

**ALS EEN WEGWIJZER
OVER FILOSOFISCH CONSULENTSCHAP**

E.J.N. Holstein

Erasmus Universiteit Rotterdam
Faculteit der Wijsbegeerte
Leerstoelgroep Praktische Filosofie
Master Wijsbegeerte Voltijd - 18 ECTS
Studentnummer: 302854
Begeleider: Dr. P.J.J. Delaere
Adviseur: Prof. Dr. H.J. Pott
Datum van voltooiing: 28 februari 2013
Aantal woorden: 20971

INHOUDSOPGAVE

Inleiding	2
Hoofdstuk 1: Filosofisch consulentschap	
1.1. Inleiding	4
1.2. De preparadigmatische fase	4
1.3. Wereldbeeldinterpretatie.....	6
1.4. De methode van de filosofische consulent.....	10
1.5. Samenvatting	19
Hoofdstuk 2: Filosofisch consulentschap en psychotherapie	
2.1. Inleiding	21
2.2. De therapie van de Hellenistische filosofen.....	22
2.3. Hedendaagse psychotherapie	28
2.4. Filosofie in psychotherapie	31
2.5. Filosofisch consulentschap en cognitieve therapie.....	33
2.6. Samenvatting	36
Hoofdstuk 3: Filosofisch consulentschap en counseling	
3.1. Inleiding	38
3.2. Wat is counseling?.....	39
3.3. Problemen met de humanistische psychologie.....	42
3.4. Filosofisch consulentschap en academische filosofie.....	47
3.5. Samenvatting	49
Hoofdstuk 4: Filosofisch consulentschap en Wittgenstein	
4.1. Inleiding	51
4.2. De methode in de <i>Filosofische onderzoekingen</i>	52
4.3. Wittgenstein en filosofisch consulentschap	55
4.4. Samenvatting	61
Conclusie	62
Literatuur	64

INLEIDING

Onder de term “filosofische praktijk” worden drie verschillende activiteiten geschaard: filosofisch advies in organisaties, filosofische gespreksvoering in groepen en filosofisch consulentenschap. Dit laatste is gericht op het helpen van individuen met de levensproblemen waarmee zij worstelen door middel van filosofische kennis en vaardigheden. Waar filosofisch advies in organisaties en het voeren van filosofische gesprekken in groepen weinig omstreden zijn, geldt dit niet voor filosofisch consulentenschap, want het spreken over levensproblemen wordt gezien als het domein van psychologen.

Filosofisch consulentenschap is een nieuwe discipline die nog op zoek is naar een eigen identiteit. Waar zorg dragen voor de ziel ooit de taak was van filosofen – zoals Martha Nussbaum laat zien in *The Therapy of Desire* waarin zij de scholen van de Epicuristen, Sceptici en Stoïcijnen vergelijkt wat betreft de wijze waarop zij menselijk lijden trachten te verzachten – daar is deze taak nu overgenomen door psychotherapeuten. In de beginperiode heeft filosofisch consulentenschap zich in de markt willen prijzen door te wijzen op de gebreken van zowel academische filosofie (“Ze heeft geen oog voor de alledaagse problemen van individuen”) als psychologische therapieën (“Zij denken vanuit een rigide medisch model”).¹ Filosofische consulenten hebben er vooral veel werk van gemaakt zich te onderscheiden van psychotherapie. Dat was niet alleen om potentiële cliënten van de waarde van filosofisch consulentenschap te overtuigen (filosofische consulenten diagnosticeren niet, maar gaan een gelijkwaardige dialoog met hun cliënten aan). Er speelde ook de angst dat filosofen, wanneer zij zich met de levensproblemen van individuen bezighouden, meer kwaad dan goed doen omdat zij niet zijn opgeleid tot hulpverleners. Mogelijk zien zij om die reden meer ernstige psychische problemen over het hoofd. Filosofische consulenten moeten kunnen aangeven waar de grenzen van hun vakgebied liggen.

De probleemstelling van deze scriptie is hoe filosofie kan bijdragen aan het leven van mensen zonder te verworden tot een vorm van psychologische therapie. De doelstelling is het beantwoorden van de vraag:

“Wat maakt filosofisch consulentenschap tot een onderscheiden praktijk?”

¹ Ruschmann, Eckart. (1998). Foundations of Philosophical Counseling. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 17(3), p.24.

De opbouw van de scriptie is als volgt. In hoofdstuk 1 geef ik een eerste schets van wat filosofisch consulentchap voor praktijk is. In hoofdstuk 2 besteed ik aandacht aan de complexe relatie tussen filosofisch consulentchap en psychotherapie. Filosofische consulenten zetten zich af tegen het medische diagnosemodel dat in psychotherapie centraal staat, maar omdat beide wortelen in de Hellenistische filosofie zijn filosofisch consulentchap en psychotherapie ook nauw met elkaar verbonden. De filosofische wortels van psychologische therapie wordt vooral zichtbaar in cognitieve therapieën. In hoofdstuk 3 staan de verschillen tussen filosofisch consulentchap en counseling centraal. De focus ligt daarbij op de twee betekenissen die “counseling” heeft. “Counseling” betekent zowel “advies” of “raadgeving” als dat het verwijst naar een vorm van begeleiding die werkt vanuit de principes van de humanistische psychologie en zich eveneens heeft afgezet tegen het diagnosemodel van de psychotherapie. In hoofdstuk 4 wil ik bekijken wat filosofische consulenten kunnen leren van de *Filosofische onderzoeken* van Ludwig Wittgenstein waarin een methode wordt ontwikkeld om filosofische problemen te laten verdwijnen. Vervolgens trek ik mijn conclusie.

HOOFDSTUK 1: FILOSOFISCH CONSULENTSCHAP

1.1. Inleiding

De geboorte van modern filosofisch consulentenschap kan worden gedateerd aan het begin van de jaren tachtig met de opening van een filosofische praktijk in Duitsland door Gerd B. Achenbach. Ik spreek hier van “modern” filosofisch consulentenschap, want in plaats van filosofisch consulentenschap een heel nieuwe praktijk te noemen, is het beter te spreken van een herontdekking. In de Oudheid streefden de Epicuristen, Sceptici en Stoïcijnen er al naar lijden van de ziel te verzachten door middel van filosofie. In de middeleeuwen nam de theologie de taak van verzorger van de ziel op zich. Filosofie werd een theoretische discipline: ze diende om de theologie fundamentele te verschaffen. Ondanks latere ontkerkelijking is filosofie er daarna niet in geslaagd haar oude domein te heroveren. In de twintigste eeuw heeft psychotherapie zich opgeworpen als verzorger van de ziel. Nu filosofen opnieuw interesse tonen in de levensproblemen van individuen, wordt de associatie gelegd met psychologische hulpverlening. Filosofische consulenten moeten bijgevolg antwoord kunnen geven op de vraag wat filosofisch consulentenschap heeft te bieden wat niet al bij een psychologische hulpverlener kan worden gevonden.

In dit hoofdstuk wil ik een eerste beeld schetsen van filosofisch consulentenschap. In filosofisch consulentenschap wordt door middel van filosofische vaardigheden en kennis verhelderd hoe een cliënt die een filosofische consulent bezoekt in de wereld staat. Aan de hand daarvan wordt gezocht naar een (voorlopig) antwoord op de vraag of probleem waarmee de cliënt worstelt. In de literatuur over filosofisch consulentenschap wordt dit “wereldbeeldinterpretatie” genoemd. De eerste vraag die dit oproept is of wereldbeeldinterpretatie louter een middel is om problemen op te lossen of ook een doel op zich kan zijn. Een tweede vraag is of bij wereldbeeldinterpretatie de nadruk moet liggen op filosofische vaardigheden dan wel op filosofische kennis.

1.2. De preparadigmatische fase

Geïnspireerd door *The Structure of Scientific Revolutions* van Thomas Kuhn stelt Roger Paden in een artikel uit 1998 dat filosofisch consulentenschap een discipline is die zich in de preparadigmatische fase bevindt.² In een preparadigmatische fase trachten beoefenaars van

² Paden, Roger. (1998). Defining Philosophical Counseling. *Journal of Applied Philosophy*, 12(1), p.1/2.

een nieuwe wetenschap overeenstemming te bereiken over de taak, methodes en doelen van hun discipline en helder te krijgen waarin zij zich van andere disciplines onderscheidt. De preparadigmatische fase is een reflectieve fase: nieuwe wetenschappen die zich in dit stadium bevinden, wenden zich in hun zoektocht naar antwoorden tot de filosofie.

Volgens Julian Baggini is er sinds 1998 weinig vooruitgang geboekt in filosofisch consulentenschap. Filosofisch consulentenschap heeft haar belofte als alternatief voor psychotherapie niet weten waar te maken. Mensen zijn niet massaal bij filosofen op bezoek gegaan om hun levensproblemen te bespreken en het is nog altijd onduidelijk wat filosofische consulenten met hun discipline willen bereiken.³ Een van de weinige zaken waarover overeenstemming is, is dat een filosofische consulent minstens een universitaire master wijsbegeerte heeft afgerond⁴, want filosofisch consulentenschap is meer dan het zijdelings aanstippen van verschillende filosofische posities: een filosofische consulent moet weten hoe filosofische gereedschappen worden gehanteerd.⁵

Het is een open vraag of er in filosofisch consulentenschap ooit een definitief gevestigd paradigma zal zijn. De preparadigmatische fase kenmerkt zich immers door filosofische reflectie. Anders dan wetenschap is filosofie

“(…) bij uitstek een pre- of multi-paradigmatische discipline waarvan het objectdomein en de verzameling van methoden en technieken niet bij voorbaat zijn ingeperkt.”⁶

Voor Achenbach kenmerkt filosofisch consulentenschap zich door openheid. Hij ziet filosofisch consulentenschap als zonder methode. Deze positie wordt door Shlomit Schuster “methode voorbij enige methode” genoemd.⁷ Het idee is dat filosofisch consulentenschap alleen wanneer zij zonder methode is, recht kan doen aan de complexiteit van het leven en de uniciteit van de cliënt. Geen enkele theorie, model of systeem kan immers alles verklaren. Wat de cliënt vertelt, wordt niet uitgelegd aan de hand van een theorie, maar wordt uiteengelegd en

³ Baggini, Julian. (2010). Counsel of Despair? *The Philosophers' Magazine*, 49, p.58.

⁴ Schaubroeck, Katrien & De Vleminck, Jens. (2011). Filosofisch consulentenschap: zwarte doos van Pandora? *Tijdschrift voor Filosofie*, 73(3), p.320.

⁵ Langdon, Janis. (2000). Philosophical Counselling and the Role of Philosophy. *Practical Philosophy*, 3(2), p.35.

⁶ Wouters, Paul. (2010). *Denkgereedschap 2.0. Een filosofische onderhoudsbeurt*. Rotterdam: Lemniscaat, p.26.

⁷ Schuster, Shlomit C. (1999). *Philosophical Practice. An Alternative to Counseling and Psychotherapy*. Westport/Londen: Praeger Publishers, p.29.

verbreed. Het is in de interactie tussen de filosofische consulent en cliënt dat zich een theorie vormt. Behalve dat filosofisch consulentschap zonder methode is, kent ze volgens Achenbach ook geen vaststaand doel, al is door na te denken over het zelf en het leven wellicht verandering mogelijk.⁸

Achenbach is bekritiseerd om deze “alles kan, alles mag” benadering.⁹ Als het niet duidelijk is wat de methode(s) en doelen van filosofisch consulentschap zijn, wordt het moeilijk een eigen identiteit te ontwikkelen. Een cliënt weet niet wat hij kan verwachten en het is lastig een basisopleiding voor filosofische consulenten aan te bieden of het werk van collega's op kwaliteit te beoordelen.

Toch is filosofisch consulentschap ondanks dat zij streeft naar openheid niet zonder richting. Wat de filosofische consulent samen met de cliënt uiteenlegt, is het wereldbeeld van de cliënt. De kern van filosofisch consulentschap wordt gezien als “wereldbeeldinterpretatie”.

1.3. Wereldbeeldinterpretatie

Ran Lahav heeft wereldbeeldinterpretatie geduid als het hart van filosofisch consulentschap.¹⁰ Een wereldbeeld vormt zelden een coherent geheel, maar toont zich impliciet in de leefwijze van de cliënt. De assumptie is dat wanneer het wereldbeeld van de cliënt wordt geëxpliciteerd een antwoord kan worden gevonden op de vraag waarmee hij worstelt.

In een van de eerste artikelen die over filosofisch consulentschap is gepubliceerd - “The Counseling Philosopher” - schrijft Seymon Hersch dat een filosofische consulent samen met een cliënt tracht te verduidelijken wat zijn levensfilosofie is, hoe deze levensfilosofie in relatie staat tot zijn huidige problemen, welke alternatieve visies er zijn en hoe deze nieuwe visies in de levensfilosofie van de cliënt kunnen worden geïntegreerd.¹¹ Achenbach gebruikt in deze context de volgende metafoer: een filosofische consulent is als een kapitein die aan boord stapt van het schip van de cliënt dat vaart of koers (of vaart én koers) heeft verloren. De filosofische consulent en cliënt bestuderen samen de kaarten van de cliënt: waar liggen gevaren op de loer en waar liggen mogelijkheden? Ook bespreken zij wat anderen hebben

⁸ Ibidem, p.107.

⁹ Zinaich, Samuel jr. (2004). Gerd B. Achenbach's “beyond-method” method. *International Journal of Philosophical Practice*, 2(2), p.8.

¹⁰ Lahav, Ran. (1995). A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation. In: Ran Lahav & Maria Da Venza Tillmanns (eds.). *Essays on philosophical counseling* (pp. 3-24). Lanham: University Press of America.

¹¹ Ruschmann, p.25.

gezegd over wat het betekent om een kapitein te zijn.¹² Deze reismetafoor keert ook terug in *Denkwerk* van Eite Veening. Een filosoof onderzoekt door welk landschap een cliënt zich beweegt, in welke richting hij reist, wat zijn reisgewoontes zijn en hoe hij omgaat met zijn reisgenoten.¹³ Ben Mijuskovic duidt filosofisch consulentschap als een ruimte waar de “eerste principes” (basisovertuigingen) van een cliënt worden onderzocht. Hij denkt in botanische termen: hij ziet eerste principes als zaden waaruit systemen van overtuigingen groeien.¹⁴ Tenslotte spreekt Ad Hoogendijk over een persoonlijke ideologie. Een persoonlijke ideologie is een geheel aan opvattingen, verwachtingen, normen, waarden, prioriteiten en taboes¹⁵ die van invloed zijn op de beleving, het denken en handelen van de cliënt. Een persoonlijke ideologie bestaat uit zes componenten die nauw met elkaar zijn verbonden: zelfbeeld, visie op het verleden, toekomstvisie, levensvisie, mensbeeld en wereldbeeld.¹⁶

Wereldbeeldinterpretatie op zich is echter niet genoeg: het wereldbeeld van de cliënt moet waar nodig worden gecorrigeerd of verder worden ontwikkeld.¹⁷ En er moet uiteindelijk naar deze levensfilosofie worden gehandeld. Volgens Lou Marinoff komt het er op aan dat een cliënt een handelwijze vindt die hem achteraf geen spijt bezorgt. Dit is een handeling die het beste bij zijn levensfilosofie past.¹⁸

Uit het bovenstaande kan worden opgemaakt dat het expliciteren (en verrijken) van de impliciete levensfilosofie van de cliënt in de eerste plaats tot doel heeft levensproblemen op te lossen of levensvragen te beantwoorden. Dit betekent echter ook dat filosofie een middel tot doel is. Als er een beter middel is om het probleem op te lossen, moet daarvoor worden gekozen.¹⁹ Daarbij is het de vraag of filosofische consultants de belofte kunnen waarmaken door middel van wereldbeeldinterpretatie problemen op te lossen. Filosoferen is

¹² Raabe, Peter B. (2001). *Philosophical Counseling. Theory and Practice*. Westport/Londen: Praeger Publishers, p.57.

¹³ Schuster, *Philosophical Practice*, p.56.

¹⁴ Mijuskovic, Ben. (1995). Some reflections on Philosophical Counseling and Psychotherapy. In: Ran Lahav & Maria Da Venza Tillmanns (eds.). *Essays on philosophical counseling* (pp. 88-102). Lanham: University Press of America, p.88.

¹⁵ Hoogendijk, Ad. (1988). *Spreekuur bij een filosoof*. Utrecht: Veen, p.68/69.

¹⁶ Ibidem, p.56/57.

¹⁷ Raabe, p.50.

¹⁸ Marinoff, Lou. (1999). *Geen pillen, maar Plato. Filosofie als oplossing voor alledaagse problemen*. Amsterdam/Antwerpen: Archipel, p.60.

¹⁹ Borowicz, Jon. (1998). Philosophy as Conversion. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 17(3), p.72.

problematiseren in plaats van zo snel mogelijk oplossen.²⁰ Wat het resultaat van filosoferen is, valt van te voren moeilijk te zeggen.²¹ Er kunnen zelfs nieuwe problemen worden gecreëerd. Of in de woorden van George Berkeley: filosofen hebben de slechte gewoonte om stof te doen opwaaien en vervolgens te klagen dat zij niets kunnen zien.²² Ook moet een filosofische consulent kunnen verduidelijken met welke problemen een cliënt bij hem terecht kan en met welke problemen niet. In de literatuur over filosofisch consulentschap worden vele voorbeelden gegeven van problemen waarvoor een cliënt de hulp van een filosoof kan inroepen: een gevoel van zinloosheid, het maken van een keuze, een ethisch dilemma, een ingrijpende levensgebeurtenis, de overgang van de ene naar de andere levensfase, conflicterende sociale rollen, omgaan met een ongewone eigenschap, ouder worden, confrontatie met de dood, onzekerheid, conflicten met de omgeving. De lijst is onuitputtelijk. Hoewel er in de traditie van zesentwintig eeuwen filosofie weinig onderwerpen onbesproken zijn gebleven door filosofen, heeft zich in die tijd ook een discipline ontwikkeld die beter in staat is met sommige problemen om te gaan: psychotherapie.

Samuel Knapp en Alan Tjeltveit maken onderscheid tussen filosofisch consulentschap in engere zin en filosofisch consulentschap in brede zin. Filosofisch consulentschap in engere zin betekent dat een cliënt een filosofische consulent bezoekt wanneer zijn probleem van existentiële, ethische, metafysische, logische of conceptuele aard is en buiten het werkveld van psychologische therapeuten valt.²³ Schuster spreekt van “metaklinische problemen”,²⁴ dat wil zeggen: normale menselijke problemen zoals angst voor de toekomst en de dood. Filosofisch consulentschap in brede zin betekent dat een filosofische consulent ook mensen kan helpen die te maken hebben met een probleem waarvoor zij doorgaans een psycholoog bezoeken: relatieproblemen, een depressie of angststoornis. Paul J. Gibbs meent zelfs dat filosofische consulenten mensen die aan een psychische stoornis als schizofrenie lijden kunnen bijstaan omdat deze stoornis overeenkomsten vertoont met solipsisme: het enige dat bestaat is mijn bewustzijn. Gibbs onderwijst cliënten met schizofrenie in scepticisme.²⁵ De

²⁰ Hoogendijk, p.21.

²¹ Ibidem, p.64.

²² Jopling, David A. (1998). First Do No Harm. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 17(3), p.118.

²³ Knapp, Samuel & Tjeltveit, Alan C. (2005). A Review and Critical Analysis of Philosophical Counseling. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(5), p.559.

²⁴ Schuster, *Philosophical Practice*, p.9. Deze term is ontleend aan Victor Frankl, de grondlegger van logotherapie.

²⁵ Knapp & Tjeltveit, p.561.

positie van Gibbs stemt overeen met Achenbachs visie op filosofisch consulentenschap als een open praktijk: er worden niet bij voorbaat cliënten uitgesloten.

Volgens Achenbach komt een cliënt niet naar een filosofische consulent om een probleem op te lossen, maar omdat hij erkenning wil voor zijn probleem of vraag.²⁶ Schuster volgt Achenbach in dat het bij filosofisch consulentenschap niet om het oplossen van problemen gaat, maar om de activiteit van het filosoferen.²⁷ Filosofische consulenten bieden een ruimte waarin een cliënt kan nadenken over wat hij van belang vindt en waarin het leven en de wereld met een gevoel van kinderlijke verwondering kunnen worden bevraagd. Een filosofische consulent wil de filosoof in de cliënt geboren laten worden.²⁸

Door een filosofische praktijk te beginnen, draagt een filosofische consulent het idee uit dat filosofie deel uitmaakt van het goede leven.²⁹ Cliënten die een filosofische consulent bezoeken, hoeven hiervan niet te worden overtuigd, maar lijken deze gedachte al te onderschrijven. De cliënt selecteert zichzelf³⁰: iemand bezoekt een filosofische consulent omdat hij is geïnteresseerd in filosofie, zijn probleem als filosofisch beschouwt en het ook filosofisch wil benaderen.³¹

In de praktijk is een strikt onderscheid tussen filosofische en psychologische problemen niet altijd te maken. Aan de meeste problemen zitten filosofische aspecten – zij zullen in ieder geval door een filosofische consulent worden gezien – maar ook psychologische aspecten. Omdat het lastig is problemen te categoriseren als “filosofisch” of “psychologisch”, kan de houding van een cliënt een belangrijk criterium zijn om te bepalen of een filosofische consulent hem van dienst kan zijn of niet. Volgens Mijuskovic is een indicatie dat een cliënt met een filosofisch probleem worstelt dat hij de drang voelt romans of filosofische teksten te lezen die in conceptueel of emotioneel opzicht relevant zijn voor het probleem of de vraag waarmee hij worstelt.³² De cliënt van een filosofische consulent kenmerkt zich door leergierigheid. Een cliënt die filosofie louter ziet als een middel om persoonlijke problemen op te lossen, komt waarschijnlijk bedrogen uit en is meer gebaat bij psychologische therapie of een oplossingsgerichte vorm van counseling of coaching.

