

Juryrapport

Beste mensen,

Het moment is aangebroken dat wij de Van Helsdingenprijs gaan uitreiken. Over een half uur zullen we tot de werkelijke uitreiking overgaan. Ik zal nu eerst u iets vertellen over deze prijs, en ons verslag over de prijsvraag en de ingezonden essays presenteren.

De Stichting Psychiatrie en Filosofie is in 1988 opgericht door Rene van Helsdingen, hier ook aanwezig in de zaal, en de Stichting heeft als doel om het onderzoek op het grensgebied tussen psychiatrie en filosofie te bevorderen. Dit probeerde de Stichting de afgelopen twintig jaar te bewerkstelligen door iedere twee jaar de Van Helsdingenprijs uit te reiken aan het beste essay over een steeds wisselend thema. Zo hebben we al bij al 18 prijzen gegeven, naast enkele malen de hoofdprijs ook meerdere malen aanmoedigingsprijzen.

Na een traditie van 20 jaar Van Helsdingenprijs hebben we besloten vanaf dit jaar de opzet van de wedstrijd te veranderen. Voortaan zijn er twee soorten prijsvragen. Allereerst is er de studentenprijsvraag. Deze houden we voortaan ieder jaar rondom één specifiek thema, en deze hebben we dit jaar voor het eerst gehouden. Hierover zo dadelijk meer.

Naast de studentenprijsvraag hebben we ook een algemene prijsvraag ingesteld. Deze verschilt van de studentenprijsvraag op drie belangrijke punten: Ten eerste staat zij open voor iedereen, jong en oud, student, psychiater of hoogleraar. Ten tweede mogen voor deze algemene prijsvraag de inzendingen veel omvangrijker zijn. Ten derde heeft deze prijsvraag geen vastgesteld thema, als het ingezonden werk maar over psychiatrie en filosofie gaat. Het is eenvoudiger om aan deze prijsvraag mee te doen, u hoeft geen student te zijn en niet over een vastgesteld onderwerp te schrijven. Echter, de concurrentie is ook groter. Deze prijsvraag staat namelijk ook open voor proefschriften en levenswerken van hooggeleerde psychiaters en filosofen. Deze prijsvraag zullen we volgend voorjaar houden, en meer informatie hierover vindt u komende tijd in onze nieuwsbrief en op onze site. Na deze algemene prijsvraag in de eerste helft van 2012 zullen we in het najaar van 2012 opnieuw een studentenprijsvraag houden, ook daarover later meer.

Maar nu over naar de prijsvraag van dit jaar. We hebben studenten en psychiaters in opleiding meer dan een half jaar lang de gelegenheid gegeven om essays in te sturen over het thema angst in de psychiatrie en de filosofie. Ze konden daarmee een prijs winnen van 2.500 euro. Wij dachten dat dit wel een stroom aan essays zou genereren. Desalniettemin hebben we uiteindelijk slechts zeven inzendingen binnengekregen. Wij begrijpen niet waarom het er zo weinig zijn geworden. We hebben geprobeerd de drempel voor inzending van essays laag te houden, en soepel om te gaan met alle criteria en eisen. Was de beloning soms te laag? Is het thema of het hele gebied van psychiatrie en filosofie niet interessant genoeg? Of hebben wij niet genoeg publiciteit gemaakt? Uiteraard gaan we proberen volgend jaar meer inzendingen te krijgen.

Hoewel het aantal essays laag was, was de kwaliteit van de essays hoog. De inzenders hebben duidelijk en helder geschreven, en wisten boeiende en relevante verhalen te schrijven. Geen een essay was slecht, en het was moeilijk voor ons om een winnaar aan te wijzen. Ieder essay had wel bepaalde sterke punten, waardoor het beter was dan een ander. Ieder essay had ook

wel zwakke punten waardoor we het hadden kunnen afwijzen. Uiteindelijk hebben we op basis van de inhoud van de essays besloten om twee essays te belonen met een gedeelde prijs. Ik moet daarbij opmerken dat beide winnaars formele tekortkomingen hebben. De ene winnaar is namelijk niet een typische student, zoals wij die voor ogen hadden, maar eerder een oudere jongere met al uitgebreide buiten-studentikoze ervaring in de GGZ. De andere prijswinnaar heeft als formele tekortkoming dat ze te laat was met de inzending. Afgezien van deze formele criteria zijn de twee winnende essays ten aanzien van het angstthema duidelijk beter dan de andere essays.

