

De kinderpsycholoog. Voor Dida

Don mijn de meeste ouders, anpky don
en existende, in hun ongeschuld beninnen.
Zij kussen, maar mij kussen met van binnen
en wrikken nu dat flêle Theltje krom.

Mij is het al bekend. Ik weet wat woelt
achter de smalle quijw van Piet of blaantje.
Hun kleinste drijtje breng ik op een kaartje
en de verdriening, ik wat het hart soms voelt.

Want aan het rietje van zo'n boekenman
brodit veel, dat 't liidel met kan verdriegen.
Wie mij niet g'loft, mag het aan Bühler vragen.
O, ouders best en woelt er strakken van.

Mu ga ik weer naar Anton. Walden kappje!
Hij ruyt mijn drijtje en hij bijt mij aan.
Die tot - du ga ik 't blindlicht verstaan
en geef hem blindisch mijn doorkrochte blappje.

Hij weent en bukt, maar ik ben oertuigd,
dat hij mij later zegt, "maeneer, 't was goed."
Want het ook komt de klerk, die plijps doet
of de notaris, die weg of de ringes ruyt.

Car niggelt.

Inhoud

De Hoofdredacteur ad interim	Ten Geleide	1
	De Gedichten	3
Kees Hoogduin	De betekenis van de snor bij de beoordeling van het individu.	8
<i>Pg 11 +/m 13 ontbreken in de nummering</i>		
Kees van der Velden	Belangrijk !	ontbreekt
Dick Oudshoorn	<u>Metaforen, Analogieën, Gelijke-</u> <u>nissen.</u>	17
Leen Joele	Gelijkenissen en Vergelijkingen.	24
Kees Hoogduin	Over complicaties bij de behan- deling van dwangneurosen. Een bijdrage vanuit de contaminatie theorie.	28

Omslag: Shakespeare; Carmiggelt, Meijer, Kal, Koenegracht.

Redactie: Kees Hoogduin, Leen Joele, Alfred Lange, Dick Oudshoorn,
Kees van der Velden.

't Is een dun nummer. Hoogduin B.V., normaal goed voor gemiddeld drie onderbouwde, therapieverbeterende bijdragen, beperkt zich nu tot twee, toch wel leuke, grappen. Hij miskent overigens Mijn Snor. De Geïntegreerde Snor, behorende bij de Vanzelfsprekende Baard, kan daarvan noch los gezien, noch gedacht worden. Het is tekenend en verdacht dat Hoogduin (een dwangmatig baardweigeraar) het fenomeen "Baard" slechts behandelt op het niveau van wat hij wil noemen :de gecoupeerde hang-snor. Kees, Kees, is dat wat anderen doen slechts datgene wat jij gecoupeerd hebt? "Geen echte baarddrager"; gaat het er met veeleer om te onderscheiden wie een echte Haardrager is? Is hier geen sprake van -De angst zich te tonen zoals hij is- (De gemankeerde snor; zeg maar haar !).

En dan die Poep; Een Schema misbruiken om eigen triviale problemen in een begrijpelijk kader te plaatsen ! Schande ! Ditzelfde schema wordt gebruikt om de Dwang in de komende decennia een geheel andere betekenis te geven. Dit kan slechts zolang we het Onder Ons houden.

Terzijde: waarom gooit Hoogduin zijn schoenen niet gewoon weg? Hoge duinen vangen veel wind en wie veel reist kan veel verhalen, doch blijft niet vrij van poep. Een bijdrage aan de C.P.N., Centruumpartij of het C.D.A. lijkt me op z'n plaats.

Oudshoorn en Joele reizen niet. Zij houden zich slechts aan de afspraak om het over metaphoren te hebben. Weinig bevrijde types, die twee. Ze komen gewoon niet op het idée ! van een grap. Oudshoorns stuk toont, ook in of juist door de metaphoren, de vriendelijkheid van deze auteur. Uw Hoofdredacteur ad interim voelde zich verwant. Het blijft een hele zorg, die mensen of dat ziekenhuis.

Lange hebben wij niets van gehoord; zelfs geen grap ! Het is dus een dun nummer, temeer omdat juist Lange toch dikwijls op z'n minst een aanzet tot Iets Geweldigs ventileerde in deze periodiek die minder belangrijk werd, doch aan gezelligheid won, het laatste jaar. Niettemin, hartelijk dank voor de geboden gelegenheid om begrip te tonen, juist De Hoofdredacteur weet dat te waarderen.

Velden kondigde telefonisch een Beleids-belangrijk Stuk aan; hij stuurt het separaat toe. De hoofdredactie denkt (althans hoopt) dat dit stuk (dat we nog niet gelezen hebben) een aanzet zal zijn tot, God geve het, een rationele benadering op overheidsniveau van het plaatwerk in de hulpverlening.

Uw hoofdredacteur, tenslotte, heeft zich uitgeleefd in zijn hobby. De omslag wordt gesierd door een volwassen kindertekening: een Gedicht !

't Is na Sinterklaas, maar misschien toch passend: het zijn vijf lievelingsgedichten van Uw Hoofdredacteur ad interim, die hij alle van toepassing acht op zijn eigen hulpverlenende bezigheden. Weest U dus niet beledigd dat u één ervan als omslag aantreft: ze zijn wel op de persoon uitgekozen en op één van zijn (in mijn ogen voorname) karakteristiek in het hulpverlenen).

De mooiste, die ik ook hevig op mezelf van toepassing acht, gaf ik niettemin aan Kees van der Velden. Wie is het die deze club Narcissen bij elkaar houdt ? Precies. Ischa Meijer verwoordt de kern van het narcisme in de therapie, althans voor mij, op een zeer doeltreffende wijze. Van der Velden houdt zich bezig met het verwoorden, namens ons, van wat, inhoudelijk, door de Heren in Den Haag (die van niets weten) eens overwogen zou moeten worden.

U krijgt, als onderdeel van het Ten Geleide, alle gedichten in uw eigen nummer; Tot slot nog het volgende van Omar Khayyam:

De wereld gaat en gaat, als lang na dezen
Mijn roem vergaat, mijn kennis hoog geprezen.
Wij werden voor ons komen niet gemist,
Na onze dood zal het niet anders wezen.

Gelukkige Feestdagen !

Sonnet.

Voor Kees V.

Soms loop ik 's nachts naar het Victorieplein,
 Als kind heb ik daar eenzellige gewoond.
 Aan vaders hand zijn won'te rijn,
 Op moeders schoot te rijn beloond

Om niet. Om niet is het, dat ik hier ga,
 De ritskou in mijn jas laat dringen,
 Alsof de tijd rijk odit zou laten dwingen,
 Terwijl ik verloren in de deuropst sta

Om thuis te komen. En zo simpel is de gang
 Om tot dit moeilijke inzicht te geraken:
 Dat ik geen kind meer ben; dat ik verlang

Naar iemand die nooit kon bestaan:
 Een jongetje dat alles goed zou maken —
 de tijd die stilstond en hem liet begaan.

