

■ Betekenis in de psychose

Age Niels Holstein

In deze lezing ga ik aandacht besteden aan betekenis en psychose. Om te beginnen is het belangrijk een onderscheid te maken tussen betekenis *in* psychoses en betekenis *van* psychoses. Daarmee corresponderen twee verschillende vragen, respectievelijk hoe betekenis in psychoses tot stand komt en welke betekenis een psychose heeft in en voor je leven. Hoewel ik me voornamelijk op de eerste vraag ga richten, zal ik beknopt aan het einde van deze lezing ook de tweede vraag aan bod laten komen.

Het is mijn doel om met deze lezing een pleidooi te houden voor meer theoretische reflectie over betekenis in psychoses. De systematische uitwerking daarvan vindt plaats in een *betekenistheorie*. Ik zal zowel de fenomenologie als de semiotiek onderzoeken op hun bruikbaarheid om richting te geven aan de door mij gewenste theorievorming. Overigens zal ik niet alleen *in abstracto* spreken over betekenis in de psychose, maar ook illustreren en toelichten hoe betekenisvorming in zijn werk gaat aan de hand van twee tekstfragmenten; een van eigen hand, het ander van Wouter Kusters. Vervolgens wil ik demonstreren hoe je de resultaten van een dergelijke tekstanalyse kan onderbrengen in een theorie van psychologische betekenisvorming. Na deze theoretische vingeroefeningen zal ik de confrontatie met mijn eigen ervaringen met psychose aangaan en ten slotte spreken over hoe het is om daarvan te herstellen.

Ik wil allereerst de achtergrond schetsen van mijn theoretische belangstelling voor psychoses. Na mijn studie algemene literatuurwetenschap zou ik als aio een proefschrift gaan schrijven over betekenisvorming in de poëzie van dada en het Duits expressionisme. Niet lang na mijn aanstelling aan de universiteit raakte ik echter in een ernstige psychische crisis die ongeveer drie jaar duurde. Hiervan was ik anderhalf tot twee jaar lang ernstig depressief. Ik verwaarloosde mijzelf. Er waren periodes dat ik mijn bed niet meer uitkwam. Dit leidde uiteindelijk tot een opname. Toen ik uit de depressie oprabbelde kwam ik vervolgens terecht in een psychose.¹

¹ Op basis van mijn ervaringen heb ik het literaire verhaal *Een brandende aap* (De Graaff, 2018) geschreven.

Als je deze reeks beschouwt – eerst depressie, daarna manische psychose – is het niet verrassend dat ik de diagnose ‘bipolaire stoornis’ kreeg. Het verbaast me evenmin dat ik, op grond van deze diagnose, lithium als medicatie kreeg voorgeschreven. Wat mij wel verbaasde is dat er in mijn behandeling amper aandacht werd geschonken aan de vraag wat nu de betekenis was van de psychische toestanden waarin ik verkeerde. Ik wilde heel graag met mijn psychiaters spreken over wat er met mij aan de hand was. Dat leek mij ook van belang voor mijn behandeling. Toch werd er geen ruimte gereserveerd voor zo’n soort gesprek. De betekenis van wat ik meemaakte werd systematisch verwaarloosd en dat frustreerde mij zeer.

De behandeling die ik kreeg op grond van mijn diagnose was hierdoor vooral objectiverend en medicaliserend. Het instellen van medicatie was althans een belangrijk deel daarvan. Ik ben geen tegenstander van medicatie, maar een therapie die beperkt blijft tot het geven van medicatie, stelt inhoudelijk weinig voor. Toen ik uit de psychische crisis kwam, kreeg ik een theoretische belangstelling voor de psychiatrie en psychologie. Ik kwam tot de conclusie dat de verwaarlozing van de betekenis in mentale toestanden een gevolg is van de huidige dominante wetenschappelijke oriëntatie van deze disciplines. Zowel de psychiatrie als de psychologie lijken niet goed op de hoogte van actuele wetenschappelijke discussies over betekenisvorming.

