



# huisarts en wetenschap

MAANDBLAD VAN HET NEDERLANDS  
HUISARTSEN GENOOTSCHAP

REDACTIE-COMMISSIE: H. FRESE, BERGAMBACHT, VOORZITTER - G. J. BREMER, NIEUWKOOP - K. G. BRÜHL, AMSTERDAM  
D. C. DEN HAAN, LEIDEN - A. HOFMANS, ROTTERDAM  
Redactiesecretariaat: Keizersgracht 327, Amsterdam-C. - Administratie: Fa A. H. Kruyt, Uitgever,  
Groot Hertoginnelaan 28, Bussum, tel. 02959-6155, postgiro 142554  
Abonnement f 12,50 per jaar, voor studenten f 7,50, buitenland f 15,-. Losse nummers f 1,50

## *Betekenis van de suggestie in de psychotherapeutische methoden*

DOOR BERTHOLD STOKVIS\*

Men kan de psychotherapeutische behandelingsmethoden in twee grote groepen verdelen:

- a De individuele behandelingswijzen.
- b De groepspsychotherapie.

Hierbij wordt dus het aantal patiënten, dat tegelijk behandeld wordt, als criterium gekozen. Wij komen daar aanstonds nader op terug.

### *ad a Individuele behandelingswijzen*

Zowel de individuele psychotherapie als de groepsbehandeling omvat een aantal methoden, dat zich ongedwongen in twee grote rubrieken laat verdelen.

1 Die werkwijzen, waarbij men zich tevreden stelt met het ziekteverschijnsel, het symptoom, weg te nemen en waarbij de ziekmakende oorzaak wordt bedekt. Men spreekt hier van de bedekkende methode (covering psychotherapy, zudeckende Psychotherapie).

2. Die werkwijzen, waarbij men er op uit is de eigenlijke ziekteoorzaak op te sporen, te „ontdekken” (ontdekkende methode, discovering psycho-

therapy, aufdeckende Psychotherapie). Met de ontdekkende methoden beoogt men de patiënt inzicht te geven in de factoren, die hem ziek hebben gemaakt, aldus wil men de patiënt er toe brengen zijn foutieve levenshouding te herzien.

Terwijl de arts dus bij de ontdekkende methode de conflictsituatie, waarvan de oorsprong meestal in de diepste lagen van de persoonlijkheid is verankerd, wil ophelderen en onschadelijk maken, met andere woorden gedachteninhouden en voorstellingen, emoties, neigingen en strevingen, die in het onbewuste sluimeren, de patiënt bewust wil maken, bekommert hij zich bij de bedekkende methode niet om de oorsprong van de conflictsituaties, die tot het vormen van de symptomen aanleiding hebben gegeven, doch hij dekt het conflict als het ware toe, kapselt het in en maakt het onschadelijk. Zo kan de patiënt symptoomvrij worden.

Wij zullen thans de bedekkende en ontdekkende methode nader bespreken.

### *A Bedekkende methoden*

- a Autosuggestieve behandelingsmethoden
- b Suggestieve behandelingsmethoden
- c Hypnose.

### *B Overgang naar de ontdekkende methoden*

- a De hypnokatharsis
- b De „non-directive counseling”.

\* Uit het Psychosomatisch Centrum van de Rijks Universiteit te Leiden.

## C De ontdekkende methoden

- a De psychokatharsis
- b De narcoanalyse
- c De „individualpsychologische” behandeling volgens *Adler*
- d De reëducatieve (psychagogische) behandelingsmethoden
- e De analytisch-psychologische behandelingsmethode volgens *Jung*
- f De psychoanalyse.

Thans volgt een korte bespreking van de doelstelling van deze methoden.

Alvorens tot de bespreking van enkele speciële methoden over te gaan, zullen wij eerst het principe bespreken, waarop vooral de bedekkende — en tot op zekere hoogte de ontdekkende — methoden berusten: de suggestie en de autosuggestie.