Jscha Meijer.

Hup Zoetemelk . Voor Freddy L.

Jan Kal, reporter van de Haagse Post:
 „Ik rijd wel eens, als renner uitgedost,
 voor mijn plezier, maar verder zonder hoop,
 als ik weer door een bommet ben gelost.

Toch onderga ik vaak de wedloop
 „Hé Eddy Merckx“, en in mijn levensloop
 hoorde ik ook „Jan Janssen“, „Peter Post“,
 maar nooit „Hup Zoetemelk“. Hoe komt dat, Joop?“

Joop Zoetemelk, coureur van Gan Mercier,
 spook daarop het verbijsterende woord:
 „Nee, van wat ik me zegt erover ik niets.

Ik heb in al die jaren dat ik fiets
 nooit anders dan „Hup Zoetemelk“ gehoord.
 Ze roepen nooit geen „Eddy Merckx“ hoor, nee“.

Jan Kal.

Laat je zoon studeren. Voor Leen J.

Ik ontwette iemand die mij denken leide.
Een ander was waar de je verder stond.

Zo dromde ik diep en in gedachten.
Later viel ik op de grond,

en droomde dat ik heel goed schaatste,
maar tegelijk door blazen heip.

Dejens die mij wakker maakte
wilde beslút niet dat ik ship.

Frank Koenevraacht.

CXXIX . Voor Kees H.

The expense of spirit in a waste of shame
 Is lust in action; and till action, lust
 Is perjur'd, murderous, bloody, full of blame,
 Savage, extreme, rude, cruel, not to trust;
 Enjoy'd no sooner, but despis'd straight;
 Past reason hunted; and no sooner had,
 Past reason hated, as a swallowed bait,
 On purpose laid, to make the taker mad:
 Mad in pursuit, and in possession so;
 Had, having, and in quest to have, extreme;
 A bliss in proof, — and prov'd a very woe;
 Before, a joy propos'd; behind, a dream:

All this the world well knows; yet none knows
 well
 To shun the heaven that leads men to this
 hell.

Shakespeare.

De kinderpsycholoog. Voor Dick O.

Dom mijn de meeste ouders, anepky dom
en egoïstisch, in hun ongeschuld beninnen.
Zij kussen, maar mij kuyken niet van binnen
en wrikken nu dat fêle Theltje brom.

Mij is het al bekend. Ik weet wat wolt
adelen de smalle gijns van Piet of blauntje.
Hun kleinste duiftje breng ik op een kraantje
en de verdrieg, al wat het hart soms voelt.

Want aan het rietje van zo'n boekeman
brocht veel, dat 't lievel niet kan verhoopen.
Wie mij niet g'loft, mag het aan Bühler vragen.
O, ouders best en wordet er strekker van.

Ne ga ik weer naar Antou. Wakker kappe!
Hij krijgt mijn dijnje en hij bijt mij adu.
Die toe - die ga ik 't binnelicht verstaan
en geef hem bliwische mijn doorvrode dit blappe.

Hij weent en bukt, maar ik ben oertuigd,
dat hij mij later zegt, "isener, 't was goed."
Want het was komt de blek, die phijes doet
of de wateris, die weg of de ringers ruigt.

Car niggelt.

OVER DE BETEKENIS VAN DE SNOR BIJ DE BEOORDELING VAN HET INDIVIDU

Kees Hoogduin

1. Inleiding

In de jaren vijftig en zestig bestond er vanuit de psychologie een grote belangstelling voor projectietesten. De ontwikkeling van de psychologie in de richting van een wetenschap hield in dat ook deze testen onderwerp werden van onderzoek. Harde normen waaraan wetenschappelijk onderzoek moest voldoen, werden gehanteerd bij het bestuderen van de projectietesten. Het was spoedig duidelijk dat juist projectietesten moeilijk met een natuurwetenschappelijke benadering te onderzoeken waren. Dit leidde echter niet tot de conclusie dat voor onderzoek van deze testen nieuwe wegen ingeslagen moesten worden. Integendeel, de testen waren dus onbetrouwbaar; de belangstelling voor deze testen nam af. De psycholoog die met deze testen werkte, werd belachelijk. Obsoleet gedoe. Projectietesten waren "uit" geraakt. Schandalig, hoe een wetenschap modieus kan zijn.

Projectietesten bestaan in het algemeen uit het verzamelen van reacties van proefpersonen die gegeven worden naar aanleiding van bijv. inktvlekken, verhaaltjes zonder einde, silhouetten e.d. Deze reacties worden geïnterpreteerd en gescoord met behulp van schalen die ontwikkeld zijn aan de hand van scores op deze testen van "normale" proefpersonen.

Het principe van de test vinden we terug in een spreekwoord: "Zoals de waard is, vertrouwt hij zijn gasten". Ook het gezegde dat baas en hond op elkaar gaan lijken, berust waarschijnlijk op dezelfde grondslag. De baas kiest een hond. Het uiterlijk van de hond weerspiegelt enige innerlijke aspecten van de baas; althans, de baas kiest een hond met kenmerken die hem aanspreken: groot, klein, ruig, wollig, agressief, lui, etc. Naarmate de hond langer bij zijn nieuwe baas is, zal de baas de hond laten knippen, voeren, verzorgen, evt. kleden, waarbij opnieuw enige kenmerken van de baas op de hond overgedragen worden. De kans op verder toenemen van de gelijkenis neemt toe.

In dit artikel wordt geen pleidooi gehouden voor het herwaarderen van projectietesten. Dat wordt aan de bedrijvers van psychologische wetenschap overgelaten. Het zal hier vooral gaan over de betekenis die bepaalde uiterlijke kenmerken van mensen - zoals snorren - kunnen hebben voor onderzoekers die beroepsmatig geïnteresseerd zijn in de persoonlijkheid van die personen.

Anders gezegd: mensen laten zich kennen in hun snor, omdat deze uiterlijkheid slechts een detail is. Een bepaald kapsel, kleding of verzorging kan door sociale klasse of maatschappelijke positie bepaald zijn. De snor kan soms verborgen kanten van de persoonlijkheid openbaren.

2. Een indeling

Dit artikel handelt over de betekenis van de snor in relatie met persoonlijkheidskenmerken. Het had ook kunnen gaan over kapsels, stropdassen of make-up. Veel van wat er over snorren gezegd kan worden, is hierbij evenzeer van toepassing.