²⁶ Zinaich, p.5.

²⁷ Schuster, *Philosophical Practice*, p.5.

²⁸ Ibidem, p.34.

²⁹ Borowicz, p.80.

³⁰ Jopling, p.104.

³¹ Hoogendijk, p.85.

³² Mijuskovic, p.95.

Toch stelt een filosofische consulent ook een aantal eisen aan de cliënt. Filosofische consulenten veronderstellen dat een cliënt zelf keuzes kan maken en bereid is hiervoor verantwoordelijkheid te nemen.³³ Omdat deelname aan filosofische dialoog vraagt om toewijding moet een cliënt in staat zijn in een dialoog te participeren. Wie alleen tot een monoloog in staat is, zich niet kan uiten of op een andere wijze moeilijkheden heeft met communiceren, moet worden doorverwezen.³⁴ Maar een filosofische consulent kan hier pas een oordeel over vellen nadat hij de dialoog met een cliënt is aangegaan.

1.4. De methode van de filosofische consulent

Methode betekent “weg waarlangs te gaan”. Achenbach heeft filosofisch consulentschap geduid als zonder methode. Wanneer echter wordt gekeken naar de nog jonge geschiedenis van filosofisch consulentschap blijkt dat het niet zonder methodes is.

Waar Achenbach filosofisch consulentschap ziet als open onderzoek waarvan niet van te voren valt te zeggen wat de uitkomst is, daar gaan Marinoff en Peter Raabe ervan uit dat filosofische consulenten in staat zijn cliënten te helpen een oplossing te vinden voor hun problemen. Zij hebben hiervoor ieder een stappenplan ontwikkeld. De Peace-methode van Marinoff bestaat uit vijf stappen:

1. Vaststellen wat het probleem is.
2. Het onderzoeken van emoties.
3. Het analyseren van mogelijke oplossingen voor het probleem.

De ervaring van Marinoff is dat cliënten de eerste drie fasen (die psychologisch zijn) meestal zelf al hebben doorlopen, maar vervolgens vastlopen. Stap 4 en 5 zijn filosofisch van aard.

4. In deze fase – contemplatie – reikt de filosofische consulent de cliënt verschillende filosofische ideeën aan waardoor zijn probleem in een ander licht komt te staan en hij een nieuwe filosofische houding aanneemt ten aanzien van zijn situatie.

5. Het bereiken van evenwicht betekent dat de cliënt aan de hand van zijn nieuw verworven levensfilosofie een optie kiest en tot handelen overgaat.³⁵

³³ Raabe, p.51/52.

³⁴ Schuster, *Philosophical Practice*, p.15/16.

³⁵ Marinoff, p.51-57.

Raabe heeft een vier fasen model ontwikkeld dat een filosofische consulent houvast kan bieden³⁶:

1. In de fase van vrije verkenning moedigt de filosofische consulent de cliënt aan zijn verhaal te vertellen. Fenomenologische beschrijving speelt hierbij een belangrijke rol. Een filosofische consulent laat de cliënt zijn probleem zo nauwkeurig en onbevangen mogelijk beschrijven en stelt vooral vragen. Door deze beschrijving kan een cliënt een gebeurtenis beter verteren en krijgt de filosofische consulent goed inzicht in de ervaring van de cliënt.³⁷

2. In de fase van onmiddellijke probleemoplossing staat wereldbeeldinterpretatie centraal. Nadat de cliënt zijn verhaal heeft gedaan, wordt gekeken naar de onderliggende waarden en overtuigingen. Raabe waarschuwt ervoor dat deze fase met veel stress gepaard gaat. Het kan heftige emoties bij de cliënt oproepen en zijn leven in de war schoppen.³⁸

3. Zolang de cliënt het te druk heeft met het onderzoeken van het probleem zal er weinig ruimte zijn voor het aanleren van filosofische vaardigheden. Als de cliënt een oplossing heeft gevonden, wordt teruggekeken op de eerste twee fasen en verduidelijkt de filosofische consulent aan de cliënt welke vaardigheden hij op welk moment heeft toegepast en leert de cliënt deze zelf toe te passen.

4. In de vierde fase – transcendentie - heeft de cliënt de nodige filosofische vaardigheden verworven en denkt op een abstract niveau na over het probleem waarmee hij te maken heeft. Er is in dit stadium ruimte voor vragen van een tweede orde die het persoonlijke en concrete overstijgen. Daardoor zal een cliënt beter voorbereid zijn op problemen wanneer die zich in de toekomst aandienen.

Raabe merkt op dat niet alle cliënten stap 3 en 4, waar het gaat om het aanleren van filosofische vaardigheden en filosoferen op een meer abstract niveau, doorlopen. Er zijn cliënten die het genoeg vinden dat hun probleem is opgelost.³⁹ Dit heeft als implicatie dat de interactie tussen de filosofische consulent en cliënt mogelijk niet specifiek filosofisch van karakter is. Fase 1 in het stappenplan van Raabe, waarin de cliënt zijn verhaal doet en de filosofische consulent vooral luistert en vragen stelt, wordt gedeeld met psychologische hulpverlening. En ook in psychologische therapieën is er sprake van een vorm van wereldbeeldinterpretatie zoals in fase 2 centraal staat⁴⁰ al wordt er in dit geval gewerkt vanuit

³⁶ Raabe, p.129-166.

³⁷ Ibidem, p.18.

³⁸ Ibidem, p.37.

³⁹ Ibidem, p.204/205.

⁴⁰ Ibidem, p.98.

de theoretische oriëntatie van de therapeut. Fase 3 en vooral 4 zijn het meest filosofisch, maar worden dus niet door iedere cliënt bereikt.

Als filosofische consulenten het filosofische karakter van hun praktijk willen garanderen, lijken zij er niet onderuit te komen het probleem van de cliënt na een eerste verkennende fase te herdefiniëren als een (abstracte) filosofische vraag. Dit betekent dat filosofisch consulentenschap lang niet zo open kan zijn als Achenbach voor ogen heeft, want deze openheid kan er toe leiden dat een dialoog kan transformeren in een gesprek dat niet langer filosofisch maar psychologisch van karakter is.

Naast de twee stappenplannen van Marinoff en Raabe zijn er ook drie benaderingen in filosofisch consulentenschap te onderscheiden: de dialogische benadering, de analytisch-denkgereedschappelijke benadering en de historisch-narratieve benadering. Ik zal deze hieronder toelichten.

1. De dialogische benadering

Volgens Achenbach vraagt filosofisch consulentenschap niet om een methode, maar om een houding van geest.⁴¹ Deze kan het beste vorm krijgen in een dialoog.

Veel filosofische consulenten zien Socrates als een voorbeeld voor hun praktijk. Socrates hielp mensen geboorte te geven aan hun ideeën. Socratische gespreksvoering (maieutiek) speelt een belangrijke rol in filosofisch consulentenschap. Een filosofische consulent stelt kritische open vragen aan de cliënt waardoor impliciete overtuigingen expliciet worden gemaakt en getoetst. Het gaat er om dat veronderstellingen niet zomaar worden omarmd, maar dat er doorgevraagd blijft worden.⁴²

Socratische gesprekken worden doorgaans in groepen gevoerd. Er wordt een vraag gesteld als “Wat is rechtvaardigheid?”. De deelnemers aan de dialoog geven naar aanleiding hiervan ieder een concreet voorbeeld van hoe deze vraag ooit in hun leven heeft gespeeld, kiezen een voorbeeld dat het meest exemplarisch is, onderzoeken dit voorbeeld en formuleren een voorlopig antwoord op de vraag.⁴³ Tim Lebon heeft met zijn Socratische vier stappen methode een model ontwikkeld voor sessies met individuele cliënten waarbij het er in de meeste gevallen om gaat tot een definitie van het goede leven te komen. De cliënt geeft een eerste definitie van wat hij denkt dat een goed leven is. Deze definitie wordt eerst op

⁴¹ Harteloh, Peter. (2010). On the Competence of Philosophical Counsellors. *Practical Philosophy*, 10(1), p.39.

⁴² Howard, Alex. (1998). Socrates as a Role Model for Counsellors. *Practical Philosophy*, 2(2), p.15.

⁴³ Raabe, p.68/69.

filosofische wijze getoetst door het geven van voorbeelden en tegenvoorbeelden en vervolgens aan de hand van concrete ervaringen. Ten slotte brengt de cliënt de definitie waartoe hij is gekomen in de praktijk.⁴⁴ Deze werkwijze heeft als voordeel dat een filosofische consulent gestructureerd kan werken zonder een cliënt een zienswijze op te dringen: deze ontwikkelt zelf ideeën.

Niet alle filosofische consultants zien Socrates echter als ideaal rolmodel voor hun praktijk. In de latere dialogen van Plato treedt Socrates weliswaar op als vroedvrouw die ideeën geboren laat worden, maar in de vroege Platoonse dialogen stelt Socrates vragen met als doel de ondervraagde met zijn onwetendheid te confronteren.⁴⁵ De uitkomst van de dialoog is een aporie: de vraag “Wat is X?” wordt net zo lang gesteld tot een ervaring van niet-weten wordt bereikt. Het doel hiervan in filosofisch consultantschap is dat een cliënt daardoor anders tegen zijn probleem of vraag zal aankijken: door de ene vraag naar de andere vraag te leiden, blijft een filosofische vraag over die niet definitief kan worden beantwoord, maar wel een kritische levenshouding voedt.⁴⁶ Een punt van kritiek op filosofisch consultantschap is dat filosofische consultants onvoldoende kennis bezitten van psychologische afweermechanismen waardoor zij er geen raad mee weten wanneer zij er mee te maken krijgen.⁴⁷ Een afweermechanisme beschermt de geest tegen pijnlijke ervaringen. Wie op een Socratische wijze vragen stelt, loopt inderdaad het risico er mee te worden geconfronteerd dat een cliënt zich aangevallen voelt. Volgens Socrates beleven mensen er plezier aan wanneer een betweter op onwetendheid wordt betrapt⁴⁸, maar het is niet fijn om zelf de betrapte te zijn. Het is dan ook de vraag of een cliënt een Socratische dialoog werkelijk als een dialoog ervaart of veeleer als een ondervraging. In groepen zijn er meerdere deelnemers die tot het besef komen onwetend te zijn, maar in een dialoog tussen een filosofische consulent en cliënt komt het er op neer dat de filosofische consulent de vragen stelt en de cliënt het werk laat doen.⁴⁹ En hoewel het motto van Socrates “Het enige dat ik weet, is dat ik niets weet” was, kwam dat niet altijd zo op anderen over. Iets dat blijkt uit de ergernis waaraan Thrasymachus uiting geeft in Plato’s *De republiek*:

⁴⁴ Lebon, Tim. (2001). *Wise Therapy. Philosophy for counsellors*. Los Angeles/Londen: Sage, p.45.

⁴⁵ Howard, Alex. (2000). *Philosophy for Counselling and Psychotherapy. Pythagoras to Postmodernism*. Basingstoke: Palgrave Macmillan, p.25.

⁴⁶ Harteloh, p.41.

⁴⁷ Knapp & Tjeltveit, p.563.

⁴⁸ Howard, Socrates as a Role Model for Counsellors, p.15.

⁴⁹ Langdon, p.33.

“Als ge echt wil weten wat rechtvaardig handelen is, moet ge iemand niet alleen maar vragen stellen en hem dan triomfantelijk schaakmat zetten, in de wetenschap dat het gemakkelijker is vragen te stellen dan antwoord te geven. Geef zelf eens antwoord en vertel wat gij nu onder rechtvaardig handelen verstaat.”⁵⁰

Een cliënt veronderstelt dat een filosofische consulent meer weet door zijn opleiding en ervaring in de filosofie en kan daardoor het gevoel krijgen dat een vraag door een filosofische consulent uit een superioriteitsgevoel wordt gesteld, ook al heeft deze de intentie ideeën geboren te laten worden. De cliënt kan het gevoel hebben dat er een spelletje met hem wordt gespeeld. Daarbij komt een cliënt meestal niet naar een filosofische consulent omdat hij het allemaal zo goed weet, maar integendeel ergens over twijfelt.

Er wordt door filosofische consulenten dan ook gezocht naar andere rolmodellen. Jon Borowicz ziet Henry David Thoreau als een goed voorbeeld voor filosofische consulenten.⁵¹ Borowicz heeft de dagboekbeschrijvingen van Thoreau over de gesprekken die hij met zijn burens voerde geanalyseerd. Deze gesprekken kenmerkten zich door openheid: zij waren toevallig, dienden geen doel en de gesprekspartners hadden geen vooropgezette verwachtingen. Daardoor was Thoreau met zijn volle aandacht bij de conversatie en aanwezig voor zowel zichzelf als voor anderen.⁵²

Om te kunnen spreken van een open onderzoek is het belangrijk dat de filosofische consulent de cliënt ziet als een collega-onderzoeker en een zo gelijkwaardig mogelijke relatie met hem aangaat.⁵³ De vragen van de filosofische consulent moeten oprechte nieuwsgierigheid en verwondering uitdrukken en niet voor de cliënt aanvoelen als een interventietechniek of retorische truc.

2. *De analytische-denkgereedschappelijke benadering*

In het geval van de analytische-denkgereedschappelijke benadering treedt een filosofische consulent op als een denkhulp die de cliënt denkgereedschappen aanreikt om zijn probleem of vraag te analyseren.

In *Denkwerk* (dat is geschreven om hulpverleners beter te leren redeneren) maakt Eite Veening onderscheid tussen drie verschillende puzzels waarmee een cliënt te maken kan

⁵⁰ Plato. (1991). *Politeia: Wat is rechtvaardigheid*. Amsterdam: De Driehoek, p.43.

⁵¹ Borowicz, p.71.

⁵² Ibidem, p.77-81.

⁵³ Lebon, *Wise Therapy*, p.13.

krijgen: kennispuzzels, waarderingspuzzels en praktische puzzels. Kennispuzzels draaien om een juiste beschrijving van of verklaring voor een stand van zaken. Een opgeloste kennispuzzel leidt tot de formulering van een waarderingspuzzel: “Is deze stand van zaken goed of mooi?” Een opgeloste waarderingspuzzel stelt een persoon in staat een praktische puzzel op te lossen: welke middelen zijn er om dit probleem aan te pakken? De verschillende puzzels vragen om hun eigen denkgereedschappen. Zo geldt voor waarderingspuzzels dat zij aan de hand van negen onderscheidingen te ontrafelen zijn: 1. Het onderscheid tussen goedheid en schoonheid 2. Tussen feiten en normen 3. Waardeoordelen en plichtsoordelen 4. Tussen verschillende plichtsoordelen (iets is geboden, gewenst, geoorloofd, ongewenst of verboden) 5. Contextuele kwaliteit (iets is gepast gezien de situatie) en intrinsieke kwaliteit 6. Het formeel goede en het moreel goede 7. Waarden en normen 8. Teleologische rechtvaardigingen en deontologische rechtvaardigingen en ten slotte 9. Rechten en plichten.

Een denkgereedschappelijke insteek is ook te vinden bij Paul Wouters die zich niet zozeer richt op individuele cliënten als wel op filosofie in organisaties. Wouters verkiest het aanreiken van denkgereedschappen boven wat hij een “museale” benadering noemt waarbij vooral aandacht wordt geschonken aan de geschiedenis van de filosofie, al weerspiegelt deze geschiedenis zich wel in de verschillende denkgereedschappen. Wouters biedt in zijn boek *Denkgereedschap 2.0*. acht filosofische gereedschappen waaronder de hamer en beitel en de winkelhaak. De hamer en beitel verwijzen naar wezensdenken zoals bijvoorbeeld bij Plato te vinden is: eigenschappen worden weggehakt tot de essentie van een fenomeen overblijft. De winkelhaak gaat uit van het principe dat mensen hun eigen maten aan de wereld opleggen, zoals Kants categorie van causaliteit. In plaats van een antwoord te geven op de gestelde vraag, wordt onderzocht welke assumpties in de vraag besloten liggen.

Het voordeel van deze benadering is dat de cliënt een actieve rol krijgt toebedeeld: hij moet zijn probleem of vraag zelf analyseren, de filosofische consulent heeft slechts een assisterende rol. Daarbij kan hij de vaardigheden die hij leert ook in de toekomst inzetten. Echter: een cliënt kan – zoals het fasenmodel van Raabe laat zien – nog te veel in de ban zijn van zijn probleem en meer begeleiding van de filosofische consulent wensen. Een ander nadeel is dat het ontleden van een probleem misschien wel duidelijkheid schept, maar niet inspireert tot nieuwe ideeën. Lahav die de kern van filosofisch consulentenschap heeft geduid als “wereldbeeldinterpretatie” stond aanvankelijk sympathiek tegenover de analytische benadering. Hij onderzocht het wereldbeeld van de cliënt aan de hand van logische principes en conceptuele analyse. Hij is echter op zijn oorspronkelijke positie teruggekomen: de analytische methode betekent dat wereldbeelden uit elkaar worden gehaald, maar helpt een

cliënt onvoldoende zijn leven te begrijpen en problematische situaties te overstijgen.⁵⁴ Of anders gezegd: het leidt niet tot wijsheid. Lahav definieert wijsheid als:

“(…) een houding die een diep begrip van het leven uitdrukt, niet alleen qua denken, maar ook in acties en reacties, emoties, wijze van spreken, interpersoonlijke relaties en de hele manier van zijn.”⁵⁵

Volgens Lahav is wijsheid te verwerven door de dialoog aan te gaan met een “oneindig netwerk van ideeën” waardoor men voorbij de eigen horizon treedt.⁵⁶ Een cliënt moet niet alleen worden aangespoord zijn wereldbeeld te ontleden, maar ook worden geconfronteerd met alternatieve beelden.

3. De historisch-narratieve benadering

Volgens Kristeva Zoë zijn problemen van een cliënt niet altijd het gevolg van logische inconsistenties in het wereldbeeld, maar vaak het resultaat van een gebrek aan een juist narratief. Er doet zich een gebeurtenis voor in het leven van de cliënt die niet is te verklaren aan de hand van bestaande narratieve structuren in zijn wereldbeeld. De taak van de filosofische consulent is daarom op te treden als een professionele verhalenverteller.⁵⁷

Peter Harteloh heeft op basis van interviews met filosofische consulenten drie categorieën vaardigheden onderscheiden die onmisbaar zijn voor de praktijk van filosofisch consulentenschap. Ten eerste “vragen stellen” dat vooral centraal staat in de dialogische benadering. Ten tweede “interpreteren” dat een filosofische consulent en cliënt helpt te “diagnosticeren” met wat voor probleem de cliënt te maken heeft en dat vooral tot uitdrukking komt in de analytische-denkgereedschappelijke benadering. Ten derde “begrijpen” waarbij een cliënt inzicht verwerft in de relatie tussen denken en handelen en in staat wordt gesteld

⁵⁴ Šulavíková, Blanka. (2012). Questions for Philosophical Counselling. *Human Affairs*, 22(2), p.137.

⁵⁵ Lahav, Ran. (2008). Philosophical Practice: Have we gone far enough? *Practical Philosophy*, 9(2), p.14. “(…) an attitude that expresses a broad understanding of life not just in thought, but in one’s actions and reactions, emotions, manner of speaking, interpersonal relations and an entire way of being.”

⁵⁶ McLeod, John. (2009). *An Introduction to Counselling. Fourth Edition*. Maidenhead: McGraw Hill/Open University Press, p.340.

⁵⁷ Sargent, Kevin & Marshall, Mason. (2002). A Rhetorical turn in Philosophical Counseling? An Invitation. *International Journal of Philosophical Practice*, 1(2), p.20/21.

een verandering te ondergaan. Bij interpreteren en begrijpen speelt de geschiedenis van de filosofie een belangrijke rol.

