



De familieroman

Jan van Blarikom

Lezing broers- en zussendag

Zaterdag 29 juni 2024

Alle gelukkige gezinnen lijken op elkaar, elk ongelukkig gezin is ongelukkig op zijn eigen wijze.¹

Alle gelukkige gezinnen lijken op elkaar. In de tijd van Tolstoj, het laatste kwart van de 19^e eeuw, stel ik me voor dat de gelukkige gezinnen op zondagmiddag door de parken van Sint Petersburg wandelden. De vrouwen in lange witte jurken gehuld, de kinderen met hoeden op met kleurige linten en de mannen in pak of in uniform gekleed. En nu, gelukkige gezinnen? Ik kan er uren naar kijken.

Ga op een regenachtige zomerdag naar een strandpaviljoen op Terschelling. Man, vrouw, twee tot drie kinderen. De outfit lijkt perfect op elkaar afgestemd. Zelfs de (te) grote, sportieve kinderwagen is passend in kleur en het hele gezin straalt geluk uit. Dit is een gelukkig gezin, dat wordt vol overtuiging in de omgeving neergezet. (Dit soort gezinnen vindt ook altijd een vrije tafel in het strandpaviljoen, want gelukkige gezinnen hebben geluk.) Hier kan ik uren naar kijken. Totdat ik een barstje in het geluk aantref. Broer zit zusje te treiteren. Mama vlucht weg in de telefoon. Papa werpt een quasi verstrooide blik op een voorbijgaande mooie vrouw.

Ik denk dat alle gelukkige gezinnen op elkaar lijken, omdat ze niet bestaan. Ieder lid van het gezin kent zijn eigen (dag)dromen. Dat geldt zeker voor broers en zussen. Willem Otterspeer haalt een jeugdwerk, Elektrotherapie, van Willem Frederik Hermans aan, waarin hij schrijft:

Deze man, misschien was hij zijn vader wel niet. Zou het niet mogelijk zijn dat hij een aangenomen kind was of ondergeschoven? Het kon toch niet dat juist hij zo'n vader treffen moest, een vader met wie je niet praten kon, die, al vroeg, geen antwoord wist te geven op de vragen die hij hem had gesteld. Die geen belangstelling voor wat hij, Ronald, deed, wat hij las.²

Willem Frederik Hermans was niet gemakkelijk voor andere mensen. Hij was een gevreesd criticus, maar hij was ook niet gemakkelijk voor zichzelf. In een brief schrijft hij: "Veel mensen begrijpen niet dat mijn kinderachtigheid vooral bestaat uit een begeerte naar het 'alles', in vergelijking waarmee het 'bijna alles' waardeloos wordt (...) Ik eis meer dan er op deze wereld te vinden is."³

De inzichten van Willem Frederik Herman gaan terug op een werk van Freud. In *De familieroman van de neuroticus*⁴, beschrijft Freud hoe ieder mens voor de taak staat zich te ontworstelen aan de intense relatie met zijn ouders. Het is

een algemeen gegeven dat ieder kind weer op een eigen wijze moet volbrengen.

In de eerste jaren betekenen de ouders alles voor het kind. Tegen de zin van het kind moet de liefde worden gedeeld met de andere gezinsleden. Kinderen voelen zich achtergesteld of worden daadwerkelijk achtergesteld ten opzichte van andere broers of zussen. De teleurstelling wordt in fantasieën verwerkt dat men eigenlijk een stiefkind of een vondeling is (van goede komaf). De concurrentie moet onschadelijk worden gemaakt. Dat kan ook door de afkomst van broers en zussen 'illegaal,' te maken. Als een jong kind eenmaal weet waar de kinderen vandaan komen, kan het naar hartenlust fantaseren volgens het oude principe: *pater semper incertus est*, moeder certissima. Het moederschap is zeker, maar wie de vader is blijft onzeker. Misschien had moeder wel allerlei duistere affaires, en is hij of zijzelf wellicht de enige wettige nakomeling. Maar ook omgekeerd kan het kind een heldenstatus voor zichzelf creëren door te bedenken dat moeder een affaire had met een rijke zakenman of een lid van het koningshuis.

En zo ontstaat vanzelf de familieroman, waar ieder gezinslid zichzelf een bijzondere rol kan toedichten. Vooral de vader moet het daarbij ontgelden. De oorspronkelijke held, kan het in de echte wereld nooit goed. Boos worden op vader is een mogelijkheid, maar wel gevaarlijk, want hij blijft de baas. Vaak vertaalt zich dit in een minachting voor de vader. En het kind stelt zich voor dat hij eigenlijk voortkomt uit een geheime liefde van de moeder. Of het ziet vader eenvoudigweg als een sukkel. Freud spreekt daarbij de (voor de ouders) troostende woorden, dat dit allemaal moet worden begrepen uit die geweldige, oorspronkelijke mythische liefde die het kind voor zijn ouders voelt. In zijn dagdromen en fantasieën is het kind op zoek naar die oorspronkelijke ouder.