De snor is iets extra's; het voegt toe. Een besluit om een snor te laten staan, moet genomen worden. Een adolescent laat aangenaam verrast de eerste snorharen staan. Hij laat zien dat kan wat eerst niet kon. Hij masturbeert, hij is ongehoorzaam, hij laat iets groeien wat misschien niet verfraait, maar wat wel van hem is. Kleding moet soms gedragen worden op gezag van ouders en opvoeders; een snor laten staan, wordt niet bevolen. Een snor geeft een individualisatie aan.

De meeste jongeren houden de snor na enige weken voor gezien: een beginnende snor blijft wat povertjes. Vooral de opmerking na enige weken of maanden volharden in het aankweken "Of hij zich vanochtend vergeten is te scheren" leidt op wat langere termijn tot het afscheren.

Het individu kan ook persoonlijke redenen hebben voor de snor; te noemen zijn:

- de snor moet maskeren; het individu vindt zijn uiterlijk en vooral zijn bovenlip (hazelip, micrognaat) of het gebit niet fraai; de snor wordt gebruikt als gordijn;
- de snor moet versieren; het individu vindt zijn uiterlijk wat saai; de snor verandert dit uiterlijk in positieve zin;
- de snor moet symbolisch weergeven wat in werkelijkheid ontbreekt; de snor komt voor bij mensen en vooral bij mannen; het individu voelt zich geen man; de snor wordt gebruikt om de twijfel over het wel of niet man-zijn enigszins te verminderen;
- de snor is noodzakelijk om erbij te horen; in de groep draagt iedereen een snor; of ruimer gezien: op modieuze gronden worden snorren gedragen;
- de snor is een gevolg van een vergaande identificatie; als voorbeeld

hiervan kan de beroemde Belgische psychotherapeut Theo C. genoemd worden. Theo was een man met een weliswaar niet al te dichte, maar wel zeer warrige baard. Na de stage bij Haley verraste Theo ons met een Haleyaanse snor (zie fig. 2a).

De volgende, veel voorkomende snorbeelden in samenhang met de daarbij behorende persoonlijkheidstrekken, zijn te geven:

1. De wel of niet gepommadeerde snor met krullen

De bezitter van deze snor demonstreert ijdele trekken. De snor kan alleen bestaan bij de gratie van voortdurende aandacht. Steeds moet aan de krul gedacht worden, voor het slapen gaan moeten klemmetjes gezet worden. In Ierland woont een individu met een snor van ongeveer twee meter. Hij draagt deze gekruld. De bezitter heeft er veel voor over om bijzonder te zijn. Voorbeelden zijn: Keizer Wilhelm, de radioloog W., Ted de Braak (milde vorm).

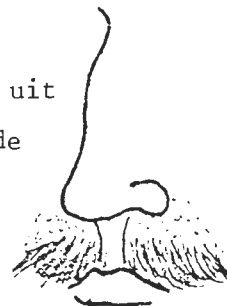


2. De geschoren snor

Deze snor geeft ons opnieuw een aardige blik op de persoonlijkheid van de bezitter. Hij is netjes, zindelijk en vindt een snor eigenlijk vies. Het geeft het uiterlijk een streng en rechtvaardig voorkomen. Het zorgvuldig klein houden van de snor openbaart een benepen karakter; zuinig en burgerlijk.

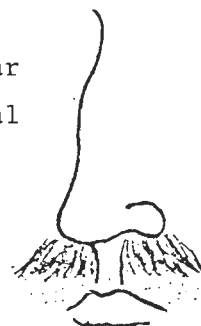
2a. De hooggeschoren snor

De bovenkant wordt weggeschoren, waardoor het snot uit de neus weggepoetst kan worden zonder contact met de snor. Voorbeelden van deze snordragers zijn: J. Haley, Th. Compermolle, maar ook de vader van Jan Wolkers (!).



2b. De laaggeschoren snor

Het individu is mogelijk minder vaak verkouden, maar gebruikt misschien veelvuldig soepen en pap. Meestal te zien bij alloplastisch reagerende individuen. Het kale onderdeel van de bovenlip doet agressief aan; vertoont enige overeenkomst met het optrekken van een bovenlip van een hond.

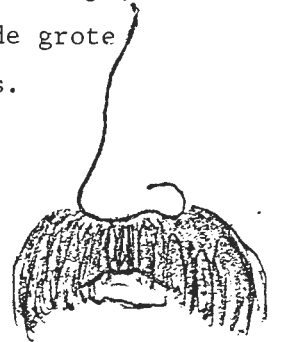


Toch is het dragen van de snor bij deze mensen op te vatten als een

vriendelijk, menselijk trekje. Vergelijk bijv. de agressieve caféklant Jan K. die in het geheim toch maar pedofiel was.

3. De onverzorgde hangsnor

De ruwe mannelijke snor. De bezitter wil de ruwe bonk zijn, maar heeft meestal een klein hartje. De betrokkene wil de grote vrouwenveroveraar zijn, maar dan op de canapé thuis. In feite is het veroveren van zijn eigen vrouw hem vaak te veel. Voorbeelden: jarenlang onder psychotherapeuten in de mode; André van der Louw.



4. De bescheiden snor

Netjes geknipt en bijgehouden. Deze snor treffen we vooral aan bij zeer aangepaste mensen met een vaak groot en bizar fantasieleven. De snor demonstreert dat het individu geen saaie figuur wil zijn. Deze snordrager wordt vaak over het hoofd gezien. Beter is het deze persoon als een zeer belangrijk persoon te behandelen. In een therapeutische setting zal de patient vervolgens uit dank zeer spoedig herstellen. Voorbeelden: de oplichter G, de vader van Jan Wolkers (in combinatie met 2a).



5. De gecoupeerde hangsnor

Deze snor lijkt op de hangsnor van model 3, maar deze snor bevindt zich niet alleen op de bovenlip, maar ook op de wangen en kin. De haren worden kort gehouden. Het gaat hier eigenlijk om een verkapte baarddrager. Hierin zit een belangrijk kenmerk: "geen echte baarddrager": onzekerheid in combinatie met oog voor detail. Voorbeelden: Zuid Amerikaanse revolutionairen, te onderscheiden van Zuid Amerikaanse boeven, die het hangsnor-model dragen. Er gaan geruchten dat de top-therapeut K. vroeger een dergelijke snor droeg.



6. De kunstzinnige snor

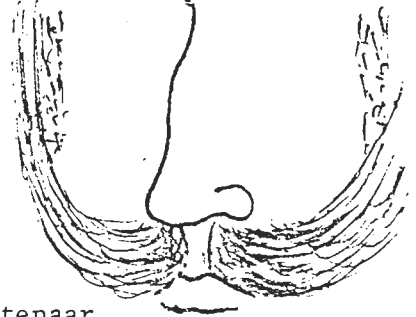
Er zijn individuen die met de snor uitdrukking willen geven aan een bij hen aanwezige veronderstelde kunstzinnige aard.

