

‘Het streven naar geluk kan en mag onze taak niet zijn’

In gesprek met Paul Watzlawick

Marijke Spanjersberg

Paul Watzlawick (1921-2007) was een systeemtherapeut die beroemd werd met zijn vijf axioma's over communicatie. In dit fictieve interview 'reflecteert' Watzlawick op zijn werk in relatie tot onze huidige tijd aan de hand van de vier vragen van Kant: wat kan ik weten, wat mag ik hopen, wat is de mens en wat moet ik doen? Als compromisloos constructivist was hij van mening dat wij onze eigen mentale en relationele problemen construeren, omdat we geloven dat wij onoplosbare problemen kunnen oplossen. We moeten, aldus Watzlawick, ons menselijk tekort omarmen en kritisch zijn op hoop als aanjager van ons leven. Zijn therapeutische werk wordt treffend verwoord in het volgende citaat: 'Ik moet proberen een aspirientje te zijn voor andere mensen. Als we een aspirientje nemen om onze hoofdpijn te verlichten, dan belooft niemand dat we briljante gedachten zullen ontwikkelen, noch dat we nooit meer hoofdpijn zullen krijgen.'

1] De vorm van dit artikel is gebaseerd op twee formats van *Filosofie Magazine*. Het ene format bestaat uit de vier vragen van Kant die worden voorgelegd aan mensen die in het nieuws zijn. Het andere format is een interview met een denker uit het verleden. De overleden filosoof 'wordt gevraagd' om misverstanden over zijn filosofie recht te zetten of te reageren op actuele vraagstukken. De antwoorden zijn van de auteur van het artikel, maar wel in lijn met of geïnspireerd op het denken van de betreffende filosoof.

Wie is jouw held in het vak? Wiens werk lees je keer op keer? Wie draag je met je mee als je aan het werk bent? Voor mij is dat zonder twijfel Paul Watzlawick (1921-2007). In mijn studietijd kwam ik met zijn werk aan aanraking en hij gaat al een leven lang mee. Omdat ik zijn werk al eerder heb samengevat (Spanjersberg, 2019), zocht ik voor deze bijdrage naar een vrijere vorm.¹ Het is een denkbeeldig interview geworden, waarin de interviewer enkele vragen voorlegt aan Paul Watzlawick.

Meneer Watzlawick, het is mij een eer en een genoegen om met u in gesprek te gaan. Maar voordat we daartoe overgaan, introduceer ik u graag bij de lezers, daarbij dankbaar gebruikmakend van uw biografe Andrea Köhler-Ludescher (2014). Deze kleindochter van uw zus schreef een veelgeprezen biografie over uw leven. De meeste mensen zullen u kennen van de vijf axioma's van de menselijke communicatie, waarvan de eerste misschien wel de bekendste is: dat wij niet niet kunnen communiceren, aangezien al ons gedrag

berichtwaarde heeft en dus communicatie is. U werkte als onderzoeker aan het beroemde Mental Research Institute te Palo Alto (Californië) en als hoogleraar aan Stanford, maar u was ook bestsellerauteur van diverse zelfhulpboeken. U bent opgeleid als jungiaans psychoanalyticus, maar vervolgens maakte uw denken een wending van 180 graden en ontwikkelde u zich tot systeemtherapeut en compromisloos constructivist. U staat bekend als een visionair én als een realist. U heeft zich altijd thuis gevoeld in de westerse humanistische traditie, maar ook de oosterse spirituele filosofie speelde een belangrijke rol in uw leven. Zo ontmoette u als jonge man Krishnamurti, die een onuitwisbare indruk op u maakte, heeft u zich verdiept in het boeddhisme en de zenfilosofie en bent u een toegewijd yogabeoefenaar. U wordt getypeerd als een hartenbreker met een filmsteruitstraling, maar ook als een verlegen mens, een einzelgänger die het podium mijdt. U bent een man met humor, die zijn inzichten graag met geestige anekdotes illustreert, maar die – ondanks al zijn maatschappelijke successen – zelf ook worstelt met zinloosheid, stress en leegheid in het alledaagse bestaan. Zullen we het daar voorlopig maar even bij laten? ‘Dat lijkt me een goed idee. Wat mijn werk betreft, wil ik graag hier gezegd hebben dat – als ik al iets heb bijgedragen – ik dit alleen heb kunnen doen doordat ik op de schouder van giganten stond: de antropoloog Gregory Bateson, de psychiater Don Jackson, de hypnotherapeut Milton Erickson en de fysicus Heinz von Foerster. Dat waren mensen die, ieder op hun eigen manier, daadwerkelijk onbekende paden hebben betreden. Zij zijn mijn levenslange leermeesters en inspiratiebronnen geweest.’