Met interpretatie wordt het probleem of de vraag van de cliënt in filosofische termen vertaald. Dit gebeurt bijvoorbeeld in de stap “contemplatie” in de Peace-methode van Marinoff. Harteloh geeft een voorbeeld uit het werk van Marinoff waarin hij een cliënt met een vrije levensstijl helpt de conflicten met haar conservatieve moeder te interpreteren aan de hand van de filosofische posities absolutisme en relativisme.⁵⁸ Ook heeft Marinoff ervaren dat een cliënt zijn situatie door een aforisme op slag in een ander licht kan bezien.⁵⁹

Bij begrijpen gaat het er om dat een cliënt inziet hoe denken en handelen aan elkaar zijn gerelateerd. Dit kan worden bewerkstelligd door het werk van een filosoof te koppelen aan diens levensgeschiedenis. Er zijn filosofen die hiervoor meer geschikt zijn dan anderen omdat zij vanuit een eerste persoonsperspectief hebben geschreven zoals Augustinus.⁶⁰

Kevin Sargent en Mason Marshall zien niet Socrates maar Cicero als voorbeeld voor filosofische consultants. Cicero zocht in zijn studenten naar de faculteit van “decorum” wat betekent dat men weet wat men op een bepaald moment moet zeggen of doen en hoe het te zeggen of te doen (zoals *phronèsis* bij Aristoteles).⁶¹ Dit is te ontwikkelen door historische voorbeelden van deugdzame handelingen te onderzoeken en niet zozeer door zich op abstracte regels te richten: unieke situaties moeten richtinggevend zijn voor andere unieke situaties.⁶²

Een argument tegen de historisch-narratieve benadering is dat het niet kritisch genoeg is. Janis Langdon merkt op dat ze kan ontaarden in een “grijp en graai benadering” waarbij een cliënt een te makkelijke oplossing wordt geboden en nauwelijks wordt aangespoord zelf te denken.⁶³ Het kan verworden tot een vorm van pseudo-filosofie waarbij de grote denkers worden nagepraat. Echter: de gegeven voorbeelden (of gelezen teksten) geven geen kant-en-klaar antwoord, maar vormen een medium dat tot een antwoord leidt.⁶⁴ Een cliënt moet nog steeds denkwerk verzetten en het voorbeeld relateren aan de eigen ervaring. Een ander argument tegen deze benadering is dat een filosofische consultant te veel zijn eigen interpretatie aan de cliënt opdringt. Filosofisch consultantschap kent overeenkomsten met

⁵⁸ Harteloh, p.42.

⁵⁹ Marinoff, p.22.

⁶⁰ Harteloh, p.42/43.

⁶¹ Sargent&Marshall, p.6.

⁶² Ibidem, p.8/9.

⁶³ Langdon, p.34.

⁶⁴ Wisnewski, Jeremy J. (2003). Five Forms of Philosophical Therapy. *Philosophy Today*, 47(1), 2003, p.57.

inzichtgevende psychotherapie. In het geval van inzichtgevende psychotherapie kan een cliënt echter een interpretatie van zijn levensgebeurtenissen geven die berust op het overnemen van de theoretische assumpties van de psychotherapeut. De cliënt komt wel tot nieuwe inzichten, maar niet noodzakelijk tot ware inzichten. Hij heeft enkel een nieuwe taal geleerd om zijn innerlijk mee te decoreren.⁶⁵ Het is belangrijk dat een filosofische consulent meerdere interpretaties geeft die tegen elkaar worden afgezet. Een derde probleem met de historisch-narratieve benadering is dat niet alle filosofen even goede voorbeelden zijn als het op goed handelen aankomt. Arthur Schopenhauer en Friedrich Nietzsche bijvoorbeeld waren niet de meest stabiele personen. Seneca en John Stuart Mill zijn betere bronnen wanneer naar hun leven wordt gekeken, aldus Langdon.⁶⁶ Toch kan het leven van een filosoof als Schopenhauer - die bekend stond als een ruziezoeker – ook inzicht bieden: namelijk in hoe het niet moet en hoe een pessimistisch wereldbeeld de interactie met de medemens kan bemoeilijken.

Dit alles samengevat: het voordeel van de dialogische benadering is dat een cliënt door middel van vragen ertoe wordt aangespoord kritisch te blijven ten aanzien van zijn veronderstellingen. Een nadeel is dat de cliënt zich aangevallen kan voelen door de vragen die de filosofische consulent stelt en dat de relatie ongelijkwaardig is: de filosofische consulent kan worden waargenomen als een rechercheur die verhoort in plaats van een medeonderzoeker. In de analytische-denkgereedschappelijke benadering wordt de cliënt aangespoord zijn probleem te analyseren door middel van de denkgereedschappen die de filosofische consulent hem aanreikt. Op deze wijze kan hij eveneens op het spoor komen van veronderstellingen die hem in de weg zitten en zal een filosofische consulent vooral een assisterende rol spelen. Het nadeel is dat analyse een cliënt niet altijd tot nieuwe ideeën inspireert. Hier kan de historisch-narratieve benadering een rol spelen. Een filosofische consulent informeert een cliënt over verschillende filosofische posities en vertelt over het leven van filosofen waardoor een cliënt voorbeelden heeft om naar te handelen. Nadeel is echter dat het kan leiden tot kritiekloze “consumptie” van filosofische ideeën.

Harteloh merkt op dat verschillende stijlen in filosofisch consulentschap worden bepaald door de focus op één van de drie vaardigheden – vragen stellen, interpreteren en begrijpen. Een filosofische consulent zal een voorkeur hebben voor een van de benaderingen, maar dit betekent niet dat daarmee afstand wordt genomen van de andere werkwijzen. De drie vaardigheden en benaderingen verhouden zich tot elkaar: een vraag leidt tot een antwoord (of

⁶⁵ Howard, *Philosophy for Counselling and Psychotherapy. Pythagoras to Postmodernism*, p.335.

⁶⁶ Langdon, p.34.

meerdere antwoorden), dit antwoord wordt geïnterpreteerd, er wordt geprobeerd deze interpretatie te begrijpen en over dit begrijpen kunnen weer vragen worden gesteld. Dit is een proces zonder einde. Deze “reflectieve cirkel” is volgens Harteloh onderscheidend voor de filosofische praktijk.⁶⁷ Het maakt dat filosofisch consulentenschap, ondanks dat zij een methode volgt, toch haar openheid kan behouden.

1.5. Samenvatting

Wat volgens grondlegger Achenbach kenmerkend is voor filosofisch consulentenschap is haar openheid. Ze kent geen vaste methode, vaststaand doel, cliënten worden niet bij voorbaat uitgesloten en het wereldbeeld van de cliënt wordt in een vrij onderzoek verkend.

Hoewel filosofisch consulentenschap open is in de zin dat reflectie zonder einde is – er worden voorlopige antwoorden geformuleerd die op een later tijdstip opnieuw kunnen worden bevraagd – is filosofisch consulentenschap niet zo open als Achenbach voor ogen had: zonder enige methode. In de dertig jaar dat filosofisch consulentenschap bestaat, hebben filosofische consulenten stappenplannen ontwikkeld die houvast kunnen bieden en er zijn verschillende benaderingen in het veld ontstaan. Er moeten grenzen aan de openheid zitten wil het filosofische karakter van filosofisch consulentenschap worden gewaarborgd. Het probleem van de cliënt moet als filosofisch worden gedefinieerd. Dit definiëren van het probleem is echter niet enkel de taak van de filosofische consulent. Een belangrijk criterium om te bepalen of een cliënt kan deelnemen aan een filosofische dialoog is zijn houding ten aanzien van de kwestie waarmee hij worstelt: hij ziet het als filosofisch en wil het op filosofische wijze onderzoeken. De openheid van filosofisch consulentenschap komt dus ook tot uitdrukking in dat een filosofische consulent en cliënt gezamenlijk tot een interpretatie van het probleem komen.

Filosofisch consulentenschap is niet zonder methode of doel, maar de methodes en doelen zijn meervoudig: het oplossen van een probleem, het ontwikkelen van een kritische houding, het versterken van de persoonlijke levensfilosofie of filosoferen als een doel op zich.

Enkele kenmerken van filosofisch consulentenschap zijn dus openheid, een veelheid aan benaderingen en doelen en het verrichten van een intellectueel onderzoek waarbij een filosofische consulent en cliënt een gelijkwaardige relatie aangaan.

Daarmee lijkt filosofisch consulentenschap te verschillen van psychologische therapieën die gericht zijn op het bereiken van een duidelijk doel: het genezen of hanteerbaar maken van een bij de cliënt gediagnosticeerde psychische stoornis aan de hand van een vaste methode of

⁶⁷ Harteloh, p.43/44.

protocol. In het volgende hoofdstuk zal ik de relatie tussen filosofisch consulentenschap en psychologische therapieën verder uitdiepen. De vraag die ik daarbij wil beantwoorden is in hoeverre filosofisch consulentenschap het karakter heeft van een therapie.

HOOFDSTUK 2: FILOSOFISCH CONSULENTSCHAP EN PSYCHOTHERAPIE

2.1. Inleiding

Onder filosofische consulenten bestaat er weinig animo om filosofisch consulentenschap als een therapie te presenteren. Volgens Gerd B. Achenbach zou dit betekenen dat er vanuit een medisch model wordt gedacht van symptomen die te behandelen zijn. Er zou een diagnose worden gesteld, iets dat een cliënt tot een geval maakt.⁶⁸ In filosofisch consulentenschap gaat het om open onderzoek. Omdat open onderzoek kan leiden tot toenemende spanning in plaats van dat het spanning wegneemt, kan filosofisch consulentenschap geen therapie zijn.⁶⁹

De meeste filosofische consulenten sluiten – ondanks dat zij niet willen diagnosticeren – niet uit dat filosofisch consulentenschap een therapeutisch effect heeft, wat betekent dat het indirect bijdraagt aan welzijn.⁷⁰ Shlomit Schuster noemt filosofisch consulentenschap “transtherapeutisch”: het kan een therapeutisch effect hebben zonder dit bewust na te streven.⁷¹ Lou Marinoff ziet de meeste emotionele turbulentie als filosofisch van aard in plaats van psychologisch en is van mening dat filosofisch consulentenschap, ook al is het zonder diagnose, therapeutisch is in de zin dat het deze emoties tot rust brengt. Peter Raabe verwerpt net als Marinoff het medische diagnosemodel, maar ziet filosofisch consulentenschap eveneens als therapeutisch omdat het lijden verzacht.⁷²

Arto Tukiainen wijst er op dat het te simpel is om te denken in termen van “therapie” en “niet therapie”.⁷³ Of filosofisch consulentenschap een therapie is, hangt af van hoe de cliënt zijn probleem ervaart. Een levensprobleem voelt vaak als een ziekte.⁷⁴ Als filosofisch consulentenschap verlichting van dit levensprobleem biedt, zal de cliënt filosofie als therapie zien.

Er zijn ook filosofische consulenten die er geen moeite mee hebben om filosofisch consulentenschap een therapie te noemen. Elliot D. Cohen duidt zijn benadering als een “op logica gebaseerde therapie”: een cliënt kan door logisch redeneren worden genezen van

⁶⁸ Schuster, *Philosophical Practice*, p.35.

⁶⁹ Šulavíková, p.135.

⁷⁰ Schuster, *Philosophical Practice*, p.19.

⁷¹ Ibidem, p.71.

⁷² Brown, Sam. (2010). The Therapeutic Status of Philosophical Counselling. *Philosophical Practice* 10(1), p.111-114.

⁷³ Šulavíková, p.135.

⁷⁴ McLeod, p.65.

destructieve emoties en gedrag. Ook Pierre Grimes wil cliënten genezen van zieke overtuigingen. Hij gebruikt de Socratische methode om een zieke overtuiging (pathologos) te aborteren.⁷⁵ Cohen en Grimes staan in hun werkwijze dicht bij de Hellenistische filosofie die Martha Nussbaum in *The Therapy of Desire* een therapie noemt.

In dit hoofdstuk wil ik bekijken hoe filosofisch consulentschap en psychotherapie aan elkaar zijn gerelateerd en in hoeverre filosofisch consulentschap toch een therapie kan worden genoemd.

2.2. De therapie van de Hellenistische filosofen

In *The Therapy of Desire* merkt Nussbaum op dat de filosofie van de Epicuristen, Sceptici en Stoïcijnen (waarbij Nussbaum zich vooral richt op het werk van de latere Stoïcijnen zoals Seneca) niet de aandacht krijgt die ze verdient. Nussbaum betoogt dat filosofie zich moet laten leiden door menselijke behoeften. Dit is precies wat de Hellenistische filosofie doet. Ze tracht menselijk lijden te verzachten en menselijk floreren te bevorderen door middel van argumenten.⁷⁶ Volgens Seneca moeten filosofen hun tijd niet verspillen aan logische puzzels.⁷⁷ De argumenten die zij aanreiken moeten correct zijn én mensen aanspreken⁷⁸:

““Muis is een lettergreep. Nu knaagt de lettergreep niet aan de kaas. Dus knaagt de muis niet aan de kaas.” Wat een kinderachtige onzin! Trekken wij om dit soort dingen rimpels in ons voorhoofd? Laten wij om dit soort dingen onze baard groeien? Is dit het lesmateriaal dat we met bleke en zure gezichten behandelen? Wil je weten wat filosofie in petto heeft voor de mens? Een goed advies.”⁷⁹

Dit is ook hoe filosofische consulenten filosofie zien. Filosofie moet praktisch zijn en aansluiting vinden bij de alledaagse ervaring van mensen. Hellenistische filosofen gaan echter een stap verder. Voor Hellenistische filosofen is filosofie voor de ziel wat geneeskunde is voor het lichaam. Filosofie geneest door middel van argumenten ziektes die door valse

⁷⁵ Schuster, *Philosophical Practice*, p.84.

⁷⁶ Nussbaum, Martha C. (1994). *The Therapy of Desire: Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton: Princeton University Press, p.3/4.

⁷⁷ Ibidem, p.317.

⁷⁸ Ibidem, p.15 & 187.

⁷⁹ Seneca. (1998). *De weg naar wijsheid: raadgevingen uit de Epistulae Morales*. Nijmegen: Sun, p.63.

overtuigingen zijn ontstaan en de gemoedsrust verstoren: passies.⁸⁰ Passies zijn irrationeel omdat zij zijn gebaseerd op onjuiste overtuigingen, niet omdat zij niets met de rede te maken hebben. Omdat passies nauw samenhangen met overtuigingen, kunnen zij op argumenten reageren.⁸¹

De overeenkomst tussen Hellenistische filosofie en geneeskunde is dat ze allebei ziektes genezen en dat zij theorie afstemmen op de praktijk. Een arts werkt met algemene richtlijnen die moeten blijven openstaan voor nieuwe gevallen.⁸² Ook voor filosofische argumenten geldt dat zij moeten worden aangepast aan het denken en voelen van de persoon die aan onrust lijdt.⁸³ Argumenten kunnen een bittere pil zijn, maar ook mild.⁸⁴ Het hangt er van af hoe sterk een persoon gehecht is aan zijn overtuigingen.

Nussbaum signaleert ook een aantal problemen met de vergelijking tussen filosofie en geneeskunde waardoor deze niet in gelijke mate op de verschillende Hellenistische scholen van toepassing is. Nussbaum laat dit zien door de visie van Aristoteles op filosofie en emoties in haar bespreking van de Hellenistische filosofen te betrekken. Aristoteles pleit in tegenstelling tot de Hellenistische filosofen voor het vinden van een middenweg ten aanzien van passies. Passies moeten niet worden uitgedreven maar gecultiveerd tot deugden waardoor mensen een goed leven kunnen leiden.

Ten eerste is geneeskunde gericht op de gezondheid van het individu en niet op die van de gemeenschap.⁸⁵ Veel filosofen hebben ook oog voor het floreren van de samenleving. Dit is bijvoorbeeld het geval met de filosofie van Aristoteles waartegen Nussbaum de Hellenistische filosofie afzet. Waar de Sceptici en Epicuristen vooral gefocust zijn op het welzijn van individuen – Epicurus ziet een teruggetrokken leven waarin men zich afzijdig houdt van politiek als het goede leven – daar kan een mens volgens Aristoteles alleen floreren in een gemeenschap.⁸⁶ Ook de Stoïcijnen hebben oog voor het grotere geheel. De Stoïcijnen gaan hierin verder dan Aristoteles die zich richt op het leven in de stadsstaat: zij zien mensen als wereldburgers.⁸⁷

⁸⁰ Nussbaum, p.14.

⁸¹ Ibidem, p.38.

⁸² Ibidem, p.65-68.

⁸³ Ibidem, p.46.

⁸⁴ Ibidem, p.125.

⁸⁵ Ibidem, p.73.

⁸⁶ Ibidem, p.62-64.

⁸⁷ Ibidem, p.343.

Door zich te richten op de binnenwereld van het individu, willen Hellenistische filosofen mensen onafhankelijk maken van externe omstandigheden die niet onder hun controle staan.⁸⁸ Waar mensen in de tijd van Aristoteles een overzichtelijk leven leidden in de Griekse stadsstaat en burgers konden meebeslissen over wat er in die stadsstaat gebeurde, daar verdween dit leven door het ontstaan van een wereldrijk als gevolg van het optreden van Alexander de Grote. Individuen kwamen onder invloed te staan van sociaal-economische factoren die zij niet konden doorzien of veranderen. Als externe omstandigheden niet kunnen worden veranderd, moet aan overtuigingen worden gesleuteld. De Hellenistische filosofie lijkt daarmee een apolitieke filosofie te zijn. Echter: met het onderzoeken van de binnenwereld wordt ook blootgelegd wat er in sociaal opzicht aan mankeert, want sociale condities scheppen overtuigingen en verlangens.⁸⁹ Overtuigingen van een individu worden deels geconstrueerd door religieuze verhalen, liefdesverhalen en succesverhalen.⁹⁰ Het uitdagen van overtuigingen van een individu betekent ook dat ideeën in een cultuur worden bekritiseerd.

Een tweede probleem dat zich voordoet met de vergelijking tussen filosofie en geneeskunde is dat er in het medische model sprake is van een asymmetrische relatie tussen dokter en patiënt.⁹¹ Een leerling van een filosoof is echter niet alleen een passieve ontvanger van argumenten.⁹² Het standpunt van Aristoteles is dat ieder mens kan bijdragen aan de waarheid. Zijn werkwijze is dialectisch: verschillende perspectieven worden met elkaar in overeenstemming gebracht.⁹³ Om te kunnen filosoferen moet men volgens Aristoteles in balans zijn.⁹⁴ Alleen wie rationeel kan denken en stabiel is, is in staat naar argumenten te luisteren en argumenten te geven. Irrationele mensen kunnen niet deelnemen aan wederzijdse argumentatie, maar hebben dwang nodig.⁹⁵ De filosofie van Aristoteles is weliswaar georiënteerd op het goede leven, maar is geen therapie.

Hellenistische filosofen richten zich nu juist op de irrationaliteit van hun leerlingen. Zij zien passies als diep geworteld waardoor zij niet op een dialectische wijze kunnen worden

⁸⁸ Ibidem, p.109.

⁸⁹ Ibidem, p.10/11.

⁹⁰ Ibidem, p.107.

⁹¹ Ibidem, p.130.

⁹² Ibidem, p.74.

⁹³ Ibidem, p.57/58.

⁹⁴ Ibidem, p.97.

⁹⁵ Ibidem, p.70/71.

aangepakt. Er is een zekere manipulatie voor nodig om ze uit te drijven.⁹⁶ Bij Epicurus is argumenteren niet zoals bij Aristoteles wederkerig. Een leraar luistert wel naar wat een pupil te zeggen heeft, maar staat er ook sceptisch tegenover. De docent laat de leerling een tijdje spreken zodat duidelijk wordt welke overtuigingen wel en niet deugen en wijst de pupil hier vervolgens op.⁹⁷ Epicurus gaat er niet zoals Aristoteles van uit dat leerlingen de waarheid spreken. Het is mogelijk dat zij indruk willen maken op hun leraar. Daarom ondervroeg Epicurus ook familieleden en vrienden van zijn leerlingen om zo meer te weten te komen over hun denkwijze.⁹⁸

Epicurus ging dogmatisch te werk.⁹⁹ Wanneer een leerling zich niet door hem liet bewegen afstand te doen van destructieve overtuigingen, zette hij harde middelen in: hij beschreef de ziektes van de pupil in levendige en angstaanjagende taal¹⁰⁰ om de leerling ervan te overtuigen ziek te zijn.¹⁰¹ Hij reikte niet meerdere visies aan - een arts zou ook niet drie verschillende medicijnen voorschrijven - en spoorde zijn pupillen aan doctrines uit het hoofd te leren. Het voordeel van deze werkwijze is dat meerdere mensen kunnen worden geholpen ook zij die geen sterke analytische vaardigheden bezitten. Ook heeft een pupil door het uit het hoofd leren van stellingen deze in geval van nood bij de hand. Daarbij dringen zij door herhaling diep in de ziel door waardoor zij een verandering bewerkstelligen.¹⁰² Het nadeel is dat het kan leiden tot passiviteit aan de kant van de pupil.¹⁰³ Dit is ook de reden dat filosofische consultants er moeite mee hebben filosofisch consultantschap een therapie te noemen: zij willen een cliënt niet behandelen, maar net als Aristoteles de dialoog aangaan en een cliënt aanmoedigen zelf te denken.

Sceptici sporen hun leerlingen aan om het vormen van een oordeel op te schorten door het aanreiken van argumenten en tegenargumenten die beide even overtuigend zijn. Zij zijn radicaler dan Epicurus. Epicurus maakt onderscheid tussen natuurlijke (noodzakelijke) verlangens die gezond zijn en makkelijk te bevredigen en lege verlangens. Een leeg verlangen is verlangen naar het onbereikbare (onsterfelijkheid), het moeilijk verkrijgbare (luxe) en dat

⁹⁶ Ibidem, p.39.

⁹⁷ Ibidem, p.26-28.

⁹⁸ Ibidem, p.133-135.

⁹⁹ Ibidem, p.126.