Uit het eerder betoogde zal duidelijk zijn dat hij ons daarmee iets anders toont, nl. dat hij iets wil tonen.

Hij is bang dat anderen zullen zien wat hem helaas al te duidelijk is: hij twijfelt aan zijn kunstzinnige aard.

Voorbeelden: de weinig succesvolle kunstenaar

Kees van Weerlee en diens broer.



7. De gemankeerde snor

Er bestaat de wens om een snor te dragen, maar het gebeurt niet.

Sommige auteurs menen dat vrijwel alle mannen zonder snor tot deze categorie gerekend moeten worden. Zij gaan zover de

atavistische betekenis van de snor te benadrukken

en komen aldus tot het postuleren van een behoefte

bij iedere man een snor te willen dragen. De angst

zich te tonen zoals hij is, enige faalangst en

onzekerheid zijn zijn belangrijkste persoonlijk-

lijkheidstrekken. Sommige van hen weer-

spiegelen deze trekken door alternerend met of zonder snor te

verschijnen. Het noemen van voorbeelden is overbodig.



3. Slot

In dit artikel is een poging ondernomen de betekenis van het projectie-mechanisme opnieuw onder de aandacht te brengen. Het "Zeg me wie je schrijvers zijn, ik zeg wie je bent" is zeer toepasbaar voor dit artikel. "Laat me je bovenlip zien en ik zal je vertellen wie je bent". De auteur kan u meedelen jarenlang studie van de snor in relatie met persoonlijkheidskenmerken gemaakt te hebben. Het valt op dat weerstanden en kritiek tegen hetgeen hier gezegd is, vooral komen uit de hoek van mannen zonder snor en vrouwen. De kritiek van mannen zonder snor is begrijpelijk. Het was niet te vermijden hen direct aan te pakken (zie paragraaf 2.7). De kritiek vanuit de feministische hoek is minder goed te aanvaarden. Zij gaan soms zover te stellen dat mannen

niet alleen hun snor, maar eigenlijk ook hun hoofd zouden moeten afscheren.

Hoewel dit alles ons bedroeft, hebben wij gemeend voort te moeten gaan op de weg nu ingeslagen. Niet in het minst door de steun die wij van een collega (ja, jij Piet) mochten ondervinden.

Ter illustratie dat ook andere aspecten van het uiterlijk van grote betekenis voor diagnostiek en taxatie zijn, wordt een voorbeeld gegeven van een noodlottige ontwikkeling op een lagere school, die door nauwlettend observeren van het schoeisel van een van de hoofdpersonen in het drama, mogelijk voorkomen had kunnen worden.

- Na ongeveer één jaar was het nieuwe schoolhoofd voor het G.L.O. te Leiden ten slotte aangenomen. Na een eerste selectie waren er twee kandidaten overgebleven. De op het oog meest geschikte kandidaat bleek in het verleden nogal eens conflicten met collegae gehad te hebben. Hij viel af. De tweede kandidaat maakte een gespannen indruk tijdens het sollicitatiegesprek. Hij was correct gekleed in een P&C-pak, lichtblauw overhemd en stippeltjesdas; aan de voeten droeg hij echter merkwaardige schoenen, van die halve laarsjes (+ 12 cm hoog) die met behulp van een weggewerkt ritsje gesloten konden worden. De schoenen waren van kostbaar, dun leer gemaakt en glimmend gepoetst. Deze laarsjes hebben tijdens de sollicitatie te weinig aandacht gekregen. De man werd aangenomen. Na een paar weken ontpopte hij zich als een zeer opschepperig, egoïstisch mens met een sterke neiging tot theater en sier. Binnen een half jaar waren er conflicten met bestuur, collegae en ouders, omdat hij iedereen alles beloofde en het iedereen naar de zin probeerde te maken; alles ondergeschikt makend aan zijn behoefte aan uiterlijke sier en korte-termijn-satisfactie. Zorgvuldige observatie van zijn schoeisel en interpretatie van deze aldus verkregen informatie binnen het kader van het hier gezegde, had deze gedurende de sollicitatie verborgen gebleven persoonlijkheidstrekken aan het licht kunnen brengen. Dit had betrokkene en zijn werkomgeving veel leed kunnen besparen.

Metaforen, Analogieën, Gelijkenissen

Dick N. Oudshoorn

november 1983

Zoals afgesproken ter TDT-vergadering laatstleden oktober, geef ik hier een overzicht van mijn favoriete en veelgebezigde beeldspraken. Ze zijn op twee manieren in te delen:

- naar het genre
- naar de strekking of 'boodschap'.

De keuze van het genre hangt met name af van de hobbies stijl en gewoontes, en ook de leeftijd van de patiënt. Ik laat er een aantal volgen:

A Natuur

1. 'Geef de plânt water en voedsel, en niet het onkruid!'

Het gaat hier bv over de opvoeding, als de ouders teveel reageren op ongewenste gedragingen van hun kind, maar het gunstige gedrag weinig belonen. Er hoort natuurlijk een heel verhaal omheen.

2. 'Een navelstreng zit aan twee mensen vast; afnavelen doet aan twee kanten pijn.'

3. 'Opvoeden is als zaaien: je moet een hele tijd geduld hebben, het verloop van de seizoenen afwachten, tot het gewas opkomt en je tenslotte -hopelijk- een goede oogst krijgt.'

4. 'Je bent -geloof ik- allergisch voor [bv je vader, of een borrel die je man heeft gedronken]

Hiermee wordt geïmpliceerd dat de reacties van degene die je erop aanspreekt overdreven zijn, dat hij/zij inderdaad overgevoelig reageert, zodat het niet alleen een kwestie is dat de ander het allemaal fout doet.

5. 'Hoe komt het dat een eend niet nat wordt in de stromende regen? - Omdat hij het water langs zijn verenkleed laat afdruipen, zodat het zijn huid niet eens bereikt!'

Dit gebruik ik bv om een kind dat regelmatig aan een stortvloed van (inadequate) kritiek etc. van vader of moeder blootstaat, daartegen te immuniseren, als pogingen om die ouders te

beïnvloeden vergeefs zijn.

6. 'De moedervogel wipt haar jongen over de rand van het nest, als ze vindt dat ze oud genoeg zijn om uit te vliegen'.

In deze 'gouden' tijden voor veel jongeren, die in een gerieflijk afhankelijke positie thuis blijven en vandaar uit redelijk vrij hun gang mogen gaan, moeten de ouders vaak het initiatief nemen om hun los te laten. (Dat is de boodschap; maar zo eenvoudig is dit probleem natuurlijk niet op te lossen...)