Wat kan ik weten?

Ik voeg daar graag nog een grote naam aan toe: Immanuel Kant, de Duitse denker naar wie u met regelmaat refereert in voordrachten. Hij probeerde met zijn filosofie vier vragen te beantwoorden: wat kan ik weten, wat mag ik hopen, wat is de mens en wat moet ik doen? Ik wil deze vragen als kapstok hanteren voor ons gesprek, omdat ik vermoed dat ze impliciet of expliciet leidend zijn geweest in uw leven en werk. Laten we met de eerste vraag beginnen: wat kan ik weten?

‘U refereerde al even aan Krishnamurti, een uitzonderlijk autonome denker die stelde dat we, als het gaat om wat we kunnen weten, nooit uit de tweede hand kunnen leven. Niemand kan ooit voor een ander de waarheid claimen, omdat ieder van ons altijd en onvermijdelijk de actor is van de werkelijkheid die wij voor onszelf construeren. Daarmee is mijn waarheid anders dan de uwe. Natuurlijk is dit gegeven niet zonder problemen. Zolang de waarheidsvraag een kentheoretisch vraagstuk is dat toebehoort aan het domein van de rede, is er niet zoveel aan de hand. Maar zodra deze vraag gekaapt wordt door de macht, gebeurt er iets heel anders. Dan raken we verstrikt in de paradox dat de waarheid een uitvinding van de leugenaar is geworden. Ik heb begrepen dat er iets dergelijks in uw tijd gaande is. En dat, om met de essayist Heijne te spreken, deconstructie en destructie zo ongeveer synoniem zijn geworden (Heijne, 2020, p. 22). Het spijt mij dat te horen. Maar we kunnen er niet omheen dat ons brein een onbetrouwbare partner is

in onze blik op de wereld. De boodschap van de constructivisten en de postmodernisten dat we onze eigen werkelijkheid construeren, wordt met vrijwel elk nieuw hersenonderzoek opnieuw bevestigd. En je kunt het deze stromingen daarom niet kwalijk nemen – nog steeds volgens Heijne – dat ons waarheidsbegrip wankelt. Ze zijn slechts de boodschappers van het slechte nieuws (ibid., p. 36).

Ik zou graag even teruggaan naar mijn eigen tijd, waarin het constructivisme zijn onschuld nog niet verloren had. En neemt u mij niet kwalijk dat de voorbeelden die ik hierbij gebruik wellicht wat gedateerd aandoen. Op basis van wat ik in mijn eigen therapeutische praktijk ben tegengekomen, ben ik gefascineerd geraakt door het fenomeen van de overtuiging (Watzlawick, 1976, p. 54 e.v.; Watzlawick, 1987). De manier waarop ik naar dit verschijnsel kijk, ontleen ik aan de non-contingente beloningsexperimenten uit de psychologie, waarbij de beloning die de proefpersoon ontvangt geen relatie heeft met diens verrichting.

Stel bijvoorbeeld dat je wordt gevraagd om bij een reeks getallenparen aan te geven of een getallenpaar wel of niet bij elkaar hoort. Je vraagt: “Hoezo bij elkaar hoort?” Waarop de proefleider zegt: “Dat is nou net aan jou om dat uit te zoeken.” Je bevindt je opeens in een schimmige wereld, waarin je zelf moet ontdekken wat de regels zijn. De proefleider geeft het eerste getallenpaar: 48 en 12. Je denkt: allebei even getallen ... 12

gaat 4 keer in 48 ... 12 plus 48 is 60 minuten ... En je zegt: “Deze passen bij elkaar.” Helaas, het antwoord is fout. Vervolgens noemt de proefleider: 17 en 83. En je denkt: allebei oneven ... het kleinere

We moeten ons menselijk tekort omarmen en kritisch zijn op hoop als aanjager van ons leven

getal staat voor het grotere getal ... beide priemgetallen ... samen zijn ze 100 ... En je zegt: “Deze passen.” Maar ook dat antwoord is fout.