¹⁰⁰ Ibidem, p.241.

¹⁰¹ Ibidem, p.20.

¹⁰² Ibidem, p.129-136.

¹⁰³ Ibidem, p.139.

wat niet te bevredigen is (geldzucht).¹⁰⁴ Nadat dit onderscheid is gemaakt, worden de overtuigingen die aan lege verlangens ten grondslag liggen aangepakt.¹⁰⁵ Epicurus verwerpt niet alle overtuigingen maar vervangt valse overtuigingen door een in zijn ogen meer gezonde zienswijze. De Sceptici streven daarentegen naar volledige cognitieve onthechting.¹⁰⁶ Zij willen afrekenen met het menselijke verlangen naar waarheid. Zij vragen van hun leerlingen alle overtuigingen los te laten, want deze zijn een bron van zorg.¹⁰⁷ Als een overtuiging waaraan men tot dan toe stellig vasthield onwaar blijkt te zijn, zal men overstuur raken. Daarom reiken Sceptici geen nieuwe overtuigingen aan, want dat zou betekenen dat de ene vorm van onrust door de andere vorm van onrust wordt vervangen.¹⁰⁸ Ook stellen zij, bij wijze van preventie, overtuigingen waar een leerling niet al te erg aan is gehecht ter discussie. Maar ook al willen de Sceptici dat hun leerlingen alle overtuigingen laten varen, zij gaan voorzichtig te werk. Een leerling moet eerst vertrouwd raken met het Scepticisme. Daarom zal een Scepticus aanvankelijk zwakke argumenten geven om een overdosis te voorkomen. Op den duur kunnen argumenten weer zwak worden omdat de pupil onverschillig is geworden.¹⁰⁹

Wie eenmaal een sceptische levensstijl heeft gekozen, kan niet meer terug.¹¹⁰ Er is dus een punt waarop kan worden gezegd dat de behandeling is geslaagd. In dit opzicht heeft het Scepticisme het meest het karakter van een therapie. Tegelijkertijd kan de werkwijze van de Sceptici meer filosofisch worden genoemd dan de benadering van Epicurus, want waar Epicurus argumenten aanreikt die in overeenstemming zijn met zijn leer, daar confronteren de Sceptici hun leerlingen met meerdere zienswijzen met als doel het vormen van een oordeel op te schorten.

De Stoïcijnen op hun beurt verwerpen niet zoals de Sceptici alle overtuigingen, maar streven er net als Epicurus naar dat een leerling een betere zienswijze adopteert. Voor de Stoïcijnen is het enige goede verlangen het verlangen rationeel te zijn. Naar de rede leven is inzien dat er sprake is van een logische ordening in het universum waardoor men niet door

¹⁰⁴ Ibidem, p.111-113.

¹⁰⁵ Ibidem, p.105.

¹⁰⁶ Ibidem, p.296.

¹⁰⁷ Ibidem, p.284.

¹⁰⁸ Ibidem, p.297.

¹⁰⁹ Ibidem, p.297-299.

¹¹⁰ Ibidem, p.312.

externe gebeurtenissen van slag raakt. Hierdoor wordt het leven draaglijk en verwerft een mens vrijheid.¹¹¹

De Stoïcijnen hebben respect voor de redelijke vermogens van ieder mens¹¹² en moedigen hun leerlingen aan hun eigen dokter te worden.¹¹³ Er is sprake van een meer symmetrische relatie tussen de filosofische leraar en zijn leerling. De pupil wordt aangespoord tot actief onderzoek¹¹⁴, moet zelf oordelen vellen en conclusies trekken.¹¹⁵ Het bestuderen van teksten speelt hierbij een belangrijke rol. Deze teksten moeten aansporen tot reflectie en niet, zoals het geval is bij Epicurus, louter worden geïnternaliseerd.¹¹⁶ Hoewel de filosofie van de Stoïcijnen inhoudelijk verschilt van de filosofie van Aristoteles (de Stoïcijnen zien naar de rede leven en passies als onverenigbaar, terwijl Aristoteles zoekt naar een gulden midden), ontmoeten zij elkaar wat betreft hun filosofische methode: gezamenlijk onderzoeken.

Een derde probleem met de vergelijking tussen filosofie en geneeskunde is dat filosofie ook wordt gezien als van intrinsieke waarde en niet alleen als een middel tot doel. Bij Epicurus en met name de Sceptici zijn argumenten, net als medicijnen in de geneeskunde, gericht op het bestrijden van een ziekte. Wanneer genezing is opgetreden zijn de argumenten overbodig geworden.¹¹⁷ Net als Aristoteles zien de Stoïcijnen filosofie als waardevol op zich. Een persoon zal willen blijven filosoferen, ook als er verbetering van zijn conditie is opgetreden.¹¹⁸ Filosofie maakt deel uit van het goede leven en door filosofische studie boekt een mens iedere dag een beetje vooruitgang.¹¹⁹ De filosofie van de Stoïcijnen heeft daarmee net als de dialectische methode van Aristoteles een open einde.

Hoe verschilt filosofisch consulentschap van de Hellenistische filosofie? De Hellenistische filosofen zijn gericht op het bereiken van een therapeutisch doel, namelijk gemoedsrust. De meeste filosofische consultants zien gemoedsrust als een wenselijk resultaat van hun praktijk, maar streven het niet expliciet na. De Epicuristen, Sceptici en Stoïcijnen hebben ieder een eigen leer ontwikkeld om een rustig gemoed te realiseren. Filosofische

¹¹¹ Ibidem, p.320 & p.328.

¹¹² Ibidem, p.324.

¹¹³ Ibidem, p.428.

¹¹⁴ Ibidem, p.344/346.

¹¹⁵ Ibidem, p.494.

¹¹⁶ Ibidem, p.339.

¹¹⁷ Ibidem, p.307.

¹¹⁸ Ibidem, p.74-76.

¹¹⁹ Ibidem, p.329.

consulenten hebben een meer eclectische werkwijze en kiezen niet voor één filosoof of filosofisch systeem. Filosofische consulenten lijken meer Aristotelisch georiënteerd te zijn. Aristoteles stond open voor meerdere tradities¹²⁰ die ieder een kern van waarheid bevatten en wat betreft de overtuigingen van een individu wordt niet een radicale opschoning gehouden, maar gekeken naar hoe dat wat aanwezig is verder kan worden gecultiveerd. “Verbeteren” wordt niet gezien als “genezen” maar als perfectioneren.

2.3. Hedendaagse psychotherapie

Waar Hellenistische filosofen zich aangetrokken voelden tot de vergelijking tussen filosofie en therapie daar houden de meeste filosofische consulenten zich afzijdig van een dergelijke vergelijking. Hellenistische filosofie lijkt zich te hebben opgesplitst in psychotherapie en filosofisch consulentschap. De Hellenistische filosofen namen twee taken op zich: het genezen van ziektes van het denken en het ontwikkelen van een betere filosofische zienswijze. De eerste taak wordt nu gezien als het domein van psychotherapeuten, het ontwikkelen van een goede levensfilosofie als het werk van filosofische consulenten.

Waar bij de Hellenistische filosofen nog sprake was van een vergelijking met geneeskunde, daar is hedendaagse psychotherapie daadwerkelijk in een medische context gesitueerd. Irrationeel denken wordt niet alleen bestreden door middel van argumenten, ook lichamelijke processen die van invloed zijn op het denken worden door middel van medicijnen als antidepressiva gereguleerd. Psychologische therapeuten stellen een diagnose aan de hand van de *Diagnostic and Statistical Manual (DSM)* en behandelen hun cliënten volgens een protocol of de methode waarin zij zijn opgeleid.¹²¹

Filosofische consulenten hebben moeite met de dominante rol die de *DSM* speelt binnen psychologische hulpverlening, omdat de *DSM* normale aspecten van het menselijke leven als pathologisch lijkt te bestempelen: in de eerste editie uit 1953 werden 112 stoornissen beschreven, in de vierde editie uit 1994 was dit gestegen tot 374 stoornissen.¹²² Filosofische consulenten willen met open onderzoek tegenwicht bieden aan diagnosesering en standaardisering in psychologische therapieën.

Bij psychologische therapie hebben filosofische consulenten in de eerste plaats de psychodynamische benadering die is gebaseerd op Freudiaanse psychoanalyse voor ogen.

¹²⁰ Ibidem, p.57.

¹²¹ Schaubroeck & De Vleminck, p.331/332.

¹²² Marinoff, p.33.

Psychodynamische therapeuten houden zich in tegenstelling tot eerstelijns psychologen bezig met psychische problemen die al langere tijd spelen in het leven van een cliënt en moeilijk te behandelen zijn. De assumptie is dat aan deze psychische problemen een dieper mechanisme ten grondslag ligt dat in de kindertijd is ontstaan. De levensproblemen waar de cliënt in het heden mee worstelt worden gezien als een symptoom van deze diepere psychische problematiek.

Filosofische consulenten zien levensproblemen niet als een symptoom, maar richten zich op het levensprobleem zelf: de inhoud en de betekenis die het heeft voor de cliënt.¹²³ Zij onderzoeken het probleem in relatie tot een bredere levensvisie¹²⁴ in plaats van interacties in de kindertijd. Volgens Ben Mijuskovic zijn basisovertuigingen (of eerste principes) door een cliënt gekozen en niet het resultaat van ongrijpbare krachten buiten zijn wil om. Omdat zij gekozen zijn, zijn basisovertuigingen aan anderen te communiceren en staan zij open voor kritiek.¹²⁵ Zij zijn dus wel verborgen in de zin van nog niet duidelijk geformuleerd, maar kunnen met denkwerk expliciet worden gemaakt, iets wat niet altijd even eenvoudig is bij gebeurtenissen in de kindertijd die centraal staan in psychodynamische therapie.

Psychotherapeuten richten zich in de eerste plaats op het corrigeren van emotionele ervaringen van de cliënt, filosofische consulenten houden zich bezig met het intellectuele leven van de cliënt en hebben vooral aandacht voor waarden en concepten.¹²⁶ Waar een cliënt in psychotherapie wordt gevraagd stil te staan bij zijn gevoelens en de oorsprong hiervan, bijvoorbeeld een gevoel van waardeloosheid, analyseert een filosofische consulent met een cliënt wat het concept “waardeloosheid” voor hem betekent.¹²⁷

Dit heeft implicaties voor de relatie met de cliënt. De relatie tussen een psychotherapeut en cliënt wordt in de literatuur over filosofisch consulentschap als paternalistisch voorgesteld. In psychologische therapieën is sprake van een duidelijke rolverdeling: de psychotherapeut is een expert die de problemen van een cliënt vanuit een methode of theorie duidt. De relatie tussen een filosofische consulent en cliënt wordt gepresenteerd als van een heel andere aard: zij zijn medeonderzoekers die nadenken over de

¹²³ Lahav, Ran. (1993). Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling. *Journal of Applied Philosophy*, 10(2), p.244.

¹²⁴ LeBon, *Wise Therapy*, p.109.

¹²⁵ Mijuskovic, p.88.

¹²⁶ Raabe, p.95.

¹²⁷ Lahav, Ran., A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation, p.14.

menselijke conditie.¹²⁸ Er wordt dan ook gesproken over een “bezoeker” van een filosofische praktijk of “gespreksvrager” in plaats van “cliënt” of “patiënt”. Deze gespreksvrager bepaalt zelf hoeveel bezoeken hij aan de filosofische consulent aflegt.¹²⁹ Er is immers niet sprake van een behandeling die om een x-aantal sessies vraagt.

Er mag echter niet worden vergeten dat in psychodynamische therapie de relatie tussen een therapeut en cliënt van groot belang is voor het slagen van de behandeling. In de relatie met een psychotherapeut leert een cliënt te ervaren dat het mogelijk is om zich op een veilige manier tot andere mensen te verhouden.¹³⁰ Het is de bedoeling dat een cliënt in psychotherapie een nieuwe emotionele ervaring opdoet die oude ervaringen corrigeert.¹³¹ De relatie met een psychotherapeut tracht te herstellen wat er in het vroegere leven van de cliënt aan heeft ontbroken. Omdat vaak iets in de relatie met de ouders is misgegaan, is er in psychodynamische therapie sprake van een surrogaat ouder-kind relatie. Het “paternalistische” karakter van de relatie dient een doel.

De vergelijking met psychodynamische therapie dient vooral om het open karakter van filosofisch consulentschap te benadrukken, zowel in haar werkwijze als in de relatie met de cliënt. Maar omdat psychodynamische therapeuten zich richten op meer complexe psychische problemen, hebben filosofische consulenten het zichzelf ook moeilijk gemaakt met deze vergelijking. Het heeft geleid tot de vraag of filosofische consulenten zich niet op gevaarlijk terrein begeven. Schuster heeft filosofisch consulentschap gepresenteerd als een alternatief voor psychotherapie, waarmee zij bedoelt dat mensen die geen psychotherapie nodig hebben een alternatief wordt geboden. Hierdoor is echter de suggestie gewekt dat filosofische consulenten mensen die lijden aan een psychische stoornis zouden kunnen helpen.¹³² Dat kunnen zij niet. Om te voorkomen dat filosofische consulenten cliënten die aan ernstige psychische problemen lijden schade berokkenen, zouden zij enige kennis van psychopathologie moeten bezitten. Deze kennis bedreigt echter mogelijk de filosofische openheid die zo hard is verdedigd: filosofische consulenten zouden, om fouten te voorkomen, voordat zij met een cliënt aan het werk gaan net als psychologische therapeuten moeten diagnosticeren.

¹²⁸ Raabe, p.95.

¹²⁹ Schuster, Shlomit C. (1995). Report on Applying Philosophy in Philosophical Counseling. *International Journal of Applied Philosophy*, 9(2), p.53.

¹³⁰ Kalmthout, Martin van. (2005). *Psychotherapie en de zin van het bestaan*. Utrecht: De Tijdstroom, p.52.

¹³¹ Ibidem, p.37.

¹³² Schuster, *Philosophical Practice*, p.5-7.

In hoofdstuk 1 kwam ter sprake dat filosofische en psychologische problemen niet altijd eenvoudig te onderscheiden zijn. Als oplossing voor dit probleem werd gesteld dat de cliënt zichzelf selecteert en dat de filosofische consulent er op zal letten dat de cliënt goed kan communiceren en het vermogen tot rationeel nadenken heeft. Deze richtlijnen zullen in de meeste gevallen voldoen. Toch is niet uit te sluiten dat een filosofische consulent een inschattingfout maakt ten aanzien van een cliënt. Ik denk hierbij aan het extreme geval van een cliënt die aan een antisociale persoonlijkheidsstoornis lijdt (een psychopaat). Deze cliënt kan goed communiceren, is rationeel en misschien ook in filosofie geïnteresseerd. Maar het is iemand die de kennis die hij bij een filosofische consulent opdoet (bijvoorbeeld over morele theorieën) waarschijnlijk op een onjuiste manier gebruikt, bijvoorbeeld om andere mensen te misleiden en te manipuleren.

Filosofische consulenten zijn er zeker bij gebaat kennis van psychopathologie te bezitten. Deze kennis moet echter zoveel mogelijk op de achtergrond blijven en er dus niet toe leiden dat filosofische consulenten al op hun hoede zijn voordat uitgebreid met een cliënt is gesproken. Ook kan deze kennis het beste worden verworven door naar de filosofische aspecten van psychische aandoeningen te kijken zodat een filosofische consulent niet met iets anders bezig is dan filosofie.

2.4. Filosofie in psychotherapie

De kennis uit het domein van psychotherapeuten is dus niet buiten filosofisch consulentschap te houden, maar psychotherapeuten kunnen eigenlijk ook niet zonder filosofische kennis.

Filosofische consulenten willen met hun praktijk tegenwicht bieden aan de dominantie van de *DSM* in psychologische hulpverlening waardoor ook normale menselijke problemen worden gepathologiseerd. Er zijn echter ook psychotherapeuten die er moeite mee hebben dat zij volgens protocollen moeten werken en missen de ruimte voor vrij onderzoek in hun praktijk. Een auteur die daar zo over denkt is Martin van Kalmthout. Van Kalmthout constateert dat psychotherapeuten zich, of zij dit nu willen of niet, door ontkerkelijking steeds meer zijn gaan bezighouden met de existentiële vragen van hun cliënten omdat er geen andere plaats is waar zij met zulke vragen terecht kunnen. In *Psychotherapie en de zin van het bestaan* duidt hij medicalisering en technologisering als een ontsporing van psychotherapie. Het hart van psychotherapie is zelfonderzoek en het verwerven van praktische levenswijsheid in plaats van de behandeling van psychische stoornissen.¹³³ Volgens Van Kalmthout kan

¹³³ Van Kalmthout, p.123-127.

psychotherapie het zonder protocollen stellen: wat het nodig heeft, is een stevige basisfilosofie.¹³⁴

Behalve dat filosofen met filosofisch consulentschap invulling proberen te geven aan de filosofische lacune in psychologische therapieën, zijn enkele van hen ook psychologische therapeuten in filosofie gaan onderwijzen. In *Denkwerk* reikt Eite Veening psychologische hulpverleners filosofische gereedschappen aan waardoor zij beter leren redeneren. Tim Lebon wil met zijn boek *Wise Therapy* psychotherapeuten aansporen om na te denken over de filosofische fundamente van hun praktijk en informeert hen over ethische theorieën die kunnen helpen om beter om te gaan met de ethische dilemma's waar zij zelf en hun cliënten mee te maken kunnen krijgen.¹³⁵ Alex Howard geeft in *Philosophy for Counselling and Psychotherapy* een overzicht van het werk van tweeëndertig filosofen die psychotherapeuten kunnen assisteren een cliënt meer inzicht te geven in zijn probleem.

Als psychotherapeuten zich meer gaan bezighouden met filosofie en filosoferen, wordt filosofisch consulentschap dan niet een overbodige activiteit?

In psychotherapie zijn meer dan vierhonderd benaderingen. Onder deze vierhonderd benaderingen zijn enkele te vinden die sterk filosofisch zijn geïnspireerd. Existentiële psychotherapie is daarvan een voorbeeld. Wat existentiële psychotherapie met filosofisch consulentschap gemeen heeft, is dat het niet tot doel heeft cliënten met psychische stoornissen te behandelen, maar mensen te helpen om te gaan met de dilemma's en tegenstrijdigheden van het bestaan en hen te verzoenen met hun tijdelijkheid en gesitueerdheid. Existentiële psychotherapie is echter minder breed dan filosofisch consulentschap: het werkt vanuit twee filosofische stromingen namelijk de fenomenologie en het existentialisme. Ook is existentiële psychotherapie meer de toepassing van filosofie in psychotherapie¹³⁶ dan dat het een praktijk is waarin filosofie op zich centraal staat. Van Kalmthout merkt op dat, hoewel er in psychotherapie ruimte kan zijn voor filosofie, er niet vrijblijvend wordt gefilosofeerd. Er moeten resultaten worden geboekt. Er zijn problemen op te lossen en gedrag en emoties moeten worden veranderd waardoor de toestand van de cliënt verbetert.¹³⁷ In filosofisch consulentschap kan filosoferen daarentegen een doel op zich zijn. Een cliënt kan bij een filosofische consulent ook meer filosofie verwachten dan bij een psychologische therapeut die

¹³⁴ Ibidem, p.78/79.

¹³⁵ LeBon, *Wise Therapy*, p.2.

¹³⁶ McLeod, *An Introduction to Counselling*, p.279.

¹³⁷ Van Kalmthout, p53/54.

filosofie in zijn werk toepast, omdat een filosofische consulent een jarenlange opleiding heeft gevolgd in filosofie en filosoferen.¹³⁸

2.5. Filosofisch consulentschap en cognitieve therapie

Psychodynamische therapieën zijn gericht op de behandeling van meer ernstige psychische problemen waardoor de vergelijking tussen filosofisch consulentschap en psychodynamische therapie scheef is. Cognitieve therapie is daarentegen een veel lichtere vorm van psychologische therapie. Cognitieve therapeuten houden zich bezig met minder diep gewortelde en meer voorkomende emotionele problemen zoals angstgevoelens. Daarbij is het een sterk door de Hellenistische filosofie geïnspireerde benadering. Cognitieve (gedrags)therapie, ontwikkeld door Aaron Beck, en rationeel emotieve (gedrags)therapie, waarvan Albert Ellis de grondlegger is, zijn sterk beïnvloed door het idee van de Stoïcijn Epictetus dat het niet gebeurtenissen zijn waardoor mensen van slag raken, maar de interpretatie van gebeurtenissen.¹³⁹

Beck en Ellis hebben zich met hun cognitieve methode beiden afgezet tegen de psychoanalytische benadering die het onbewuste onderzoekt. Cognitieve therapieën richten zich op cognities die toegankelijk zijn voor het bewustzijn. Beck onderscheidt drie soorten cognitie: de verwerking van informatie uit de buitenwereld en binnenwereld, automatische gedachten in relatie tot deze informatie in de innerlijke dialoog van een persoon en een schema dat door eerdere ervaringen is gevormd en verwachtingen bevat over hoe relaties met anderen of de acties die een persoon onderneemt zullen verlopen. Dit schema maakt het mogelijk informatie te interpreteren en vormt de basis van automatische gedachten.¹⁴⁰ Het uitgangspunt van cognitieve therapie is dat aan emoties automatische gedachten ten grondslag liggen en dat wanneer deze gedachten worden opgespoord en uitgedaagd de emotie zal veranderen.¹⁴¹ Kenmerkend voor gedachten waaruit emoties (die als negatief worden ervaren) voortvloeien, is dat woorden als “alles”, “nooit” en “niemand” er een belangrijke rol in spelen. Zij zijn rigide. Het uitdagen van deze overtuigingen gebeurt bijvoorbeeld door het stellen van Socratische vragen of het geven van argumenten en tegenargumenten.¹⁴²

¹³⁸ Raabe, p.90.