B Sport

7. De vergelijking van paard en ruiter

'Het is fijn om een pittig, levendig paard (pony) te hebben, maar die heeft wel een goeje ruiter (dan amazone) nodig, anders slaat hij op hol, loopt het uit de hand. Maar met een sloom paaardje bereik je niet veel.' Kind, adolescent of volwassene begrijpt altijd precies waar het om gaat, en het is een vleierende vergelijking.

8. De vergelijking van de motor en de motorrijder

Zie boven.

9. De vergelijking met de zwemleraar en de leerling die wil leren zwemmen

Bij een faalangstig individu dat bv niet een winkel durft binnen te gaan, niet naar school durft etc, en wèl met de behandelaar wil praten, maar opziet tegen het in de praktijk gaan oefenen. Ik leg erbij uit dat ik iemand alleen kan leren zwemmen als hij het water in durft, en niet als hij op de kant blijft staan.

10. De schaatser en zijn coach.

'Stel je eens iemand voor die kampioen schaatser wil worden, misschien wel op de Olympische Spelen. Wat doet hij als hij uit de bocht vliegt bij het trainen?' - Het antwoord luidt vanzelfsprekend: 'snel overeind krabbelen en weer doorschaatsen'.
'Precies. En wat zegt zijn coach, als de schaatser uit de bocht vliegt? Zegt hij: 'dat wordt nooit wat met jou'? - Nee natuurlijk niet! Precies. En daarom niet getreurd dat het je deze keer niet gelukt is met ... (een bepaald stuk nieuw gedrag)'

11. Het zeilschip in de wind.

Stel dat je in een zeilboot zit en jij zit aan het roer. Jouw gedrag tot nu toe doet me denken aan dat zeilschip, helemaal aan de grillen van de wind overgeleverd; niemand die het roer vasthoudt. Het schip zeilt alleen maar op de wind, zonder dat er een koers wordt aangehouden. Als je je eigen koers uitzet, naar je eigen doel, en je volgt die koers ook, dan pas ben je onafhankelijk; nu reageer je alsmaar op wat je ouders zeggen en wat zomaar in je hoofd opkomt.

12. Het huwelijk is: met zijn tweeën op een zeilboot.

'U heeft vroeger wel eens gezeild. Dan weet u dat het geen kunst is om te zeilen met mooi weer en een rustig windje. Maar het komt erop aan als er plotseling slecht weer komt. Je hebt maar te zorgen dat je boot toch overeind blijft en niet omslaat. Meestal is één van beiden in die omstandigheden degene die het beste aan het roer kan zitten. Maar hij zal het toch ook wel eens uit handen moeten geven. Dat geeft helemaal niet, maar daarom is het deste beter als de ander óók aardig met het roer weet om te gaan. Een tijdje later kan het roer weer worden teruggegeven. Zo kom je samen door slecht weer heen.'

Hiermee kan je heel wat kanten op, met name bv. in huwelijken met een dominantieprobleem, waarbij de 'sterkere' het op een gegeven moment laat afweten, om gezichtsverlies te vermijden en de eendracht te bevorderen.

C Techniek

13. De manometer

'Uw klachten zijn net een soort manometer, die aangeeft dat de druk nu te hoog is opgelopen. Daar moet u iets aan doen; als u die boodschap in de wind slaat kan het gevaarlijk worden.'

14. De rode lampjes op het dashboard

Dezelfde strekking als 'de manometer'. Ik zeg bv.: 'Als er een rood lampje op uw dashboard begint te branden, wat betekent dat dan? - Nou dat er iets niet in orde is. - Precies. Dat lampje mankeert niks; het zou dwaasheid zijn om het bv uit te draaien. Nee het gaat erom dat ze een signaal zijn dat er een storing is. Bij u heb ik zelfs het idee dat er nu al

meerdere lampjes branden; u mag ze niet langer negeren. etc'

15. De telefoon

'Als de telefoon gaat denkt u toch niet dat die kapot is, nietwaar. Nee het betekent juist dat de telefoon in orde is, en dat er iemand opbelt. Zo betekent het feit dat u uw hart voelt kloppen niet dat dat ziek is, maar kan het wel iets anders betekenen, bv dat u (opgewonden bent, angstig ofzo).'

16. Terugschakelen in een lagere versnelling

'Als u in een lagere versnelling terugschakelt betekent dat dat uw tempo wat lager komt te liggen, maar dat u met de ste meer kracht vooruit komt, zonder de motor over te belasten.'

17. Gas geven met aangetrokken handrem

'Als iemand moe is moet hij weten te stoppen. Als iemand bepaalde kalmerende middelen gebruikt moet hij die ook de kans geven hun werking te geven; je moet daar dan niet tegenin werken, want dat is roofoverval.' Het kan omgekeerd ook een argument zijn dat iemand zijn pillen juist moet laten staan.

D De maatschappij

18. De koning en zijn adviseur

Een narcistisch individu, hetzij jong of oud, vindt het meestal moeilijk iets van een therapeut aan te nemen en zijn opdrachten uit te voeren. Natuurlijk kun je dan onderhandelen of hem zijn eigen opdrachten laten verzinnen. Maar dan blijft de situatie als zodanig toch nog krenkend. In zulke gevallen pleeg ik de patiënt met de koning te vergelijken, en mezelf met diens adviseur: 'een wijze koning luistert goed naar adviezen, maar hij beslist altijd zelf of hij ze op wil volgen; doet hij dat niet dan heeft hij daar altijd een goede reden voor.'

19. Vader en zijn zoon(tje)/dochter(tje)

Goed te gebruiken bij een adolescent die zichzelf de hele dag loopt uit te schelden, ofwel negatieve zelfkritiek over zich heen stort. 'Neem nou eens een vader die zijn zoon leert fietsen. Hoe zal die zijn zoon aanpakken als die telkens valt? Zegt hij dan: "stommeling, je kan er niks van, je zult het nooit leren " Neen natuurlijk! Nou, zulke dingen moet je dan ook niet alsmaar tegen jezelf zeggen, want dan verlies je

de moed, net als dat zoontje dat leert fietsen.'

20. De kapitein moets s'nachts rustig kunnen slapen

Dit is een goede analogie voor bedplassende jongeren. 'Stel dat je de kapitein bent van een schip. Dat schip vaart dag en nacht door, maar je kan niet altijd wakker blijven. Maar er is als de kapitein slaapt altijd iemand die de wacht houdt, niet alleen omdat de boot doorvaart, maar ook voor het geval dat er iets bijzonders gebeurt, en het schip bv water maakt. Daarom moet die wacht goed opletten, en hij moet de kapitein wakker maken als er iets aan de hand is. Als alles goed gegaan is is de kapitein de volgende morgen natuurlijk heel tevreden over de wacht. Maar als er iets is misgegaan en de wacht heeft niet opgelet, of de wacht vond het niet de moeite waard om de kapitein te wekken, dan wordt de kapitein natuurlijk boos. En misschien legt hij de wacht wel straf op (bv 'straf-exercitie') ook al is dat voor de kapitein zelf ook vervelend. Want wat zal de wacht ervan denken als de kapitein alleen maar zijn schouders ophaalt of net doet of er niets gebeurd is? Dan denkt die wacht: het doet er toch niks toe of ik oplet of niet, het kan hem niks schelen!'

