* mag het spits afbijten. Gezien zijn palmares valt daar wat voor te zeggen. In zijn bijdrage stelt Kusters de ‘drie’ van het heersende bio-psycho-socio-model in psychiatrie en ggz ter discussie en oppert hij dat herstel zich wel eens zou kunnen onderschei-

den door een ‘waaninnig vierde element’ dat in de drie altijd al is voorondersteld maar telkens opnieuw wordt vergeten.

Na Kusters is het de beurt aan *Dienke Boertien*, stafmedewerker ‘Herstel en ervaringsdeskundigheid’ van Kenniscentrum Phrenos en mede-initiatiefnemer tot de lezingenreeks. Boertien speurt na hoe een ontwrichtende ervaring in haar eigen leven haar op het spoor zette van zin, ziel en spiritualiteit. Dit spoor is niet alleen een mystiek ervaren-van, maar ook een filosofisch denken-over, zo blijkt uit haar verslag. Dat leidt ertoe dat Boertien haar betoog afsluit met een theoretische en toch niet minder persoonlijke reflectie op ‘Open Dialogue’ als leidraad voor de praktijk van herstel.

Boertien steekt niet onder stoelen of banken dat het werk van filosoof *Gerard Visser* een grote rol heeft gespeeld in haar denken en, zo je wilt, herstel. Wiens bijdrage kan daarom beter volgen dan die van Visser zelf? De filosoof die in het Nederlands taalgebied een grote en grootse bijdrage heeft geleverd aan het denken van ‘gelatenheid’ wendt dat denken in zijn bijdrage aan om te reflecteren op Patricia Deegans tekst ‘Ik ben geen psychiatrische ziekte!’ Wat Visser zo naar voren laat komen is een visie op herstel als ‘erkenning van de zielsdimensie’.

Psychoanalyticus en emeritus hoogleraar Wijsgerige antropologie aan de KU Leuven *Paul Moyaert* levert een bijdrage die geënt is op klinische ervaringen met waanzin in een van zijn meest resistente en persistente vormen: schizofrenie. Wat Moyaert hekelt is de psychiatrische praktijk die schizofrenie louter typeert en diagnosticeert in termen van wat daarin níét kan, waarachter verdwijnt wat de specifieke schizofrene ‘problematiek’ wél is. Als we voor dat laatste meer oog krijgen, betoogt Moyaert, dan komt een wellicht verrassende, andere kijk op herstel in zicht, namelijk als gezondheid *in* de waanzin.

Age Niels Holstein is, behalve mede-oprichter van de Ivvonne van de Ven Stichting en 113 Zelfmoordpreventie, literatuurwetenschapper, schrijver en ervaringsdeskundige. In zijn bijdrage reflecteert Holstein op betekenis in psychose en stelt hij vast dat er in de wetenschappelijke psychologie en psychiatrie amper systematisch over betekenis wordt nagedacht. Hij verbindt eigen psychotische en depressieve ervaringen met de literatuurwetenschap en stelt zo een psychologische betekenisstheorie voor waarmee, zo hoopt hij, meer recht kan worden gedaan aan de rol van (afwijkende) betekenis in waanzin en herstel.

Dan is het tijd voor een literair intermezzo. *Wouter Kusters*, die geen introductie meer behoeft, kwam twee keer als spreker in actie tijdens de lezingenreeks, de eerste keer met een filosofische lezing (zie hierboven), de tweede keer met een aangepast fragment uit *Filosofie van de waanzin* (Lemniscaat, 2014) over Wim Maljaars. In dit fragment kruipt Kusters in de huid van Maljaars, die hij overi-

gens niet persoonlijk kende, om literair verslag ‘van binnenuit’ te doen van een avond en een reis die uitmonden in acute waanzin en opname.

Ook *Rob Sips* is zowel filosoof als ervaringsdeskundige en werkt op het moment van schrijven aan de KU Leuven aan een proefschrift, waar hij in zijn lezing een voorproefje van geeft. Sips onderzoekt in het verlengde van de zogeheten 4^E beweging in filosofie en psychiatrie wat het betekent dat wij ‘in de wereld’ en ‘uit ons hoofd’ zijn. Met het idee dat ons bestaan in de wereld berust op het bouwen van belichaamde, sociale en materiële ‘stellingen’ reflecteert Sips vervolgens op wat er specifiek misgaat in een psychose. Dat brengt hem ertoe om herstel te begrijpen als het (her)bouwen van stellingen, maar niet alleen dat: herstel gaat er ook om een nieuwe verhouding tot het stellingbouwen zelf aan te gaan, een ‘ethische zelfverhouding’.