¹³⁹ Lebon, *Wise Therapy*, p.14.

¹⁴⁰ Mytton, Jill. (2006). Cognitive Therapy. In: Colin Feltham & Ian E. Horton (eds.). *The Sage Handbook of Counselling and Psychotherapy 2nd edition* (pp. 266-271). Londen: Sage, p.266/267.

¹⁴¹ Lebon, *Wise Therapy*, p.102.

¹⁴² Mytton, p.270.

Een verschil tussen filosofisch consulentenschap en cognitieve therapie is dat een cognitieve therapeut net als psychodynamische therapeuten werkt aan de hand van een diagnosemodel. Zij spreken bijvoorbeeld over een “angststoornis”. Hoewel filosofische consulenten niet willen diagnosticeren, kan ook een cliënt van een filosofische consulent verwachten dat hij vertelt wat in filosofisch opzicht zijn probleem is, omdat hij hier zelf niet uitkomt.¹⁴³ Ook zal een filosofische consulent voor zichzelf moeten bepalen met welk filosofisch probleem een cliënt te maken heeft. De filosofische consulent werkt hierbij echter niet met een handboek met symptomen zoals de *DSM*, maar geeft een interpretatie van het probleem en de cliënt mag deze interpretatie bevragen en bekritisieren. Ondanks dit verschil liggen filosofisch consulentenschap en cognitieve therapie dicht bij elkaar: zij richten zich op bewuste gedachten en onderzoeken deze door ze in verband te brengen met het beeld dat een cliënt heeft van de wereld, het leven, andere mensen en zichzelf.

Voor sommige filosofische consulenten is het corrigeren van valse overtuigingen en het daarmee tot bedaren brengen van emoties de kern van filosofisch consulentenschap. Zo borduurt Cohen in zijn werk als filosofische consulent voort op de zogenaamde ABC-methode van Ellis (A = een gebeurtenis, B = een overtuiging ten aanzien van deze gebeurtenis, C = een emotie of gedrag dat uit deze overtuiging volgt). Cohen heeft deze methode vertaald naar deductieve logica.¹⁴⁴ Een voorbeeld: B = een absolute claim: “Alle mensen die worden ontslagen zijn mislukkelingen”, A = een gebeurtenis: Ik ben ontslagen, C = de conclusie: Daarom ben ik een mislukkeling. Cohen tracht de cliënt er in dit geval toe te bewegen de absolute claim B te verwerpen zodat het niet langer mogelijk is de conclusie C te trekken. Overigens gaat het Cohen hierbij om het temperen van emoties en niet om het uitdrijven ervan. Een van de boeken waarin hij zijn methode uitlegt, heeft dan ook de titel *What Would Aristotle Do?*

Ook voor filosofische consulenten die het in de eerste plaats gaat om open filosofisch onderzoek, kan het verrichten van cognitieve therapie deel uitmaken van hun werk. Tijdens het interpreteren en verrijken van het wereldbeeld van de cliënt kunnen zich vormen van irrationeel denken tonen die moeten worden aangepakt met het oog op logische consistentie en omdat de cliënt er last van ondervindt. Cohen geeft een aantal voorbeelden van denkfouten die in zowel cognitieve therapie als in zijn op logica gebaseerde therapie worden uitgedaagd

¹⁴³ Jopling, p.101.

¹⁴⁴ Cohen, Elliot D. (1990). Logic, Rationality and Counseling. *The International Journal of Applied Philosophy*, 5(1), p.44/45.

zoals het eisen van perfectie, zwart/wit denken, overgeneraliseren en “de wereld draait om mij”- denken.

Hoewel cognitieve therapeuten beter zijn in het veranderen van gedrag, omdat zij meer kennis hebben van hoe overtuigingen met gedrag zijn verbonden en hun cliënten blootstellen aan situaties die negatieve gevoelens oproepen zodat het gedrag kan veranderen, ziet Roger Paden filosofische consultants als betere cognitieve therapeuten dan psychologen, omdat hun werkwijze verfijnder is. Met wereldbeeldinterpretatie wordt niet alleen gekeken naar afzonderlijke overtuigingen, maar naar een web aan overtuigingen. Voor cognitieve therapeuten is een overtuiging irrationeel als het tot onbehaaglijke gevoelens leidt. Filosofen zien overtuigingen als rationeel of irrationeel in samenhang met andere overtuigingen.¹⁴⁵ Een belangrijk element in de cognitieve therapie van de Hellenistische filosofen is dat er aandacht is voor hoe overtuigingen van individuen worden beïnvloed door verhalen in een cultuur, zoals religie die angst voor de dood creëert, liefdesverhalen die bijdragen aan obsessieve verliefdheid en succesverhalen die mensen geld, macht en roem doen nastreven. Dit verbinden van individuele overtuigingen aan ideeën in de cultuur is iets waarvan in hedendaagse cognitieve therapie geen sprake is. Dit geldt niet alleen voor cognitieve therapie, maar ook voor de psychodynamische benadering. Schuster heeft opgemerkt dat er voor filosofische consultants een taboe lijkt te rusten op het stellen van vragen over de kindertijd, omdat zij daarmee het werkveld van psychotherapeuten betreden. Het kan echter verhelderend werken wanneer een cliënt onderzoekt welke ideeën hij vroeger van zijn ouders en andere opvoeders heeft meegekregen.¹⁴⁶ Maar daarbij mag niet over het hoofd worden gezien dat ouders hun ideeën ook weer ergens vandaan hebben.

Cognitieve therapeuten zijn expliciet gericht op het bereiken van een therapeutisch effect. Zij trachten denkfouten zo snel mogelijk te corrigeren waardoor een cliënt wordt bevrijd van zijn depressie, angststoornis of woedeaanvallen en hebben niet de mogelijkheid om een web aan overtuigingen grondig te onderzoeken. Filosofische consultants zien een dergelijk therapeutisch effect als een mooie bonus, maar het gaat hen in de eerste plaats om filosofisch onderzoek en wat de uitkomst hiervan is, is niet te voorspellen. Zij kunnen niet een therapeutisch effect garanderen. Dit geeft hen echter ook de ruimte om een denkfout als “de wereld draait om mij” te relateren aan bijvoorbeeld René Descartes’ cogito ergo sum en de kenleer van Immanuel Kant waarmee de wereld afhankelijk is geworden van het kennende subject.

¹⁴⁵ Paden, p.12/13.

¹⁴⁶ Schuster, *Philosophical Practice*, p.119 & p.169.

Filosofische consulenten hebben meer te bieden dan een cognitieve therapie. Cohens visie op filosofisch consulentenschap is dan ook beperkt. Afgezien van het feit dat niet alle cliënten een filosofische consulent bezoeken om van emotionele onrust te worden bevrijd, negeert deze benadering de filosofische traditie. En dat terwijl deze traditie een cliënt kan helpen om zijn overtuigingen in een breder kader te plaatsen en maakt dat filosofisch consulentenschap iets te bieden heeft wat niet in psychologische therapieën kan worden gevonden.

2.6. Samenvatting

Er bestaat een complexe relatie tussen filosofisch consulentenschap en psychotherapie. Ten eerste zijn filosofie en psychotherapie historisch gezien nauw met elkaar verweven. De Hellenistische filosofen waren psychotherapeuten (zij waren er op gericht overtuigingen te corrigeren en daarmee een overmaat aan passie weg te nemen) al was hun praktijk niet zoals hedendaagse psychotherapie in een medische context gesitueerd, maar betrof het een vergelijking. Ten tweede hebben filosofen in deze tijd psychologische hulpverleners aangemoedigd in hun werk meer aandacht te besteden aan filosofie en filosoferen. Filosofische consulenten zetten hun vakgebied niet alleen af tegen psychologische therapie, maar zoeken er ook toenadering toe.

Filosofische consulenten onderschrijven net als de Hellenistische filosofen de praktische waarde van filosofie, maar de meeste filosofische consulenten vinden de claim dat filosofie therapie is te sterk. Zij willen niet denken in termen van “symptoom”, “diagnose” en “behandeling”, want dit staat open onderzoek in de weg. Dit geldt ook voor het nastreven van een therapeutisch doel als emotionele spanning wegnemen of lijden verzachten. Er kan in filosofisch consulentenschap weliswaar over emoties en relaties worden gesproken, ze heeft niet tot doel deze te corrigeren. Filosofisch consulentenschap is in de eerste plaats een intellectuele activiteit.

Hoewel filosofische openheid des te duidelijker naar voren treedt door een vergelijking met psychodynamische therapie, is de vergelijking problematisch omdat psychodynamische therapie zich bezighoudt met ernstige psychische problematiek en onbewuste patronen die moeilijk te corrigeren zijn. Filosofische consulenten richten zich net als cognitieve therapeuten op minder ernstige persoonlijke problemen en het onderzoeken van bewuste gedachten. Filosofische consulenten zijn in de eerste plaats gericht op het ordenen en verrijken van deze gedachten in plaats van op het uitdrijven van valse overtuigingen en de

daaruit voortvloeiende passies. Toch kan filosofisch consulentschap de vorm van een cognitieve therapie aannemen. Een filosofische consulent kan bij het interpreteren en verrijken van het wereldbeeld van de cliënt worden geconfronteerd met irrationele overtuigingen. Maar filosofische consulenten doen meer dan het corrigeren van gedachten: zij brengen de overtuigingen van een cliënt in contact met filosofische ideeën en hun geschiedenis. Filosofisch consulentschap kan dus cognitieve therapie omvatten, maar is er niet aan gelijk.

HOOFDSTUK 3: FILOSOFISCH CONSULENTSCHAP EN COUNSELING

3.1. Inleiding

Het probleem dat filosofische consulenten hebben met psychologische therapie is dat normale levensproblemen worden gediagnosticeerd als symptomen van diepere psychische problemen. Deze kritiek op psychotherapie is niet nieuw. Humanistische psychologen als Carl Rogers hebben al eerder hun kanttekeningen geplaatst bij het medische model in de psychotherapie.¹⁴⁷ In de tijd van Rogers mochten alleen psychiaters, die medisch geschoold zijn, psychotherapie beoefenen. Rogers was opgeleid tot psycholoog en had geen medische opleiding gevolgd. Hij zocht naar een manier om toch mensen te kunnen helpen met hun problemen.¹⁴⁸ Hij noemde zijn vorm van hulpverlening “counseling”.

In counseling gaat het om de persoonlijke groei van een cliënt en niet zo zeer om het corrigeren van defecten. Het is een vorm van positieve psychologie die kijkt naar de mogelijkheden van een individu en is gericht op zelfontplooiing.¹⁴⁹ In het vorige hoofdstuk kwam naar voren dat filosofische consulenten zich niet bezighouden met het genezen van ziektes, maar Aristotelisch zijn georiënteerd: zij zijn gericht op zelfverbetering. Zij kunnen zich dan ook vinden in de ideeën van humanistische psychologen.

Behalve in het werk van Rogers heeft counseling ook haar wortels in ten eerste studietoelagen en beroepskeuzeadvies voor scholieren om hen voor te bereiden op de complexe arbeidsmarkt en ten tweede in hulpverlening door vrijwilligersorganisaties die zijn gericht op het oplossen van sociale problemen zoals alcoholisme en een hoog aantal echtscheidingen.¹⁵⁰ In deze vorm van counseling toont zich de oorspronkelijke betekenis van het woord: “advies” of “raadgeving”. In counseling zoals Rogers dat voor ogen had, gaat het erom dat een cliënt zelf tot antwoorden komt wat betreft de mogelijkheden die hij heeft, terwijl in counseling in de betekenis van advies een cliënt wordt geïnformeerd over mogelijkheden (bijvoorbeeld welke opleidingen er zoal zijn) of praktische tips krijgt aangereikt (bijvoorbeeld om zijn relatie te verbeteren).

In dit hoofdstuk wil ik door middel van een vergelijking tussen filosofisch consulentenschap en counseling het belang van aandacht voor de geschiedenis van filosofische

¹⁴⁷ Ruschman, p.23.

¹⁴⁸ Van Kalmthout, p.72/73.

¹⁴⁹ McLeod, p.17.

¹⁵⁰ Ibidem, p.38-40.

ideeën in filosofisch consulentschap verder uitdiepen en de vraag beantwoorden in hoeverre filosofisch consulentschap kan worden gezien als counseling.

3.2. Wat is counseling?

Wat counseling onderscheidt van psychodynamische therapie is dat het een kortdurende, oplossingsgerichte vorm van begeleiding is. Een cliënt die een counselor bezoekt, heeft te maken met een levensprobleem waar hij niet op eigen kracht of met de hulp van naasten uitkomt. Een counselor stelt niet zoals een psychotherapeut een diagnose¹⁵¹, maar ziet de problemen van de cliënt als inherent aan het leven, of eigenlijk aan het leven in de moderne samenleving. Counseling heeft een sociologische inslag. Een counselor helpt een cliënt zijn situatie te verhelderen, nieuwe mogelijkheden te zien en actie te ondernemen waardoor verbetering van zijn situatie optreedt of een belangrijke keuze wordt gemaakt. Een counselor heeft daarmee deels de taak op zich genomen die in een traditionele samenleving wordt vervuld door mensen uit het sociale netwerk waarvan een individu meestal zijn leven lang deel uitmaakte.

Het doel van counseling is in de eerste plaats tot een praktische oplossing van een probleem te komen. Het onderscheidt zich door haar pragmatische karakter van psychotherapie. Het verleden van de cliënt wordt zoveel mogelijk buiten beschouwing gelaten. In plaats daarvan wordt de blik gericht op de toekomst. Wanneer naar oplossingen voor een probleem wordt gezocht, worden ook nieuwe mogelijkheden tot zelfontplooiing ontdekt.

Filosofisch consulentschap verschilt van counseling doordat het niet zoekt naar een snelle en praktische oplossing. Counseling draagt een element van coaching in zich: er wordt een actieplan gemaakt waardoor een cliënt uit de problemen kan komen. Hoewel cliënten die een chaotisch leven leiden of passief zijn, baat kunnen hebben bij een dergelijk actieplan, kan het ook een averechts effect hebben. In *De depressie epidemie* merkt Trudy Dehue op dat in hulpverlening steeds meer sprake is van een liberaal marktdenken, net als in de rest van de samenleving. Een cliënt leert zichzelf als onderneming te zien: er worden doelen gesteld, risico's genomen en de balans wordt opgemaakt. Wie het gevoel heeft als onderneming te kort te schieten, kan daardoor te maken krijgen met depressieve gevoelens. Er wordt te veel

¹⁵¹ Ibidem, p.1.

verondersteld dat een individu het lot in eigen hand heeft. Dat iemand te maken kan krijgen met sociaal onrecht of een tragische samenloop van omstandigheden, wordt vergeten.¹⁵²

Filosofen moeten juist vraagtekens zetten bij de dominantie van het bedrijfsvoeringmodel in de samenleving in plaats van er in mee te gaan. Een actieplan is niet altijd de oplossing voor problemen, maar kan er juist de oorzaak van zijn. Cliënten die in hun dagelijkse leven lijden onder de druk van het halen van doelen op de korte termijn, kunnen het juist als een verademing ervaren dat er bij een filosofische consulent geen doelen worden gesteld en actieplannen ontworpen, maar dat er ruimte is voor reflectie en dat filosoferen een doel op zich is. Filosofisch consulentschap biedt daarmee tegenwicht aan de resultaatgerichte maatschappij. Van de zogenaamde SMART-methode, een managementmethode waarmee ook wordt gewerkt in counseling en coaching, blijft in filosofisch consulentschap weinig over. SMART betekent dat doelen specifiek, meetbaar, aanvaardbaar, realistisch en binnen een bepaalde tijd te behalen zijn. In filosofisch consulentschap zal alleen worden gekeken naar hoe aanvaardbaar een doel is voor de cliënt en zijn omgeving en misschien naar hoe realistisch het is. Dit betekent niet dat filosofisch consulentschap zonder actie is. Het is alleen niet gericht op het uitvoeren van een plan, maar op het ontwikkelen van een sterke levensfilosofie waar een cliënt naar kan handelen. Dit vraagt weliswaar om inspanning, maar deze balt niet samen in een specifiek en meetbaar moment, maar strekt zich uit over een heel leven.

Waar in psychodynamische therapie een therapeut voor een groot deel anoniem blijft zodat de cliënt zijn gevoelens ten aanzien van zijn verzorgers in de kindertijd op de therapeut kan projecteren¹⁵³, daar is counseling gericht op het contact tussen twee mensen. Een counselor verschuilt zich niet achter zijn professionele rol, maar toont zich in de relatie met de cliënt als persoon.¹⁵⁴ Filosofische consulenten lijken zich te kunnen vinden in dit idee. Volgens Barbara Norman leert een cliënt in filosofisch consulentschap een beter begrip te krijgen van wat het betekent om in de wereld te zijn. In de wereld zijn betekent zorg dragen voor anderen en wederzijdse afhankelijkheid. Filosofisch consulentschap is - behalve de kunst van het interpreteren - de kunst van het aangaan van relaties: naar elkaar luisteren en

¹⁵² Dehue, Trudy. (2008). *De depressie-epidemie: over de plicht het lot in eigen hand te nemen*. Amsterdam: Augustus, p.236.

¹⁵³ Raabe, p.91.

¹⁵⁴ Van Kalmthout, p.133-136.

ontvankelijk zijn voor nieuwe geluiden.¹⁵⁵ Shlomit Schuster spreekt in deze context zelfs van een vriendschap tussen de filosofische consulent en cliënt.¹⁵⁶

Hoe mooi de gedachte ook is dat een filosofische consulent (of counselor) en cliënt elkaar als personen ontmoeten, zij gaan in de eerste plaats een professionele relatie aan. Het gaat daarom te ver om van een vriendschap te spreken. De belevingswereld van de cliënt staat centraal en niet die van de filosofische consulent of counselor. Hoewel er misschien ruimte is voor zelfonthulling, is de interactie niet zoals in het geval van een vriendschap wederkerig. Een cliënt zoekt de hulp van een counselor of filosofische consulent omdat hij er met de steun van familieleden en vrienden niet uitkomt. Dat betekent dat een cliënt meer verwacht dan een surrogaatvriendschap: hij hoopt dat een filosofische consulent kennis bezit waar het hemzelf of zijn vrienden en familieleden aan ontbreekt.¹⁵⁷

Meer dan door een methode kenmerkt counseling zich door een grondhouding.¹⁵⁸ Counselors geloven in de mogelijkheden van de mens. Er wordt verondersteld dat de cliënt zelf weet wat voor hem als persoon de beste oplossing is. Een counselor is er op gericht met het stellen van vragen “de eigen wijsheid” van de cliënt aan te boren, die om wat voor reden ook op de achtergrond is geraakt. Wereldbeeldinterpretatie in filosofisch consulentschap lijkt ook op deze veronderstelling te drijven. Een filosofische consulent gaat ervan uit dat een cliënt met het analyseren en ordenen van zijn wereldbeeld tot een oplossing komt. De cliënt wordt geadviseerd aan de hand van zijn eigen levensfilosofie (hoewel er inmiddels ook ruimte is gekomen voor wereldbeeldverbetering). Ook de voorbij enige methode benadering van Gerd B. Achenbach lijkt sterk beïnvloed door de ideeën van de humanistische psychologie: de filosofische consulent stelt geen diagnose, verklaart het probleem van de cliënt niet aan de hand van een theorie, maar gaat een gelijkwaardige dialoog met de cliënt aan waarin de kwestie waarmee hij worstelt wordt uiteengelegd.

Filosofische consulenten zijn hard bezig geweest zich van de “dogmatische en paternalistische” benadering in psychodynamische therapie te onderscheiden, maar lijken de principes van de humanistische psychologie die in counseling centraal staan te hebben

¹⁵⁵ Norman, Barbara. (1995). *Philosophical Counseling: The Arts of Ecological Relationship and Interpretation*. In: Ran Lahav & Maria Da Venza Tillmanns (eds.). *Essays on philosophical counseling* (pp. 49-58). Lanham: University Press of America, p.53.

¹⁵⁶ Schuster, Report on Applying Philosophy in Philosophical Counseling, p.53.

¹⁵⁷ Raabe, p.142.

¹⁵⁸ Van Kalmthout, p.148.

omarmd zonder deze uitvoerig te bevragen. En dat terwijl die in een aantal opzichten problematisch zijn.

3.3. Problemen met de humanistische psychologie

De humanistische benadering in de psychologie is een uitdrukking van de tijdsgeest van de jaren zestig en zeventig. Psychologische hulpverleners die vanuit deze ideeën werken, hebben gezien welke invloed een streng religieuze opvoeding heeft gehad op hun cliënten: excessieve angst en schuldgevoelens. Vandaar dat autonomie en individualiteit belangrijke waarden worden gevonden.¹⁵⁹ Een cliënt moet zijn oren niet laten hangen naar externe instanties, maar uitgaan van zijn eigen innerlijke overtuigingen en ervaringen. Counselors zijn dan ook bang de autonomie van een cliënt te bedreigen. Daarom geven zij geen advies, hebben weinig op met traditie en richten zich op de zelfontplooiing van de cliënt. De vraag is of een cliënt hier altijd bij gebaat is.