Dit is frappant, omdat als we de DSM bestuderen, we kunnen constateren dat veel gehanteerde termen een betekenis­theorie vooronderstellen. Een goed voorbeeld is het diagnostisch criterium dat je in de psychose ‘bizarre ideeën’ hebt. Het gaat om voorstellingen, gedachten of ‘wanen’ die geen relatie onderhouden met de werkelijkheid. De studie van de relatie tussen wat je denkt en de realiteit is de kern van een betekenis­theorie. Ik citeer een omschrijving van de psychose van de invloedrijke psychiater Kapur, die kenmerkend is voor het ontbreken van theoretische reflectie over betekenis­relaties in de psychiatrie: ‘Patients with psychosis seek help because of disturbing experiences, odd beliefs, altered perceptions and distressing emotions.’² Verwijzingen naar ‘vreemde opvattingen’ zijn schering en inslag als het gaat over psychoses. De psychiatrie zou op zijn minst moeten expliciteren wat zij precies verstaat onder een begrip als ‘een opvatting’ of een ‘idee’ (‘belief’). Op grond waarvan kun je vaststellen dat een idee, vreemd, waar of onwaar is? En wat is de relevantie daarvan voor de psychose? Kapur beschrijft een psychose dus in termen van betekenis, maar hij onderbouwt dat niet in een betekenis­theorie.

² Shitij Kapur, ‘Psychosis as a state of aberrant salience: A framework linking biology, phenomenology, and pharmacology in schizophrenia.’ *American Journal of Psychiatry*, 2003, 160, p. 13.

In de psychiatrie is de standaard opvatting dus dat wanen, hallucinaties en bizarre ideeën blijk geven van een verstoorde relatie tussen het denken, de ervaring én de werkelijkheid. Die verstoring zou worden veroorzaakt door de psychose. Als je ervan uitgaat dat er sprake is van een verstoorde betekenisrelatie, hoe zou je die dan kunnen beschrijven? Ik wil beknopt weergeven hoe respectievelijk de *fenomenologie* en de *semiotiek* dat doen.

De fenomenologie beschouwt mentale toestanden, waaronder dus ook psychoses, als de drager van betekenis. Mentale toestanden kenmerken zich door hun *intentionaliteit*. Die intentionaliteit houdt in dat de mentale toestanden *gaan over* iets in de werkelijkheid.³ Een opvatting of een geloof onderhoudt een relatie met iets in de werkelijkheid. Maar dit geldt bijvoorbeeld ook voor angsten. Als je in een angst terecht komt, dan ben je bang *voor iets*; de angst gaat dus over iets in de werkelijkheid.

De fenomenologie is niet de enige (filosofische) discipline die theoretisch nadenkt over betekenisvorming. Een andere benadering van dit onderwerp biedt de *semiotiek*. Volgens de semiotiek is betekenis een eigenschap van een *teken-systeem*. De mentale toestanden zijn dus niet zelf de dragers van betekenis, maar de betekenis ontstaat uit het onderlinge verband tussen tekens. De betekenis komt tot stand doordat de geest of de psyche tekens op een bepaalde manier ‘gebruikt’. Hierdoor wordt de inhoud van je gedachten gevormd, en die verwijst op een bepaalde manier naar de werkelijkheid.

In de theorie van psychologische betekenisvorming die mij voor ogen staat maak ik gebruik van beide benaderingen en zoek ik een tussenpositie. Ik spreek over psychische processen die betekenis vormen, maar ik beschrijf ze tegelijkertijd als tekensysteem. Wat die tussenpositie concreet inhoudt kan ik wellicht het beste illustreren aan de hand van een beschrijving en analyse van (mijn eigen) psychotische ervaringen. In een psychose ervaar je een snelle stroom van gedachten, indrukken en gevoelens die bovendien in een bijzondere relatie met je omgeving staan. Het lijkt wel of alles voortdurend aandacht vraagt en betekenis heeft, waardoor je overweldigd kunt worden. Emotioneel is deze toestand niet homogeen. Zelf heb ik zowel de euforie van de psychose meegemaakt, de roes waarin alles betekenis heeft, als diepe angsten uitgestaan. Zo dacht ik op

³ Edmund Husserl, de grondlegger van de fenomenologie, heeft dit fundamentele begrip geïntroduceerd. De hier gegeven omschrijving is sterk beïnvloed door de definitie van intentionaliteit door J.R. Searle (1983): ‘As a preliminary formulation we might say: Intentionality is that property of mental states and events by which they are directed at or about or of objects and states of affairs in the world.’

een gegeven moment dat de atoombom viel. Ik vluchtte naar mijn badkamer. Daar kreeg ik in een soort grootheidswaan de gedachte dat ik die bom op kon vangen en zo de wereld van de ondergang kon redden.