Gelukkig word je na verloop van tijd beter in het uitvoeren van de opdrachten. Je krijgt steeds vaker te horen dat je het goed hebt. Langzaam maar zeker ontwikkel je een gecompliceerde set hypothesen om in deze microkosmos van getallenparen de onderliggende principes te kunnen duiden, ook al ben je nog steeds niet helemaal zeker van je zaak; af en toe krijg je nog te horen dat je verkeerd zit. Na verloop van tijd stopt het experiment en vraagt de proefleider naar je redenering. Nadat je die gegeven hebt, wordt verteld dat er geen enkele relatie was tussen de antwoorden die je gaf en de goed-of-fout-reactie die je daarop kreeg. Het reactiepatroon was namelijk opgebouwd uit de eerste helft van de gausscurve: in de startfase van het experiment kreeg je vrijwel geen enkele keer te horen dat je een goed antwoord had gegeven, maar hoe langer je bezig was, hoe meer bevestigende antwoorden je kreeg. Het experiment varieerde in de mate waarin mensen te horen kregen hoeveel procent van hun antwoorden goed was.

En nu komt het meest fascinerende van het verhaal: de meeste proefpersonen van wie slechts 25 procent van de antwoorden “goed” was, gaven het op voordat de proeflei-

der hen naar een verklaring had gevraagd. De proefpersonen die te horen kregen dat 75 procent van hun antwoorden “goed” was, hadden over het algemeen zeer triviale redeneringen ontwikkeld over de vraag welke getallenparen bij elkaar horen. Maar de meest gecompliceerde, doorwrochte en vernuftige theorieën kwamen van proefpersonen die te horen hadden gekregen dat 50 procent van hun antwoorden “goed” was en 50 procent van hun antwoorden “fout”. Van alle proefpersonen hadden zij de grootste moeite om hun theorie op te geven. Sommigen probeerden zelfs de proefleider ervan te overtuigen dat zij wel degelijk een onderliggend principe hadden ontdekt, dat de proefleider – het zij hem vergeven – was ontgaan.

Dit experiment laat zien dat we betekenisgevers tegen de klippen op zijn. Hoe ambigu onze omgeving, hoe meer we ons best doen om er toch een sluitend verhaal van te maken. En hoe meer inspanning we hebben gepleegd, des te geslotener onze mindset wordt. U leeft in een tijd waarin sommigen het hebben opgegeven om de wereld om hen heen te begrijpen, waarin anderen ter duiding vooral triviale redeneringen hanteren en waarin de rest het gevoel heeft zich te bevinden in een “50 procent goed/50 procent fout”-universum en dus rondloopt met zorgvuldig geconstrueerde overtuigingen over hoe de werkelijkheid in elkaar zit.’

En waar brengt ons dit als we teruggaan naar de vraag van Kant?

‘Kant vraagt niet “wat weet ik?” maar “wat kan ik weten?” Mijn antwoord daarop zou zijn dat we kunnen weten dat wij onze werkelijkheid zelf construeren. Maar de ervaring heeft geleerd dat wij er niet zo goed in zijn om eigen constructies te onderzoeken, wat allerlei tragische gevolgen heeft voor de manier waarop we met elkaar omgaan, thuis en op het werk. Dit gezegd hebbend, blijf ik ervan overtuigd – jawel, ik heb ook zo mijn overtuigingen – dat het constructivisme in staat is om leed te verminderen.’

Wat mag ik hopen?

Laten we hierop terugkomen bij de vraag: wat moet ik doen? En nu eerst stilstaan bij de vraag waar wij op mogen hopen. Een van uw bestsellers heeft als titel ‘The situation is hopeless, but not serious’ (Watzlawick, 1983). Daarmee biedt u weinig hoop ...

‘Ik ben zelf altijd nogal strikt geweest in mijn opvatting dat verantwoordelijke en humane hulp zich alleen met serieuze problemen moet bemoeien. Het streven naar geluk kan en mag onze taak niet zijn. Zouden wij dat wel doen, dan zouden wij bijdragen aan de illusie dat geluk, flow, vervulling en al die andere begeerlijke mentale toestanden het resultaat zijn van weloverwogen interventies. Daarmee zouden we oplossingen bieden die vervolgens weer het probleem worden, precies het mechanisme waarin onze cliënten zó bedreven zijn geraakt dat ze in onze spreekkamers belanden: “Als ik nu een betere baan of een leukere partner zou hebben of een sabbatical zou nemen, dan ...” Ik heb dit het utopieprobleem genoemd: het misverstand dat de moeilijkheden waarmee wij moeten leren leven oplosbaar zouden zijn (Watzlawick, 1977, p. 299 e.v.). Dit misverstand

wordt tragisch als we voor deze onoplosbare problemen toch oplossingen gaan zoeken, in de hoop en de verwachting dat het zeker een keer zal lukken, als we maar volhardend genoeg zijn en goed genoeg ons best blijven doen. Oplossingen voor utopische doelen kenmerken zich dan ook door vele vruchteloze herhalingen die de hoop eerder aanwakkeren dan doen doven. Anders gezegd: niet het probleem is het probleem, maar het idee dat het moet worden opgelost.

