

ven praktijken – zoals ik in de inleiding op deel II aangeef – geenszins uitputtend zijn voor wijzen waarop men kwalitatief kan interviewen. Anderzijds groeit de *kunst* van het kwalitatief interviewen vooral in de praktijk. Gewapend met een dosis oefening en de nodige theoretische achtergrond zal een interviewer in de praktijk van het inspelen op allerlei soorten respondenten, situaties en onderzoeksvragen zijn of haar ‘stijl’ langzaam ontwikkelen. Om scherp te blijven is het zeker handig met enige regelmaat eens feedback te zoeken bij collega’s, een cursus te volgen en literatuur erop na te slaan, maar kwalitatief interviewen leer je volgens mij niet uit boeken. Zij vormen de noodzakelijke achtergrond, zoals de titel aangeeft, de kunde, op weg naar de kunst. Om die reden is nadrukkelijk niet gekozen voor de kookboekformule. Mijns inziens past die niet, en zeker niet in kwalitatief onderzoek.

De verhalen die wij leven. Narratieve psychologie als methode

Anneke Sools

Ernst Bohlmeijer. *De verhalen die wij leven. Narratieve psychologie als methode*. Amsterdam: Boom 2007, ISBN 978-90-850-6470-1, € 33,65.

De titel van *De verhalen die wij leven. Narratieve psychologie als methode* verwijst zowel naar een benadering in de narratieve psychologie als naar een concrete interventiemethode (dus niet onderzoeksmethode) voor de hulpverlening aan ouderen. Overeenkomst tussen de narratieve psychologie als wetenschappelijke benadering en de life-review-interventiemethode is dat beide de mens beschouwen als een verhalenverteller. De life-review-methode richt zich op het ontwikkelen van een coherent, constructief, perspectiefrijk verhaal over het eigen leven. De tweeledige betekenis van de titel geeft meteen aan dat het boek zowel een praktisch als theoretisch doel heeft, die ik hierna beide bespreek. Maar eerst zet ik uiteen hoe het boek is opgebouwd, wat het beoogde publiek is en hoe de ‘narratieve toonzetting’ (om een term te gebruiken die de auteur Ernst Bohlmeijer aan narratief psycholoog McAdams ontleent) gekarakteriseerd kan worden.

Het boek bestaat uit vier delen. De eerste drie delen vormen de opmaat, inspiratiebron en achtergrond voor het zwaartepunt dat ligt bij de interventiemethode. In het kortste, eerste deel wordt in vogelvlucht de moderne en vooral postmoderne tijdgeest geschetst, gekenmerkt door het verdwijnen van de Grote Verhalen. De psychologische consequenties van het leven zonder Genesis en hiernamaals, toegenomen individuele vrijheid én angst, vormen de achtergrond voor de opkomst van persoonlijke levensverhalen. Onderwerp van het tweede deel is de psychologie van het verhaal. In dit uitgebreide deel worden eerst de theoretische uitgangspunten en centrale begrippen van de narratieve psychologie op een rijtje gezet: de functies van verhalen vertellen; de narratieve grond-

structuur van de mens; de zingevende functie van levensverhalen; plot; de rol van taal; vertogen. Na deze algemene beschrijving van een narratieve wetenschap gaat Bohlmeijer specifiek in op zingevende verhalen, de rol van levensverhalen bij het optreden van ziekte, en de rol van metaforen. Het derde deel is gewijd aan het empirische onderzoek naar life-review, waarin reminiscentie (de daad of het proces van herinneringen ophalen) een belangrijke rol speelt. Verschillende functies van reminiscentie, en de effectiviteit, voordelen en grenzen aan de methode van life-review komen aan bod.

In het vierde deel ten slotte staat de praktijk van levensverhaalmethoden in het algemeen en life-review in het bijzonder centraal. Eerst wordt dit type methoden gesitueerd in de geestelijke gezondheidszorg. Aan bod komt wanneer welke methode geschikt is, afhankelijk van de mate van psychische (depressieve) klachten. De life-review-methode kan volgens de auteur gecombineerd worden met andere methoden zoals cognitieve gedragstherapie, creatieve therapie en narratieve therapie. Vervolgens wordt een concreet doch flexibel draaiboek beschreven voor een specifieke methode in de vorm van een cursus. De cursus *De verhalen die wij leven* maakt gebruik van principes uit de life-review-methode die specifiek is ontwikkeld voor de hulpverlening aan ouderen met (lichte) psychische klachten zoals depressie. 'Life-review is primair een preventiemethode en geen therapie, waarin evenwel gebruik wordt gemaakt van gespreksvaardigheden uit narratieve therapie. De beschreven cursus is nadrukkelijk geen zelfhulpmiddel, maar bedoeld voor deskundige begeleiders en verschillende hulpverleningssettings. *So don't try this at home.*