Net als Paul Moyaert elders in deze bundel geloof ik niet dat de individuele gedachte-inhoud onderscheidend is voor de psychose. Het gaat meer om de stroom, de structuur, de vorm die de vele, elkaar in rap tempo opvolgende associaties aannemen. In die stroom ga je volledig op en dat leidt tot een verlies van jezelf. Dat wil ik verder uitleggen aan de hand van twee tekstfragmenten. Ik begin met een fragment uit *Een brandende aap*, waarin mijn literaire alter ego Koert zich in een politiecel bevindt en weldra afgevoerd zal worden.

Zijn ogen tastten de wanden van de cel af. Allerlei details vielen hem op: oneffenheden, putjes in de muren, het lijnenspel van namen en tekeningetjes. Zijn blik sprong van het ene punt naar het andere. Als hij drie opmerkelijke markeringen had aangeraakt met zijn ogen – maar het konden juist ook geniepig verscholen punten zijn – dan zocht hij een duidelijk teken dat de drie punten kon samenbinden. Zo ging hij de hele ruimte door en op een gegeven moment was de politiecel via een herhaald toegepaste drieslag geheiligd.⁴

Dit was mijn mentale ‘wiebelen’.⁵ Het fragment illustreert vooral hoe snel de aandacht heen en weer springt in een psychose. Ik wil ook stilstaan bij twee zinsneden: ‘zijn ogen *tastten* de wanden van de cel af’ en ‘als hij drie opmerkelijke markeringen had *aangeraakt* met zijn ogen’. Aan deze formuleringen zien we dat er in de psychose een verband kan ontstaan tussen het visuele en het tactiele: aanraken met de ogen. Ik denk dat het vaak voorkomt in psychoses dat er een soort versmelting van indrukken uit verschillende zintuiglijke domeinen plaatsvindt.

Het einde van het fragment belicht een ander aspect: ritualisering. Ik, of liever gezegd mijn alter ego Koert, zat in de cel en ging de situatie op een religieuze manier duiden. Mensen die in een psychose raken, trachten vaak hun vervreemdende ervaringen samen te vatten in een of ander cultureel schema. Niet zelden is dat de religie.

⁴ Age Niels Holstein, *Een brandende aap*. Utrecht: De Graaff, 2018, p. 18.

⁵ Ik verwijst naar het in deze bundel opgenomen artikel van Paul Moyaert, ‘Gezondheid in de waanzin’.

Ik ga naar het volgende fragment, de ‘Overture’ uit Wouter Kusters’ *Filosofie van de waanzin*:

Bloed is reëel, de schande kan niet worden uitgewist. Ja, het is een rollenspel, maar wel serieus. Iedereen moet er een keer aan geloven, nu is het mijn beurt om gekruisigd te worden. Dat was het kabaal dat ik hoorde, de buurman was niet zomaar wat aan het timmeren. Hij liet me daarmee weten dat hij me steunde, dat hij een mooi kruis aan het maken was waar ik tegenaan gespijkerd zou worden. Ja, hij had er zelf ook aan gehangen. Hij was toch niet voor niets laatst een paar weken in het ziekenhuis geweest? Dat was zijn tour of duty geweest. Nu ben ik opgeroepen. At your service! Pim deed ook een waanzinnige goocheltruc, zonder kruis, om snaaks de islam te helpen. En nu ik, ik heb nog altijd het geheime wapen van het groen. Daar zitten ook de planten en schimmelculturen bij. Als je je daar eenmaal in gaat verdiepen!⁶

Laten we de eerste zin bekijken: ‘bloed is reëel’ wordt direct gecombineerd met het begrip *schande*. Een psychoanalyticus zou hier wel raad mee weten. Bloed-schande is incest. ‘Het is een rollenspel, maar wel serieus.’ Het fragment beschrijft hoe Wouter per ambulance wordt afgevoerd. Het sluit dan ook zeer goed aan bij het vorige fragment, want ook Koert zal na zijn verblijf in de politiecel in een ambulance vervoerd worden naar de inrichting. De Wouter in dit fragment interpreteert dat er sprake moet zijn van een soort rollenspel. Het illustreert dat gebeurtenissen of situaties in een psychose vaak een extra betekenis krijgen. Soms lijken ze de expressie van iets anders te zijn, van een ‘diepere’ laag. Die betekenis kan sociaal niet acceptabel of gebruikelijk zijn, waardoor hij door anderen niet wordt begrepen en er zelfs een conflict kan ontstaan.