21. Wie is er eigenlijk de baas?

'Wil jij de baas zijn over je (pijn, angst etc) of zijn je klachten jou de baas? Als ze jou de baas zijn laat je je door je klachten leiden (op de kop zitten) en vertellen ze je precies wat je wel en niet mag doen. Maar zo leer je ze nooit de baas te worden, onder de knie te krijgen.'

22. De dirigent en zijn orkest

Zie Beahrs. Deze beeldspraak is voor allerlei situaties geschikt. Bv voor het onder 21 genoemde - of meer in het algemeen: 'heb je voldoende contrôle over je eigen gedrag (impulsen of wat dan ook) of laat de dirigent het aan het orkest over? Staat die te slapen en laat hij bv de trommels of de bassen hun eigen gang gaan?' Of: 'Wil de dirigent het allemaal zelf doen, alle instrumenten zelf bespelen?' (Bij iemand die krampachtig doet)

23. Sisyphus die de steen tegen de berg op moet rollen

'Het is alsof U (jij) telkens weer een zware steen tegen de berg op moet rollen, tegen de zwaartekracht in. En elke keer als je bijna boven bent komt er een geheimzinnige hand die de steen wegduwt, zodat die weer helemaal omlaag dondert, en je weer opnieuw moet beginnen. Allicht denk je dan weleens: "ik laat het er verder bij zitten".¹ Dit is in essentie vooral bedoeld voor mensen die het zwaar hebben en moedeloos dreigen te worden - om hun te laten voelen dat je hun zware last niet onderschat. Daarna is zo iemand des te meer bereid om zich opnieuw in te spannen en ga je op zoek naar een metafoor die succes in het vooruitzicht stelt, op een punt waar dat realistisch is, uiteraard.

E Restanten

24. Oost-Indische Oorproppen

Zelfde strekking en indicatie als de eend (nr 5.)

Je zegt bv: 'Telkens als zij daarmee aankomt stop je onzichtbare oorproppen in je oor, je bent er Oost-Indisch doof voor, want het heeft toch geen zin om dat haar uit haar hoofd te praten.'

25. Anna Pawlowa

'Alle toneelspelers en dansers en ook bekende sprekers die ik ken voelen zich vlak voor ze moeten optreden hardstikke zenuwachtig. Dat kan je plankenkoorts noemen, of faalangst, maar waar het om gaat is dat het juist creatieve energie is, waardoor ze juist een hele goede prestatie leveren. Maar reken maar dat ze zenuwachtig zijn!' Eventueel beschrijf ik Anna Pawlowa die dat inderdaad in extreme mate had, en die soms zelfs door haar benen zakte en flink opgepept moest worden: 'Ze dacht dan dat ze het niet kon, maar toch kon ze het!'

26. Op een driepoot sta je het stevigst

Uitleg van de theorie van Speyer. 'Je ene poot is je gezin. de tweede is je werkring, de derde is alles wat je daarnaast doet. Als je erop let dat ze alle drie voldoende stevig zijn en blijven kan je tegen een stootje, en dan kan je er zelfs nog een missen zonder helemaal om te vallen.' Het is echt

waar dat dit voor de meeste mensen een 'eye opener' is.

27. Soms (op je ene been) voel je je..Soms (op je andere)..; of: "groot/klein
Zeer geschikt om kinderen en jongeren tussen tien en zeventien
jaar iets uit te leggen van hun ambivalentie voor wat betreft
aanwezige afhankelijkheidsbehoeften enerzijds en de behoefte
aan autonomie anderzijds. Ik geef aan dat dat vanzelfsprekend
is, wat niet alleen voor het jonge individu, maar ook voor
zijn/haar ouders een belangrijke boodschap is.

28. De Speurneus, of Beroemde Detective

(Ook te gebruiken als geleide fantasie in hypnose, maar
evengoed in een gewoon gesprek) bv. bij een kind dat bang
is om in zijn eigen kamer te gaan slapen, bv. bang voor inbrekers.
'Stel dat je een beroemde detective bent, die er altijd rekening
mee moet houden dat ze achter hem aan zitten. Als die zijn
hotelkamer binnengaat wat zal hij dan doen? - Goed uitkijken
natuurlijk - Precies! Hij kent alle trucjes, of er iemand
achter de deur staat, hij kijkt bliksemsnel in de kast en
achter de gordijnen en onder zijn bed, zodat hij nooit voor
verrassingen komt te staan. Als hij het eenmaal goed heeft
gecontroleerd weet hij dat het veilig is en kan hij rustig
gaan slapen. (Als er dan toch onraad zou komen is hij onmiddellijk
wakker. dit als bv. bedplassen ook een rol speelt...)

Bij een jongen met contrôledwang die zijn ouders in de gordijnen
joeg doordat hij het bestek enz. op tafel uitvoerig placht
te controleren op de geringste smetjes, deed ik net zoiets:
'Die beroemde Speurneus hield er natuurlijk ook rekening
mee dat ze hem ongemerkt probeerden te vergiftigen. Maar
hij was niet op zijn achterhoofd gevallen; heel onopvallend,
zodat niemand het doorhad, controleerde hij zijn mes en vork
en zijn glas - in een oogopslag zag hij of er mee geknoeid
was op niet.' Hiermee sloeg ik enkele vliegen in een klap.

I. Inleiding

Het maken van vergelijkingen lijkt bijna een van de hoofdkenmerken van Directieve Therapie te zijn of te worden, een opname in een flap tekst waardig. Waarom worden ingewikkelde, verhalen verzonnen om een meesten tijds vrij simpele boodschap over te brengen? Waarom kan het niet "gewoon concreet?"

Het lijkt aannemelijk dat directief werkende therapeuten vergelijkingen gebruiken om dezelfde reden die hen soms doet besluiten om te kiezen voor een paradoxale of indirecte aanpak, in plaats van "gewoon" een congruente of directe benadering: de cliënt reageert niet of onvoldoende op het voor de hand liggende. Dit laatste is juist in de Directieve Therapie van groot belang; immers de cliënt moet tot een of andere vorm van actie en/of gedragsverandering gebracht worden. Dit houdt in dat Directieve therapeuten altijd iets aan de man moeten brengen: zichzelf (het werkt beter en leuker met cliënten die de therapeut positief beoordelen), hun visie op de cliënt en diens problemen, een richtlijn of advies, een interpretatie van de gebeurtenissen in het leven van de cliënt, de werkwijze van de therapeut etc.