Geen handleiding

In een lezing die gaat over het opgroeien in een gezin met een broer of zus met een ernstige psychiatrische ziekte, zou je mogen verwachten dat uitgelegd wordt wat voor een invloed dit op je eigen ontwikkeling kan hebben. Wat dit voor je betekend heeft. Maar dat ga ik niet doen. Ten eerste omdat ik niet geloof in algemene kaders, 'ieder is ongelukkig op zijn eigen manier,' maar ook omdat ik denk dat er altijd een heftige dynamiek speelt tussen broers en

zussen. Ik ben opgeroeid met drie zussen: een was superslim, een heel evenwichtig en een geweldig lief en leuk. Wat bleef er voor mij over? Niets anders dan een ongelofelijk vervelend en moeilijk ventje te zijn, en dat was ik dan ook.

Ik wil jullie aansporen op zoek te gaan naar je eigen verhaal, want ieder gezinslid schrijft zijn eigen familieroman. Maar staar je niet blind op die ernstige psychiatrische ziekte van je broer of zus, want het is overal wat – en daarmee wil ik absoluut niet de narigheid en het verdriet onder het vloerkleed vegen die zo een ernstige ziekte met zich meebrengt.

Je familieroman neem je de rest van je leven mee. In je teleurstellingen. In de aandacht die naar je zus of broer uitging. Waardoor je nu wellicht meent op bijzondere dingen recht te hebben, omdat je een uitzondering in het gezin was.⁵ (Let op dat iedereen zich wel een uitzondering kan voelen op grond van wat hem of haar is overkomen.)

Maar het kan ook zo zijn dat je heel intens je leven lang naar iets verlangt. Een leven in vrijheid. Geluk in de liefde. Of die mooie leidinggevende baan. En op het moment dat het je toevalt, dat je er niet van kan genieten. Dat je er mogelijks zelfs ziek van wordt. Freud spreekt van *machten van het geweten*.⁶ We hebben lang naar iets verlangt, maar ligt het eenmaal binnen handbereik staan we onszelf niet toe ervan te genieten.

Creativiteit

Een gedachte die je vaak hoort, is dat er een verband bestaat tussen creativiteit en genialiteit en het lijden aan een ernstige psychiatrische ziekte. Daar zit zeker een grond van waarheid in.⁷ De bipolaire of manische-depressieve stoornis wordt gekenmerkt door hoogtepunten (manie) en dieptepunten (depressie). Vooral bij een opkomende manie, we spreken dan van de hypomane fase, kan er sprake zijn van een groter vermogen tot creatief denken. Ideeën worden op een originele wijze aan elkaar verbonden, gedachten nemen een hoge vlucht. In een oude versie van het diagnostisch handboek (DSM-III) werd als kenmerk van de hypomanie nog gesproken van een 'scherpe en buitengewone creatieve gedachtegang'. Kunstenaars, schrijvers, dichters en componisten bereiken in deze periode een hoge productiviteit.

Mensen met een bipolaire stoornis vertonen tijdens de hypomane fase kenmerken die overeenkomen met de persoonskenmerken van creatieve

personen en ondernemers. Eigenschappen als: durf, een grote visie, een overmaat aan zelfvertrouwen, risico nemen, onvermoeibaar tegen de stroom in zwemmen, speelsheid en humor.

Hierbij moet je wel bedenken dat talent nog altijd op de eerste plaats komt. Niet iedereen met een bipolaire stoornis schrijft een prachtig boek of begint een bloeiende onderneming. Vaak eindigt een creatief avontuur van een mens met een bipolaire stoornis in een hopeloze onderneming, waarbij bijvoorbeeld tweedehands auto's worden opgekocht die aan de straatstenen niet meer te slijten zijn. Of waarbij iemand impulsief ontslag neemt, een eigen zaak begint, maar binnen de kortste keren weer failliet gaat. In het beste geval wordt iemand met een bipolaire stoornis beschermd door zijn omgeving, dat als het echt uit de hand loopt, hij tegen zichzelf in bescherming wordt genomen.

Bij schizofrenie (of bij mensen die lijden aan een psychose) licht het verband met creativiteit ingewikkelder, hoewel, zoals dadelijk zal blijken het wel aanwezig is. Er wordt weleens gedacht dat schizofrenie een bijverschijnsel is van de onstuimige ontwikkeling die de mens heeft doorgemaakt op het gebied van taal en cognitieve ontwikkeling in de afgelopen paar honderdduizend jaar. De homo sapiens is creatief, kan buiten de geëigende paden denken, maar kan daardoor ook weleens geheel van het pad af raken. De scheidslijn tussen een geniaal inzicht en waanzin is dun.

