

GGZ & LITERATUUR



De troost van de literatuur in de behandelkamer

Henk Corthals

*psychiater en eerste geneeskundige
van GGZ Midden-Brabant, literatuurliefhebber*

Psychiaters moeten niet alleen vakliteratuur bestuderen; ze zouden zich ook moeten verdiepen in de belletrïe. Henk Corthals, psychiater, literatuurliefhebber en publicist, ziet wel degelijk verband tussen het werk van romanschrijvers en het werk van psychiaters. Zijn passie voor poëzie en proza gebruikt hij als inspiratiebron in de behandelkamer én in zijn coaching van jonge arts-assistenten: "Je kunt dit vak alleen leren, als je mensen wilt proberen te begrijpen."

Het heeft even geduurd voor psychiater Henk Corthals (55) zijn passie voor de literatuur een plek gaf in zijn dagelijks werk. Net als collega-psychiater, dichter en geestverwant Rutger Kopland, zag Corthals zijn literaire bezigheden aanvankelijk volkomen los van zijn medische professie. Op die mening is hij inmiddels teruggekomen.

Corthals voltooide zijn opleiding tot psychiater bij Reinier van Arkel in 's-Hertogenbosch waar hij aansluitend twaalf jaar werkzaam was. Op zoek naar een nieuwe uitdaging vertrok hij in 1995 naar GGZ Midden-Brabant. Hier had hij eerst de functie van circuitmanager volwassenenzorg, tot hij in 2004 werd aangesteld als Eerste Geneeskundige. Zowel de artsenschip als het schrijverschap kreeg hij al vroeg van huis uit mee.

"Mijn vader was huisarts en mijn moeder journaliste," vertelt de psychiater. "Mijn moeder schreef kinderboeken en publiceerde jarenlang columns in de Telegraaf, Libelle en Nieuwe Revu. Als kind had zij op een Franse kostschool gezeten. Mijn moeder maakte voor mij de weg vrij naar de Franse literatuur; op de middelbare school las en vertaalde ze samen met mij de grote Franse schrijvers."

Een studie Nederlands of Literatuurwetenschappen was geen optie voor de jonge Corthals, want leraar wilde hij niet worden. Op aanraden van zijn vader – en omdat hij toch niet wist wat hij wilde – ging Corthals medicijnen studeren, aanvankelijk met tegenzin. Pas tijdens de colleges psychiatrie herkende hij plotseling iets wat hij al eerder gezien had in de literatuur.

“ De schrijver en de psychiater hebben gemeen dat ze de ziel willen doorgronden ”

"Het narrative aspect van taal vind je niet alleen in de literatuur, maar ook in de psychiatrie," aldus Corthals. "Ieder mens heeft zijn verhaal. In de therapie komt dat naar boven, vaak associatief, verbrokkeld en onaf omdat delen te moeilijk te drogen of te vertellen zijn. Toch moet de patiënt op een of andere manier met zijn verhaal leren leven. Dus 'herschrijf' je dat verhaal: je maakt de brokstukken tot een geheel, om de patiënt weer heel te maken. Het 'verhaal' geeft zin en betekenis aan ons leven, zeker als dat leven moeilijk te leven is.

Lezen doe je om de ander te begrijpen, jezelf te herkennen en om troost te vinden. Omdat ik zelf sterk gericht ben op het narrative aspect van de patiënt, gebruik ik literatuur in de behandeling, door bijvoorbeeld gedichten aan te reiken. Gedichten bieden troost, net als therapie.

Psychiaters hebben -net als psychologen en psychotherapeuten- veel gemeen met schrijvers, vervolgt Corthals. "Beiden proberen de menselijke ziel te doorgronden. Ze delen hetzelfde object, maar benaderen het via een andere methode. Een schrijver heeft, denk ik, betere zintuigen dan een psychiater die alles beziet door zijn theoretische bril. Een schrijver probeert onbevangen -als het ware voorwetenschappelijk- te begrijpen wat zich in de ziel afspeelt. Hij vaart op intuïtie. Ik denk dat je met die houding het verst komt, wil je iemand echt kunnen begrijpen."