Ik zal nu eerst kort in alfabetische volgorde drie essays bespreken die het niet hebben gehaald. Van de zeven inzenders hebben we namelijk de inzender van een proefschrift geadviseerd het werk terug te trekken, omdat het de perken van het essay te buiten ging. Van de overige vier verliezers was er een zo kwaad over de uitslag dat hij niet in ons juryrapport wilde worden opgenomen. Daarom nu drie verslagen van de drie essays die geen prijs kregen. U kunt deze essays op onze site terugvinden.

Rosalie de Wildt. In de spreekkamer; over de twee bronnen van angst aan de hand van Henri Bergson.

Zoals de titel al zegt wil Rosalie de Wildt in dit essay een analyse geven van de ontmoeting tussen een psychiater en iemand die hulp zoekt vanwege onbestemde angsten. Het essay begint met een mooie situatieschets van de ik-persoon, die in de spreekkamer van een psychiater is beland. Al snel gaat het essay in een andere versnelling en wordt het een bevlogen tekst over de Franse filosoof uit het begin van de twintigste eeuw, Henri Bergson. Net als Bergson zelf gebruikt De Wildt veel aansprekende beelden en metaforen om haar betoog kracht bij te zetten.

De schrijfster geeft een uitgebreid en helder overzicht van Bergsons visie op de menselijke ervaring. Bij Bergson gaat het steeds om een naast elkaar bestaan en een elkaar beïnvloeden van twee basale ervaringen of concepten: kloktijd versus geleefde tijd, exacte wetenschap versus intuïtief begrijpen, geslotenheid versus openheid. Ons bewustzijn kan zich concentreren op het meten en vastleggen van alle indrukken die ons bereiken, dat is steeds het eerste aspect. De wereld om ons heen wordt daarmee beheerst en berekenbaar gemaakt. Daartegenover kunnen we ons ook laten bevangen door de voortdurende verandering binnen de directe ervaring. De wereld wordt dan allereerst ervaren. In deze vorm van ervaring doet tijd zich niet voor als iets dat je kunt meten of controleren, maar als iets dat stroomt.

Volgens De Wildt zouden we angst kunnen begrijpen als een doorschieten in één van de twee polen van de ervaring. Allereerst zou angst ontstaan doordat we de wereld alleen tegemoet treden met een berekenende houding, en we te weinig contact met de directe ervaring krijgen. Dit leidt volgens De Wildt tot spanning en tot een angstig verlangen de cocon van het analytische ontleden van indrukken te doorbreken. Anderzijds zou teveel direct contact met de voortdurende stroom van veranderende indrukken ook leiden tot angst om overspoeld te worden. Kortom, wat nodig is, is harmonie tussen de twee polen.

De Wildt schrijft vlot en aansprekend, en het geheel leest lekker weg. Echter, de analyse van angst komt er wat bekaaid af. Het wordt niet duidelijk waarom het extreme geval van teveel prikkels tot angst zou leiden, en niet bijvoorbeeld tot manie. En het omgekeerde, waarom zou teveel berekening tot angst leiden, waarom niet tot bijvoorbeeld dwangmatigheid? Hierdoor blijft het essay een sympathiek bevlogen oproep om Bergson te lezen, maar is het te weinig

relevant voor psychiatrie in het algemeen en voor het verschijnsel angst in het bijzonder.

Arjan Lelivelt Willens en wetens. Tragiëk en ethiek in de psychosynthese praktijk.

Willens en Wetens is een wonderbaarlijk mooi en helder geschreven essay, waarin vele diverssoortige zaken aan de orde komen en interessant behandeld worden, zonder dat daarbij de grote lijn in het geheel ontbreekt. Het is geschreven als bachelorscriptie in het kader van de opleiding van het Instituut voor Psychosynthese. Dit instituut leidt op tot begeleider en coach bij zingevingsproblemen en existentiële vragen.