Meestal is de inhoud der suggestie een gedachte of voorstelling; ook echter kan een handeling, gevoel of wilsimpuls (langs affectieve weg) van de een op de ander worden overgebracht. In dit geval pleegt men niet van suggestie te spreken. *Mac Dougall* heeft hiervoor de termen „sympathy” en „imitation” opgesteld, respectievelijk wanneer een gevoel en een handeling object van het gesuggereerde zijn. Voor hem zijn „suggestion”, „sympathy” en „imitation” drie afzonderlijke „psychismen”; wij zouden echter deze drie willen beschouwen als uitingen van een en hetzelfde gebeuren en wel van dat van de „affectieve resonantie”.

Ook de hypnose is een bijzondere vorm van deze affectieve resonantie; er kunnen zowel gedachteninhouden en voorstellingen, als ook handelingen, affecten en wilsimpulsen in worden overgebracht. Bij de suggestie richt zich de suggestor (resonator) niet tot het Ik van de gesuggereerde (geresoneerde) doch tot diens minder bewuste gedeelten van zijn persoonlijkheid. Van daar uit moet de gedachteninhoud bewust worden en tenslotte als handeling worden uitgevoerd. Zo onderscheiden wij drie stadia: de acceptie (aanvaarding), de realisatie of stadium experiendi (verwerkelijking, stadium der beleving)<sup>1</sup> en het stadium van de effectie (verwezenlijking). Niet iedere suggestie kan worden aanvaard: hier doet de invloed van het ideale-Ik zich gelden.

Het is duidelijk, dat de suggestor zich niet zozeer tot de denkende mens (het Ik) richt, als wel tot de voelende mens (het Es); een suggestie is dus het aannemen van gedachteninhouden of voorstellingen op grond van affectieve stromingen, waarbij het denken (het oordelen en kritiseren) op de achtergrond treedt.

Ipsa facto geldt hetzelfde voor de hypnose. Suggestiviteit is dus het bespelen van de affectieve belevingsinhouden bij de ander. Bij het stadium van de realisatie wordt de voorstelling als het ware geschoven van de minder bewuste gedeelten der per-

soonlijkheid (gevoels- en driftpersoonlijkheid) naar de bewuste denksfeer. Dit stadium is dat van het sub-gerere: het onderschuiven. De voorstelling, van een ander afkomstig, ongemerkt langs onbewuste wegen de persoonlijkheid binnengeslopen, wordt thans als Ik-eigen voorstelling bewust en als handeling uitgevoerd. Een eenvoudig voorbeeld: men leest in een tijdschrift van de hand van een erkend deskundige op een speciaal gebied een slechte recensie over een pas geschreven boekwerk. Men vergeet, dat men deze boekbespreking heeft gelezen; bij het doorbladeren van het betreffende werk zal de slechte indruk, die a priori was „gesuggereerd”, bewust worden en men zal dit boek niet aanschaffen. Hier vond het stadium van de acceptie onbewust plaats; het oordeel van een ander afkomstig en op grond van gevoelsmatige factoren (autoriteit, gezag van de deskundige) onbewust aangenomen, wordt thans als Ik-eigen mening gelanceerd.

*Bechterew* maakte hier eens de rake vergelijking, dat de suggestie als een dief in de nacht het huis door een achterdeur binnensluip en dit, als huis-eigenaar vermomd, langs de voorzijde verlaat. Iets soortgelijks vindt ook in hypnose plaats.

\*\*\*

Er bestaan verschillende vormen van suggestie, waarvan de hypnose er een is. Een suggestie immers kan opzettelijk of onopzettelijk worden gegeven; zij kan voorts door de gesuggereerde (liever: suggerendus) worden voorzien (gemerkt), of wel: zij kan onvoorzien (ongemerkt) plaats vinden. Zo stellen wij voor te onderscheiden: de opzettelijke onvoorzien, de opzettelijke voorziene, de onopzettelijke onvoorzien, de onopzettelijke voorziene vorm. De meest voorkomende vorm is de opzettelijke onvoorzien (de reclame, de propaganda, suggestie in de verhouding arts-patiënt, opvoeder-kind). Ook de hypnotische situatie is een voorbeeld van opzettelijke onvoorzien suggestie.

De gesuggereerde moet een geneigdheid, een bereidwilligheid, een bereidheid vertonen om de ver-eiste gevoelsbetrekkingen met de suggestor aan te knopen (erotische gebondenheid). A fortiori is dit het geval in een zogenaamde masochistische gevoelstoestand, waarin het individu een zekere lust-erotie ervaart in het dulden, in het ondergaan, in het aannemen van een passieve houding. Vooral in de psychologische situatie van de hypnose gelden deze verhoudingen duidelijk.