De psychiater en dichter H.C. Rümke (1893-1967) was een van de eerste Nederlandse psychiaters die zich liet inspireren door de belletristie. Hij liet zijn arts-assistenten vooral de grote Russische schrijvers uit de negentiende eeuw lezen, waaronder vooral het werk van Dostojevski. Wat is de 'literaire basisbagage' voor de psychiater in wording?

“De Russische schrijvers verdiepten zich als eersten in de menselijke ziel”

"Welke literatuur inzicht kan verschaffen of steun kan bieden, hangt af van de patiënt en het type assistent waar je mee te maken hebt," aldus Corthals. "Je kunt wel een lijstje maken van aandoeningen die in de literatuur beschreven zijn en dan denk je bij dementie bijvoorbeeld direct aan Hersenschimmen van Bernlef. Maar als je zoekt naar de beste beschrijving van schizofrenie, wordt het al moeilijker.

De Russische schrijvers uit de vorige eeuw waren in Europa de eersten die zich verdiepten in de verschillende betekenislagen van de menselijke ziel. Zij waren het ook die schizofrenie al goed beschreven hebben voordat de wetenschap er greep op kreeg, want destijds was er nog maar heel weinig kennis over psychiatrische aandoeningen."

De waanzin van alledag werd al beschreven voor de verschillende aandoeningen binnen de psychiatrie helder werden afgebakend, stelt Corthals. Voor hem was Rümke de sleutel tot zijn beroepskeuze. "Rümke probeerde de patiënt werkelijk van binnenuit te begrijpen en gebruikte daarbij beschrijvingen uit de literatuur. In de literatuur vind je de voorwetenschappelijke vorm van waanzin en alle andere psychische gedragingen."

De eerste psychoanalytici en de grote schrijvers van de twintigste eeuw lieten zich wederzijds inspireren. Geen Freud zonder Goethe, geen Jung zonder Hesse. Maar ook geen Virginia Woolf of James Joyce zonder Freud. Psychisch getroebleerde schrijvers boden met hun werk een inkijkje in de ziel. Toch kan de relatie tussen schrijvers en psychiaters ook flink botsen.

“Nabokov had een hekel aan Freud”

"Freud gebruikte de literatuur om zijn theorieën te ontwikkelen. Andersom is vanuit de diepte-psychologie het proces van 'vrije associatie' in de literatuur terecht gekomen, zoals in *The Waves* van Virginia Woolf en *Ulysses* van James Joyce.

Virginia Woolf is extra interessant, omdat zij literair zeer begaafd was én aan een manisch-depressieve stoomis leed, die ze heeft beschreven. Maar wil je die kennis duiden, dan kom je al snel terecht bij het 'genie- en waanzinprobleem': komt genialiteit voort uit waanzin, of waanzin uit genialiteit?

Psychiaters interesseren zich beroepsmatig voor elk gedrag dat buiten de norm valt. En een kunstenaar is 'abnormaal' begaafd. Er waren psychiaters die meenden dat alle kunstenaars per definitie ontwikkelingsgestoorde persoonlijkheden waren. Daarom had Nabokov, de schrijver van *Lolita*, zo'n hekel aan Freud, 'de kwakzalver uit Wenen' die hem binnen het psychoanalytisch raamwerk duidde als pedofiel.

Biografen zijn daarom huiverig om psychologische inzichten te gebruiken in hun werk. Ik vind dat je wel mag schrijven over de psychologische achtergrond van een schrijver. Maar je moet daarbij wel het kunstwerk intact laten. Woolf was een literair genie, dat zij ook leed aan depressies is van secundair belang."