Ten eerste is er in de humanistische psychologie sprake van een verborgen ideologie. Ze draagt een tegenstrijdigheid in zich: een counselor wil een cliënt helpen “zichzelf te vinden”, maar tegelijkertijd wordt een cliënt ertoe bewogen de ideeën van de verlichting en romantiek te omarmen: het is goed een autonoom en authentiek persoon te zijn. Je moet dit zelfs zijn. Evelien Tonkens spreekt in deze context van een “zelfontplooiingsregiem”, al zullen humanistische psychologen antwoorden dat zelfontplooiing geen taak is, maar een behoefte die spontaan in mensen opkomt wanneer hun primaire behoeften zijn bevredigd.¹⁶⁰ Een cliënt neemt ideeën van de counselor over zonder te weten waar deze vandaan komen. Vermoedelijk hebben de meeste counselors zich ook niet verdiept in de herkomst ervan. Filosofische consultants kunnen een cliënt wel informeren over de oorsprong van de concepten “autonomie” en “authenticiteit” en de transformatie die zij in de loop der tijd hebben ondergaan.

Voor Immanuel Kant is autonomie “zelf durven denken”. In zijn essay “Beantwortung der Frage: *Was ist Aufklärung?*” duidt hij verlichting als de bevrijding van de mens uit zijn zelfopgelegde onmondigheid. Zelfopgelegde onmondigheid houdt in dat individuen zich laten bevoogden door autoriteiten in plaats van zich te laten leiden door de rede. Kant maakt hier onderscheid tussen een publiek gebruik van de rede en privé-gebruik van de rede. Het laatste

¹⁵⁹ Ibidem, p.88.

¹⁶⁰ Tonkens, Evelien. (1999). *Het zelfontplooiingsregiem, de actualiteit van Dennendal en de jaren zestig*. Amsterdam: Bert Bakker, p.44.

betekent dat iemand de rede gebruikt in een bepaalde maatschappelijke functie die hij vervult. Publiek gebruik van de rede betekent dat iemand zich los van deze functie tot het gezag wendt en uitspreekt waarom hij het niet eens is met een bepaalde gang van zaken in de samenleving en beargumenteert hoe het beter kan. Autonomie dient bij Kant een collectief belang: het ter discussie stellen van onrechtvaardigheden in de samenleving. Hoewel een mens voor zichzelf moet denken, merkt Kant in *Kritik der Urteilkraft* op dat een kritisch gebruik van de rede van een individu vraagt meerdere perspectieven in te nemen. Dit kan door middel van verbeeldingskracht worden bewerkstelligd, maar ook doordat burgers hun visies aan elkaar communiceren.¹⁶¹ Autonomie in haar hedendaagse variant heeft echter een meer individualistische betekenis gekregen. Het betekent mondig zijn in de zin van assertief optreden, het hebben van een duidelijke mening in plaats van een genuanceerde visie, het niet de oren laten hangen naar wat anderen vinden (en dus ook wijze raad de wind in slaan), een “ik heb het recht mijn leven te leiden zoals ik dat wil”.

Het concept autonomie heeft deze transformatie ondergaan doordat een synthese heeft plaatsgevonden met het romantische idee van authenticiteit. Waar verlichting betekent dat een mens zich emancipeert door te luisteren naar de rede, daar is romantiek emancipatie van de mens door te luisteren naar het hart. Van Jean-Jacques Rousseau komt het idee dat een mens zich moet ontdoen van de maskers die de samenleving hem vraagt op te zetten. Rousseau ziet mensen als van nature goed, maar gecorrumpeerd door de moderne samenleving waarin naar vooruitgang wordt gestreefd. Beschaving vervreemdt mensen van zichzelf en elkaar, want vraagt van een persoon een rol te spelen die past bij zijn maatschappelijke positie in plaats van dat het aanmoedigt een leven te leiden dat past bij zijn natuur. Het komt er volgens Rousseau op aan het ware zelf te vinden dat achter het masker verborgen ligt door een individu zich de vraag te laten stellen wat hij nu werkelijk voelt en verlangt los van de verwachtingen van zijn omgeving. “Wat wil je zelf?” is ook de centrale vraag in counseling.

Ten tweede lijkt er in counseling een verbod te rusten op het geven van advies ook al is “raadgeving” de oorspronkelijke betekenis van het woord “counseling”. Omdat in counseling autonomie en authenticiteit de kernwaarden zijn, is een counselor bang adviserend op te treden: er wordt verondersteld dat de cliënt zelf het antwoord al weet. Dit is een positie die moeilijk is te handhaven. Allereerst is het onmogelijk om nooit advies te geven. Zelfs als advies niet expliciet wordt gegeven, is het op een subtiele manier aanwezig in de interactie tussen counselor en cliënt, bijvoorbeeld in een gezichtsuitdrukking van de counselor wanneer

¹⁶¹ Donald, James. (2003). Kant, the Press and the Public Use of Reason. *The public*, 10(2), p.48/49

een cliënt met een idee komt.¹⁶² Ten tweede is het niet wenselijk om nooit adviserend op te treden. Het kan leiden tot een “laat maar waaien” houding.¹⁶³ Ook kan het niet geven van advies juist ingaan tegen de behoefte van een cliënt. Een cliënt weet weliswaar zelf het beste hoe hij zijn situatie ervaart, en welke mogelijke oplossingen het beste bij hem passen, maar hij weet niet altijd wat deze mogelijke oplossingen zijn. Daarvoor roept hij nu juist de hulp van een buitenstaander in die wordt verondersteld een expert te zijn.

Alex Howard daagt met zijn boek *Philosophy for Counselling and Psychotherapy* psychotherapeuten en counselors uit de assumpties van hun vakgebied te bevragen aan de hand van het werk van filosofen. Wat betreft het wel/niet geven van advies, wijst Howard op het onderscheid dat Thomas Hobbes maakt tussen het geven van advies en het geven van commando's. In tegenstelling tot een commando kan een persoon advies naast zich neerleggen. Advies geven vraagt echter om ervaring en specialisatie. Een counselor moet weten wat in de situatie van de cliënt mogelijke oplossingen zijn. Het is belangrijk dat een counselor een autoriteit is op een bepaald gebied. Goed kunnen luisteren en begrip tonen zijn niet genoeg.¹⁶⁴ Van expertise op een bepaald gebied is in counseling ook meestal sprake. Een counselor heeft niet altijd een specialistische opleiding gevolgd, maar kan wel een ervaringsdeskundige zijn. Daarbij is counseling vaak specialistisch omdat het rond een (maatschappelijk) thema als verslaving of burn-out is georganiseerd. Filosofische consultants beschikken over een rijke filosofische traditie die zij kunnen inzetten om cliënten te adviseren.

Dit brengt mij op het derde punt van kritiek: counselors die werken vanuit de principes van de humanistische psychologie hebben onvoldoende waardering voor traditie, want willen een cliënt helpen zijn “eigen wijsheid” aan te boren. Wat wordt hiermee bedoeld? Is het een op Socratische wijze geboren laten worden van ideeën? Socrates/Plato veronderstelde echter het bestaan van een ideeënwereld onafhankelijk van de wereld van de verschijningen. Aangezien het in counseling gaat om de ervaring en autonomie van een individu, is het niet waarschijnlijk dat aan een objectieve ideeënwereld wordt gedacht. Is er sprake van een meer Aristotelische gedachtegang dat wijsheid voortkomt uit ervaring? Dit is niet uitgesloten, maar het is waarschijnlijker dat Rousseau wordt gevolgd en dat waarheid wordt gezocht in een waar en natuurlijk zelf dat nog niet door beschaving is gecorrumpeerd. Maar hoe eigen is

¹⁶² Howard, *Philosophy for Counselling and Psychotherapy. Pythagoras to Postmodernism*, p.121/122.

¹⁶³ Raabe, p.33.

¹⁶⁴ Howard, *Philosophy for Counselling and Psychotherapy*, p.121/122.

eigen wijsheid en is het een oplossing voor problemen? Wat de eigen wijsheid van de cliënt lijkt te zijn, kan in werkelijkheid de wijsheid der eeuwen zijn.¹⁶⁵ Het kan verhelderend werken om, nadat een cliënt geboorte heeft gegeven aan zijn ideeën, te onderzoeken waar deze ideeën vandaan komen door de geschiedenis van de filosofie erbij te betrekken. Behalve dat eigen wijsheid misschien geen eigen wijsheid is, is een cliënt juist op zoek naar nieuwe bronnen om een antwoord te vinden op de vraag waarmee hij worstelt en om zijn situatie in een ander perspectief te zien. Geschiedenis kan inzicht bieden: ideeën die tot een andere tijd behoren, kunnen helpen om de eigen tijd te begrijpen¹⁶⁶ en het vreemde van onze eigen ideeën te zien. Weten waar ideeën vandaan komen, kan juist een bevrijdende werking hebben op een cliënt eerder dan dat deze zich door ideeën uit het verleden belemmerd voelt. Daarbij wil een cliënt niet alleen een gevoel van autonomie ervaren maar ook verbonden zijn. Door een cliënt in contact te brengen met de filosofische traditie kan hij een gevoel van verwantschap ervaren wanneer blijkt dat zijn opvattingen overeenstemmen met de ideeën van een of meerdere denkers.¹⁶⁷ Daardoor kan hij een gevoel van zin ervaren: de traditie helpt de cliënt zichzelf te overstijgen.

Ten slotte is er in de humanistische psychologie door haar positieve uitgangspunt weinig oog voor de tragische aspecten van het bestaan. Er wordt gekeken naar de mogelijkheden van de cliënt en de nadruk ligt op eigen verantwoordelijkheid. Dit heeft tot gevolg dat er onvoldoende aandacht is voor hoe een cliënt zich moet verhouden tot omstandigheden die niet onder zijn controle staan. Er zijn cliënten die weinig mogelijkheden hebben. Niet iedereen heeft de luxe om zichzelf te ontplooien.¹⁶⁸ Wat kan deze mensen worden geboden? Behalve zich in de filosofie van de Stoïcijnen te verdiepen, raadt Howard counselors aan de tragedies van Sophocles te lezen. Deze gaan dwars in tegen het positieve uitgangspunt dat een mens het lot in eigen hand heeft: ondanks dat een mens zich tot het uiterste inspannt om het goede te doen, kan hij toch door een tragisch lot worden getroffen zonder dat te verklaren is waarom het hem is overkomen.¹⁶⁹

¹⁶⁵ Ibidem, p.127.

¹⁶⁶ Ibidem, p.xi - xiii.

¹⁶⁷ Schuster, *Philosophical Practice*, p.88.

¹⁶⁸ Howard, *Philosophy for Counselling and Psychotherapy*, p.68.

¹⁶⁹ Ibidem, p.17-20.

Maar ook voor cliënten die wel de mogelijkheid tot zelfontplooiing bezitten, is het niet altijd een even vreugdevolle ervaring. Er is een overeenkomst tussen het existentialisme en de humanistische psychologie: een mens worstelt met de spanning tussen wie hij is en wil zijn.¹⁷⁰ Volgens Søren Kierkegaard is een mens altijd minder dan hij zou willen zijn en moet hij de juiste balans zien te vinden tussen wat is en wat kan zijn. Hij kan zowel geblokkeerd raken door zijn actualiteit (te veel zijn gericht op het hier en nu) als dat hij te veel over zijn mogelijkheden nadenkt waardoor er niets gebeurt en in theorie alles mogelijk blijft.¹⁷¹ Het zogenaamde dertigersdilemma is een voorbeeld van deze laatste situatie. In *Het dertigersdilemma* beschrijft Nynke Wijnants hoe de generatie geboren tussen 1972 en 1985 worstelt met het doorhakken van knopen met betrekking tot werk, relaties en het krijgen van kinderen. De kern van het dertigersdilemma is dat dertigers te veel keuzemogelijkheden hebben. Met ieder “ja” zeggen zij “nee” tegen duizend andere dingen. Dit leidt, in combinatie met het idee zelf verantwoordelijk te zijn voor een foute keuze, tot besluiteloosheid, een niet durven kiezen. Volgens Kierkegaard is de voorstelling van mensen van wat zij kunnen worden en de gedachte dit niet te zullen worden, een bron van onrust en existentiële angst. Dit minder positieve aspect van zelfontplooiing blijft in de humanistische psychologie onderbelicht. Een filosofische consulent zal een cliënt meer ruimte bieden om de last van keuzevrijheid tot onderwerp van gesprek te maken.

Hoewel filosofische consulenten, net als counselors die werken vanuit de ideeën van de humanistische psychologie, levensproblemen niet als een ziekte of defect zien en zijn gericht op het ontwikkelen en verbeteren van vermogens (in het geval van filosofisch consulentschap de denkvermogens van de cliënt), kunnen zij niet volledig meegaan in het positieve uitgangspunt: zij hebben ook oog voor onmogelijkheden.

In counseling wordt gekeken naar de mogelijkheden die een cliënt heeft om een praktische oplossing voor zijn problemen te vinden, zoals sociale steun of het volgen van een training. Counselors die vanuit de humanistische benadering werken, gaan ervan uit dat een cliënt zelf oplossingen kan bedenken. In andere vormen van counseling wijst een counselor een cliënt op opties, bijvoorbeeld op mogelijkheden om te bezuinigen. Filosofisch consulentschap kan worden gezien als counseling in de klassieke betekenis van “raadgeving”. Een filosofische consulent vertelt een cliënt over verschillende filosofische ideeën die relevant zijn voor het probleem waarmee hij te maken heeft waardoor deze zijn filosofische positie ten

¹⁷⁰ Raabe, p.85.

¹⁷¹ Howard, *Philosophy for Counselling and Psychotherapy*, p.250-253.

aanzien van dit probleem of zijn leven kan verhelderen en bepalen. Hoewel een filosofische consulent er goed aan doet zijn cliënt te zien als medeonderzoeker, moet dit hem er niet van weerhouden zijn kennis in te brengen en meer als een expert op te treden dan in counseling (in de humanistische variant) gebeurt. Een filosofische consulent is niet autoritair, maar wel een autoriteit op zijn gebied.

3.4. Filosofisch consulentschap en academische filosofie

Al in 1998 heeft Warren Shibles ervoor gepleit voortaan te spreken van “filosofische educatie en advies” in plaats van “philosophical counseling”, omdat een filosoof die individuen met hun levensproblemen helpt dan niet iets anders doet dan waarvoor hij is opgeleid. Filosofie is een kritische discipline en moet dit ook blijven wanneer ze zich richt op de levensproblemen van individuen, aldus Shibles. Filosofen zijn niet opgeleid tot hulpverlener, maar om te onderzoeken, nieuwe kennis te creëren en anderen in filosofie te onderwijzen.¹⁷²

Hoewel filosofisch consulentschap zich ook heeft willen onderscheiden van academische filosofie is hier in de literatuur weinig debat over, want filosofisch consulentschap en academische filosofie verschillen niet veel van elkaar. Zij wortelen in dezelfde traditie en houden zich beide bezig met meer fundamentele kwesties die in andere disciplines blijven liggen. Een van de weinige verschillen is dat academische filosofie zich goeddeels bezighoudt met meer abstracte vraagstukken, terwijl filosofische consulenten zich richten op concrete levensproblemen en vragen van individuen¹⁷³ en hun wijze van filosoferen aan de individuele cliënt aanpassen omdat deze de filosofische taal (nog) niet spreekt. Daarmee vervreemden filosofische consulenten zich echter niet van academische filosofie. Omdat de concrete levensproblemen van een cliënt inzicht kunnen bieden in abstracte filosofische kwesties, kan een filosofische consulent een eigen bijdrage leveren aan academische debatten.¹⁷⁴ Een filosofische consulent is niet met een heel andere activiteit bezig dan collega's. Net als academische filosofen interpreteert en bevraagt hij teksten:

¹⁷² Shibles, Warren. (1998). Philosophical Counseling, Philosophical Education and Emotion. *International Journal of Applied Philosophy*, 12(1), p.23.

¹⁷³ Lebon, *Wise Therapy*, p.13.

¹⁷⁴ Taylor, James Stacey. (2002). The central Value of Philosophical Counseling. *International Journal of Philosophical Practice*, 1(2), p.8.

“(…) de filosofische consulent benadert een cliënt op dezelfde wijze als een filosoof van wie het werk wordt bestudeerd (“begrepen”) en kritisch gereconstrueerd, het verschil is dat er sprake is van een continu dialogisch proces en een mondeling gepresenteerde tekst.”¹⁷⁵

Daarbij zal de tekst van een cliënt ook minder coherent, logisch en conceptueel helder zijn dan de teksten van filosofen, maar dat neemt niet weg dat ook een filosofische consulent assumpties verheldert, argumenten weegt, inconsistenties opspoot en alternatieven formuleert.¹⁷⁶ Dit is iets waar een filosofische consulent een cliënt ook toe wil aansporen. Een filosofische consulent informeert een cliënt weliswaar over filosofische posities, maar de cliënt zal deze ook kritisch moeten onderzoeken.

Tim Lebon is er een voorstander van filosofisch consulentschap meer als een vorm van educatie te presenteren:

“Een van de problemen met het woord ‘counseling’ is dat veel mensen denken dat zij alleen hoeven te praten en dat jij alleen luistert. ‘Therapie’ gaat gepaard met een ander probleem. – Mensen denken dat je hen zult genezen. Maar in een onderwijscontext, realiseren zij zich dat zij er zijn om zowel te leren als te praten en hun problemen op te lossen. Ik denk dat filosofisch consulentschap er bij gebaat zal zijn wanneer zij haar educatieve element meer op de voorgrond plaatst (...).”¹⁷⁷

Lebon laat zijn studenten aan het begin van een filosofische cursus die hij geeft, een definitie geven van het goede leven. Deze definitie wordt vervolgens iedere week na het lezen van filosofische teksten aangepast. Dit zou ook een goede werkwijze zijn in één-op-één sessies. Doordat een cliënt teksten leest over een thema dat verwant is aan zijn probleem, komt hij tot nieuwe inzichten, maar leert ook assumpties te bevragen en te filosoferen.¹⁷⁸ Een dergelijke benadering maakt dat filosofisch consulentschap kan worden gezien als educatie op maat. Er

¹⁷⁵ Ruschmann, p.25. “(…) the philosophical counselor deals with the client as with any philosopher whose “opus” is being studied (“understood”) and critically reconstructed, except that it is a continual dialogical process, dealing with an orally presented “text”.

¹⁷⁶ Schaubroeck & De Vleminck, p.326.

¹⁷⁷ Lebon, Tim. (2008). Personal Development through Philosophy. *Practical Philosophy*, 9(2), p. 94. “One of the problems with the word “counseling” is that many people think that are there just to talk and you are just there to listen. “Therapy” has a different problem. – People think you are to cure them. But in an educational setting, people realise they are there to learn as well as talk and solve their problems. I think that philosophical counselling could benefit from putting its educational element more in the foreground (...).”

¹⁷⁸ McLeod, p.340

wordt geen vast lesprogramma gevolgd, maar de overdracht van kennis en vaardigheden wordt afgestemd op het probleem of de vraag van de cliënt.

Behalve dat filosofische consulenten door middel van de filosofische traditie cliënten kunnen helpen, zouden zij zichzelf er ook meer door moeten laten onderrichten en minder de blik moeten richten op psychotherapie en counseling. In plaats van bijvoorbeeld gespreksmodellen te ontleen aan psychologische hulpverlening zouden de ideeën van Jürgen Habermas over machtsvrije communicatie, de hermeneutiek van Hans-Georg Gadamer of de taalfilosofie van Herbert Paul Grice (die aan de hand van de Kantiaanse principes kwaliteit, kwantiteit, relatie en modaliteit tracht te verklaren waarom mensen figuurlijk taalgebruik begrijpen) inzicht kunnen bieden aan filosofische consulenten waardoor filosofisch consulentenschap een meer eigen karakter kan ontwikkelen en zich op den duur kan losmaken van het veld van psychologische therapie

3.5. Samenvatting

Filosofische consulenten hebben de principes van de humanistische psychologie – die zich eveneens heeft afgezet tegen het medische diagnosemodel in de klassieke psychotherapie - geadopteerd. Deze benadering die ook een belangrijke rol speelt in counseling, heeft een aantal gebreken dat filosofische consulenten echter ook een opening biedt om hun praktijk te onderscheiden. Filosofische consulenten staat in tegenstelling tot psychotherapeuten en counselors een rijke traditie ter beschikking die inzicht biedt in de herkomst van de idealen in de hedendaagse samenleving (en die mogelijk ten grondslag liggen aan de problemen waarmee een cliënt worstelt), de cliënt op nieuwe ideeën kan brengen en een gevoel van verbondenheid kan geven.