Misschien mag ik me een klein uitstapje veroorloven naar het vakgebied van leiderschap, organiseren en veranderen. Ik meen te kunnen constateren dat het concept hoop een tamelijk grote rol speelt in dit vakgebied. De hoop op succes, de hoop op grensverleggende resultaten, de hoop op impact, de hoop op fundamentele en duurzame veranderingen, enzovoort. En dat het brede interventierepertoire de belofte in zich draagt dat deze hoop gerechtvaardigd is. Dat is nogal wat! Als wij een aspirientje innemen tegen hoofdpijn, dan belooft de bijsluiter dat de pijn zal zakken, maar niet dat wij briljante gedachten zullen ontwikkelen en ook niet dat we nooit meer hoofdpijn zullen hebben’ (Watzlawick, 1977, p. 307).

U bent dus meer van het aspirientje dan van de fundamentele ingreep. Daarmee neemt u stelling in het discours van de systeemdenkers: moet de analyse en de interventie fundamenteel zijn of eerder klein en plausibel? Zonder daar nu verder op in te gaan, zou ik graag van u willen horen: hoe wordt er binnen het systeemdenken eigenlijk over hoop gedacht?

‘Hoop is geen theoretisch concept in de systeemtheorie. Systeembenaderingen zijn overwegend gericht op het (weer) werkend krijgen van het systeem als geheel, en hoop zit niet in hun gereedschapskist. Ik ben trouwens onder de systeemdenkers bepaald niet de enige die zich kritisch heeft uitgelaten over hoop als instrument tot verandering. Margaret Wheatley, bijvoorbeeld – net als ik opgegroeid in een met hoop gevulde cultuur – neemt hierin als volgt stelling: “Wij hebben geen hoop nodig, maar elkaar” (Wheatley, 2012, p. 161). Dus u begrijpt dat u mij via Kant een lastige vraag voorlegt. Ik beland hiermee in de paradoxale situatie dat ik moet hopen dat we het zonder hoop kunnen gaan stellen. Laat ik proberen om uit deze paradox te ontsnappen door de nuance te zoeken. Daartoe zou ik graag onderscheid maken tussen hoop die je zelf koestert en hoop die je geboden wordt via bemoedigende woorden van de ander; dus tussen de innerlijke en de relationele variant van hoop.

Innerlijke hoop – naar mijn idee het meest functioneel – werkt als een soort startmotor om met iets aan de gang te gaan. Zo hebben wij beiden waarschijnlijk de hoop gehad dat dit een aardig gesprek zou kunnen worden, anders waren wij er niet aan begonnen. Maar als we ons eraan zouden moeten vastklampen om door te kunnen gaan en voortdurend bij onszelf de hoop zouden moeten aanwakkeren, dan zou de hoop te veel pretenties krijgen en het roer van onze ervaring gaan overnemen. Na de opstartfase moet de startmotor dus uitgezet kunnen worden.

Wat de relationele variant van hoop betreft: de kant die mij beroepshalve het meest fascineert, zie ik meer als een bescheiden hulpmotor. We weten uit onderzoek dat het

bieden van hoop in een therapeutische context belangrijk is, naast empathie, erkenning en het creëren van reële verwachtingen (Van Oenen, 2019). Het bieden van hoop vergroot het vermogen om moeilijkheden te verdragen, wat natuurlijk een verleidelijk gegeven is. Helaas is er geen scheidslijn te trekken tussen het bieden van realistische en valse hoop; juist daarom moeten we bij deze relationele variant van hoop absoluut aan de voorzichtige kant van de streep blijven.

En er is nog iets waar ik voor wil waarschuwen: we moeten ons hoeden voor het vermengen van de relationele en de innerlijke variant van hoop. Als ik tegen u zou zeggen: “U moet meer hoop hebben”, dan overschrijd ik de grens tussen relationele en innerlijke hoop. Dan ga ik aan uw binnenkant sturen op dat wat door mij niet te besturen valt. En zo zouden wij met elkaar verstrikt raken in de pragmatische paradox waar ik mijn leven lang door gefascineerd ben geweest. Die klinkt in dit geval zo: “Ik zou graag zien dat u uit uzelf inziet dat u meer hoop moet hebben.”