Vergelijkingen worden als verkooptechniek al heel lang gebruikt, in de Bijbel staan hele mooie.

Alle gelijkenissen hebben, in de gesprekstherapie, drie gemeenschappelijke kenmerken:

1. Ze plaatsen de problemen van de cliënt in een andere, meestal ruimere, context en zijn daardoor weerstand vermijgend.
2. Alle vergelijkingen zijn impliciet of expliciet vleidend voor de cliënt; ze bieden hem een mogelijkheid om zich zonder gezichtsverlies te identificeren met een dikwijls originele en verrassende interpretatie van zijn karakter en/of problemen. In die zin zijn alle gelijkenissen zeer krachtige positieve herformuleringen: welke verlegen puber met stotterproblemen wordt niet graag vergeleken met een B.M.W. 3-liter die niet wil aanslaan ?
3. Elk gebruik van vergelijkingen impliceert de mogelijkheid dat er verbetering kan komen in de situatie van de cliënt: elk gebruik van vergelijkingen geeft hoop.

In de titel van dit stukje wordt een verschil gemaakt tussen vergelijkingen en gelijkenissen. Dit verschil is gradueel: een vergelijking heeft betrekking op een enkel gedragsaspect van de cliënt, een gelijkenis betreft meerdere aspecten van het gedrag, heeft het karakter van een verhaaltje (vgl. Oudshoorn en Gardner) en geeft impliciet dikwijls een (beknopte) verklaring voor het ontstaan van karakter of klachten van de cliënt.

II. Iedere therapeut heeft z'n voorkomen: toon mij uw metaphoren (of snor) en ik zal u zeggen wie u bent

Hier volgen de vergelijkingen die ik het meest gebruik:

1. De ruiter te paard. Het aantal variaties is bijna oneindig. De dwangmatige academicus kan uitgelegd worden dat de neocortex nog maar een beginnend ruiter is die een ervaren paard (dat zelf zijn weg wel vindt) eens wat moet toevertrouwen en het kan geruststellend zijn om een vergelijking te trekken tussen de enorme kracht van een paard, die door een ruitertje van 40 kg (doch met welk een verstand !) bedwongen en positief gebruikt kan worden. Ik gebruik deze vergelijking dikwijls als er sprake is van assertiviteits en/of dwangmatige problematiek.

2. De kleurenblinde en het stoplicht.

Ik gebruik deze vergelijking graag bij mensen die hun grenzen niet kennen en van wie ook niet verwacht kan worden dat ze dat nog leren.

Bv. de patiënt die niet nee kan zeggen en zich telkenmale weer manoeuvreert in een situatie waaruit geen ontsnappen meer mogelijk is, of de patiënt die zich voortdurend overwerkt, of de hulpverlener die geen cliënten durft grenzen te stellen. Vele mensen "luizen er telkens weer in".

Ik leg graag uit dat kleurenblinden nooit overlijden omdat ze rood en groen niet uit elkaar kunnen houden: immers het vermogen om onder en boven uit elkaar te houden volstaat om ieder kruispunt veilig over te steken.

Het leuke is dat bij elke cliënt een ander alternatief voor het vermogen om rood-groen te onderscheiden bedacht moet worden.

Bv. de verlegen secretaresse met de dominerende baas. "Jij?"

Laten we ervan uitgaan dat je niet kunt uitmaken of het redelijk is wat hij je vraagt. Daar ben je kleurenblind voor, je hebt wel dikwijls gemerkt dat hij extra vriendelijk is als hij iets vraagt

wat bepaald teveel is. Pas dus extra op als, etc.

Of de manisch-depressieve patiënt die messiaans wordt: laten we ervan uitgaan dat je niet kunt onderscheiden of een superioriteits-gedachte terecht of niet terecht is; we weten dat je de laatste keren bent opgenomen, omdat je toegegeven had aan de neiging om je lithium niet in te nemen: als het licht boven brandt, etc.

3. De soldaat in de loopgraaf tijdens de vrede.

Deze vergelijking gebruik ik bij mensen die zo gepraeoccupeerd zijn met iets dat ze de rest van het leven vergeten en/of voortdurend reageren alsof het onderwerp van hun praeoccupatie aan de orde is.

Bv. zakenlieden die blijven reageren alsof een faillissement voor de deur staat of mensen die affectief verwaarloosd zijn en zich pantseren tegen elke vriendelijkheid, of concreet "soldaten die uit een gevechtssituatie terugkerend, moeite hebben om zich aan de vrede aan te passen. Ik vertel dan een verhaal over conditionering, en de moeite die het kost om reflexen die op overleven gericht waren af te leren of af te zwakken.

Ik bracht eens een psychopaath ertoe om zijn revolver af te geven door dit verhaaltje.

4. Honger en overmatige eetlust.

Deze vergelijking gebruik ik nogal eens om aandacht vragen positief te herformuleren of althans voor de partners begrijpelijk te maken.

Het werkt het best bij mensen die niet echt aandacht vragen, doch zich schamen omdat ze zo graag aandacht zouden krijgen. Dikwijls zij dit lieve, verlegen mensen die in de waan leven dat iedereen, inclusief hun partner, zich ergert aan hun aandachtsbehoefte.

Zonder uitzondering betreft het mensen die echt tekort gekomen zijn, doch daar een neurotisch in plaats van een psychopathische oplossing voor gevonden hebben. Anorexie en boulimie natuurlijk voorop.

5. Gandhi en het Brood.

Een van de uitspraken van Gandhi die mij persoonlijk zeer geïnspireerd heeft is deze: "Zelfs een God zou het niet wagen om tot een arme te komen, anders dan in de Gedaante van Brood.

Deze vergelijking spreekt vooral Christelijke capitulanten of anderszins bevlogenen altijd aan. Het kan werkzaam zijn om inadequante reacties niet kwetsend te diskwalificeren: bv. de geslaagde man die zijn vrouw een terreinautootje met four-wheel-drive geeft, terwijl zij hem alleen iets vaker thuis en iets minder in het bed van zijn maitresse wil zien.

In het algemeen: narcistische persoonlijkheden die een excuus voor gedragsverandering behoeven zijn gebaat met deze interpretatie.

6. If you cannot avoid being raped, lay down and enjoy it.

Deze vergelijking is bv. soms bruikbaar bij mensen met (milde) neurotische depressies, om hen ertoe te motiveren iets van hun ervaring te leren.

