

Humanide filosofische consultatie

Blauwdruk van mijn humanide praktijk

Humanide consultatie analyseert het verhaal van de cliënt, reconstrueert de achterliggende grondslagen en doet de cliënt opnieuw beslissen of zijn ideeën – bij nader inzien - nog relevant zijn. Een bepaalde problematiek verdwijnt als sneeuw voor de zon, indien de cliënt inziet dat zijn probleem / zijn gevoel afhankelijk is van achterliggende ideeën, waar hij niet meer achterstaat. Niet altijd schijnt het licht van het verhelderende inzicht zo fel en vaak is een meer genuanceerde oplossing nodig: de best mogelijke.

De filosofische consulent vermoedt zijn cliënt niet met ingewikkelde theorieën. Filosofische voorkennis is niet nodig, noch hoeft hij deze aan te leren. Praktische filosofie is nadenken over het eigen leven. Een vanzelfsprekende zaak dus. De cliënt moet wel tot zelfreflectie bereid en in staat zijn, en daarover eerlijk willen en kunnen praten. De cliënt vertelt zijn verhaal en de consulent biedt hem een luisterend oor. De consulent is op professionele wijze *betrokken* bij de problematiek, echter zonder daarin te verzinken. In die context is zijn houding belangstellend, acceptierend, vertrouwen gevend, niet oordelend, meevoelend en begrijpend, en...*niet* sturend of adviserend. Alles wat de consulent hoort, beziet hij vanuit zijn filosofische taak. De cliënt is autonoom en blijft verantwoordelijk voor zijn eigen keuze in handelen en denken.

Systematiek

Uit het voorgaande zal duidelijk zijn, dat de levensfilosofie fungeert als een soort bril waarvan de kleur bepaalt, hoe wij in ons alledaagse ongereflacteerd leven in de wereld staan: hoe wij de feiten waarnemen, wat wij ervaren, voelen of willen, hoe wij oordelen en / of handelen en kortom ook, hoe wij tegen onze problematiek aankijken. Het alledaagse intuïtieve handelen berust op gedachten en vanzelfsprekende ideeën, waarden en normen, en is gericht op een verscheidenheid van doelen. Het is de weg van binnen (gedachten) naar buiten (handelen).

Filosofische consultatie als grondslagenonderzoek volgt de omgekeerde weg. De cognitieve inhouden van de levensfilosofie zijn impliciet in het verhaal van de cliënt aanwezig. Samen met de cliënt is de consulent erop gericht de grondslagen daarvan te expliciteren en daardoor bespreekbaar te maken. Dit alles uiteraard alleen in de context van de problematiek. Hoe gaat dat in zijn werk?

Het proces van consultatie doorloopt een aantal fasen die niet noodzakelijk chronologisch verlopen. Het zijn denkstappen die in een periode van twee tot zes weken worden gezet, met verschuivende accenten. De voortgang wordt bepaald door het verhaal van de cliënt, maar de consulent bewaakt de continuïteit in de reflectie.

Achtereenvolgens komen de volgende stappen op enig moment en soms herhaald aan de orde: descriptie, materiële analyse, reconstructie, toetsing, alternatieven en keuze. Iedere fase geeft een eigen opdracht aan consulent en cliënt. Hierna volgt een korte karakteristiek van iedere fase.

Descriptie

De eerste stap in de consultatie is eigenlijk niet anders dan het verzamelen van empirisch materiaal. Het doel is het verhaal van de cliënt voor de consulent als ‘feit’ helder te krijgen. Het is belangrijk in te zien dat deze feitelijke beschrijving niet een beschrijving is van louter ‘feiten’, maar van een mengmoes van waarnemingen, ervaren feiten, feitelijke ervaringen, emoties, angsten, voorgevoelens, verwachtingen, oordelen, normen en waarden et cetera. De cliënt vertelt zijn verhaal en de consulent vraagt om verduidelijking, wat telkens in meer filosofische termen samen en checkt telkens of zijn weergave herkend wordt en als correct erkend wordt. Deze toets op de validiteit van de herformulering is een essentiële kwaliteitsbepalende factor. Na iedere fase zet de consulent de bevindingen op papier. Deze tekst dient ter bezinning en als uitgangspunt voor de volgende fase in de gesprekkenreeks.