Toch nog weer even terug naar uw vakgebied. Ik denk dat de twee scheidslijnen die ik u schetste zonder meer problematisch zijn in de wereld van organiseren, veranderen en leiderschap. Neem om te beginnen de scheidslijn tussen realistische en valse hoop.

Of hoop als realistisch of vals wordt gepercipieerd, is afhankelijk van de positie die men heeft. Hoe hoger de rangorde, hoe meer men zelf zal vinden dat de hoop realistisch en dus gerechtvaardigd is.

Laten we met mildheid blijven kijken naar ons intermenselijk tekort

Hoe lager de positie, hoe meer men van mening zal zijn dat er valse hoop wordt gegeven. En daarbij geldt ook dat hoe slechter de relatie tussen hoog en laag is, hoe minder de hoop van bovenaf wordt gezien als een persoonlijke bemoediging en hoe meer als een instrument om betere resultaten te boeken – ter meerdere eer en glorie van “boven”. Kortom, het trekken van deze grens is in de context van een organisatie een gewaagd kunststukje.

En dan het onderscheid tussen de twee soorten hoop – de innerlijke en de relationele variant – en de paradox die voortkomt uit de vermenging van die twee. Ik heb het idee dat de paradoxale opdracht inmiddels zodanig sleets is geraakt in het moderne managementjargon, dat deze nauwelijks meer wordt opgemerkt. Sterker nog, ik heb het vermoeden dat de opvatting dat je aan de binnenkant van een ander kunt sturen, als het gaat om zaken als eigenaarschap, motivatie en zelfsturing, nog steviger in het zadel zit dan in mijn tijd. Niemand kijkt er meer van op als een CEO zegt dat we hoop moeten hebben dat we uit het dal komen. En helemaal niemand zal nog opmerken dat in deze zin de venijnige pragmatische paradox verscholen zit, namelijk dat ik, als ontvanger van de boodschap, moet voelen wat jij wilt dat ik voel. Misschien is de paradox door zijn sleetheid onschadelijk gemaakt. Dat zou dan hooguit jammer voor ons zijn, de mensen van de Bateson-groep en de mensen van het eerste uur van het Mental Research Institute. Wij

beschouwden de pragmatische paradox indertijd als een ontdekking van grote betekenis. Maar eerlijk gezegd denk ik dat deze paradox ook nu nog zijn werk doet, zij het meer in de vorm van een onzichtbaar struikeltouwtje – ook als het over hoop gaat.

Een gewaagd kunststukje of een onzichtbaar struikeltouwtje, veel meer kan ik er niet van maken. Daarmee krijgen wat mij betreft de systeemdenkers gelijk, namelijk dat hoop het domein van organiseren, veranderen en leiderschap niet zoveel te bieden heeft. En daarom ook onderschrijf ik de stelling van Wheatley dat we vooral elkáár nodig hebben. Maar ik geloof dat dit het onderwerp van uw volgende vraag is?’

Wat is de mens?

Dat klopt. U laat in uw antwoorden vooral het menselijk tekort doorschemeren. We creëren onze eigen onbetrouwbare werkelijkheid, hangen aan onze zelf geconstrueerde overtuigingen en maken van hoop een slordige verleider. Zijn deze bespiegelingen illustratief voor uw mensbeeld?

‘Voor een deel wel. En eerlijk gezegd houd ik ook van ons menselijk tekort; ons gestuntel heeft een aandoenlijke schoonheid. Maar dat is wat mij betreft niet het hele verhaal. Laat ik, om het verhaal compleet te maken, een persoonlijke herinnering met u delen. Ik was achttien en zat in Frankrijk, ver van huis. Ik was namelijk als Oostenrijkse jongeman ingelijfd in het Duitse leger. Daar kreeg ik, begin 1940, het bericht dat mijn vader op 56-jarige leeftijd was overleden aan tuberculose. Van ontzetting en verdriet viel mijn haar uit. Daarop ontving ik een brief van mijn moeder, net weduwe geworden en nu zonder inkomsten: “Beste Pauli, de haaruitval zal voorbijgaan, blijf vooral gezond voor ons. Het pakket met zeep, broeken en voetdoeken is onderweg.”