In de zin ‘ik moest eraan geloven’ zie je een verschuiving in de betekenis. ‘Ergens aan moeten geloven’ betekent in de context van het fragment dat het nu Wouters beurt is. Maar in dezelfde zin wordt ‘geloven’ geladen met de religieuze betekenis van dit woord. De combinatie van ‘bloed’ en ‘geloven’ leidt dan tot de associatie met een kruisiging. Ook interessant is het woord ‘kabaal’. Een beschikbaar Nederlands woord om lawaai aan te duiden, in eerste instantie. Maar in de klank is een sterke associatie aanwezig met de *kabbalah*, de Joodse geheime leer. Deze lezing lijkt misschien ver gezocht, maar is naar mijn mening toch gerechtvaardigd.

⁶ Wouter Kusters, *Filosofie van de waanzin*. Rotterdam: Lemniscaat, 2014, p. 51.

digd omdat voor dit fragment de relatie tussen Joden en Nazi's pregnant wordt gethematiseerd. Wat deze frases laten zien is dat in de associaties een religieus interpretatiekader wordt geïnstalleerd. Die installatie heeft een tijdelijk karakter en maakt deel uit van de psychotische roes. Andere tijdelijke interpretatiekaders kunnen volgen. Maar zolang het aanwezig is vult zo'n interpretatiekader de details die in de psychose de aandacht trekken met betekenis.

De tijdelijkheid zien we in dit tekstfragment ook, omdat na het religieuze schema ook een *militair* schema wordt ingeschakeld. Dat begint met *Tour of Duty*, destijds een populaire tv-serie over de Vietnamoorlog, en wordt via de gevlugelde woorden 'at your service' geassocieerd met de vermoorde politicus Pim Fortuyn. 'Fortuyn' wordt hier in al zijn symboliek opgevat als 'lot dat moet worden ondergaan': ook Pim Fortuyn was een Christus – en zo zijn we terug bij de religie.

Het gaat nu niet om de vraag of deze interpretatie juist of onjuist is. Wat ik veeleer wil laten zien, is dat je in de psychose in een verhevigd semantisch universum komt te leven, waarin allerlei dingen opflitsen en je aandacht vragen of die je vervolgens via voor handen zijnde culturele schema's tijdelijk tracht te interpreteren: er treedt *semantisering* op. In mijn eigen psychose dacht ik op enig moment dat ik de 'laatste profeet' was. Deze (zelf)interpretatie was maar tijdelijk van aard en maakte plaats voor andere. Het nut van de interpretatieve schema's is dat het *gebruik* ervan een ordening biedt aan ervaringsstructuren die jezelf in een grenssituatie plaatsen. Losse uitspraken in een gesprek kunnen die ervaring tot uitdrukking brengen. Het pragmatisme in de psychose maakt de waarheidswaarde hiervan irrelevant. Mij confronteren met vragen als 'hoe weet jij dat jij de laatste profeet bent?' zou op dat moment niet zinvol zijn geweest.

Kort samengevat: de dingen springen eruit, ze vragen je aandacht. De reeds genoemde psychiater Kapur omschrijft dit als de ervaring van 'aberrant salience'.⁷ Datgene wat in een psychose 'op afwijkende wijze opvalt' wordt geïntegreerd in soms heel complexe betekenispatronen binnen geselecteerde culturele schema's.

Nu moet ik wel een kritische kanttekening plaatsen bij de methode die ik zojuist heb ingezet. Want heb ik door bovenstaande fragmenten te analyseren wel, zoals ik het heb doen voorkomen, psychische processen geïnterpreteerd? Gaat het hier niet veeleer om literaire teksten in plaats van de psychische feiten zelf? We hebben te maken met gepubliceerde teksten die niet als naakte feiten psychische

⁷ Kapur (2003), p. 15.

processen weergeven. De betekenis van deze teksten is afhankelijk van allerlei conventies die in de communicatie tussen een auteur en een lezer van dit soort teksten van kracht zijn. Als literatuurwetenschapper lijk ik mezelf om deze reden terug te moeten fluiten.

Toch meen ik een dergelijke analyse wél te kunnen en misschien zelfs te moeten doen, omdat betekenisvorming altijd *multidimensionaal* is. Betekenisvorming komt tot stand in diverse contexten die op elkaar inwerken. De context waarin een tekst gelezen wordt bepaalt de betekenis. Maar een tekst blijft ook wel degelijk afhankelijk van de psychische context, waarbinnen hij ontstaan is of waarvan hij een verslag biedt. Een tekst kan als bron gelezen worden, maar dus niet naïef. De gelaagdheid van de diverse contexten die de betekenis hebben gevormd moet in een methodische analyse blootgelegd worden.

