

## Oud en Nieuw

Hulp aan kankerpatiënten wordt soms geboden in multidisciplinaire teams, aangevoerd door psychologen. Zo'n team vind ik een goede zaak, tenminste als alle relevante disciplines deelnemen. Doorgaans schittert de filosoof echter door afwezigheid, en dat terwijl de problematiek juist hier filosofisch van aard is.

Men zegt wel dat ons 'echte ik' al in de baarmoeder conditionerende invloeden ondergaat. Na onze geboorte zet die conditionering pas echt goed door. Ouders koesteren hun mooie baby in een goedbedoeld omhulsel van geboden, verboden, straf, beloning, verwachting, normen en waarden, waarin van zijn oorspronkelijke kern weinig overblijft. De dwingende maatschappelijke eisen in het vervolgtraject maken het karwei van conditionering af. In een sluipend proces wordt het 'ware ik' doeltreffend omgevormd tot iets wat het oorspronkelijk niet was en wat het achteraf niet wil zijn.

Van oudsher zien psychologen de oorzaak van psychische problemen in de discrepantie tussen het oorspronkelijke en het geconditioneerde 'ik'. De remedie is dan: 'Op zoek gaan naar je ware ik' of 'redden van wat daarvan nog over is'. Een tijdrovende en vaak vruchteloze zoektocht naar het verleden. Een recentere psychotherapeutische stroming bewerkstelligt gedragsverandering effectiever, namelijk via een - quasi wetenschappelijke - therapie van *deconditioneren*: *afleren* van problematisch gedrag en *aanleren* van gewenst gedrag volgens een strak protocol.

De kankerpatiënt krijgt te maken met talloze problemen. Zijn leven ligt in puin, maar is hij een psychische patiënt? Is hij op zoek naar zijn 'ware' ik? Nee toch, hij verkeert in een existentiële crisis, waardoor zijn uitzicht op de toekomst is beneveld. Hij zoekt nieuwe antwoorden op oude levensvragen: hoe geef ik mijn leven nieuwe zin? Ook de kankerpatiënt kan hulp gebruiken bij het oplossen van zijn innerlijke problemen. Bij wie kan hij te rade gaan?

Ten onrechte worden problemen van allerlei aard welhaast automatisch in het psychologische vlak getrokken. De traditie verwijst dan ook iedereen – en dus ook de kankerpatiënt - naar een psychotherapeut. Deze zijn er in vele soorten en maten. Onderzoek wijst uit dat patiënten de keuze voor een bepaalde psychotherapie niet systematisch afstemmen op hun hulpvraag. Dat is voor het resultaat niet eens zo erg, omdat gunstige effecten meer afhankelijk blijken te zijn van de *persoon* van de therapeut dan van zijn *therapiemethode*.

Wat in die persoon bepaalt zijn succes of falen? Is er een verborgen factor in het spel? Het antwoord komt uit onverwachte, maar gezaghebbende hoek. Psychotherapeut Martin van Kalmhout stelt op grond van jarenlange ervaring, dat een goede psychotherapie niet anders is dan een *praktische levensfilosofie* ofwel een *modern zingevingsstelsel*. Zijn fundamenteel nieuwe concept voor de psychotherapeutische praktijk bestaat uit '*filosofische gespreksvoering van mens tot mens*'.

Hier blijkt de verborgen factor: de therapeut is effectief, niet vanwege zijn methode, zijn karakter of zijn persoonlijkheidstype, maar vanwege zijn perspectief van behandelen. Zijn therapie heeft slechts succes voor zover hij aangrijpt op de existentiële, en dus filosofische aspecten van de problematiek.

Als filosofisch consultant klinkt mij dit alles vanzelfsprekend in de oren. De oplossing van persoonlijke existentiële problematiek verdraagt geen ongelijkwaardige verhouding tussen een alwetende therapeut als professional en een onwetende patiënt als leek. Niemand kan op het terrein van existentiële vragen andermans antwoord voorzeggen. Hier zijn wij allemaal onze eigen professional en hier is de professionele filosoof de 'best mogelijke leek'.

Als zelfs de behandeling van psychische patiënten vanuit een filosofische context moet worden opgezet, geldt dat eens te meer voor de kankerpatiënt. Deze is primair *fysiek* ziek en wordt pas secundair geconfronteerd met een psychische problematiek die ...bovendien filosofisch van aard is.

Conditionering is een onontkoombaar en nuttig proces, dat leven mogelijk maakt. Dit mechanistische proces is echter slechts de basis voor vrij denken en handelen dat ons leven ten slotte bepaalt. Als wij verzeild raken in een situatie, waarin wij onszelf niet meer herkennen, dan geldt niet *deconditioneren*, maar *kiezen*. Niet voor *terug* naar oud, maar voor *vooruit* naar nieuw. Gelukkig Nieuwjaar.