Deze episode staat voor mij symbool voor wat de mens naar mijn idee is: een relationeel wezen. Niet het trauma, maar zijn verbondenheid met anderen doet de mens als mens verschijnen. Die interactionele kijk richt zich op zowel het goede als op het problematische in het leven. In praktische zin betekent dit laatste dat niet het individu, maar de relatie de “patiënt” is. Daarmee verliezen begrippen als trauma en stoornis aan betekenis, maar ook concepten als persoonlijke groei en autonomie. Niet dat ik ze bij het oud vuil zou willen zetten, maar ik wil laten zien dat ze slechts in een relationele inbedding betekenis krijgen. Want hoe zou je je op een onbewoond eiland meer of minder “autonoom” moeten gedragen?’

U noemde de relatie eerder een veeleisende, gecompliceerde en hardleerse patiënt. Bijvoorbeeld omdat de relatie zich altijd met de inhoud wil bemoeien. Ik moest hieraan denken toen ik laatst een vraaggelicht zag tussen de president van de Verenigde Staten en een journalist. Zij vroeg: ‘Waarom noemt u COVID-19 het Chinavirus?’ De president antwoordde: ‘Omdat het daar vandaan komt.’ Hoe luistert u naar zo’n uitspraak?

‘In hoe wij inhoudelijk met elkaar spreken, doen wij tegelijkertijd pogingen om de relatie met de ander te definiëren. De wijze waarop de journalist met haar vraag haar relatie

met de president definieert, zou zoiets kunnen zijn als: “Ik mag u als journalist de les lezen over uw tendentieuze taalgebruik.” De president denkt dat hij ermee wegkomt door “uitsluitend” op de inhoud te reageren. Maar daarmee komt zijn definitie van de relatie des te nadrukkelijker naar voren: “Ik zeg u dat ik hier de baas ben en ik verwerp uw definitie van onze verstandhouding met kracht.”

Wij kunnen in onze onderlinge communicatie niet ontsnappen aan het gegeven dat elke inhoudelijke boodschap ook een boodschap is over hoe wij de betrekking met de ander zien. Sterker nog, deze betrekking boodschap is baas boven baas, want de kwaliteit en de aard van de betrekking bepaalt hoe wij de inhoud van de boodschap verstaan. Met zijn mededeling dat het coronavirus uit China komt, noemt de president het beestje gewoon bij de naam, aldus zijn aanhangers. Tegenstanders zullen deze woorden echter opvatten als het zoveelste bewijs voor zijn arrogantie. De relatie is dus nogal opdringerig in zijn soort en bovendien slecht in het oplossen van ruzies. Zodra wij het met elkaar oneens zijn over de vraag hoe wij ons tot elkaar verhouden, komen wij in een conflict dat zich niet op basis van argumenten laat oplossen. We kunnen dan hooguit vaststellen wie de meeste macht heeft om het pleit te beslechten.

Terugkomend op Kant: ik denk dat de mens in alle aspecten van zijn bestaan een relationeel wezen is; we hebben elkaar nodig. Tegelijkertijd zullen we in de omgang met elkaar blijven struikelen over de moeilijkheden zoals wij die net bespraken. De relationele dimensie zal alles wat wij inhoudelijk te melden hebben continu kleuren, sturen, compliceren en vertroebelen. En deze wetmatigheid treedt des te sterker op, naarmate we het meer oneens zijn over de definitie van onze verstandhouding. Ziehier de duivelse spiraal van het intermenselijk tekort.’

Wat moet ik doen?

Hoe doet u dat zelf? Beschouwen van het intermenselijk tekort is één ding, er een pragmatisch antwoord op hebben is iets anders. En een mens moet iets doen. De vraag is: wat?

‘Ik moet proberen een aspirientje te zijn. Dat wil zeggen dat ik de ander moet helpen om zijn of haar leed te verlichten. Hoe? Die vraag heeft mij mijn hele werkzame leven beziggehouden. Maar voordat ik daar iets over zeg, wil ik terugkomen op mijn stelling dat het constructivisme in staat is om leed te verminderen. Zoals gezegd, kunnen wij onszelf en de wereld om ons heen niet anders dan via constructie tot ons nemen. En we kunnen vaststellen dat wij in staat zijn meer of minder gelukkige constructies te creëren. Als onze constructies negatieve consequenties hebben, doen wij er goed aan ze te vervangen door betere exemplaren. Denk bijvoorbeeld aan: “Als ik er alles voor over heb, zal ik succesvol zijn”, of een van de vele varianten hierop. Zo’n constructie lijdt vroeg of laat schipbreuk, met alle narigheid van dien.