Niet alleen bestaan er interindividuele verschillen ten aanzien van de toegankelijkheid voor suggestieve beïnvloeding, er zijn ook intraïndividuele: een bepaald mens kan onder verschillende omstandigheden in verschillende mate voor suggesties toegankelijk blijken; dit hangt niet alleen af van de mate van erotische gebondenheid, doch tevens van zijn affectieve toestand. Al naar gelang de gesuggereerde angstiger, hoopvoller, begeriger, toorniger is, zal hij eerder voor suggesties toegankelijk, respectievelijk ontoegankelijk blijken. De factor „verwachting”

<sup>1</sup> experiri = beleven

is vooral van belang. Onder invloed van de gebondenheid met de suggestor (eerbied, respect, ontzag, genegenheid) komt nu de suggestie tot stand, doordat de persoon zich vereenzelvigd met de suggestor en nu de inhoud van de suggestie overneemt (identificatie en introjectie).

Somtijds is iemand slechts schijnbaar ontoeganlijk. De gesuggereerde kan namelijk om zijn angst te verbergen, zijn vrees, dat men hem voor suggestibel zal houden, te camoufleren of om aan zijn gevoelens van afkeer jegens de suggestor gehoor te geven, een houding van negatieve suggestibiliteit aannemen. De gesuggereerde meent uit verstandelijke motieven en uit eigen initiatief gehandeld te hebben, hoewel zijn houding in werkelijkheid is bepaald door de invloed van de suggestie. Hij gedraagt zich niet anders dan iemand, die onder de drang van gevoelsmatige factoren gemakkelijk alle suggesties aanvaardt. De negatieve suggestibiliteit kan nog toenemen, als de suggestor moeite doet hem te overtuigen. Op het gebied van de propaganda is dit verschijnsel op grote schaal waar te nemen, de vakliteratuur hield hiermede tot nu toe wellicht niet voldoende rekening. Een afwijzende houding, dat is dus een verwerping van een suggestie, behoeft dus geenszins erop te wijzen, dat de suggestie zich niet zou hebben voltrokken. Integendeel.

Men spreekt van een positieve suggestibiliteit, wanneer de gesuggereerde in een ja-houding staat ten opzichte van de suggestor en van een negatieve, wanneer het op grond van een neen-houding tot een verwerping (repudiatie) is gekomen (*Erwin Straus*). Analooft geldt voor de positieve en negatieve autosuggestibiliteit.

Noch ten aanzien van de gesuggereerde, noch ten aanzien van de suggestor is het mogelijk karakteristica van de persoonlijkheid aan te wijzen. De meerdere geschiktheid tot het aannemen van suggestie bij masochistische karaktertrekken is uit het voorafgaande duidelijk; voorts zullen een verhoogde neiging tot identificatie, gepaard aan een zwak ontwikkeld individualiteitsbesef (persoonlijkheidszwakte in de zin van *Carp*), een geringe kritiek en oordeelszwakte iemand eerder tot het aannemen disponeren. Het voornaamste echter blijft ook hier de relatie tussen gesuggereerde en suggestor en de instelling van de eerstgenoemde ten aanzien van de inhoud van de suggestie, welke instelling van situatie tot situatie wisselt en waarbij, gelijk bij de hypnose vooral het geval is, het ideale IK ook in het geding komt.

\*\*\*

En thans de autosuggestie. Hier bespeelt het individu zijn eigen affectieve belevingswereld. Wij zouden de autosuggestie — overeenkomstig de suggestie — willen verdelen in een onopzettelijke en in een opzettelijke vorm.

Bij de onopzettelijke autosuggestie werkt het onbewuste geestesleven, dat verbindingen onderhoudt met het driftleven, als autosuggestor. De bewuste delen van het IK worden nu van het onbewust be-

## Verloskunde van de huisarts

Nu per 31 december 1958 de enquêtering van het onderzoek „De verloskunde van de huisarts” ten einde loopt en zijn tweede fase, die van bewerking en straks de uitwerking van de verzamelde gegevens, ingaat, wil de studiegroep graag nu reeds alle deelnemers aan dit onderzoek danken voor hun medewerking. Immers, zonder de individuele medewerking en de goede wil tot samenwerking is een ieder groot opgezet onderzoek, zoals het onderhavige, tot mislukking gedoemd.