Het beoogde publiek van het boek *De verhalen die wij leven* is driedelig. Het boek richt zich in de eerste plaats op professionals die psychische begeleiding geven aan ouderen. Voor lezers die kennis willen nemen van de narratief-psychologische achtergrond is het echter ook interessant. Mensen die overwegen zelf deel te nemen aan een life-review onder begeleiding van een professional ten slotte, vinden in het boek achtergronden en uitleg van een voorbeeld. Het boek als geheel is helder geschreven en maakt ingewikkelde thematiek voor een breed publiek toegankelijk. Literaire en filosofische uitstapjes, humoristische noten en persoonlijke ontboezemingen verlevendigen de hoofdtekst en bieden aanvulling en uitdieping. De toegankelijkheid wordt mede verhoogd door de bevoegenheid waarmee de auteur de narratieve psychologie over het voetlicht brengt. De optimistische en bij tijden poëtische *toonsetting* is niet zomaar een aberratie van de auteur, maar hangt samen met zijn pleidooi voor een herintrede van *logos én mythos* in de psychologie.

Met logos alleen kan de psychologie geen recht doen aan de ziel en bezieling die onmiskenbaar bij haar object van onderzoek horen. Het wetenschappelijke aandachtsveld en de psychische hulpverlening moeten verruimd worden door verhalen, kunst, verbeelding en mythe een plek toe te kennen, zo beargumenteert Bohlmeijer. Dit pleidooi is op zichzelf niet nieuw, maar wel de koppeling van narratief-psychologische theorie aan praktijk in de Nederlandse context. Het verband tussen de narratieve psychologie als wetenschap en als interventiemethode had echter duidelijker gelegd kunnen worden. Het op zichzelf interessante intermezzo over de invloed van Merleau-Ponty's fenomenologie op de narratieve psychologie zie ik bijvoorbeeld niet direct vertaald naar interventie-

principes zoals in de haptonomie wel gebeurt. Daarnaast wordt de relevantie van de verschillende betekenissen van ‘narratief’ voor de life-review-methode onvoldoende duidelijk. Bohlmeijer maakt in de eerste plaats verhalen tot object van studie en vehikel voor persoonlijke verandering, wat aansluit bij het interventiedoel van de life-review-methode. Maar hij zet een stap verder door zelfs wetenschappelijke theorieën verhalen te noemen vanwege hun subjectieve en contextuele karakter. Om van een *verhaal* te kunnen spreken is echter meer nodig wil het begrip ‘verhaal’ niet verworden tot een containerbegrip. Belangrijker is echter dat dergelijke uitwijdingen weinig verband houden met de besproken interventiemethode.

De wijldopigheid van het tweede deel is ook een verdienste vanwege de presentatie van een rijk scala aan theorieën en verrassende invalshoeken. De kracht hiervan is dat het de lezer uitnodigt tot reflectie en oproept tot een verbreding en verdieping van niet alleen de psychologische hulpverlening, maar ook van de psychologie als wetenschap. De zwakte zit in het ontbreken van een systematische vergelijking van overeenkomsten en verschillen tussen de verschillende benaderingen in de narratieve psychologie. Door de schijnbaar probleemloze opeenvolging van auteurs krijgen ze dezelfde waarde en worden fundamentele verschillen in theoretische uitgangspunten en historische wortels aan het zicht van de lezer onttrokken. ‘De’ narratieve psychologie is echter een verre van eenduidig veld, waarin zelfs de definitie van ‘narratief’ diffuus is. In de inleiding van een recent verschenen bundel *Doing narrative analysis* (Squire et al., 2008) worden twee historisch conflicterende wortels van narratief onderzoek onderscheiden. De eerste wordt gevormd door naoorlogse humanistische stromingen in de psychologie en sociologie, gekenmerkt door een holistisch, persoonsgecentreerde, vaak autobiografische benadering. De tweede betreft postmoderne, poststructuralistische en deconstructionistische benaderingen van narrativiteit zoals met name verwoord door Franse filosofen als Foucault en Derrida.