Ik heb altijd gedacht dat de inzichten die wij op basis van het constructivisme in onze spreekkamers ontwikkelden, aanspraak kunnen maken op algemene geldigheid. En dat ze dus ook zinvol kunnen zijn voor problemen en conflicten in algemene zin,

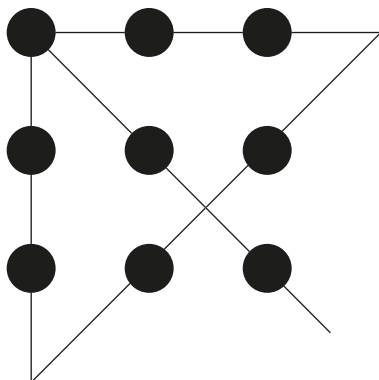
ongeacht of deze het huwelijk dan wel de samenleving betreffen (Watzlawick e.a., 1977, p. 297). Maar op dit punt heeft de geschiedenis mij een lesje in nederigheid geleerd. Achteraf is het niet goed te begrijpen dat ik een belangrijke systeemwet – waar ik nota bene uitvoerig over geschreven heb (Watzlawick e.a., 1974, p. 26 e.v.) – zelf over het hoofd heb gezien, namelijk dat een ander schaalniveau andere wetmatigheden kent. In de beslotenheid van de kleine ruimte, waarin mensen voor elkaar een naam en een gezicht hebben, kun je aannames deconstrueren en ze proberen te vervangen door ideeën waarmee het leven minder gecompliceerd wordt. In open maatschappelijke verbanden zijn dit soort deconstructieprocessen echter niet zonder risico. Het deconstrueren van gedachtebouwsels vraagt mildheid en een empathisch hart en kan bovendien slechts plaatsvinden in een context van wederzijds vertrouwen en respect. Zo niet, dan wordt deconstructie een wapen in plaats van een medicijn.

Hoe ironisch dat ik zelf in de valkuil ben getrapt waar ik mijn leven lang voor gewaarschuwd heb! Ik doel op de valkuil die verbonden is aan het streven naar hoogstaande doelen, lonkende perspectieven, grootse idealen, diepe inzichten en algemene waarheden. Ik heb gewaarschuwd voor dit utopiesyndroom (Watzlawick, 1977, p. 299 e.v.) en val er zelf aan ten prooi. Geheel buiten onze controle kan de inzet voor wat we zo belangrijk vinden ons dus zomaar bij de neus nemen. Een schrale troost is dat ik mij in goed gezelschap bevind: wij voeren dit gesprek aan de hand van de vier prachtige vragen van Kant, de man die met recht de olympisch kampioen van de rede genoemd mag worden. Wat niet veel mensen weten, is het tragische feit dat deze grote denker in de laatste maanden van zijn leven gekweld werd door onbegrijpelijke en ondraaglijke angstaanvalen (Watzlawick, 1977, p. 300).

Ik moet dus bereid zijn om mijn zelfbedachte constructies met enige regelmaat kritisch onder de loep te nemen en mijn logica en gezond verstand af en toe een toentje lager te laten zingen. Het motto dat ik aan een van mijn boeken heb meegegeven luidt: “Stoutmoediger dan het doorvorsen van het onbekende is soms het betwijfelen van het bekende” (Watzlawick, 1974, p. 11). Vaak is het niet mijn weldoorwrochte redenering of mijn herhaalde inspanning die tot resultaat leidt, maar juist de ontregeling, de grap, het onlogische, de impuls van het omgekeerde of het onverwachte. Zolang ik binnen mijn eigen logica blijf, die in zichzelf problematisch is, produceer ik oplossingen die als zodanig weer een probleem worden. Alle oplossingen die mijn logica ongemoeid laten, leiden tot meer van hetzelfde. De oplossing van het negen-puntenprobleem illustreert wat ik bedoel. In het zoeken naar oplossingen om met vier lijnen de negen punten met elkaar te verbinden, zonder de pen van het papier te halen, leggen we onszelf restricties op die niet in het oorspronkelijke probleem zitten. Dat we geen oplossing vinden, zit dus niet in het probleem zelf, maar in de manier waarop we naar oplossingen zoeken. Iemand moet tegen mij zeggen: “Kijk buiten het vierkant!”