Filosofisch consulentenschap kan worden gezien als counseling in de betekenis van “advies”. Waar psychologische therapeuten en counselors (of zij nu vanuit de psychodynamische of humanistische benadering werken) een cliënt niet op de hoogte stellen van verschillende stromingen in de psychologie, maar deze gebruiken als verklaringsmodellen die doorgaans voor een cliënt verborgen blijven, daar zal een filosofische consulent een cliënt informeren over verschillende filosofische posities en concepten. Door deze posities te bevragen, kan een cliënt zijn eigen filosofie verhelderen en formuleren. Behalve dat een filosofische consulent een cliënt helpt zijn assumpties te onderzoeken, moet hij ook voortdurend zijn eigen filosofische veronderstellingen bevragen zodat deze niet ongemerkt en

kritiekloos door een cliënt worden overgenomen zoals soms het geval is bij psychotherapie en counseling.

In de zoektocht naar een eigen identiteit heeft filosofisch consulentenschap te veel de ogen gericht op psychologische hulpverlening en is afgedreven van haar eigen traditie. Wanneer filosofische consulenten zich daar meer op richten en zich afvragen hoe het werk van filosofen concrete toepassing kan vinden in filosofisch consulentenschap, kan filosofisch consulentenschap een meer zelfstandige discipline worden die psychologische therapieën niet langer nodig heeft om zichzelf te definiëren.

In het laatste hoofdstuk wil ik me wenden tot de filosofische traditie en kijken wat de *Filosofische onderzoekingen* van Ludwig Wittgenstein voor filosofisch consulentenschap kan betekenen.

HOOFDSTUK 4: FILOSOFISCH CONSULENTSCHAP EN WITTGENSTEIN

4.1. Inleiding

De filosofie van Ludwig Wittgenstein kan, net als de filosofie van de Hellenistische filosofen, worden gezien als een praktische filosofie. Voor Wittgenstein was het belangrijk dat filosofie aansluiting vindt bij het leven van mensen.¹⁷⁹ Hij moedigde zijn studenten dan ook aan om wat zij tijdens hun filosofische studie leerden in hun dagelijkse leven toe te passen¹⁸⁰ in plaats van een academische carrière na te jagen.¹⁸¹

De *Filosofische onderzoekingen* wordt gezien als een lastig te interpreteren werk, omdat het niet de structuur heeft van een klassieke filosofische verhandeling, maar de vorm van een album met losse gedachten:

“De filosofische opmerkingen in dit boek vormen als het ware een verzameling landschapsschetsen, die op lange en ingewikkelde tochten zijn ontstaan. Dezelfde punten, of bijna dezelfde, worden steeds opnieuw vanuit verschillende richtingen aangeroerd, waarbij steeds nieuwe schetsen werden gemaakt.”¹⁸²

Een van de interpretaties is dat Wittgenstein in de *Filosofische onderzoekingen* geen theorie over taal ontwikkelt¹⁸³ maar een methode om taalkundige problemen te ontrafelen.¹⁸⁴ Een methode die zelfs als therapeutisch wordt gezien, omdat ze filosofen kan bevrijden van de obsessieve drang om filosofische problemen op te lossen door middel van het ontwikkelen van filosofische systemen, iets dat hen ervan kan weerhouden hun leven te leiden.

Filosofische problemen zijn het gevolg van het gevangen zitten in een beeld.¹⁸⁵ Een beeld is een vergelijking die, omdat het diep in de taal ligt verankerd, wordt gezien als een beschrijving van wat werkelijk plaatsvindt.¹⁸⁶ De vergelijking wordt te letterlijk genomen. Er wordt vervolgens van de werkelijkheid geëist dat ze zich aan dit beeld conformeert.¹⁸⁷

¹⁷⁹ Peterman, James F. (1992). *Philosophy as Therapy. An Interpretation and Defense of Wittgenstein's Later Philosophical Project*. Albany: SUNY press, p.22.

¹⁸⁰ Ibidem, p.33.

¹⁸¹ Ellenbogen, Sara. (2006). Wittgenstein and Philosophical Counseling. *Philosophical Practice*, 2(2), p.80.

¹⁸² Wittgenstein, Ludwig. (1992). *Filosofische onderzoekingen*. Meppel/Amsterdam: Boom, p.9.

¹⁸³ Peterman, p.29 & p.90.

¹⁸⁴ Ibidem, p.41.

¹⁸⁵ Wittgenstein, p.72, fragment 115.

¹⁸⁶ Ibidem, p.71, fragment 111.

In dit hoofdstuk wil ik de aandacht richten op de bevrijdende methode van Wittgenstein in de *Filosofische onderzoekingen* en de vraag beantwoorden wat filosofische consulenten hier aan kunnen hebben voor hun praktijk.

4.2. De methode in de *Filosofische onderzoekingen*

In het voorwoord van de *Filosofische onderzoekingen* schrijft Wittgenstein dat hij de *Tractatus Logico-Philosophicus* en *Filosofische onderzoekingen* graag in één band had willen publiceren, omdat het nieuwe werk beter kan worden begrepen wanneer het wordt gelezen tegen de achtergrond van het oude werk. Het lijkt er op dat hij *Filosofische onderzoekingen* in de eerste plaats heeft geschreven om zichzelf te bevrijden van oude beelden. Wittgenstein had ooit het ambitieuze plan om met het schrijven van de *Tractatus* alle filosofische problemen op te lossen door de scheidslijn te trekken tussen het zegbare en onzegbare. Hij dacht hier in te zijn geslaagd, want zei vervolgens vaarwel tegen het academische leven om als leraar en tuinman te gaan werken. In de loop der tijd beseftte hij echter dat zijn zienswijze in de *Tractatus* niet de juiste was. De *Filosofische onderzoekingen* kan dan ook worden gelezen als een dialoog tussen Wittgenstein als schrijver van de *Filosofische onderzoekingen* en Wittgenstein als auteur van de *Tractatus* met een eenzijdige visie op taal.

In de *Tractatus* verdedigt Wittgenstein het idee dat woorden in een één op één relatie staan met de wereld, het zogenaamde logische atomisme: de wereld bestaat uit feiten en zinnen zijn afbeeldingen van deze feiten. Zij kunnen dit zijn omdat wereld en zinnen dezelfde logische structuur delen. Complexe zinnen kunnen worden ontleed in eenvoudige zinnen die weer kunnen worden geanalyseerd tot er woorden over blijven. Deze woorden zijn namen voor objecten in de wereld. De betekenis van een woord hangt dus af van het object waar het naar verwijst en de relaties tussen woorden representeren hoe objecten in de wereld zich tot elkaar verhouden. In de *Filosofische onderzoekingen* komt Wittgenstein terug van het idee dat er een één op één relatie is tussen de woorden en de dingen. Het is een theorie die in de praktijk niet werkt, want soms is er geen object dat bij een woord past, zoals “tralala” in een liedje.¹⁸⁷ Hetzelfde geldt voor abstracte concepten als “kennis”: de betekenis hiervan kan niet worden geleerd door een object aan te wijzen. In de *Filosofische onderzoekingen* kiest Wittgenstein dan ook voor een andere benadering van taal. Hij veronderstelt niet langer een één op één relatie tussen woord en object, maar beziet taal nu in context. Er is niet één manier

¹⁸⁷ Peterman, p.66.

¹⁸⁸ Wittgenstein, p. 21, fragment 13.

waarop taal wordt gebruikt (verwijzen naar objecten), maar er zijn vele taalspelen: orders geven, beschrijven, rapporteren, hypotheses vormen, een verhaal vertellen, grapjes maken, bidden. Er kunnen altijd nieuwe taalspelen bijkomen of oude verdwijnen.¹⁸⁹

Ook filosofische concepten moeten in context worden gezien. Zij hebben geen andere status dan de woorden “tafel” en “lamp”.¹⁹⁰

“Wanneer filosofen een woord gebruiken – “weten”, “zijn”, “voorwerp”, “ik”, “zin”, “naam” – en het *wezen* van het ding proberen te vatten, moet je je altijd afvragen: wordt het woord in de taal waar het thuishoort, ooit daadwerkelijk zo gebruikt? Wij brengen de woorden weer terug van hun metafysische context naar hun alledaagse gebruik.”¹⁹¹

Een filosofisch systeem bouwen om filosofische problemen op te lossen, betekent toegeven aan een “metafysische impuls”: streven naar universele en eeuwige definities die onafhankelijk zijn van ervaringen in de toekomst.¹⁹² Dit leidt tot nieuwe filosofische problemen, omdat de ontwikkelde theorieën conflicteren met de alledaagse ervaring.¹⁹³ Het ontwikkelen van een filosofisch systeem, zoals Wittgenstein doet in de *Tractatus*, is niet de juiste manier om filosofische problemen te benaderen, want deze ontstaan niet op een systematische wijze. Filosofische problemen moeten op dezelfde manier worden ontknoopt als zij zijn ontstaan: door vergelijkingen.¹⁹⁴ De methode van Wittgenstein in de *Filosofische onderzoekingen* is de lezer van het ene voorbeeld naar het andere voorbeeld leiden waardoor overeenkomsten en verschillen aan het licht komen. Hij laat daarmee zien dat er meerdere taalspelen zijn die niet in één theorie zijn te vatten. Met deze werkwijze rekent Wittgenstein af met “aspectblindheid”. Aspectblindheid is het onvermogen om iets *als* iets te zien, om een gelijkennis waar te nemen.¹⁹⁵ Het betekent dat wanneer iets eenmaal is gezien de veelheid aan aspecten na verloop van tijd niet meer zal opvallen. Er is sprake van een ononderbroken “X” zien, een denken in termen van essentie:

¹⁸⁹ Ibidem, p.27, fragment 23.

¹⁹⁰ Ibidem, p. 67, fragment 97.

¹⁹¹ Ibidem, p.72, fragment 116.

¹⁹² Ibidem, p.66, fragment 92.

¹⁹³ Pichler, Alois. (2007). The Interpretation of the Philosophical Investigations. Style, Therapy, Nachlass. In: Guy Kahane, Edward Kanterian & Oskari Kuusela (eds.). *Wittgenstein and His Interpreters. Essays in Memory of Gordon Baker* (pp. 123-145). Malden: Wiley-Blackwell, p.130.

¹⁹⁴ Wittgenstein, p.76, fragment 133.

¹⁹⁵ Ibidem, p.284.

“De aspecten van de dingen die voor ons het meest belangrijk zijn blijven ons door hun eenvoud en alledaagsheid verborgen. (Je merkt het niet op, - omdat je het altijd voor ogen hebt.)”¹⁹⁶

Het concept “aspectblindheid” is verwant aan het niet kunnen ervaren van meerdere betekenissen van een woord:

“Je kunt bij jezelf het woord “kom” zeggen en het daarbij de ene keer als gebiedende wijs, de andere keer als zelfstandig naamwoord bedoelen. En zeg nu “Kom!” – en vervolgens “Kom niet!”- wordt het woord beide malen door *dezelfde* beleving begeleid? – weet je het zeker?”¹⁹⁷

Het geven van voorbeelden die met elkaar worden vergeleken stelt een filosoof in staat te stoppen met filosoferen wanneer hij wil. Aan een systeem moet een filosoof blijven werken tot het af is, maar een reeks voorbeelden kan worden afgebroken¹⁹⁸ en altijd weer worden voortgezet. Hierdoor zal de rust in zijn dagelijkse leven terugkeren. In dit opzicht kan de methode van Wittgenstein therapeutisch worden genoemd: ze verdrijft onrust.

Maar therapeutisch voor wie? Het is niet zo dat filosofen na Wittgenstein massaal zijn gestopt met het vormen van theorieën en zich net als Wittgenstein zijn gaan wijden aan het samenstellen van albums.¹⁹⁹ De *Filosofische onderzoekingen* lijkt niet voor een groot publiek te zijn geschreven. In het voorwoord valt te lezen dat Wittgenstein hoopt dat zijn ideeën verlichting brengen in een enkele geest, maar dat dit niet heel waarschijnlijk is.²⁰⁰ Dit maakt het aannemelijk dat het werk in de eerste plaats heeft gediend om verheldering in het brein van Wittgenstein te brengen. Filosofen die Wittgenstein wilde aanmoedigen op een andere manier te leren filosoferen, waren waarschijnlijk collega’s als Bertrand Russell en Gottlob Frege die hij persoonlijk kende en die zich net als hij met vraagstukken van de logica bezighielden. Zij leden aan angsten wanneer zij hiermee bezig waren en dachten soms zelfs aan zelfmoord.²⁰¹ Iets dat Wittgenstein zelf ook had ervaren toen hij werkte aan de *Tractatus*.

¹⁹⁶ Ibidem, p.74, fragment 129.

¹⁹⁷ Ibidem, p.287.

¹⁹⁸ Ibidem, p.76, fragment 133.

¹⁹⁹ Rogers, Brian. (2010). Taking Wittgenstein Seriously as a Therapist (working paper). Verworven op 10 januari 2012 van [https://webfiles.uci.edu/brogers/Rogers WittgensteinTherapy.pdf](https://webfiles.uci.edu/brogers/Rogers%20WittgensteinTherapy.pdf), p.17.

²⁰⁰ Wittgenstein, p.11.

²⁰¹ Hutchinson, Phil. (2007). What’s the Point of Elucidation? *Metaphilosophy*, 38(5), p.695.

Een student van Wittgenstein ervoer tijdens zijn colleges het verhelderende effect van Wittgensteins filosofie. Hoewel de colleges aanvankelijk nergens heen leken te gaan en tot meer verwarring leidden dan inzicht, merkte de student na verloop van tijd dat zijn houding ten aanzien van filosofische problemen was veranderd zonder dat Wittgenstein hem daartoe had overtuigd. Complexe filosofische vraagstukken werden nu door de student gezien als eenvoudig en triviaal.²⁰² Dat weinig filosofen Wittgenstein in zijn wijze van filosoferen zijn gevolgd, duidt er mogelijk op dat de *Filosofische onderzoeken* weinig effect heeft wanneer het wordt gelezen. Dat de student van Wittgenstein wel van zienswijze veranderde, wijst in de richting dat zijn filosofie is bedoeld om te worden uitgevoerd.²⁰³

4.3. Wittgenstein en filosofisch consulentschap

Sara Ellenbogen ziet het werk van Wittgenstein als relevant voor filosofisch consulentschap. Door te onderzoeken in welk beeld een cliënt gevangen zit en de concepten die hij gebruikt te analyseren, kunnen zijn problemen wellicht worden opgelost in de zin dat ze “verdwijnen”.²⁰⁴ Wereldbeeldinterpretatie in filosofisch consulentschap lijkt sterk te zijn geïnspireerd door Wittgensteins visie op filosofie: filosofie ontdekt geen nieuwe feiten, maar brengt een ordening aan in dat wat al bekend is.²⁰⁵ Een wereldbeeld wordt gereorganiseerd: delen die eerst niets met elkaar te maken hadden, gaan nu bij elkaar horen waardoor een ander beeld ontstaat.²⁰⁶

Er is een verwantschap tussen filosofische problemen en levensproblemen. Een cliënt die met een probleem worstelt, kan ondervinden dat dit zijn hele leven beheerst, net als een filosoof dit kan ervaren wanneer hij een filosofisch probleem wil oplossen door een systeem te ontwikkelen. Filosofische problemen en levensproblemen hebben beide de vorm “Ik weet de weg niet meer”.²⁰⁷ Hoewel filosofische problemen kunnen verworden tot levensprobleem wanneer een filosoof er obsessief mee bezig is, zijn niet alle levensproblemen filosofische problemen die voortkomen uit taalkundige verwarring en op te lossen zijn door conceptuele analyse.²⁰⁸ Dit zou een te eenzijdige visie op levensproblemen zijn - er wordt een essentie

²⁰² Rogers, p.16/17.

²⁰³ Ibidem.

²⁰⁴ Ellenbogen, p.80.

²⁰⁵ Wittgenstein, p.70, fragment 109.

²⁰⁶ Ibidem, p.277.

²⁰⁷ Ibidem, p.70. fragment 109.

²⁰⁸ Ellenbogen, p.80.

verondersteld – waardoor alledaagse problemen “naar een metafysische context worden gevoerd”, iets dat Wittgenstein nu juist wilde voorkomen.

Maar soms zijn levensproblemen wel taalkundige problemen. Peter Raabe geeft daarvan een mooi voorbeeld. Hij beschrijft een sessie met een cliënt die wanneer zij een verschil van mening heeft met haar vriend door hem ervan wordt beschuldigd te trots te zijn en dat ze er maar beter voor kan zorgen van die eigenschap af te komen omdat te veel trots niet goed is voor een mens. Ze bezoekt Raabe in de hoop dat hij haar kan helpen van haar trotse houding af te komen. Raabe analyseert samen met haar wat de betekenis is van het woord “trots”. Het blijkt dat zij “trots” zelf ziet als “er tevreden over zijn dat je een taak goed hebt verricht”. De betekenis die haar vriend er echter aan toekent, is “koppigheid”. Door het woord “trots” op deze manier te gebruiken, kapt hij de discussies die hij met zijn vriendin heeft – en niet lijkt te kunnen winnen - af.²⁰⁹

De drie benaderingen in filosofisch consulentchap die in hoofdstuk 1 zijn besproken, zijn ook in de *Filosofische onderzoeken* terug te vinden. Waar de *Tractatus* bestaat uit een reeks genummerde stellingen, daar is de *Filosofische onderzoeken* geschreven in de dialoogvorm:

“In hoeverre zijn mijn gewaarwordingen nu privé? – Nu, alleen ik kan weten of ik werkelijk pijn heb; een ander kan het slechts vermoeden. – Dat is aan de ene kant niet waar en aan de andere kant onzinnig. Als we het woord “weten” gebruiken zoals het normaal wordt gebruikt (en hoe zouden we het anders moeten gebruiken!), weten anderen heel vaak wanneer ik pijn heb. – Ja, maar toch niet met de zekerheid waarmee ik het zelf weet! – Van mij kun je helemaal niet zeggen (behalve misschien voor de grap) dat ik *weet* dat ik pijn heb. Wat wil dat zeggen – behalve misschien dat ik pijn *heb*?”²¹⁰

Het accent ligt in de *Filosofische onderzoeken* echter op de analytische-denkgereedschappelijke benadering. Conceptuele analyse neemt een belangrijke plaats in het werk in en in zijn analyse van taal toont Wittgenstein een voorliefde voor gedachte-experimenten. Veel zinnen in het boek beginnen met de woorden: “Stel je voor dat...”:

²⁰⁹ Raabe, p.222-225.

²¹⁰ Wittgenstein, p.122-123.

“Stel je voor dat ik van een vriend zeg: “Hij is geen automaat”. – Wat wordt hier meegedeeld, en voor wie zou het een mededeling zijn?”²¹¹

Met deze gedachte-experimenten is de *Filosofische onderzoeken* ook narratief te noemen. Wittgenstein vraagt zijn lezers scènes voor te stellen en daagt hen met zijn vragen uit een verdere uitwerking van het verhaal te geven waardoor meer filosofisch inzicht in alledaags taalgebruik wordt verworven. Wittgenstein verwijst echter weinig naar de geschiedenis van de filosofie, althans niet expliciet. Filosofen die hij zijdelings ter sprake brengt zijn Russell, Socrates, Frege, William James en Frank Ramsey. Alleen aan Augustinus besteedt hij meer aandacht omdat Wittgensteins theorie over taal in de *Tractatus* overeenstemt met de visie die Augustinus heeft op het leren van een taal.

De methode van Wittgenstein is er op gericht zoveel mogelijk aspecten van een fenomeen of woord te laten oplichten. Dit confronteert filosofische consulenten met de vraag in hoeverre zij zich, in een poging het filosofische karakter van filosofisch consulentenschap te waarborgen, afzijdig moeten houden van andere disciplines zoals psychologie.

Volgens Ran Lahav kan wereldbeeldinterpretatie in filosofisch consulentenschap het zonder psychologie stellen. Lahav vergelijkt wereldbeeldinterpretatie met kunstkritiek: er valt heel wat te zeggen over een kunstwerk zonder dat de psyche van de kunstenaar hierbij wordt betrokken.²¹² Het extern maken van het probleem van de cliënt (in plaats van het te zien als een deel van zijn persoonlijkheid) wordt gezien als een van de krachten van filosofisch consulentenschap.²¹³ Deze visie sluit aan bij Wittgensteins idee dat de obsessieve drang om filosofische problemen op te lossen niet te herleiden is tot de psyche van een filosoof, maar wortelt in de taal.²¹⁴ In deze taal liggen echter ook psychologische concepten, en daarmee samenhangende theorieën, vervat.

Het is niet filosofisch wanneer filosofische consulenten deze psychologische concepten en theorieën toepassen als verborgen verklaringsmodellen. Ad Hoogendijk spoort in deze context filosofische consulenten aan kennis te nemen van psychologische theorieën om de psychotherapeut in zichzelf te thematiseren.²¹⁵ Maar deze concepten en theorieën

²¹¹ Ibidem, p.237.

²¹² Lahav, A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation, p.8

²¹³ McLeod, p.344.

²¹⁴ Crittenden, Charles. (1970). Wittgenstein on Philosophical Therapy and Understanding. *International Philosophical Quarterly*, vol. 10(1), p.34.

²¹⁵ Hoogendijk, p.39.

kunnen wel samen met een cliënt worden geanalyseerd en bekritiseerd. Juist door een vergelijking van filosofische ideeën met zienswijzen uit andere disciplines tonen zich overeenkomsten en verschillen die verhelderend kunnen werken.