Dat de wetenschappelijke waarde van dit onderzoek ook elders waardering heeft gevonden, moge blijken uit het feit, dat de Stichting T.N.O. ons een subsidie heeft toegezegd, waardoor uitwerking en publicatie van de verzamelde gegevens mogelijk wordt. Weldra zult u een bericht vinden over een nieuw onderzoek betreffende een orale zwangerschapstest, dat onze studiegroep zich voorstelt te beginnen. Bovendien zijn wij begonnen met de basis te leggen voor een nieuw onderzoek, dat waarschijnlijk op een even brede basis als het verloskundig onderzoek zal worden opgezet en waaraan wij hopen dat alle oude deelnemers en nog vele nieuwe zullen participeren.

De studiegroep verloskunde van de huisarts zal zich nu binnenskamers terugtrekken en hoopt u binnen niet al te lange tijd van haar resultaten op de hoogte te kunnen stellen.

H. A. J. VERHAGEN,

Secretaris studiegroep

„Verloskunde van de huisarts”

---

levende subject uit gesuggereerd. De persoon is zich van de afloop van dit psychisme, waarbij het IK door het eigen Zelf, dat buiten het Ik staat, wordt beïnvloed, volmaakt onbewust; in de toestand van verlaagd bewustzijn komt het gebeuren gemakkelijker tot stand.

Bij de opzettelijke autosuggestie zijn de verhoudingen enigszins ingewikkelder. De mens heeft dan geleerd, dat hij zich zelf kan beïnvloeden en doet dit doelbewust. Bij onwillekeurige autosuggestie is er van een bewuste doelgerichtheid geen sprake; daar is de mens „slachtoffer” van zijn autosuggestie. Bij de willekeurige autosuggestie echter is de bewuste wil er op gericht, dat het gebeuren tot stand komt. In eerste instantie is het nu het bewuste IK, het bewuste deel van de persoonlijkheid, dat autosuggestor (liever autogestor) is. Van hier uit komt de wens, de opzet, het doel, het plan, een verandering te bewerken, bijvoorbeeld de waarneming van pijngevoel min of meer tot verdwijning te brengen of wel omgekeerd een waarneming, die eerst

niet aanwezig was, met evidentie te ervaren. Zo wordt het onbewust belevende subject door het bewuste deel van de persoonlijkheid „geautogereerd” en wordt nu op zijn beurt autosuggestor om weer het IK te suggereren. Het eerste deel van het gebeuren („descenderend” principe) verloopt min of meer bewust; het laatste deel („ascenderend” principe) is het onbewust verlopende gebeuren der autosuggestie *sensu stricto*.

Wil iemand zich autosuggestief moed inspreken, dan kiest hij doelbewust als voorstelling: „Ik zal flink zijn”. Met behulp van de een of andere techniek — gelijk deze in de psychotherapie bekend is — brengt hij zich onder leiding van de arts in een toestand van verlaagd bewustzijn; de voorstelling wordt daardoor „medegenomen” in de minder bewuste gedeelten der persoonlijkheid en wordt van daaruit onder invloed van het affect, van de wens, het geloof, dat de verwerkelijking zal plaats vinden, weer opnieuw in het Ik „ge(auto)suggereerd”. Wilkeurige autosuggestie wordt dus opzettelijk aan de gang gebracht, doch verloopt op zich zelf onbewust.

Uit het bovenstaande blijkt, dat het gebeuren van de suggestie en dat der autosuggestie twee van de drie stadia gemeenschappelijk hebben: de realiteit en de effectie. Het kenmerkende voor de suggestie is juist de acceptie, waartoe betrekkingen tussen de mensen onderling een *conditio sine qua non* zijn. In de collectieve psychologie zijn suggestie en autosuggestie even belangrijk.