U heeft het negen-puntenprobleem tijdens lezingen regelmatig gebruikt om uit te leggen hoe wij in het eigen denken verstrikt kunnen raken. Maar waarom gebeurt dit eigenlijk? ‘Ha, nu komen we bij de vraag der vragen: de waarom-vraag! Een waar monument van

Figuur 1 Het negen-puntenprobleem.



de rede, waar we in de praktijk meestal weinig aan hebben. “Waarom kom ik zelf niet op het idee om de lijnen buiten het vierkant te tekenen?” Een dergelijke vraag suggereert dat inzicht in dieperliggende oorzaken nodig of behulpzaam is om tot oplossingen te komen: “Als ik de oorzaak ken van mijn falen, zal ik het probleem de baas worden.” De waarom-vraag zet ons denken op het spoor van een vaste relatie tussen de specifieke oorzaak en het logische gevolg, terwijl we weten dat aan een bepaalde uitkomst vele verschillende beginsituaties ten grondslag kunnen liggen. Ik kom niet tot een oplossing van het vraagstuk omdat ik mij bekeken voel, niet van puzzels houd of de ander de eer van het eureka-moment gun. En elk antwoord kan “waar” zijn, zonder dat het me verder helpt. Daarom pleit ik ervoor om de waarom-vraag wat meer tussen haakjes te zetten en vooral wat- en hoe-vragen te stellen, zoals: wat is de dominante manier van denken en hoe pakt dit uit?’

Oké, als ik geen waarom-vraag mag stellen, dan stel ik u de wat-vraag: wat is dan hulp of een passende interventie of hoe je het ook noemen wilt?

‘Zoals gezegd, moeten we niet de illusie hebben dat we met onze weloverwogen interventies oorzaken kunnen wegnemen, dat we op fundamenteel niveau kunnen ingrijpen of duurzame veranderingen kunnen bewerkstelligen. Zo rechtlijnig of eenvoudig zit onze wereld niet in elkaar. Wat wel kan – en dat wat mij betreft ook geëigend is om te doen – is dat we ons handelen onderzoeken op zijn impact en effecten. En dat, als onze bedoelingen niet samenvallen met de gevolgen, we bereid zijn om iets anders te gaan doen, in plaats van de ander of onszelf ervan te overtuigen dat we het bij het rechte eind hebben. Onze eigen logica vaart wel bij de ontregelende impuls van de ander.’

Van de ander of van de tijd?

‘Daar heeft u een punt. De tijd is absoluut een ontregelaar; dat realiseer ik me door dit gesprek maar al te goed. Deze terugblik laat mij inzien waar ik zelf de fout in ben gedaan

– zoals de utopieval, waar ik zelf ingetrapt ben – en welke ideeën niet echt landen in de praktijk van alledag, zoals met de pragmatische paradox het geval lijkt te zijn. Maar het maakt ook scherper waar ik, ondanks alles, trouw aan ben gebleven. En dat is dat we met mildheid moeten blijven kijken naar ons intermenselijk tekort.’ ■

Literatuur

- Heijne, B. (2020). *Mens/onmens. Essay*. Amsterdam: Prometheus.
- Köhler-Ludescher, A. (2014). *Paul Watzlawick. Die Biografie*. Bern: Huber.
- Oenen, F.J. van (2019). *Het misverstand psychotherapie*. Amsterdam: Boom/De Tijdstroom.
- Spanjersberg, M. (2019). De spelregels van Watzlawick. In B. Kessener & L. van Oss (red.), *Meer dan de som der delen. Systeemdenkers over organiseren en veranderen* (pp. 393-409). Deventer: Management Impact.
- Watzlawick, P. (1976). *Is ‘werkelijk’ waar? Spraakverwarring, zinsbegoocheling en onvoorstelbare werkelijkheid*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Watzlawick, P. (1983). *The situation is hopeless but not serious*. New York/Londen: Norton.
- Watzlawick, P. (1987). Wenn die Lösung das Problem ist. Internet: www.youtube.com/watch?v=7etsh4HwG78 (16 april 2020).
- Watzlawick, P. & Weakland, J.H. (Eds.) (1977). *The interactional view: studies at the Mental Research Institute Palo Alto 1965-1974*. New York: Norton.
- Watzlawick, P., Helmick Beavin, J. & Jackson, D.D. (1970). *De pragmatische aspecten van de menselijke communicatie*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Watzlawick, P., Weakland, J.H. & Fisch, R. (1974). *Het kan anders. Over het onderkennen en oplossen van menselijke problemen*. Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum.
- Wheatley, M.J. (2012). *So far from home: lost and found in our brave new world*. San Francisco: Berrett-Koehler.

Auteur



Dr. M. Spanjersberg, psycholoog, is zelfstandig gevestigd adviseur en opleider op het gebied van samenwerkingsvraagstukken in organisaties. Zij is aangesloten bij de Ambachtsschool voor Organiseren en Veranderen. Websites: www.onswerk.nu en www.systeeminterventies.nl. E-mail: marijke.spanjersberg@icloud.com.