Op het moment dat hij zijn lezing gaf, was ook psycholoog en filosoof *Bert van den Bergh* nog promovendus, maar hij heeft zijn proefschrift ondertussen met succes aan de EUR verdedigd. Van den Bergh put in zijn lezing rijkelijk uit de daarin vergaarde inzichten in wat sinds het gelijknamige boek van Trudy Dehue de ‘depressie-epidemie’ heet. Het isolement dat de DSM als bijkomend symptoom beschouwt, is voor Van den Bergh juist de kern van depressie als ‘afstemmingsstoornis’. En als het een kwestie van afstemming is, moet ook worden bekeken waarop zou moeten worden afgestemd: een zekere cultuur of *lifestyle* die Van den Bergh niet schuwt te duiden als ‘neoliberaal’.

Van de cultuur stappen we met psycholoog, gezondheidswetenschapper, osteopaat en filosoof *Joeri Calsius* over naar het lichaam. Calsius betoogt dat het lichaam de rol heeft om onbewust affecten te reguleren waarvan wij de spanning niet bewust kunnen oplossen. Met zulke ‘psychosomatische’ symptomen ontstaat een ‘spierpantser’ dat, omdat en zolang de functie ervan onbewust blijft, wordt ervaren als een ‘lichaam dat moeilijk doet’, zowel door de patiënt als de therapeut. Herstel van zo’n moeilijk doend lichaam, bepleit Calsius, vergt bovenal tijd.

In haar bijdrage schenkt *Sanne van Driel*, filosoof en ervaringsdeskundige, eveneens aandacht aan het lichaam, maar dan als beginpunt van een lichamelijke stemming die in de fenomenologische zin des woords een wereld voor ons ontsluit. Vanuit dat gegeven vraagt Van Driel zich af wat het betekent om géén wereld te hebben, een gevoel dat zich in depressie opdringt. Is dat gevoel louter de depressie die spreekt, zonder waarheidswaarde? Of zegt het wel degelijk iets waars over de wereld zelf? Van Driel denkt het tweede en bepleit met name dat herstel de ongelijkheid van lichamen in de wereld serieus en zelfs politiek op moeten vatten.

Filosoof, oprichter van Rotterdam Vakmanstad en kendoka *Henk Oosterling* spreekt zich uit tegen opvattingen van herstel die zijn gebaseerd op definities van gezondheid (zoals die van de Wereldgezondheidsorganisatie) als ‘compleet welzijn’. Niemand is compleet, wat betekent dat iedereen volgens zulke definities ziek is. In plaats daarvan werkt Oosterling een idee van ‘integrale gezondheid’ uit dat recht doet aan de genetwerkte en gemediatiseerde samenleving waar we vandaag in leven. Als herstel voor integrale gezondheid al iets betekent volgens Oosterling, dan niet het repareren van een oorspronkelijke heelheid, maar een ‘alertheid’ als reflexieve verhouding tot fysieke, sociale en mentale uitdagingen.

In de laatste bijdrage aan deze bundel wil filosoof en ervaringsdeskundige *Awee Prins* het idioom van de psychiatrie en ook dat van de herstelbeweging zelf ‘loskloppen’. In het woord ‘herstel’ ligt het accent volgens Prins namelijk te sterk op het idee dat mensen altijd beter (kunnen en moeten) worden. De nadruk op ‘beter, beter’ vernauwt en vertekent de ‘broze’ manier waarop wij in de wereld zijn. Dat wordt vooral wrang als in de psychiatrie de ‘onmogelijkheidsdimensie’ van de menselijke existentie niet wordt herkend en mensen die wanhopig aan de afgrond staan niet de ‘bijstand’ krijgen waar ze om vragen, maar pillen. De psychiater zelf moet meer ervaringsdeskundig worden, vindt Prins, en naast de klinische vaardigheden moet er ruimte worden losgeklopt voor ‘existentiële professionaliteit’.

Filosoof en psycholoog *Mark Leegsma* geeft in zijn rol van eindredacteur van de bundel een beschouwelijk nawoord. In plaats van een definitief overzicht te bieden, herneemt Leegsma de vraag die hierboven in de inleiding is gesteld: waarom horen herstel en filosofie nou bij elkaar, vooral in het onderzoeken van de ‘eigen ervaring vanuit die ervaring’? Waar hij door de bijdragen van alle auteurs heen op uitkomt is een fenomenologische ‘les van meerstemmigheid’: meerstemmige ervaring is niet gestoord of ziek, elke en alle ervaring *is* in de grond meerstemmig. ‘Alle stemmen horen’ luidt daarom Leegsma’s opdracht achteraf, zowel met betrekking tot het koor van stemmen dat deze bundel vormt als voor een duiding van filosoferend herstellen zelf.