Deze overwegingen brengen mij bij een technischer, theoretisch deel van deze lezing. Ik heb het gehad over de verspringende aandacht, die zo belangrijk is in de psychose. Zoals ik al benadrukte gaat het eerder om patronen of structuren in de psychische processen dan om de inhoud ervan. In zoverre het gaat om formele relaties, of het nu in psychische processen of in literaire teksten is, zou de semiotiek spreken van de *syntaxis*; in alledaagser Nederlands zouden we zeggen dat er sprake is van een grammatica. Welnu, in een psychose is heel opmerkelijk dat de aandachtsstructurering qua patroon in een psychisch proces op een bepalende manier *anders* is. Aandacht speelt in psychische processen een bemiddelende rol tussen jezelf als degene die ervaart wat je denkt of ziet en datgene wat je denkt of ziet. En we gaan er dan meestal van uit dat dit ons rechtstreeks in contact brengt met de werkelijkheid. Voor zover aandacht deze bemiddelende functie heeft, is ze betekenisvormend. Er wordt ontzettend veel onderzoek gedaan naar aandacht, met name in de cognitieve psychologie en de neurowetenschappen. Maar er is zeer weinig onderzoek naar het betekenisvormend karakter van aandacht.

In een theorie van psychologische betekenisvorming zou ik willen uitgaan van het begrippenpaar *aandacht* en *concentratie*. Aandacht is een vormaspect van ons bewustzijn. We kunnen hierin tenminste twee dimensies ontwaren. Om te beginnen heeft aandacht een ruimtelijke aspect. Aandacht heeft altijd een *kader*. Een klassieke metafoor die vaak wordt toegepast maakt dit inzichtelijk. Aandacht werkt als een *zoeklicht* binnen een kader. In empirisch onderzoek naar visuele aandacht wordt bestudeerd hoe groot de omvang van dit zoeklicht is. Daaruit blijkt dat dit kan variëren. Behalve ruimte is ook tijd een dimensie van aandacht. Dat manifesteert zich in een *ritme*. Hoe je je aandacht verdeelt is onderhevig aan temporele fluctuatie. Binnen deze dimensies van tijd en ruimte

vertoont de aandacht nog een andere vorm van complexiteit. De aandachtstructuur is namelijk aanwezig in alle zintuigelijke domeinen. Ik gebruik hiervoor het begrip ‘modaliteit’.

In psychische processen zien we combinaties van verschillende ‘aandachtsoriëntaties’ in de modaliteiten die gezamenlijk een profiel opbouwen. Dit gebeurt onder andere door je te concentreren. Dit lijkt abstract, maar een concreet voorbeeld kan dit verhelderen. Wanneer we naar muziek luisteren, willen we onze aandacht richten op de auditieve modaliteit en niet op de visuele omgeving. Zo zien we ongeschoolde of onervaren zangers die in *The Voice of Holland* de bühne bestijgen vaak de ogen sluiten, vermoedelijk om zich te concentreren op de muziek. Ze willen voorkomen dat ze afgeleid worden door iets dat in het visuele domein hun aandacht trekt. Ik zou concentratie dus willen definiëren als de constructie van aandachtsprofielen, meestal gekoppeld aan een bepaalde taak of handeling. De stelling die ik daaraan wil verbinden is dat bewustzijnstoestanden gekenmerkt zijn door hun specifieke aandachtsprofielen. Een psychose heeft een heel specifiek aandachtsprofiel. In de hectische ritmiek van snelle aandachtwisselingen, ben je niet goed meer in staat functionele aandachtsprofielen op te bouwen, die nodig zijn om taakgericht te handelen. Bovendien lijkt een ervaring van jezelf – een subject-georiënteerde aandachtstructurering – verzwakt te worden, of zelfs niet langer aanwezig, door de aandacht trekkende objecten in je omgeving.

Deze structuurkenmerken bepalen de opbouw van psychotische aandachtsprofielen. Om te beginnen dus een sterke gerichtheid op de buitenwereld. De bespreking van de twee fragmenten liet zien dat je in een psychose sterk *object-georiënteerd* bent. Je verliest jezelf als het ware in de stroom indrukken die allemaal aandacht vragen en je bent je daardoor niet meer zo sterk van jezelf bewust. In de tijd is er de snelle stroom van associaties, maar binnen het kader van je aandacht kunnen dingen een bijzondere, acute scherpte verkrijgen. Ik herinner me bijvoorbeeld dat, toen ik in mijn psychose een keer naar de televisie keek, de contouren van de mensen op het scherm zo scherp waren dat ze naar voren leken te komen, in de derde dimensie.