Materiële analyse

Het vertelde verhaal is voor de consulent een ‘feit’ dat vraagt om analyse vanuit de vragen (1) wat is precies bedoeld en (2) klopt het verhaal in logische zin.¹ Ieder verhaal bestaat uit uitspraken die op een of andere manier ‘toetsbaar’ zijn. Een feitelijke uitspraak over de empirie kan op waarheid worden gecontroleerd door te ‘meten’.² Een waarderende uitspraak kan teruggevoerd worden naar hogere en hoogste waarden en normen.³ Conceptuele uitspraken gaan over de inhoud van begrippen en het netwerk daartussen. Omdat deze inhoud niet in de sterren

¹ De uitspraak: ‘Ik sla mijn vrouw nooit hard’ veronderstelt dat slaan is toegestaan. Is dat wat de cliënt bedoeld?

² De uitspraak: ‘Mijn vrouw is nooit thuis’ zal niet volledig waar zijn. Wat wordt bedoeld?

³ De uitspraak: ‘Ik wil niet dat mijn vrouw buitenshuis werkt, omdat het huisgezin de hoeksteen is van de samenleving’ vraagt om nadere uitleg. Betekent ‘buitenshuis werken’ onvermijdelijk een inbreuk op het principe van de ‘hoeksteen’?

staat geschreven, maar afhangt van de definiëring, liggen hier veel communicatiestoringen op de loer.⁴ Duidelijk zal zijn dat de veel uitspraken zowel feitelijk als waarderend zijn, en altijd conceptueel.

De consultant is na deze verhelderende analyse in staat, in dialoog met zijn cliënt, diens verhaal op een meer filosofisch niveau te brengen. Het resultaat is een 'nieuw' verhaal dat zich leent voor reconstructie van de 'bril' ofwel van (elementen van) de levensfilosofie. Ook hier vereist de validiteit dat de cliënt het geherformuleerde verhaal erkent als correct en herkent als 'waar'.

Reconstructie van het fundament

In deze fase gaat het om expliciet te formuleren wat impliciet en vanzelfsprekend het handelen, voelen en denken betreffende de problematiek van de cliënt bepaalt. Het reconstrueren van grondslagen vereist van de filosoof de nodige openheid, creativiteit en begrip van de problematiek. Het gaat om het vinden en formuleren van die absolute vooronderstellingen, die de 'feiten' voor de cliënt doen verschijnen als problematisch. De persoon die gelooft in 'vereffening' kan het sterven van zijn 'onschuldige' kind niet begrijpen en eigenlijk de hele wereld niet meer. Gevoelens van onrechtvaardigheid belemmeren hem zijn verdriet een nieuw plekje in zijn leven te geven. Erkenning van de gereconstrueerde grondslag, geeft de cliënt gelegenheid tot bezinning en heroverweging van zijn diepe aanvankelijk onbewuste overtuiging.

Toetsing op consistentie en relevantie

Na het gereconstrueerde 'feitenbeeld' is de volgende stap het kritisch beoordelen of de ideeën van de levensfilosofie nog een goed antwoord geven op de problematiek van de cliënt. Belemmert zijn eigen denken het vinden van een oplossing? Zou een andere manier van denken de problematiek kunnen oplossen?⁵

Met deze bezinning komt het filosofisch denken tot zijn hoogtepunt. Het eendimensionale denken *aan* de gebeurtenissen en *aan* de gevoelde malaise, verdiept zich eerst tot het achterhalen van 'weten wat je denkt', en gaat dan via 'filosofische' twijfel over in het *nadenken* over de houdbaarheid van datgene wat je gewoon bent te denken. Botsen de ideeën van mijn levensfilosofie mogelijk onderling of met mijn actuele handelen, gevoelens, ervaring, wensen of oordelen? Kan ik er nog wel met heel mijn 'hart' achter staan? Er treedt een spiegeling op of een soort verdubbeling in het denken, een *reflectie*, die denken maakt tot filosofisch denken. Praktisch filosoferen is denken over je eigen denken.

Deze zelfreflectie kan een moeizaam en pijnlijk proces zijn. Moeizaam, omdat het niet vanzelf en meestal niet zonder hulp gaat. Pijnlijk, omdat wij gehecht zijn aan de ons vertrouwde ideeën, zelfs als deze niet meer goed houdbaar zijn. Zoals alle gewoonten, laten ook denkgewoonten zich niet gemakkelijk veranderen.