Er zijn een aantal anekdotische gevallen in de wiskunde te noemen. George Cantor (1845-1918) leed aan hypomane episoden en later vooral ook aan achterdocht. Hij werd beroemd door zijn tellen met oneindige reeksen, waarbij de ene oneindige reeks meer getallen bevat dan de andere reeks. (Waarbij de vraag nog altijd is of er een vloeiende overgang tussen die reeksen bestaat.) Kurt Gödel (1910-1978) toonde met wiskundige logica aan, dat de rekenkunde nooit volledig door een logisch systeem kan worden beschreven: altijd kan er weer wat nieuws opduiken. Gödel stierf aan uithongering – te achterdochtig om nog iets van voedsel tot zich te nemen, toen zijn vrouw niet langer voor hem kon zorgen. In een studie⁸ werd aangetoond dat mensen met schizofrenie met behulp van logica beter presteren in taken die tegen het gezonde verstand ingaan.

Het probleem met schizofrenie is, dat het om een ernstige psychiatrische ziekte gaat. Dus dat de voordelen van het creatief denken vaak teniet worden gedaan door de algemene achteruitgang die de ziekte met zich meebrengt. Opmerkelijk is dat een grootschalig bevolkingsonderzoek in Zweden heeft aangetoond⁹

dat eerstegraadsfamilieleden van mensen met schizofrenie, het gaat dan om de ouders en de broers en zussen van mensen met schizofrenie, veel vaker als wetenschappelijk docent aan de universiteit werkzaam zijn dan gemiddeld. Voor broers en zussen van mensen met een bipolaire stoornis geldt dit ook, naast andere creatieve beroepen. Het onderscheid met schizofrenie is dat ook patiënten met een bipolaire stoornis bovengemiddeld in creatieve beroepen vertegenwoordigd zijn.

Zonder dat ik maar iets wil afdoen van het leed dat een ernstige psychiatrische ziekte in een gezin veroorzaakt, is dit wel een gedachte om vast te houden. De psychiater Norman Sartorius verwoordde het op de volgende wijze op een recent congres over psychose.¹⁰ Zolang we mensen met psychose blijven behandelen als iets 'waar we mee moeten leren omgaan', houden we het stigma in stand. Met een weg die vol stenen en gaten ligt, moet je leren omgaan. Maar mensen met een psychose hebben recht op een plaats in de samenleving.

Het licht ging uit

In 1969 werd in Finland de kiem gelegd voor een vernieuwende aanpak van mensen met een psychose. Yrjö Alanen werd benoemd tot professor in de psychiatrie en hij had vanuit zijn psychoanalytisch achtergrond interesse in de persoonlijke verhalen van mensen met een psychose. De psychose werd niet (alleen) gezien als iets wat het individu overkomt, maar als een crisis binnen het hele gezin. Gezinstherapie vormde het uitgangspunt van de behandeling. Deze aanpak groeide uit tot wat nu bekend staat als de open dialoog.¹¹

De verhalen in een gezin zijn te lezen als een roman van Dostojevski. Er is niet één plot in het verhaal, waar alle gebeurtenissen naartoe worden geschreven, maar ieder personage kent zijn eigen verhaal wat leidt tot een open einde. Ook binnen een familie kent ieder gezinslid zijn eigen verhaal. De broer of zus (of vader of moeder) met een psychose vertolkt één van die verhalen, maar zo heeft ieder zijn eigen verhaal. Het gaat erom een raamwerk te creëren waarbinnen deze verhalen verteld kunnen worden. Een familieroman waarin ieder zijn verhaal tot zijn recht kan komen. Een mooi recent voorbeeld is de roman *Dag* van Michael Cunningham¹² waarin gedurende drie jaar steeds een dag uit het leven van een familie wordt beschreven. Verhalen van vader, moeder, broer en zus raken elkaar, maar toch is ieder zijn verhaal anders. De

kracht van Cunningham is dat hij dit telkens weet weer te geven vanuit een heel persoonlijk perspectief van het betreffende gezinslid.

Het doel van de open dialoog is dat de verschillende verhalen uiteindelijk leiden tot een gemeenschappelijke taal, waarin de (aanvankelijk) moeilijk te begrijpen psychotische ervaring een plaats kan krijgen. Een voorbeeld:¹³

Pekka had vanwege de economische crisis ontslag gekregen. Hij werkte in een winkel voor ijzerwaren. Hij had echter nog wel een kerstbonus tegemoet die hij wilde gebruiken om kerstgeschenken voor zijn familie te kopen. Hij ziet er enorm tegenop om dit aan zijn (ex)werkgever te vragen. Uiteindelijk belt hij zijn baas, die heel vervelend reageert. Hij beschuldigt Pekka ervan hem onder druk te zetten en van chantage (blackmail). Dan valt (letterlijk) de elektriciteit uit in de omgeving. En dan gaat (figuurlijk) het licht bij Pekka uit. Vanaf dat moment denkt hij dat mensen jacht op hem maken.