Het merkwaardige aan psychotische aandachtsstructurering is nu dat formele eigenschappen als deze ook een semantische waarde verkrijgen. Je zit in de stroom, details vallen je veel meer op dan in een ‘normale’ psychische toestand, en daar ga je betekenis aan verlenen. Daarbij kunnen dus ook fusies optreden tussen modaliteiten, zoals in het voorbeeld dat ik eerder gaf over zicht en tast. Die ervaring kan een vorm van synesthesie aannemen. De resulterende rijkdom aan betekenis kan voor degene die erin wordt ondergedompeld zowel euforisch

als diep bedreigend zijn. In ieder geval gaat de versterkte oriëntatie op objecten gepaard met een afname van de mogelijkheid je te concentreren op wat je wil doen. De aandachtoriëntaties zijn hiervoor in de hectiek te zeer verstrooid. Dat kan vanzelfsprekend allerlei maatschappelijke consequenties hebben, als je gedrag hierdoor niet langer sociaal aangepast is.

Wanneer de psychiatrie deze mentale toestand karakteriseert als ‘aberrant salience’, dan tracht ze die in de regel één op één te koppelen aan neurofysiologische toestanden. De veranderde betekenisvorming wordt toegeschreven aan de onderliggende neurofysiologie. Iets anders geformuleerd: de psychotische betekenisvorming zou voldoende te verklaren zijn als een symptoom van een stoornis die in wezen in het brein te vinden is. Wat ik daartegenover stel is dat aandacht qua syntaxis niet uitsluitend kan en moet worden begrepen als een materieel effect. Betekenisvorming kan niet volgens een causaal principe gereduceerd worden tot neuro-chemische processen. Ik heb, zowel in de praktische analyse van de tekstfragmenten als in de theoretische uitweiding die ik zojuist heb gegeven, willen demonstreren dat je de neurowetenschappen ook helemaal niet nodig hebt om die betekenisvorming adequaat te kunnen analyseren. Daarvoor kunnen we gebruik maken van fenomenologische of semiotische begrippen, mits de methodologische *caveat* in acht wordt genomen, dat we rekening moeten houden met betekenis in een communicatieve, bijvoorbeeld literaire, context en we die dus niet zonder meer als een directe expressie van psychische processen zelf kunnen beschouwen.

Er is nog een reden om kritisch om te gaan met de psychiatrisch-wetenschappelijke ambitie om aberrant salience aan bijvoorbeeld overactiviteit van het dopaminesysteem in de hersenen te koppelen. Salience is iets wat opvalt omdat het afwijkt. Aberrant salience is dus pleonastisch. Een ‘afwijkende afwijkendheid’. Een rechtstreekse koppeling aan de werking van het dopaminesysteem zou impliceren dat er een objectief verschil zou zijn tussen ‘normale’ afwijkendheid en ‘afwijkende’ afwijkendheid. Dit lijkt onmogelijk, omdat de afwijkendheid contextafhankelijk is en dus niet causaal gedetermineerd kan worden door een kenmerk van een neurochemisch proces. Het verschil tussen ‘normale’ afwijkendheid en ‘afwijkende’ afwijkendheid kan niet objectief gefundeerd worden, omdat salience zelf contextafhankelijk is en wat die precies inhoudt ook geïnterpreteerd moet worden en daarmee niet objectief vastgesteld.

Hiermee wil ik niet beweren dat de hersenen geen rol van betekenis spelen. Zonder hersenen zou er van betekenisvorming überhaupt geen sprake zijn. Maar uit het feit dat de hersenen een noodzakelijke voorwaarde voor betekenisvorming zijn, mogen we geenszins afleiden dat ze er ook de voldoende voorwaarde voor

vormen. Betekenisvorming mag niet tot dit of dat systeem in deze of gene toestand van het brein worden *gereduceerd*. Daar komt bij dat naast de hersenen ook de psychologische context en de sociale context belangrijke noodzakelijke voorwaarden voor betekenisvorming zijn. Een goede betekenisstheorie en daarbinnen een specifieke theorie van psychologische betekenisvorming zijn nodig om hier genuanceerd en gedifferentieerd over te kunnen spreken.