Ook hier zijn vele variaties mogelijk, uiteraard niet de meest letterlijke. Het werkt bv. soms aardig bij mensen die jaloers zijn op hun baas: "je wordt natuurlijk weer overruled. Denk eens even wat het betekent dat hij het allemaal zelf moet doen; hou nu eens je mond en wacht af wat er gebeurt; het is natuurlijk erg dat het allemaal slecht afloopt, maar jij hebt het van te voren gezegd. Als je er toch niets aan doen kunt, etc.

III. Slot

Op alle genoemde vergelijkingen zijn vele variaties mogelijk. Nog meer dan voor andere interventies geldt dat metaphore benaderingen maatwerk moeten zijn; je kunt niet even een gelijkenis loslaten op de cliënt, juist omdat metaphoren individuele problemen in een meer algemene context plaatsen; dat moet vleidend zijn en niet een bagatellisering inhouden: Oh, dus eigenlijk is het gewoon hyperventilatie is dodelijk.

Ik gebruik veel meer metaphoren dat ik hier noem; De leukste gelijkenissen zijn individueel maatwerk.

Dit was mijn confectie.

OVER COMPLICATIES BIJ DE BEHANDELING VAN DE DWANGNEUROSE: EEN BIJDRAGE
VANUIT DE CONTAMINATIETHEORIE

Kees Hoogduin

Zoals bekend worden op de polikliniek van de P.A.A.Z. van het St Hippolytusziekenhuis vele patienten met als diagnose dwangneurose behandeld. Onder deze patienten is een belangrijke subgroep te onderscheiden: de groep met een bijzondere vorm van smetvrees, nl. angst voor contact met hondepoep.

Het ziektebeeld bestaat uit de gedachte dat er een contact heeft plaatsgevonden met de faecaliën van een hond. Deze obsessionele gedachte wordt onmiddellijk gevolgd door paniek en soms hyperventilatie-aanvallen. Deze paniek wordt vervolgens weer opgeheven door een zgn. neutraliserende activiteit, zoals het reinigen van de kleding, het lichaam en vooral de handen. Om te voorkomen dat deze nare sequentie opnieuw optreedt, worden plaatsen waar honden kunnen poepen en alle contacten met die en datgene dat in contact geweest kan zijn met honden en hun poep, vermeden.

In schema:

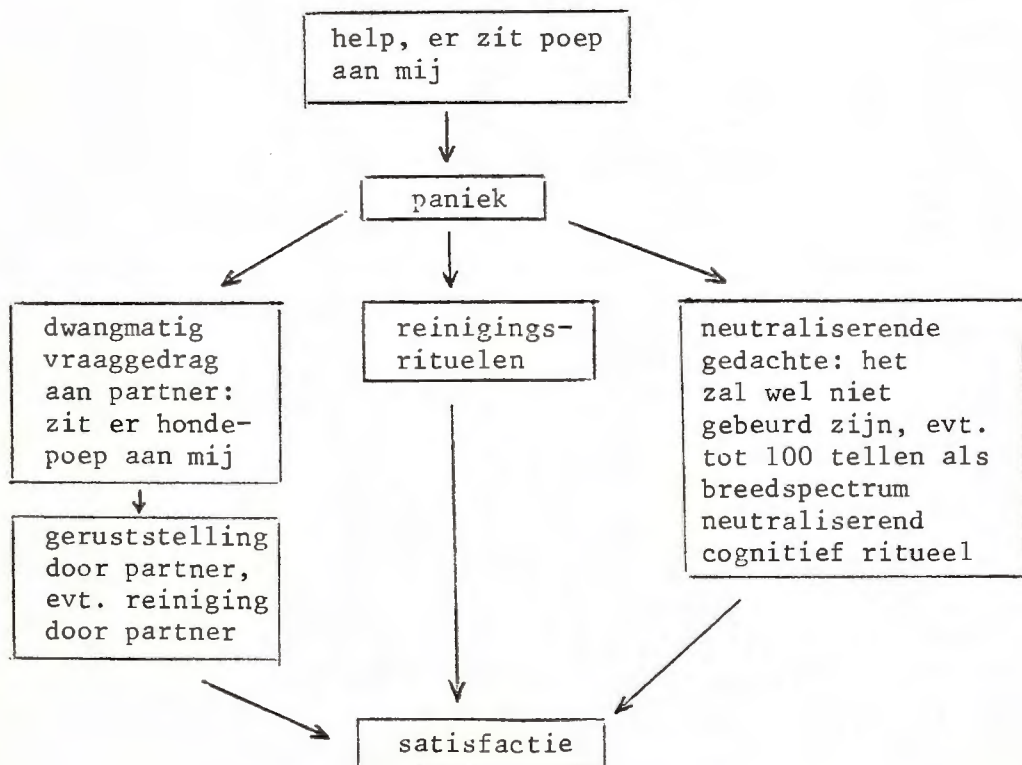


Fig. 1: de zgn. hondepoep-dwang sequentie.

Bij langdurige behandeling en daardoor contacten met deze patienten hebben enige gebeurtenissen plaatsgevonden die zich alleen laten verklaren met behulp van de zgn. contaminatietheorie in ruimere zin. De therapeut zelf een hondenliefhebber - die zich tot recent nooit beziggehouden had met de mogelijkheid van contaminatie met hondenfaecaliën - ontwikkelde geleidelijk enige bezorgdheid met betrekking tot het in huis brengen van hondepoep. Wanneer hij zich al duurlpend langs de trottoirs en parken spoedde, viel het hem meer en meer op welk een wagonladingen hondenderrie zich op de openbare wegen bevond. Meestal slaagde hij er wel in de voeten tussen twee of drie hopen te plaatsen. Maar het was toch niet uit te sluiten dat af en toe in de eindsprint of wanneer vermoeidheid toesloeg, er contact plaatsvond. In het begin nog beperkte het bezig zijn met deze materie zich tot een niet langer betreden van de badkamer met de gecontamineerde hardloopschoenen. Maar weldra nam de bezorgdheid over het bevuilden van huis en haard toe. Ten slotte besloot de therapeut niet langer het huis te betreden met dit schoeisel. Hij trok de schoenen uit voor hij het huis binnen ging en wierp vervolgens de schoenen in een in de badkamer staande mand. Helaas, de preoccupatie nam toe: ook de sokken moesten uit. De schoenen werden niet langer zonder problemen vastgehouden. Toen gebeurde het: de therapeut was na twintig minuten rituelen om te voorkomen dat voorwerpen in huis gecontamineerd werden, in bad gegaan toen één van de sportschoenen van de rand van de mand in het bad viel: brokjes van een onduidelijke kleur dwarrelden door het badwater. De therapeut maakt het alweer veel beter. Hij zit in de W.A.O. en woont in een verzorgingsflat. Hij leest veel en heeft geen behoefte aan verdere hulp.