Pekka wordt in psychotische toestand samen met zijn vrouw gezien door de huisarts, een psycholoog en drie verpleegkundigen. Geleidelijk aan wordt het zeer verwarde verhaal van Pekka gereconstrueerd. De enorme stress die hij ervaart als vader die geen kerstgeschenk voor zijn kinderen kan kopen en tegelijkertijd zijn angst voor de vervelende (ex)baas, die hij niet voor het hoofd wil stoten om de kans te behouden in betere tijden daar weer aan het werk te kunnen. Opmerkelijk in dit geval was dat de psychose in een gesprek naar de achtergrond verdween. Meestal is er een veel langere en intensievere begeleiding noodzakelijk van het hele gezin.

Irrationeel

We leven in een tijd waarin we gewend zijn zaken zoveel mogelijk rationeel te verklaren. Maar de werkelijkheid of de waarheid is nooit volledig in rationele termen tot uitdrukking te brengen. Natuurlijk had Pekka naar huis kunnen gaan en tegen zijn kinderen kunnen zeggen 'papa heeft dit jaar geen geld voor geschenken, we moeten het even wat rustiger gedaan'. Een rationeel gesprek in een gelukkig gezin. Laten we met zijn allen redelijk blijven. Een psychose doorbreekt de grenzen van de redelijkheid. En brengt daarmee wel de emotionele lading tot uiting van de crisis die het ontslag van Pekka binnen het gezinsleven tot stand bracht. Dit extra ingezet door het 'toeval', dat als het woord 'blackmail' valt, de elektriciteit uitvalt. (Dit soort associaties en

‘toevalligheden’, kan je vaak terughoren in verhalen van mensen die last hebben van een psychose.)

De psychose een plaats geven binnen de familieroman, betekent oog krijgen voor het irrationele. Niet alles is met je verstand in redelijke termen te verklaren. Daar is soms de pijn, de woede, de onmacht en het onbegrip te groot voor. Waar sommige leden van het gezin de redelijkheid op zich nemen, staat een ander in voor het dragen van de onredelijkheid. Het is niet verkeerd eens door die ogen naar de psychose van je broer of zus te kijken.

Literatuur

- ¹ Tolstoj (1965) *Anna Karenina. Verzamelde werken V.* Amsterdam: van Oorschot.
- ² Willem Otterspeer (2013) *De mislukkingskunstenaar. Willem Frederik Hermans. Biografie, deel I. (1921-1952).*
De Bezige Bij: Amsterdam. p. 22. Fragment oorspronkelijk uit *Elektrotherapie (1948)*.
- ³ Idem, p. 23.
- ⁴ Freud (1908) Der Familienroman der Neurotiker. Aanvankelijk opgenomen in Otto Rank *Der Mythos von der Geburt des Helden*. Hier gebruiken we de uitgave:
Freud (2006) *Verzamelde werken 4, De familieroman van de neuroticus.*
- ⁵ Freud [1916], *Verzamelde werken 7, Enkele karaktertypen uit de psychoanalytische praktijk. De uitzonderingen.*
- ⁶ Idem. *Zij die op het succes stranden.*
- ⁷ Jan van Blarikom (2014) *Kunst en psychiatrie.* Interne publicatie.
- ⁸ Owen, G et al (2007) Are people with schizophrenia more logical than healthy volunteers? *British Journal of Psychiatry, 191*, 453-454.
Voorbeeld van een syllogisme, dat tegen het gezonde verstand ingaat, maar logisch correct is:
- Alle gebouwen spreken hardop
Een ziekenhuis spreekt niet hardop
Dus, een ziekenhuis is geen gebouw.
- ⁹ Kyaga, S. et al (2011) Creativity and mental disorder: family study of 300.000 people with severe mental disorder. *British Journal of Psychiatry, 199*, 373-379.
- ¹⁰ Norman Sartorius (2024) ISPS congres Helsinki
- ¹¹ Jan van Blarikom (2015) Open dialoog. *Participatie en Herstel* 8-17.
- ¹² Michael Cunningham (2023) *Dag.* Prometheus
- ¹³ Uit; Jaakko Seikkula & Mary Olson (2003) The open dialogue approach to acute psychosis: its poetics and micropolitics. *Familij Poces, 42*, 403-418.