Ten grondslag aan deze scriptie, en eigenlijk aan Lelivelts hele opleiding ligt een bijzondere ervaring van de auteur zelf, die hij uitvoerig beschrijft in het essay. Ongeveer dertien jaar geleden beleefde Lelivelt een periode die moeilijk te omschrijven is zonder deze al impliciet te beoordelen. Je zou kunnen zeggen dat Lelivelt ervaringen van openbaring had, of intense betekenisvolle belevissen meemaakte, of een spirituele doorbraak had en een persoonlijke transformatie onderging. In ieder geval noemde een ingeroepen psychiater het psychotische decompensatie. Echter, ondanks de aanwezigheid van de psychiater wist Lelivelt gevrijwaard te blijven van de afstompende werking van anti-psychotica, en zich ook te distantieren van de daarbij behorende stigmatiseringen in medische termen van symptomen en ziektebeelden. De bijzondere ervaringen van Lelivelt uit die tijd werden deels opgeroepen door een kennismaking met de psychosynthese. Het leuke en paradoxale aan dit essay is dat dezelfde instantie, de psychosynthese, die de schrijver in de poel van de zwevende ervaring duwde, ook gebruikt wordt om die poel achteraf te verhelderen.

Lelivelt stelt de vraag: hoe ver mag de psychosynthetische therapeut eigenlijk gaan bij de begeleiding van een persoon in crisis? Als we enerzijds propageren dat mensen hun vleugels uitslaan om zich te ontwikkelen en zichzelf en de wereld te ontdekken, hoe bepalen we dan wanneer iemand te hoog vliegt? Of om - net als de auteur - in termen van Icarus te spreken, wanneer komt iemand te dicht bij het licht? In hoeverre mag iemand afwijken van de gangbare moraal?

Met deze vragen stoot Lelivelt door naar kernvragen van de wijsgerige antropologie, de ethiek en de moraalkritiek: wat is de mens, wat is het streven van de mens, en hoe kunnen mensen zich tot elkaar verhouden? Ondanks deze grote vragen verzandt Lelivelt niet in grote woorden of in grote gebaren. Hij gebruikt weliswaar Nietzsche, maar niet om als een eenzame wolf de kudde veilig vanaf een heuvel gade te slaan, maar om zijn eigen positie en zijn eigen overwegingen en beweegredenen van ironisch en scherp commentaar te voorzien. Ook de andere auteurs zoals Kierkegaard en Jaspers manifesteren zich eerder in de bondige stijl dan in de argumentatie. Niet alleen de stijl van het essay is schitterend, maar ook de manier waarop de grote thema's in de tekst met elkaar verweven zijn. Het gaat in dit essay om hoofdzaken: het onderscheid tussen normaliteit en pathologie, tussen spirituele ervaringen en psychose, tussen betekenisgeving en betekenisontvangst, tussen autonomie en overgave, tussen angst voor het onbekende en verlangen naar het oneindige. Deze spanningsvelden worden geanalyseerd en becommentarieerd, maar niet opgelost. Dit strookt met de sympathieke invalshoek van de psychosynthese, volgens welke het leven vol zit met antinomien oftewel onoplosbare tegenstellingen. De grondgedachte van de psychosynthese luidt dat het een zaak is om die tegenstellingen niet te negeren, maar te gebruiken in een dialectisch proces van zelfontwikkeling naar hogere synthese. Hoewel het soms spiritueel-metafysische hoogvliegerij lijkt, staan er ook twee concrete casussen in dit stuk, die het essay rondmaken. Een aan het begin, namelijk de merkwaardige belevissen van auteur en hoofdpersoon zelf. En één als synthese aan het slot. De auteur is dan inmiddels van gevallen Icarus getransformeerd tot spiritueel raadgever van mensen met verwante

existentiele en spirituele worstelingen.

Ondanks al deze lof toch geen prijs voor dit essay. Eenvoudigweg omdat het nauwelijks over angst gaat. De jury heeft desalniettemin genoten van dit werk, en hoopt bij een andere gelegenheid nog meer van de schrijver te horen.