Door een andere organisatie van het betekenisproces verandert de ervaring van jezelf in relatie tot de werkelijkheid. Dat begint bij de aandachtsstructurering en mondt in een psychose uit in semantisering. Slaat deze zienswijze nu niet terug op de normaliteit? Als namelijk onze ervaring van onszelf in relatie tot de werkelijkheid afhankelijk is van aandachtsstructurering, dan geldt dat even goed voor ‘normale’ ervaringen van onszelf. De meeste mensen die geen psychotische of depressieve episode hebben meegemaakt, denken dat zij zelf de bron zijn van hun gedachten, gevoelens, en ervaringen. De ervaring van een psychose of een depressie maakt verscherpt duidelijk dat dit eigenlijk niet het geval is. Elke ervaring is bemiddeld. Aandachtsstructurering is een fundamenteel psychisch proces dat die bemiddeling tot stand brengt. De ervaring van jezelf wordt, met andere woorden, *aanwezig gesteld* in een aandachtstructuur die in verschillende modaliteiten de relatie tussen jezelf en de dingen reguleert.

Dat betekent dat we de verhouding tussen normaliteit en abnormaliteit anders moeten gaan zien. We zouden zelfs kunnen stellen dat psychotische mensen niet ‘gek’ zijn; de relatie tussen jezelf en de werkelijkheid wordt alleen anders gestructureerd.⁸ Door de metaforen en associaties in de twee literaire fragmenten hierboven te volgen heb ik getracht dat laatste te laten zien. ‘Betekenis’ is dan ook geen monoliet. Niet alleen verhalen, die gestructureerd zijn rondom wat we eerst, vervolgens en tot slot (plannen om te) doen, zijn in staat betekenis te genereren. Eén blik in een poëziebundel is voldoende om ons daarvan te vergewissen. In een gedicht komt betekenis op een heel andere manier tot stand. Ook om deze reden pleit ik ervoor dat we veel scherper en accurater dan in de mainstream psychiatrie nu het geval is, moeten analyseren hoe betekenisvorming in psychoses en andere mentale toestanden tot stand komt. Dat zou het einde aankondigen van de verwaarlozing van betekenis, die nu wel eens endemisch lijkt in deze discipline.

⁸ Een implicatie van deze zienswijze is dat ik niet geloof dat er tussen het beginstadium van psychose, de zogeheten ‘prodromale fase’, en de manifeste ‘catastrofe’ zo’n grote breuk bestaat, waarvan Paul Moyaert in *Schizofrenie: Een filosofisch essay over waanzin* (2017) bijvoorbeeld wel uitgaat.

Wat zijn de implicaties van een dergelijke analyse voor een visie op het herstel van een psychose? Deze vraag wordt pregnant, wanneer we het standpunt dat iemand die in een psychose zit niet gek is doortrekken. Als de aandachtsstructurering namelijk niet gek of ziek maar anders is, waarvan zou iemand die eenmaal uit de psychose is dan nog moeten herstellen? Moeten we niet de kritische kanttekening plaatsen bij het gebruik van de notie herstel, bijvoorbeeld door de huidige herstelbeweging, dat het misschien onbedoeld bevestigt dat psychose een pathologische toestand is?

Dit vraagt dus om een bezinning op het gebruik van het begrip herstel. Als ik terugkijk naar mijn eigen ervaringen met psychose, in het bijzonder de nasleep, dan constateer ik dat ik van de psychose zelf niet heb hoeven herstellen. Het is even simpel als tautologisch: toen de psychose eenmaal over was, was ze over. Nee, ik moest met name herstellen van de ontwrichtende persoonlijke en maatschappelijke gevolgen van mijn psychotische episode.

Een van de belangrijkste zaken waar ik van moest herstellen na mijn psychose was de *angst voor herhaling*. Om terugval te voorkomen stond ik, in overleg met mijn psychiaters, toe dat naasten uit mijn sociale netwerk, wanneer zij vermoedden dat het weer de verkeerde kant op ging met mij, mijn psychiater mochten bellen. Dit vind ik op zichzelf een goede afspraak. De schaduwzijde ervan is wel dat de psychiatrie vaak tegelijkertijd die angst voor herhaling kan installeren en bestendigen. Vanzelfsprekend vanuit medicaliserende en diagnostische aannames. Praktijken en behandelingen die de psychiatrie hieruit afleidt kunnen dus iatrogene of in sommige gevallen zelfs pathogene effecten hebben.