Vertegenwoordigers van beide stromingen komen aan bod in *De verhalen die wij leven*, maar zij vervullen ieder een andere rol, wat de auteur onvoldoende onderkent. De postmoderne literatuur dient vooral om de tijdgeest te duiden en de relevantie van levensverhaalmethoden duidelijk te maken. De postmoderne tijdgeest heeft echter niet alleen invloed op de verhalen die narratief psychologen bestuderen, maar ook op de narratieve psychologie zelf. De postmoderne stroming in de narratieve psychologie komt echter niet aan bod. De verwantschap van *De verhalen die wij leven* met de humanistische stroming, waarvan McAdams een belangrijke vertegenwoordiger is, is af te lezen uit de overeenkomst met de titel van diens bekende boek: *The stories we live by. Personal myths and the making of the self* (1997). Een overeenkomst tussen de benadering van McAdams en de life-review-methode die in het boek van Bohlmeijer centraal staat, is dat beide gebaseerd zijn op levensverhalen waarin herinneringen en/of de levensloop een belangrijke rol spelen. Andere benaderingen gaan bijvoorbeeld uit van meer onderwerpspecifieke verhalen met een kortere tijdspanne. De verwantschap met de humanistische narratieve psychologie blijkt verder uit het gehanteerde zelfconcept. Het zoeken naar een oorspronkelijk en authentiek zelf drijft zowel de theorie als praktijk in het boek. De situering in een postmoderne tijd roept de vraag op of Bohlmeijers keuze voor de humanis-

tische zelfopvatting gelezen moet worden als een kritiek op de postmoderne zelfopvatting, die uitgaat van een meervoudig, dialogisch en fluïde zelf.

Ook binnen de humanistische stroming bestaan verschillen in de opvatting van identiteit en de rol van narrativiteit in identiteitsconstructie die meer aandacht verdienen. Het is een groot verschil om te spreken over de mens *als* verhaal (Polkinghorne, 1988; Bruner, 1986) of over de mens die een verhaal *is* (McAdams, 1997). Het kritisch doordenken van dergelijke verschillen is van belang om de narratieve psychologie verder te ontwikkelen. Maar deze theoretische discussie heeft ook praktische relevantie. Kennis over de relatie tussen narrativiteit en identiteit is behulpzaam voor het onderzoek naar 'processen die tijdens life-review plaatsvinden' en het belangrijke 'onderscheid tussen zelfverandering en zelfcontinuïteit' (Bohlmeijer, 2007, p.124). Bekend is namelijk wel *dat* levensverhaalmethoden in het algemeen en life-review in het bijzonder werken, maar nog niet *hoe* ze werken zoals Bohlmeijer concludeert.

Het boek levert een belangrijke bijdrage aan het op de kaart zetten van life-review-interventiemethoden in Nederland. Het doet ook suggesties voor toekomstig onderzoek naar deze methoden, die echter aangescherpt kunnen worden door nadrukkelijker de verbinding te leggen met de theoretische inzichten van de narratieve psychologie. Wanneer bovendien de narratieve kennis van professionals die gebruik maken van life-review-methoden wordt ingezet voor de verdere ontwikkeling van theorie én praktijk, komt de oorspronkelijke inzet van een van de grondleggers van de narratieve psychologie, Donald Polkinghorne (1988), een stapje dichterbij.

Literatuur

Bohlmeijer, E. (2007). *De verhalen die we leven. Narratieve psychologie als methode*. Amsterdam: Boom.

Bruner, J.S. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

McAdams, D.P. (1997). *The stories we live by: personal myths and the making of the self*. New York [etc.]: Guilford Press.

Polkinghorne, D.E. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. Albany, NY: State of New York University Press.

Squire, C., Andrews, M. & Tamboukou, M. (2008). Introduction: What is narrative research? In M. Andrews, C. Squire & M. Tamboukou (Eds.), *Doing narrative research* (pp.1-21). Los Angeles/London/New Delhi/Singapore: Sage.

Repliek

Ernst Bohlmeijer

Ik wil om te beginnen Anneke Sools hartelijk bedanken voor haar bespreking van het boek *De verhalen die we leven*. Het boek heb ik vooral geschreven als onderbouwing van een nieuwe levensverhaalmethode voor mensen die worstelen met zingevingsvragen en