Behalve dat Wittgenstein filosofische consultants een methode biedt om te onderzoeken in welk beeld een cliënt gevangen zit en een cliënt alternatieve beelden aan te reiken, kan zijn werk filosofische consultants ook aansporen te kijken naar welke vergelijkingen zij met betrekking tot filosofisch consultantschap te letterlijk nemen.

Net als in het werk van de Hellenistische filosofen speelt de vergelijking tussen filosofie en therapie een rol in de *Filosofische onderzoekingen*. De overeenkomst tussen de Hellenistische filosofie en de filosofie van Wittgenstein is dat een mens in de problemen raakt als hij van de wereld verlangt dat deze zich aanpast aan het beeld dat hij ervan heeft. Maar anders dan de Hellenistische filosofen is Wittgenstein niet gericht op het uitdrijven van het ene beeld en het vervangen van dit beeld door een ander beeld (of zoals in het geval van de Sceptici alle beelden op te geven), maar op de erkenning van het bestaan van meerdere beelden en het ontwikkelen van een gevoel voor de context waarin deze beelden van toepassing zijn. Wittgenstein heeft in de *Filosofische onderzoekingen* geen afstand gedaan van het beeld van het logische atomisme. Er blijven taalspelen waarin een object wordt aangewezen en benoemd, maar het is niet het enige taalspel. Het is een beeld onder beelden dat in de praktijk soms wel werkt en soms niet.

In plaats van de vraag te stellen wat therapeutisch is aan filosofie, kan de vraag ook worden omgedraaid: wat is filosofisch aan psychotherapie? Wittgenstein zag psychoanalyse als filosofie.²¹⁶ Hij bewonderde Sigmund Freud om de mooie representaties die hij maakte, omdat hij daarmee orde aanbracht in het denken van zijn cliënten.²¹⁷ De fout die Freud echter heeft begaan is psychoanalyse te presenteren als een wetenschap: een discipline die feiten ontdekt in plaats dat ze door vergelijkingen structuur aanbrengt. Daardoor kunnen nieuwe problemen ontstaan.²¹⁸ Het onbewuste moet niet worden gezien als een feit, maar als een beeld, anders zal men erin gevangen raken.²¹⁹ Shlomit Schuster geeft hiervan een voorbeeld. Een cliënt die haar bezoekt, lijdt aan slapeloosheid en is ervan overtuigd dat dit wordt veroorzaakt door verdrongen herinneringen in zijn onbewuste. Schuster spreekt met de cliënt over het geheugen, herinneren en vergeten. Ze vertelt hem over Friedrich Nietzsche die

²¹⁶ Peterman, p.81.

²¹⁷ Ibidem, p.60.

²¹⁸ Ibidem, p.83/84.

²¹⁹ Ibidem, p.81.

vergeten (ahistorisch leven) ziet als een voorwaarde voor geluk en over de kritiek van Karl Popper, Jean-Paul Sartre en Paul Ricoeur op Freuds psychoanalyse. Wat echter voor een doorbraak zorgt, is dat Schuster de cliënt vraagt of hij het als een mogelijkheid ziet dat er, als er in de geest een mechanisme is om herinneringen te onderdrukken, ook een mechanisme is dat herinneringen wist zodat men er niet langer last van heeft. Dit beeld zorgt ervoor dat de cliënt het idee loslaat dat zijn slapeloosheid te wijten is aan verdrongen herinneringen.²²⁰

De vergelijking tussen filosofie en therapie lijkt door degenen die de *Filosofische onderzoeken* als een therapeutisch project hebben geduid te ver zijn doorgevoerd. Het is in drie fragmenten in de *Filosofische onderzoeken* dat Wittgenstein deze vergelijking maakt:

“Er is niet één methode van de filosofie, maar wel zijn er methoden, verschillende therapieën als het ware.”²²¹

“De filosoof behandelt een vraag; als een ziekte.”²²²

en

“Een hoofdoorzaak van filosofische ziektes – een eenzijdig dieet: men voedt zijn denken met slechts één soort voorbeelden.”²²³

Hoewel in psychotherapie en geneeskunde als disciplines meerdere methodes te vinden zijn, (er zijn immers meerdere lichamelijke en geestelijke problemen) worden methodes die dezelfde ziekte zouden kunnen genezen niet tegelijkertijd toegepast, omdat zij elkaar dan op een ongewenste wijze kunnen beïnvloeden waardoor het therapeutische effect uitblijft. In filosofie is interactie tussen verschillende posities juist wenselijk, want daarmee kan overeenstemming worden bereikt (zoals Aristoteles voor ogen had), een Socratisch niet-weten worden bewerkstelligd of waardering worden gekweekt voor een veelheid aan zienswijzen: een filosofische ervaring dus.

“Methode” betekent “weg waarlangs te gaan”. In filosofie zijn meerdere wegen te bewandelen waarvan de ene, afhankelijk van de context, beter is dan de andere:

²²⁰ Schuster, *Philosophical Practice*, p.130/131.

²²¹ Wittgenstein, p.76, fragment 133.

²²² Ibidem, p.125, fragment 255.

²²³ Ibidem, p.205, fragment 593.

“De taal is een labyrint van wegen. Je komt van de ene kant en je weet de weg; je komt van de andere kant op dezelfde plaats en weet de weg niet meer.”²²⁴

In de *Filosofische onderzoeken* wordt ook een andere vergelijking gemaakt behalve die tussen filosofie en therapie: die van filosofie als reis. De *Filosofische onderzoeken* is een reisverslag, een album van, zoals Wittgenstein in het voorwoord schrijft, een filosofische ontdekkingstocht. Wittgenstein spreekt meerdere malen over toeristen, dwalen door steden, wegen en wegwijzers:

“Denk je in dat je als onderzoeker in een onbekend land komt waar een jou volstrekt vreemde taal gesproken wordt (...)”²²⁵

“Onze taal kan men beschouwen als een oude stad: een wirwar van steegjes en pleintjes, oude en nieuwe huizen, en huizen waar in verschillende tijden stukken zijn aangebouwd; en dit alles omgeven door een groot aantal nieuwe buitenwijken met rechte en regelmatige straten en met gelijkvormige huizen.”²²⁶

En:

“Een regel staat opgesteld als een wegwijzer. – Laat hij geen twijfel open over de weg die ik moet gaan? Geeft hij aan in welke richting ik moet gaan als ik hem voorbij ben: de weg volgen, of het karrenspoor, of dwars door het veld? Maar waar staat hoe ik die wijzer moet volgen; in de richting van de hand, of (bijvoorbeeld) de andere kant op? – En wanneer er in plaats van één wegwijzer een gesloten keten van wegwijzers stond, of er liepen krijtstrepen op de grond, – is daarvoor maar één interpretatie mogelijk? Dus kan ik zeggen dat de wegwijzer toch geen twijfel openlaat. Of eerder: hij laat soms twijfel bestaan, soms niet.”²²⁷

Deze reismetafoor is ook in het werk van verschillende filosofische consulenten te vinden. Bijvoorbeeld bij Gerd B. Achenbach wanneer hij spreekt over de filosofische consulent als een kapitein die bij een cliënt aan boord stapt om zijn kaarten te bestuderen. Ook Eite Veening ziet filosoferen als een reis. Een puzzel hebben, is volgens Veening zoeken naar de

²²⁴ Ibidem, p.113, fragment 203.

²²⁵ Ibidem, p.113/114, fragment 206.

²²⁶ Ibidem, p.23, fragment 18.

²²⁷ Ibidem, p.61, fragment 85.

beste richting of bestemming²²⁸ en hulpverlening (of filosofisch consulentenschap) is als een reisbureau waar cliënten hopen reisaanwijzingen in te winnen.²²⁹

Deze vergelijking is meer op filosofisch consulentenschap van toepassing dan de vergelijking met therapie. Een filosofische consulent geneest niet van ziektes, maar maakt een cliënt wegwijs in de filosofische traditie en filosofische vaardigheden waardoor hij weet hoe hij zijn weg moet vervolgen en goed is uitgerust wanneer hij opnieuw problemen op zijn levenspad tegenkomt.

4.4. Samenvatting

Wittgenstein maakt zich in de *Filosofische onderzoekingen* los van het eenzijdige beeld van taal dat hij in de *Tractatus* heeft ontwikkeld. Door voorbeelden te geven van de wijzen waarop taal functioneert laat hij zien dat taal geen essentie kent, maar dat er overeenkomsten en verschillen zijn tussen verschillende taalspelen. Deze werkwijze van het vergelijken van voorbeelden kan filosofische consulenten ten eerste van dienst zijn om cliënten te bevrijden uit een beeld waarin zij gevangen zitten waardoor deze nieuwe aspecten aan hun situatie zien oplichten en weten hoe zij verder moeten. Wittgensteins methode kan ook de communicatie tussen de cliënt en zijn omgeving verbeteren: een woord kan op verschillende manieren worden gebruikt. Er is geen eenduidige relatie tussen een woord en object in de wereld, maar de betekenis van een woord hangt af van de context. Ten tweede daagt de *Filosofische onderzoekingen* filosofische consulenten uit te onderzoeken in welke beelden zij ten aanzien van hun praktijk gevangen zitten, zoals de vergelijking met therapie. Hoewel de vergelijking met psychotherapie inzicht kan bieden in wat voor praktijk filosofisch consulentenschap is, is het goed als er ook ruimte is voor andere, mogelijk meer vruchtbare vergelijkingen, zoals filosofisch consulentenschap als reis of kunstkritiek.

Het gaat er in de methode van Wittgenstein om open te staan voor meerdere beelden en een gevoel voor context te ontwikkelen. Om die reden moeten filosofische consulenten concepten en theorieën uit andere disciplines zoals psychotherapie in hun praktijk toelaten, zolang zij maar object zijn van filosofisch onderzoek en niet een verborgen interpretatiekader vormen.

²²⁸ Veening, Eite. (1994). *Denkwerk. Een handleiding zorgvuldig denken voor hulpverleners*. Culemborg: Phaendon, p.26.

²²⁹ Ibidem, p.19-21.

CONCLUSIE

Er bestaat een complexe relatie tussen filosofisch consulentschap en psychotherapie. Ten eerste zijn de twee historisch gezien nauw met elkaar verbonden: psychotherapie heeft wortels in de filosofie van de Hellenistische denkers. Ten tweede zijn er filosofische consulenten, zoals Tim Lebon en Eite Veening, die psychotherapeuten onderrichten in filosofie en filosoferen, omdat ook psychotherapeuten te maken krijgen met cliënten met filosofische vragen. Existentiële therapie is een voorbeeld van een sterk door filosofie geïnspireerde vorm van psychotherapie. Het betreft hier echter meer de toepassing van enkele filosofische stromingen dan dat een grondig filosofisch onderzoek centraal staat waarin verschillende filosofische posities worden besproken. Ten derde kunnen in filosofisch consulentschap ook concepten en theorieën uit het domein van psychotherapie ter sprake komen. Deze zullen echter op hun assumpties worden onderzocht en worden afgezet tegen andere posities in plaats dat zij een verklaringsmodel vormen.

De vraag die ik in deze scriptie heb willen beantwoorden is: Wat maakt filosofisch consulentschap tot een onderscheiden praktijk? Het antwoord is dat filosofische consulenten verborgen verklaringsmodellen willen vermijden, want ze willen een cliënt niet behandelen, maar samen met de cliënt een open filosofisch onderzoek verrichten. Zij zullen hierbij hun vaardigheden en vooral kennis zoveel mogelijk met de cliënt delen.

In zowel filosofisch consulentschap, de Hellenistische filosofie als de filosofie van Ludwig Wittgenstein worden concepten, overtuigingen en beelden niet gezien als iets dat enkel van de psyche van het individu afhankelijk is, maar als iets dat in de cultuur en taal besloten ligt. In filosofisch consulentschap worden persoonlijke ideeën en ervaringen in contact gebracht met filosofische ideeën. Hierdoor kan een cliënt zijn persoonlijke levensfilosofie beter begrijpen en door kennis te maken met verschillende filosofische posities raakt hij niet opgesloten in zijn eigen wereldbeeld. Waar een cliënt van een psychotherapeut niet op de hoogte wordt gesteld van verschillende stromingen in de psychologie, maakt een cliënt van een filosofische consulent wel kennis met de geschiedenis van de filosofie. Omdat een filosofische consulent zijn kennis en vaardigheden zoveel mogelijk aan een cliënt expliciteert, ligt filosofisch consulentschap in het verlengde van academische filosofie: zij kan worden gezien als een combinatie van onderzoek en educatie.

Hoewel in filosofisch consulentschap al wel wordt gegraven in de filosofische traditie op zoek naar rolmodellen en werkwijzen die in filosofisch consulentschap richtinggevend kunnen zijn, gebeurt dit nog niet genoeg. Wanneer filosofische consulenten zich meer gaan

richten op methodes en concepten in de eigen traditie om individuen met hun levensproblemen te begeleiden, zoals Wittgensteins concept van “aspectblindheid” en zijn methode om door middel van vergelijkingen nieuwe aspecten te doen oplichten, zal zij meer loskomen van psychotherapie waar tot nu toe de blik te veel op gericht is geweest.

LITERATUUR

- Baggini, Julian. (2010). Counsel of Despair? *The Philosophers' Magazine*, 49, p. 57-62.
- Borowicz, Jon. (1998). Philosophy as Conversion. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 17(3), p. 71-84.
- Brown, Sam. (2010). The Therapeutic Status of Philosophical Counselling. *Philosophical Practice* 10(1), p. 111-120.
- Cohen, Elliot D. (1990). Logic, Rationality and Counseling. *The International Journal of Applied Philosophy*, 5(1), p. 43-49.
- Cohen, Elliot D. (2003). *What would Aristotle do? Self-Control Through the Power of Reason*. Amherst: Prometheus Books.
- Crittenden, Charles. (1970). Wittgenstein on Philosophical Therapy and Understanding. *International Philosophical Quarterly*, vol. 10(1), p. 20-43.
- Dehue, Trudy. (2008). *De depressie-epidemie: over de plicht het lot in eigen hand te nemen*. Amsterdam: Augustus.
- Donald, James. (2003). Kant, the Press and the Public Use of Reason. *The public*, 10(2), p. 45-64.
- Ellenbogen, Sara. (2006). Wittgenstein and Philosophical Counseling. *Philosophical Practice*, 2(2), p. 79-85.
- Harteloh, Peter. (2010). On the Competence of Philosophical Counsellors. *Practical Philosophy*, 10(1), p. 35-46.
- Hoogendijk, Ad. (1988). *Spreekuur bij een filosoof*. Utrecht: Veen.
- Howard, Alex. (2000). *Philosophy for Counselling and Psychotherapy. Pythagoras to Postmodernism*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Howard, Alex. (1998). Socrates as a Role Model for Counsellors. *Practical Philosophy*, 2(2), p. 15-17.
- Hutchinson, Phil. (2007). What's the Point of Elucidation? *Metaphilosophy*, 38(5), p. 691-713.

- Jopling, David A. (1998). First Do No Harm. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 17(3), p. 100-112.
- Kalmthout, Martin van. (2005). *Psychotherapie en de zin van het bestaan*. Utrecht: De Tijdstroom.
- Kant, Immanuel. (1913). Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung? In: *Werke, Schriften von 1783-1799* (pp. 167-176). Berlin: Bruno Cassirer.
- Knapp, Samuel & Tjeltveit, Alan C. (2005). A Review and Critical Analysis of Philosophical Counseling. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(5), p. 558-565.
- Lahav, Ran. (1993). Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling. *Journal of Applied Philosophy*, 10(2), p. 243-252.
- Lahav, Ran. (1995). A Conceptual Framework for Philosophical Counseling: Worldview Interpretation. In: Ran Lahav & Maria Da Venza Tillmanns (eds.). *Essays on philosophical counseling* (pp. 3-24). Lanham: University Press of America.
- Lahav, Ran. (2008). Philosophical Practice: Have we gone far enough? *Practical Philosophy*, 9(2), p. 13-20.
- Langdon, Janis. (2000). Philosophical Counselling and the Role of Philosophy. *Practical Philosophy*, 3(2), p. 33-35.
- Lebon, Tim. (2001). *Wise Therapy. Philosophy for counsellors*. Los Angeles/Londen: Sage.
- Lebon, Tim. (2008). Personal Development through Philosophy. *Practical Philosophy*, 9(2), p. 91-94.
- Marinoff, Lou. (1999). *Geen pillen, maar Plato. Filosofie als oplossing voor alledaagse problemen*. Amsterdam/Antwerpen: Archipel.
- McLeod, John. (2009). *An Introduction to Counselling. Fourth Edition*. Maidenhead: McGraw Hill/Open University Press.
- Mijuskovic, Ben. (1995). Some reflections on Philosophical Counseling and Psychotherapy. In: Ran Lahav & Maria Da Venza Tillmanns (eds.). *Essays on philosophical counseling* (pp. 88-102). Lanham: University Press of America.
- Mytton, Jill. (2006). Cognitive Therapy. In: Colin Feltham & Ian E. Horton (eds.). *The Sage Handbook of Counselling and Psychotherapy 2nd edition* (pp. 266-271). Londen: Sage.

Norman, Barbara. (1995). Philosophical Counseling: The Arts of Ecological Relationship and Interpretation. In: Ran Lahav & Maria Da Venza Tillmanns (eds.). *Essays on philosophical counseling* (pp. 49-58). Lanham: University Press of America.

Nussbaum, Martha C. (1994). *The Therapy of Desire: Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton: Princeton University Press.

Paden, Roger. (1998). Defining Philosophical Counseling. *Journal of Applied Philosophy*, 12(1), p. 1-17.

Peterman, James F. (1992). *Philosophy as Therapy. An Interpretation and Defense of Wittgenstein's Later Philosophical Project*. Albany: SUNY press.

Pichler, Alois. (2007). The Interpretation of the Philosophical Investigations. Style, Therapy, Nachlass. In: Guy Kahane, Edward Kanterian & Oskari Kuusela (eds.). *Wittgenstein and His Interpreters. Essays in Memory of Gordon Baker* (pp. 123-145). Malden: Wiley-Blackwell.

Plato. (1991). *Politeia: Wat is rechtvaardigheid*. Amsterdam: De Driehoek.

Raabe, Peter B. (2001). *Philosophical Counseling. Theory and Practice*. Westport/Londen: Praeger Publishers.

Rogers, Brian. (2010). Taking Wittgenstein Seriously as a Therapist (working paper). Verworven op 10 januari 2012 van <https://webfiles.uci.edu/brogers/RogersWittgensteinTherapy.pdf>, p. 1-24.

Ruschmann, Eckart. (1998). Foundations of Philosophical Counseling. *Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines*, 17(3), p. 21-35.

Sargent, Kevin & Marshall, Mason. (2002). A Rhetorical turn in Philosophical Counseling? An Invitation. *International Journal of Philosophical Practice*, 1(2), p. 1-22. <http://npcassoc.org/docs/ijpp/Marshall.pdf>

Seneca. (1998). *De weg naar wijsheid: raadgevingen uit de Epistulae Morales*. Nijmegen: Sun.

Schaubroeck, Katrien & De Vleminck, Jens. (2011). Filosofisch consulentschap: zwarte doos van Pandora? *Tijdschrift voor Filosofie*, 73(3), p. 307-340.

Schuster, Shlomit C. (1995). Report on Applying Philosophy in Philosophical Counseling. *International Journal of Applied Philosophy*, 9(2), p. 51-55.

Schuster, Shlomit C. (1999). *Philosophical Practice. An Alternative to Counseling and Psychotherapy*. Westport/Londen: Praeger Publishers.

Shibles, Warren. (1998). Philosophical Counseling, Philosophical Education and Emotion. *International Journal of Applied Philosophy*, 12(1), p. 19-36.

Šulavíková, Blanka. (2012). Questions for Philosophical Counselling. *Human Affairs*, 22(2), p. 131-141.

Taylor, James Stacey. (2002). The central Value of Philosophical Counseling. *International Journal of Philosophical Practice*, 1(2), p. 1-13. <http://npcassoc.org/docs/ijpp/Taylor.pdf>.

Tonkens, Evelien. (1999). *Het zelfontplooiingsregiem, de actualiteit van Dennendal en de jaren zestig*. Amsterdam: Bert Bakker.

Veening, Eite. (1994). *Denkwerk. Een handleiding zorgvuldig denken voor hulpverleners*. Culemborg: Phaedon.

Wijnants, Nienke. (2008). *Het dertigersdilemma. De belangrijkste loopbaan- en levensvragen van twintigers en dertigers*. Amsterdam: Bert Bakker.

Wisnewski, Jeremy J. (2003). Five Forms of Philosophical Therapy. *Philosophy Today*, 47(1), 2003, p. 53-79.

Wittgenstein, Ludwig. (1992). *Filosofische onderzoekingen*. Meppel/Amsterdam: Boom.

Wouters, Paul. (2010). *Denkgereedschap 2.0. Een filosofische onderhoudsbeurt*. Rotterdam: Lemniscaat.

Zinaich, Samuel jr. (2004). Gerd B. Achenbach's "beyond-method" method. *International Journal of Philosophical Practice*, 2(2), p. 1-13. <http://npcassoc.org/docs/ijpp/ZinaichOnAchenbach.pdf>.