Henricus Fransen, Alexander Rijnbergen: Het pad tussen Angst en authenticiteit; Over existentie, zingeving en de pathologische werking van Angst.

De auteurs van dit filosofisch goed geïnformeerde essay zijn een pas afgestudeerde filosoof en een geneeskunde student. Zij proberen in dit stuk het begrip angststoornis uit de DSM te relateren aan de existentiële Angst, zoals die opdoemt bij filosofen als Kierkegaard en Heidegger.

Daartoe geven ze allereerst een uitgebreide, heldere hoewel soms wat schoolse uiteenzetting en uitwerking van enkele filosofische angstconcepten. Dit filosofisch gedeelte is het beste en het meest omvangrijke deel van het essay. Het vormt een fascinerende erudiete uitleg van Kierkegaard en Heideggers angstconcepten, waarbij noties uit “Sein und Zeit” vakkundig worden verhelderd. Na dit eerste deel drijft de tekst weg naar algemene filosofische cultuurbeschouwingen, over de negentiende eeuw, de Romantiek, Schopenhauer, Nietzsche, het ontstaan van het idee van authenticiteit, het onbewuste, de subjectieve ervaring en wat niet al, zonder dat duidelijk wordt hoe dit relevant is voor angst in de psychiatrie.

Daarna proberen de auteurs een synthese te forceren tussen de angst van de existentialisten met de term angst zoals die in de DSM een rol speelt. Die synthese slaagt uiteraard niet: in de DSM blijkt angst als iets negatiefs te worden beschouwd, terwijl het volgens Kierkegaard en Heidegger bij het leven hoort, en misschien zelfs het leven tot authentiek leven maakt. De auteurs komen tot een opvatting waarin er enerzijds echte filosofische leefbare angst is. Dat is de ontologische angst van Heidegger en de zijnen. Anderzijds is er een zogenaamde “pathologische werking van deze zelfde Angst op het lichamelijke vlak”. Deze zou een belemmering zijn van de fundamentele mogelijkheid om voor een authentiek leven te kiezen. Bij deze laatste zou de psychiatrie moeten ingrijpen, om de persoon terug te leiden naar een leven met enkel Heideggeriaanse Angst.

Aan dit essay kleven enkele bezwaren, waardoor dit essay geen prijs heeft gekregen. Allereerst nemen de auteurs klakkeloos de ideeën van Kierkegaard en met name Heidegger over. Die typisch existentialistische stap om de menselijke vrijheid, het bestaan en de horizon van de dood te verbinden met angst met een hoofdletter A, is niet onomstreden, en zou niet als onbecommentarierde filosofische leerstelling als vanzelfsprekendheid in de psychiatrie moeten worden ingevoerd.

Een zwaarder wegend bezwaar is dat de psychopathologie van de angst zo beperkt wordt beschouwd. In plaats van te onderzoeken wat in de praktijk angst nu pathologisch maakt (bijvoorbeeld, het verschuiven naar vrees, het vermijden, het verdringen, het ontvluchten, etcetera) gaan ze naar een conceptuele studie van de DSM waar ze tot hun verbazing niets van Heideggers Angst aantreffen. Daardoor kunnen de auteurs angst niet plaatsen binnen de psychiatrie, en komen ze ondanks hun voornemen niet tot een synthese van psychiatrie en filosofie. Daarom ook geen prijs.

Dan nu de twee winnende essays:

Allereerst het essay van **Dick Kleinlugtenbelt: Angst, ethisch beschouwd.**

Dit essay is een prachtig en indringend verslag van een groeps gesprek dat Kleinlugtenbelt begeleidde. De groep bestond uit mensen met een familielid, meestal een zoon of een dochter, die in de psychiatrie verblijft of verbleef. In dit gesprek gaat het over angst en het loslaten van angst. Twee ouders bespreken met de andere groepsdeelnemers de angst van hun dochter en hoe ze daar zelf mee omgaan. Hun dochter kwam thuis van haar werk en belde s avonds zeven keer haar moeder op om te praten over haar angst om vergiftigd te zijn en te sterven die nacht doordat ze een stofje onderweg op de fiets had ingeademd. De moeder is betrokken bij haar dochter, ze is bang dat haar dochter weer belandt in psychotische toestanden, en leeft mee met de zorgen van haar dochter. Maar hoe ver kan je gaan in het medeleven en de bezorgdheid? Moet je op zo'n moment naar je dochter toe? De moeder deed dit niet, en probeerde de angst van haar dochter 'los te laten', maar hoe doe je dat, zoiets loslaten? En wat is het beste om in het telefoongesprek op zo'n moment tegen je dochter te zeggen? Moet je de angst sussen, het reele of irreële karakter van de angst bespreken, of de angst analyseren en andere gebeurtenissen van die dag bespreken? De moeder heeft zelf ook angst, angst om haar dochter los te laten in de eenzaamheid van de doodsangst. De moeder slaapt de hele nacht niet uit bezorgdheid. Toch is dat een andere angst, het is de vrees waar we vandaag al zoveel over gehoord hebben. Maar de moeder kent de angst zelf ook: aan het eind van het groeps gesprek vertelt ze over haar eigen manier om met angst om te gaan, namelijk door zich vast te houden aan praktische leefregels, die je als een soort mantra tegen jezelf kan herhalen. Vroeger had ze ook angst, maar door leefregels te ontwikkelen en in haar levenswijze op te nemen kwam ze door de angst heen. Zelf is ze door de angst gevormd, en juist daardoor in staat haar dochter ook te vormen.

Dat soort praktische vragen en verhalen zijn aan de orde in het groeps gesprek. De deelnemers praten en discussieren erover, en wij als lezers van het verslag zien hoe in een goed geleid groeps gesprek veel praktische wijsheden over het omgaan met angst bovenkomen. Psychiatrie gaat hier over meer dan de vraag welke medicijnen het beste tegen angst zouden werken, of in welk hersendeel angst zou plaatsvinden. Het gaat hier om het toelaten, inleven en ook weer loslaten van echte angst. De filosofie in dit essay is in dit essay meer dan het bespreken en becommentarieren van tekstinterne vraagstukken van Heidegger of Kierkegaard. Het is een wijs filosofisch doorleefd commentaar van Kleinlugtenbelt op het gesprek.

Kleinlugtenbelts essay is dan ook veel meer dan een feitelijk verslag van een groepsbijeenkomst. In het commentaar van de auteur komen schijnbaar achteloos alle grote psychologische en filosofische vraagstukken en theorieën over angst aan bod. Het gaat over objectloze Angst met een hoofdletter A. Angst die je keel dichtknijpt en je van de normale gedeelde mensen-wereld afsmijt. Angst als isolerend en individueel fenomeen. Maar het gaat tegelijk over angst als sociaal en besmettelijk fenomeen. Angst die wordt beïnvloed en vormgegeven door de manier waarop erover gesproken en gezwegen wordt.

Kleinlugtenbelt is erin geslaagd in een kort essay het belang te laten zien van filosofische ideeën en reflectie voor zowel alledaagse problemen, als voor zware psychopathologie. Kleinlugtenbelts essay leest licht, hoewel het onderwerp eigenlijk zwaar is. De tekst geeft blijk van een open ontvankelijk impressionisme, en getuigt in haar woordgebruik en weglatingen van een subtiel expressionisme. De tekst lijkt het gesprek op de voet te volgen, maar tegelijk volgt het commentaar van de schrijver de narratieve logica die voortkomt uit iedere confrontatie met angst, van Heidegger tot Kierkegaard en Aristoteles. Wel vond de jury dat bij deze verhalende manier van schrijven de klassieke filosofische argumentatie om een positie te verdedigen wat ondergesneeuwd bleef.

Desalniettemin vindt de jury dat dit winnende essay het beste verenigt van twee werelden. Het is een tekst die de praktijk van de psychiatrie op een hoger plan brengt door wijsgerige reflectie op de subtiliteiten en complexiteiten van angst in een gewoon groepsgesprek. En tevens is het een tekst die de boekenwijsheid van de filosoof confronteert met de rijkdom van de praktijk. Kortom, wij zijn verheugd dat we dit essay kunnen belonen, en we hopen erop dat heel veel mensen dit gaan lezen, zowel in de geestelijke gezondheidszorg, in de filosofie als daarbuiten.