Intussen behoeft het stadium van de acceptie niet onder alle omstandigheden te worden gevolgd door dat van de realisatie en dat van de effectie: er kan somtijds een lang tijdvak tussen liggen. Slechts in uitzonderingsgevallen wordt door de suggestor opzettelijk een bepaalde termijn tussen acceptie en realisatie beoogd (*suggestion à échéance*, *Suggestion auf Termin*). Men kent deze uit de (oudere) literatuur van de hypnose, doch treft deze suggesties ook in het dagelijkse leven somtijds aan. Men is iedere dag aan ontelbare suggesties onderhevig, die men accepteert, doch waarvan men slechts deze of gene achteraf, onder invloed van de een of andere aanleiding, effectief laat worden. Hiermede houdt de reclame rekening.

Evenmin behoeft de realisatie automatisch te worden gevolgd door de effectie. Het komt immers dikwijls voor, dat men onder invloed van een suggestie of door logisch denken, inziet, dat men tot een bepaalde handeling dient over te gaan, doch dat de effectie door bepaalde factoren (bijvoorbeeld uitwendige omstandigheden, tegenimpuls, inactiviteit) niet tot stand komt.

Omtrent het wezen van de suggestie bestaan velerlei opvattingen. Wij hebben in dit artikel met opzet een mechanistisch gezichtspunt naar voren geschoven. Maar vanzelfsprekend kan men de *facto* de mens slechts als een onverbreekelijke totaliteit zien. Uitdrukkingen als „gedeelten van de persoonlijkheid”, „instanties binnen de persoonlijkheid” zijn slechts beeldspraak, maar moeilijk te missen in een

didactisch betoog. De bedoeling van dit opstel was slechts om erop te wijzen, dat in alle vormen van psychotherapie suggestieve (affectieve) invloeden van de therapeut werkzaam zijn, wil de patiënt een gedachteninhoud van de arts overnemen. Bij de ontdekkende vormen van psychotherapie zijn vele invloeden tot een minimum teruggebracht, maar geheel en al afwezig zijn zij niet.

## Conferentie op Woudschoten

Het is een goede gedachte geweest van het N.H.G.-bestuur, een samenkomst te organiseren met de verschillende commissies die het Genootschap kent, teneinde zich gemeenschappelijk te beraden over de problematiek, waarvoor de Nederlandse huisarts zich ziet gesteld.

Zo kwamen dus op 23 en 24 januari de deelnemers op Woudschoten bijeen: het bestuur, de Algemene Advies Commissie, de Commissie Wetenschappelijk Onderzoek, de Commissie Nascholing Huisarts, de Redactie-commissie van „huisarts en wetenschap” en enkele genodigden.

De vrijdagavond gebruikte men voor het bespreken van een door Van Deen opgesteld stuk, getiteld: „Hoe moet het Nederlands Huisartsen Genootschap de ontwikkeling van de geneeskunst van de huisarts zien?” met een co-referaat door Buma.

Daarna verenigden zich de kleine discussiegroepen, om ieder naar eigen zienswijze, de problematiek van de huisarts en zijn Genootschap onder de loep te nemen. Men kan niet zeggen, dat die vrijdagavond alle problemen reeds waren opgelost, zo mogelijk leek aan het einde van de besprekingen het probleem nog ingewikkelder geworden te zijn. Het leek verstandig, er maar eens een nachtje over te slapen. En zie, de zaterdag bracht verheldering. Waren het de besprekingen in de grote zaal van Woudschoten, waren het de groepsdiscussies bij de grote houtvuren in de vele open haarden van het Conferentieoord? Waren het de wandelingen in de prikkelende winterlucht, waar men in kleine groepjes intens bleef debatteren over allerlei details van het weefsel van rechten en plichten van de huisarts? Het is niet de taak van de redactie, thans reeds vooruit te lopen op de conclusies die naar aanleiding van deze conferentie zullen worden getrokken. Volgende zij, dat het bestuur zich een duidelijker mening heeft kunnen vormen omtrent de functie van de huisarts en de doelstellingen van het Nederlands Huisartsen Genootschap. Wij mogen het aan het bestuur zelf overlaten, de resultaten van de bijeenkomst in druk te concretiseren. Reeds is duidelijk gebleken, dat het houden van dergelijke besprekingen van groot voordeel is voor de gedachtenvorming omtrent de toekomst van het Genootschap. Stellig zullen nog meer dergelijke bijeenkomsten volgen.

Fr.