Minstens zo ingrijpend voor mij waren de concrete maatschappelijke gevolgen. Zoals ik eerder vertelde werkte ik op het moment dat mijn psychische crisis aanbrak aan een proefschrift. Door mijn depressie en psychose raakte ik mijn baan als aio kwijt. Ik ervoer het bovendien als krenkend dat ik moest worden opgenomen en mijn sociale leven desintegreerde. Stel je voor hoe het ego van het elitaire academische mannetje dat ik toen was heeft geleden toen ik plotse-ling tussen de gekken zat! Na mijn psychose heb ik de grootste moeite gehad om van zulke ontwrichtende en krenkende ervaringen te herstellen, niet in de laatste plaats omdat ze een grondige wijziging van mijn zelfbeeld leken te eisen.

Wat verder een belangrijke rol heeft gespeeld is dat ik in die periode mensen van wie ik dacht dat ze goede vrienden waren ben kwijtgeraakt. Ik kende ook een vrouw met multiple sclerose die ik, in een van mijn – weliswaar vluchtige – wanen, meende te kunnen genezen. In mijn psychose had ik namelijk het idee opgevat dat schizofrenie, naar de etymologie van de ‘gespleten geest’, een strijd van de geest tegen de geest was en derhalve als een soort auto-immuunziekte

kon worden gezien, net als MS. En omdat ik dacht te weten hoe met schizofrenie om te gaan, geloofde ik deze vrouw ook wel te kunnen leren hoe zij van haar MS af kon komen. Voor doodgaan moest ze sowieso niet bang zijn, onderwees ik haar, want ‘dat gebeurt nu eenmaal’. – Als ik eraan terugdenk, stijgt het schaamrood me naar de kaken. Het moge duidelijk zijn dat ik de relatie met deze vrouw moest herstellen.

Binnen de gezondheidswetenschappen zijn er kritische geluiden over de vooronderstellingen over de verhouding tussen ziekte en herstel. Machteld Huber is met haar introductie van het begrip ‘positieve gezondheid’ een goed voorbeeld. Ze neemt op kritische wijze afstand van het engere, medische gezondheidsbegrip. Het predicaat ‘gezond’ zou er volgens Huber niet van moeten afhangen of je vrij van ziekte bent, maar gekoppeld moeten zijn aan de vraag of je zelf de regie hebt in je leven, je je goed voelt en functioneert in de samenleving. Hoewel met het begrip positieve gezondheid dus de scherpte van de tegenstelling tussen ziekte en herstel wordt gerelativeerd, kun je toch ook wel twijfels hebben of de toepassing van dit begrip op psychische gezondheid in alle opzichten geslaagd is. Weerspiegelt ‘zelf de regie voeren’ immers geen maatschappelijke norm, ten opzichte waarvan iemand die te stellen heeft met depressie of psychose haast per definitie negatief beoordeeld en derhalve ‘on gezond’ bevonden zal worden? Door van het medische naar het positieve gezondheidsbegrip over te stappen zouden we wel eens van de regen in de drup terecht kunnen komen.

Ik denk dat het begrip herstel losgekoppeld kan worden van gezondheid. We spreken ook over herstel van vermoeidheid of herstel van een teleurstelling. En daarbij is gezondheid niet in eerste instantie in het geding. Bij herstel van psychotische episodes staat denk ik veel meer op de voorgrond dat je in staat bent ingrijpende ervaringen te integreren in je leven. Dat kan los staan van gezondheid. Voor die integratie is het noodzakelijk een beter begrip te krijgen van wat er gebeurde. Inzicht in betekenisprocessen kan je daarbij helpen.

In deze lezing heb ik vooral aandacht besteed aan de betekenis *in* psychoses. Over de betekenis *van* psychoses in je eigen leven heb ik minder verteld. Toch veronderstel ik dat meer inzicht in de psychotische betekenisvorming als proces hiervoor ook belangrijk kan zijn. Ik hoop dat ik met deze lezing hieraan een bijdrage heb kunnen leveren.

Verder lezen

Holstein, Age Niels, *Een brandende aap: Verhaal*. Utrecht: Uitgeverij de Graaff, 2018

Huber, Machteld, e.a., 'How should we define health?' *BMJ Online*, 2011, [343](#), d4163

Kusters, Wouter, *Filosofie van de waanzin: Fundamentele en grensoverschrijdende inzichten*.

Rotterdam: Lemniscaat, 2014

Searle, J.R., *Intentionality: An essay in the philosophy of mind*. Cambridge: University Press, 1983