Alternatieven

Na deze pijnlijke kritische fase onderzoeken de consultant en de cliënt samen alternatieve denkmogelijkheden op hun effect voor de problemen. Het sterven van een kind kan door geen enkel denkproces worden teniet gedaan. Wijziging van 'vereffening' in 'contingentie' doet de problematiek wel in een geheel ander perspectief verschijnen. De zekerheid dat er van 'schuld' geen sprake is, maar dat het sterven een stom ongelukkig toeval is, maakt de verwerking van het verdriet misschien gemakkelijker. Levensgeluk kan niet bestaan uit een totaal van 'gelukkige omstandigheden'. Wij moeten leren gelukkig te zijn, niet alleen met alle goede dingen, maar ook en juist met alle verdrietige dingen.

De effecten van alternatieve ideeën worden op hun consequenties besproken zonder 'stemadvies'. Hiermee is de eigenlijke consultatie afgeloten. De cliënt moet de rest zelf doen en dat betekent: een bewuste keuze doen.

Keuze

Startend met het achterhalen van 'weten wat je denkt' in relatie met zijn problematiek, via de twijfel aan voorheen vanzelfsprekende vooronderstellingen en het heroverwegen van alternatieven, staat de cliënt nu voor de keuze: 'wijzigen' of 'handhaven'. Of hij ontwerpt een nieuwe levenshouding, die de gebeurtenissen in een ander licht doet verschijnen, dan wel hij kiest voor de oude vertrouwde bril. Er zijn talloze mogelijkheden daar tussenin.

In alle gevallen geeft zelfreflectie winst. Door de bewuste autonome keuze van zijn 'bril', neemt de cliënt zijn leven in eigen hand. Het labiele evenwicht tussen 'gebeuren' en 'eigen handelen' verschuift naar een leven onder

⁴ De uitspraak: 'Mijn echtgenote behoort als goede huisvrouw ...' veronderstelt een bepaalde invulling van het begrip 'goede huisvrouw'. Welke?

⁵ De vrouw die op 12 jarige leeftijd moest kiezen voor de moeder die haar opvoedde of voor haar tot dan toe onbekende vader, koos voor haar moeder. Haar vader bleek later een heel aardige man te zijn en haar moeder geen echt warme moeder. Vele jaren knaagden gevoelens van spijt en schuld. 'Had ik maar...'; 'Eigen schuld, dikke bult, je hebt toch zelf gekozen!' Alleen al de vraag wat het begrip 'kiezen' betekent, deed haar beseffen dat van een echte keuze geen sprake was. Ten eerste kende zij haar vader toen nog niet, en ten tweede zou zij bij de keuze voor haar vader, haar moeder nooit meer mogen zien. Duidelijkheid over begrippen geeft helderheid over de 'feiten'. Misschien bleef de spijt, maar de schuld was verdwenen.

eigen verantwoordelijkheid, dat hierdoor, ook *ondanks* de problematiek weer leefbaar wordt. De mentale malaise die de cliënt eerst leek te overkomen, blijkt bij nader niet onafhankelijk te zijn van een eigen keuze. Het besef dat de bron van een gelukkig leven niet primair in de omstandigheden ligt, maar in ons eigen innerlijk, legt ons lot volledig in eigen hand. Zonder dit besef als resultaat van filosofische reflectie, blijft geluk afhankelijk van 'het gebeuren', en daarmee een loterij met meer nieten dan prijzen. En daar is het 'lot' van ons leven te duur voor.

Kwaliteitsbepalende factoren

Mijn systematiek claimt te zijn een open en creatief denkproces én tegelijkertijd een logisch geordende en ordenende activiteit. Dat de zoektocht naar de grondslag in dialoog met de cliënt wordt ondernomen is geen formaliteit, maar een kwaliteitsbepalend principe. Wat de consultant in de dialoog analyserend en creatief nadenkend reconstrueert als een grondslag van de praxis van de cliënt, dient door deze cliënt volledig te worden herkend en erkend. Ik noem dat in onderzoekstermen controle op validiteit. Deze toets garandeert dat mijn grondslagenonderzoek niet in een cirkel, maar in een spiraal verloopt. Mijn hermeneutische denkcirkel wordt doorbroken door de inbreng van de cliënt. Het protocol en de verslaglegging zijn in mijn visie noodzakelijke kwaliteitsbepalende factoren.