Josephine Lenssen: Een fenomenologische topografie van de angst

Net zo als het essay van Kleinlugtenbelt, gaat ook het essay van de andere prijswinnaar, Josephine Lenssen, over angst in de filosofie en de psychiatrie. En net als de andere winnaar is het haar ook gelukt om filosofie en psychiatrie met elkaar te doen verweven, zonder daarbij de alledaagse praktijk van angst te vergeten. Ook in Lenssens essay komen meerdere beschrijvingen van ervaringsdeskundigen op het gebied van de angst voorbij. Maar daar houden de overeenkomsten dan ook mee op.

Lenssens essay is een gedurfde poging om een positie in te nemen in het moderne wetenschappelijke grensgebied van psychiatrie en filosofie. Ze poneert een stelling en verdedigt deze stelling op verschillende niveaus en met behulp van en in discussie met verschillende theorieën van psychiaters en filosofen. De jury moet bekennen dat ze het stuk van Lenssen meerdere malen moest lezen voor ze begreep wat nu precies de stelling was en wat de de hoofdlijn en het doel van het essay waren. Dat de jury haar stuk meerdere malen las, zien we overigens als een van de sterke kanten van deze inzending. Het essay prikkelt bij eerste lezing, en dwingt de lezer mee te denken, en mee te beslissen of hij of zij de schrijfster in het betoog wil volgen.

De hoofdstelling volgens de jury is in parafrase dat ‘angst niet te reduceren is tot een neurobiologisch proces, en eerder een gegeven is dat in de diepste basisstructuren van ons zijn verweven is.’ Om dit te verdedigen begint het essay met een fragment, geschreven vanuit een ik-persoon. Daarna volgen nog enkele citaten van bekende autobiografieën van angstige en psychotische mensen. Lenssen benadrukt de variatie en rijkdom aan verschijnselen in deze eerstepersoonbeschrijvingen; soms gaat het om puur lichamelijke verschijnselen als zweten, soms om een deels lichamenlijk, deels geestelijk verschijnsel als verklemde piekeren, en soms om een zuiver geestelijke angst met een hoofdletter A, zoals bij existentiële angsten. De grote variatie aan angsten kan moeilijk onder een noemer worden gebracht, en we zien de psychopathologie dan ook worstelen, is angst een lichamenlijke emotie, of is het een aspect van het op de buitenwereld gerichte bewustzijn?

Lenssens filosofische oplossing bestaat erin de lichaam/geest-scheiding helemaal op te geven, zonder daarbij de geest te reduceren tot het meetbaar lichamelijke zoals zo vaak gedaan wordt. In plaats daarvan zoekt ze samen met psychiaters en filosofen als Husserl, Ratcliffe en Gerrit Glas naar een domein dat aan die lichaam/geestscheiding voorafgaat. Dit is het zogenaamde existentiële domein. Lenssen zegt in haar conclusie: “Angst is niet simpelweg een sausje wat onder bepaalde omstandigheden over iemands manier van denken wordt gegoten. Het is een existentiële oriëntatie; een kerningrediënt in ons bestaan die alle aspecten tot aan de diepste fundamenten beïnvloedt. Angst kan in zijn extreme vormen een haast onvoorstelbare macht hebben over alle bestaansdomeinen.”

De jury bewondert de manier waarop Lenssen uiteenlopende bronnen raadpleegt, kritisch bespreekt, gebruikt en combineert om zodoende een eigen verhaal te smeden. Het is ook een zeer origineel betoog. Zonder de naam van Heidegger te noemen komt Lenssen tot een eigen uitwerking of psychopathologische vertaling van Heideggers angst. Dit essay is vlot geschreven, maar ook is het in korte tijd geschreven. Ondanks de soms wat rommelige betoogtrant, ziet de jury in dit essay en in de auteur de kracht en het vermogen om in de toekomst verder het grensgebied tussen psychiatrie en filosofie nader te onderzoeken. Ter bevordering daarvan geven wij daarom graag deze prijs aan Josephine Lenssen.