

'Ieder mens
doet aan
psychologie'

(H.C.J. Duijker)

aldus wijlen Bert Duijker, de Amsterdamse psycholoog die ooit verantwoordelijk was voor de indeling van het vakgebied in verschillende subdisciplines.

Hoe doen niet-psychologen die dag in dag uit met mensen werken aan psychologie? In deze aflevering **Els Kleijn, algemeen directeur Jungiaans Instituut, Academie voor Dieptepsychologie.**



FOTO: LEONIE VAN DER LOCHT - HUIJBERS

DE MENS ALS IJSBERG

Bij het Jungiaans Instituut, Academie voor Dieptepsychologie, houdt men zich met 'de hele mens' bezig. Zo ook Els Kleijn. Aanvankelijk was ze er coördinator en werkte ze ernaast als therapeut in de dieptepsychologie, sinds kort is ze aangesteld als algemeen directeur. Het was voor haar een lange weg ernaartoe.

Aanvankelijk wilde Kleijn kinderarts worden. Maar dat viel tegen, ze vond dat de mens wel erg letterlijk ontleed werd, terwijl zij zich juist met de hele mens wilde bezighouden. Ze haakte definitief af toen ze in het tweede jaar ook nog de snijkamer in moest om in lichamen te

snijden. Van de weeromstuit is ze rechten gaan studeren.

Na haar afstuderen werkte ze een aantal jaar als jurist bij verschillende bedrijven. Toen ze kinderen kreeg, stopte ze met werken en ging vrijwilligerswerk doen. Ze werkte onder andere in een hospice. Na de cursus Praktische Psychologie bij de NTI (onderwijsinstelling, red.) die ze uit interesse volgde, wilde ze verder. Even overwoog ze een universitaire studie psychologie, maar het pure wetenschappelijke stond haar niet aan. 'Ik wilde meer praktisch aan de slag. Bovendien had ik toen al het idee dat er meer was dan het cognitieve, gedragsmatige deel,' zegt ze. 'Voor mijn gevoel lag

daar bij de studie psychologie te zwaar de nadruk op. Toevallig zag ik toen een advertentie van het Jungiaans Instituut – nou ja, we geloven niet in toeval, synchroniciteit noemen we dat.' (*Synchroniciteit is het idee dat twee gebeurtenissen die gelijktijdig gebeuren, een verband met elkaar kunnen hebben, zonder dat dit causaal hoeft te zijn, red.*)

Kleijn ging naar de introductiedag en de aangeboden opleiding was precies wat ze zocht. 'Alles wat ik die eerste dag hoorde en zag, sloot aan bij hoe ik onbewust altijd geweten heb hoe het werkt bij de mens. Vaak wordt bijvoorbeeld gedacht dat het bewustzijn alles aanstuurt en dat ons gedrag begint met bewust genomen

beslissingen. Maar de Jungiaanse dieptepsychologie gaat ervan uit dat bij verreweg het grootste deel van ons gedrag het bewustzijn geen enkele rol speelt.'

Aanvankelijk wilde ze alleen een cursus volgen voor haar persoonlijke ontwikkeling, maar ze kreeg het advies om de opleiding tot therapeut te gaan volgen. Ze moest er een paar weken over nadenken, maar besloot toen de vierjarige opleiding te gaan volgen. Het instituut is nog altijd gevestigd in een oud schoolgebouw in een buitenwijk van Nijmegen. De oude school met zijn granieten trappen en lokalen is nog herkenbaar. Het is wel aangekleed, veel muren hebben warme donkere kleuren, er hangt en staat veel kunst en overal staan boekenkasten. Bovendien lijkt het er naar wierook te ruiken. Maar dat kan niet, want dat wordt

De mens is een geheel en geen plakje uit de snijkamer

niet gebruikt, zegt Kleijn stellig – wellicht om een associatie met zweverigheid te voorkomen.

FREUD EN JUNG

Dieptepsychologie is gebaseerd op het gedachtegoed van de psychoanalytici Sigmund Freud en Carl Jung en stelt de hele mens – inclusief zijn ziel – centraal. Kleijn: 'Wij mensen zijn ons niet bewust van hoe we in elkaar zitten. Vergelijk het met een ijsberg: het grootste deel bevindt zich onder water, het is de bedoeling dat een groter deel daarvan boven water komt. Het waterpeil moet als het ware zakken. En als onbewuste kennis bewust wordt, leer je begrijpen waarom je doet wat je doet, waarom je reageert zoals je reageert en waar dat vandaan komt.'

Tijdens de therapie wordt naast bewustwording ook gewerkt aan verwerking en integratie, zodat storende symptomen, gevoelens en gedragingen echt verdwijnen en er een duurzaam effect wordt bereikt. Kleijn: 'Het moet niet alleen in het hoofd zitten, er moet ook een verbinding worden gelegd tussen de cognitie en de beleving.'

Bij dieptepsychologie wordt er niet alleen gepraat en er is geen divan meer, zoals er ooit wel bij Freud stond. Er staan gewoon twee stoelen tegenover elkaar. 'We werken ook met dromen, tekeningen en actieve imaginatie. En verder houdt de therapeut geen afstand, maar is hij nadrukkelijk onderdeel van het proces.' Hoe ziet dat eruit? 'Hij is onderdeel van de interactie, hij staat er niet buiten. Alleen dan ontstaat er ook echt wezenlijk contact tussen de therapeut en de cliënt.'

Het is belangrijk dat de therapeut ook zicht heeft op zichzelf en zelf door middel

van leeranalyse een integratieproces heeft doorlopen. Kleijn: 'Hoe verder de therapeut is in zijn ontwikkeling, hoe verder de cliënt kan komen. Een cliënt kan nooit verder komen dan een therapeut is.' Waarom niet? 'Op een gegeven moment houdt het op, dan is er geen aansluiting meer. Ook daarom moet de therapeut zich blijven ontwikkelen.'

GEEN PSYCHOLOOG

In de maatschappij ligt de nadruk volgens Kleijn te zwaar op protocollen, kostenbewustzijn, snelheid en meetbaarheid; bij dieptepsychologie staat de mens centraal. 'De slinger is te veel uitgeslagen naar de meetbaarheid. Niet dat die helemaal de andere kant op moet; het zou mooi zijn als we ergens in het midden uit kunnen komen. Want de mens is een geheel en geen plakje uit de snijkamer.'

Dieptepsychologie is het menselijke antwoord op de trend van meten=weten en kostenbewustzijn. Kleijn wil bewust geen 'gangbaar' psycholoog zijn omdat ze het belangrijk vindt dat de cliënt zicht krijgt op de persoonlijke thema's, vragen en conflicten die achter zijn of haar concrete klachten liggen. 'Niet het symptoom, maar de oorsprong van de klacht staat centraal. Ik wil de gangbare psychologie zeker ook niet bestrijden. De twee moeten juist naast elkaar bestaan, zodat de cliënt kan kiezen wat het best bij hem of haar past.'

En dieptepsychologie moet er zijn omdat psychologen te objectief proberen te zijn, besluit Kleijn. 'Maar de mens is voor een groot deel subjectief. Meer dan negentig procent van het gedrag van de mens is onbewust. Ook onze problemen komen daar vandaan.'