Vroeger kreeg je als student de grote Russische meesters mee. Volgens Corthals is daar in de huidige tijd van verzakelijking nauwelijks nog ruimte voor. De literatuur deelt het andersplit in de concurrentie met andere media. Bovendien is indelen, rubriceren en verklaren belangrijker geworden dan begrijpen en betekenis verlenen in de psychiatrische wetenschap.

“De moderne arts leest minder”

"Er sprake is van een 'verzakelijking' in het vak. Als het gaat om schizofrenie bijvoorbeeld, is men tegenwoordig helemaal gefocust op het brein. In geen enkel psychiatrisch handboek kom je nog tegen wat een patiënt met een ziekte ervaart. Je leest alleen welke verschijnselen de arts kan waarnemen. De binnenwereld wordt als minder of niet relevant, weggelaten.

Corthals wijst erop dat 'diagnosemodellen' bestaan in het hoofd van de diagnost, niet van de patiënt. "Je kunt dit vak alleen leren als je mensen wilt proberen te begrijpen. Dat begrip haal je niet uit de vakliteratuur. Elke psychiater kan opzoeken wat de symptomen zijn van paranoia. Maar je leest in geen enkel vakboek 'hoe' je achterdochtig wordt. Wanneer ontstaat zo iets?" De moderne arts leest minder, merkt Corthals in zijn contacten met arts-assistenten. "Literatuur is mijn passie en dat komt onherroepelijk ter sprake in mijn coaching. Maar de ene assistent is er meer ontvankelijk voor dan de ander. Er bestaat een grote afstand tussen hen die de psychiatrie biologisch benaderen en zij die meer beschouwend gericht zijn. Vanzelfsprekend is die laatste groep wat meer geïnteresseerd in literatuur. Ik stimuleer arts-assistenten wel altijd iets te lezen over de beleevingswereld van patiënten, al is het maar Rümkes standaardwerk."

De literatuur van honderd jaar geleden verhaalt van vrouwen die leden aan 'hysterie' en van mannen die 'zenuwziek' waren. Kwalen die we nu niet meer kennen. Ziektes komen en gaan, of krijgen een nieuwe naam. De literatuur verbeeldt de tijdgeest en reflecteert hoe onze normen veranderen ten aanzien van de psychiatrie, de maatschappij en de literatuur zelf.

“Ego-documenten helpen psychiatrische aandoeningen uit de taboesfeer”

"Zenuwziekte was een verzamelnaam voor alles van angst tot depressie toen de nosologie nauwelijks ontwikkeld was. Sommige ziektes krijgen een nieuwe talige expressie: was je twintig jaar geleden overspannen; nu ben je burnt out. Toen Zola schreef over alcoholisme en Dostojewski over gokken, ging dat nog op een naturalistische manier. Pas de laatste vijf decennia wordt over het 'ik' geschreven. Dit soort ego-documenten helpt psychiatrische aandoeningen uit de taboesfeer te komen. Zo was een oorlogstrauma vroeger nog een persoonlijke zwakte, inmiddels is shell-shock een erkende psychiatrische stoornis."

De psychiatrie hangt nauw samen met context en omgeving, vervolgt Corthals. "Sommige ziektes en symptomen horen bij een bepaalde tijd en cultuur. Anorexia Nervosa zie je niet in Afrika en behalve bij Kafka lees je er niets over in de vroegere literatuur. Elke tijd kent zijn eigen ziektemode. De psychiatrie loopt daarbij altijd achter maatschappelijke ontwikkelingen aan. Dat gegeven vind ik razend interessant."

Zo is er nu in Japan een nieuwe psychische aandoening, hikikomori. Tieners blijven dan maandenlang op hun kamer zitten, om zich af te sluiten tegen de prestatiedruk. Niets heeft hen op dat idee gebracht en toch vertonen al die mensen op een zeker moment hetzelfde gedrag. Waarom gebeurt dat? Het is wachten op een literaire roman om het fenomeen hikikomori beter te kunnen begrijpen."

Door Rosali de Hart

