

## Podcast • Is het leven een 7?



dat ze hielpen en of dat ook was aangetoond. Ze schreven er samen niet alleen een boek

Elke hulpverlener heeft er wel een paar: oneliners om iets duidelijk te maken, ook aan de eigen familie. 'Aardige mensen bestaan niet' is er een van Paul de Beurs, die ruim 35 jaar als psychiater werkte. Zijn zoon Derek, klinisch psycholoog, wilde weten waar zijn vader die wijsheden vandaan haalde, waarom hij dacht



over, maar maakten ook een podcast: 'Is het leven een zeven?'

Hun aangename vertelstijl en extra informatie maakt de tien afleveringen van elk 25 minuten erg de moeite waard. Luister naar de podcast en lees het boek er ge-

woon naast. Je gereedschapskist 'Bruikbare Levenslessen' wordt er echt een stukje voller van. (AE)

weten we dat bepaalde denkpatronen blootleggen kan helpen, maar daarvoor is het zeker niet nodig een maximum aan verlopen herinneringen op te diepen. Dit kan zelfs contraproductief zijn. Volgens Van Rillaer is het beter om de huidige problemen aan te pakken, dwanggedachten en angst te doorbreken en het leven terug op de sporen te krijgen.

Dankzij de zorgvuldig geanalyseerde correspondentie is het nu evidencebased: psychoanalyse heeft niets met behandelen te maken. Op 18 januari 1909 schreef Freud: "...het komt er eigenlijk op neer dat de psychoanalyse haar beste toepassingsgebied vindt waar geen nood is, bij de gezonde mensen". Zelfs Freud gaf het op. Geen enkele van zijn behandelingen was succesvol. Een van de meest invloedrijke therapeutische stromingen uit de moderne geschiedenis blijkt geen enkele therapeutische waarde te hebben. Het Freudiaanse onbewuste met haar verdrongen inhouden bestaat gewoon niet. De behandeling (jarenlang, vier, vijf keer per week) wordt sinds 2010 terecht niet meer vergoed. Aan het einde van zijn leven schrijft Freud "in het begin patiënten behandeld te hebben zonder resultaat, maar dat leertherapieën met gezonde mensen veel gemakkelijker, veel rendabeler en meer voldoening gaven dan te proberen om patiënten te behandelen". Dank, Jacques Van Rillaer, voor dit baanbrekend onderzoek.

**Marca Geeraets** is Gezondheidszorgpsycholoog en adviseur

## Boek • Over Freud. Feiten, illusies en leugens over de psychoanalyse



Jacques Van Rillaer, 2021 | Uitgeverij ASP - Academic and Scientific Publishers | ISBN 978 94 6117 128 3 | 137 bladzijden | Prijs: € 15,00

Misvattingen in de behandelpraktijk kunnen aantonen duurt soms lang. Zo ook bij de psychoanalyse. Hoewel het nut van deze kostbare behandelingen nooit door repliceerbaar onderzoek is aangetoond, kent het gedachtegoed nog altijd vele volgelingen. Dankzij het opheffen van het embargo op Freuds persoonlijke correspondentie werd een belangrijke bron toegankelijk voor wetenschappelijk onderzoek. In werkelijkheid waren de door hemzelf uitgevoerde behandelingen helemaal niet rooskleurig, zoals hij ons in zijn publicaties wilde laten geloven.

Jacques Van Rillaer, emeritus hoogleraar psychologie aan de Katholieke Universiteit Leuven, zelf opgeleid en lang praktiserend als psychoanalyticus, verrichtte historisch en kritisch onderzoek naar de psycho-

analyse en analyseerde brieven van Freud aan zijn vertrouwelingen. Van Rillaer schrijft er in drie thema's over: de methode, de theorieën en de therapie. Hij doet dat prettig leesbaar, citeert zijn bron zorgvuldig en zet zijn bevindingen in een breder historisch perspectief. Freud ging ervan uit dat psychische klachten kunnen worden toegeschreven aan het onbewuste en dat het ophalen van 'verdrongen' herinneringen fantasieën of verlangens diepgewortelde reflexen kan doorbreken. Ook dromen duiden en onbewuste denkbeelden 'onttrekken' behoren hiertoe. Inmiddels

