



Hoe wij ons verhouden tot de wereld om ons heen

[HVO-Querido](#)

Gepubliceerd op 25-04-2019

<https://hvoquerido.nl/hoe-wij-ons-verhouden-tot-de-wereld-om-ons-heen/>

Je kunt in je eentje praten, met zijn tweeën of met meerdere mensen. Naast de monoloog en de dialoog is er dan ook de Multiloog®, een gesprek waarbij meerdere mensen met verschillende achtergronden in een veilige omgeving praten en naar elkaar luisteren zonder te oordelen. De psycholoog Heinz Mölders is de geestelijk vader van Multiloog en na 22 jaar nog altijd de drijvende kracht hierachter.

Heinz Mölders is geboren in het Duitse Sonsbeck, een dorp net over de grens bij Venray. Direct na de lagere school gaat hij aan de slag als automonteur, maar na een tijdje wil hij iets anders, haalt alsnog zijn middelbare schooldiploma en gaat in 1976 psychologie studeren in Nederland, waar hij zowel in Amsterdam als Utrecht colleges volgt. Het is een tijd van democratische hervormingen aan de universiteiten en de zogeheten antipsychiatrie is inmiddels vrijwel gemeengoed.

Kritische psychologie

‘De academische studie psychologie was in die tijd voornamelijk gebaseerd op experimenten,’ aldus Mölders, ‘echte ervaringen van echte mensen deden niet ter zake. In de studie stonden proeven met dieren centraal. Het Amerikaanse behaviorisme vierde hoogtij. Het was nogal wereldvreemd en op zijn zachts gezegd niet wat ik ervan had verwacht. Bijna was ik gedesillusioniseerd afgehaakt, maar ik ben toen op zoek gegaan naar alternatieven en kwam uit bij de zogeheten kritische psychologie uit Duitsland. In een notendop beperkt deze benadering zich niet tot de mens als apart individu, maar beschouwt mensen veel meer in het verband van hun sociaal-maatschappelijke context. Dat is iets waar ik nog altijd achter sta: de mens is in de eerste plaats een sociaal wezen.



Beeldmerk van Multiloog

Platform GGZ

Na mijn studie kwam ik begin jaren '80 in Amsterdam bij het Platform GGZ terecht. In die tijd verhuisden veel psychiatrische patiënten van instellingen in de bossen en de duinen naar Amsterdam. De zogeheten vermaatschappelijking van de geestelijke gezondheidszorg bracht mensen grote, soms chaotische veranderingen en wij probeerden dat kritisch te volgen.

Dagelijks leven

Weer veel later, in 1993 was ik betrokken bij de oprichting van Deviant, tijdschrift tussen psychiatrie en maatschappij en zijn we in 1997, met Multiloog gestart. Toen waren dit soort gespreksgroepen uniek. Er waren wel gespreksgroepen in de GGZ, maar altijd in de taal en in het begrippenkader van de psychiatrie. Terwijl mensen niet noodzakelijkerwijs altijd op een medische manier willen vertellen over wat ze bezighoudt of waar ze onder gebukt gaan, integendeel. Maar mensen willen wel graag hun verhaal vertellen en hun ervaringen delen. Daarbij gaat het niet alleen om de psychologische of psychiatrische component, wij hebben juist ook aandacht voor alles daar omheen. Het gaat om de wisselwerking tussen jou en alles wat je meemaakt in het dagelijkse leven.



Heinz Mölders en Margitta Matthies

Niet reduceren

Je hebt ook een benadering die de geest tot een louter biologisch of chemisch fenomeen reduceert. Een psychiatrisch probleem? Dan ontbreekt simpelweg stofje x of y in je hersenen! Pilletje, klaar. Zo omzeil je het zoeken naar redenen voor iemands handelen. Wij zijn natuurlijk niet tegen medicatie, integendeel. Maar er is bijna altijd meer dan alleen een medische component en ik wil ervoor waken om al te gemakkelijk in medische en psychiatrische termen te praten, want dat kleurt en beïnvloedt het discours. Je hoort dat in het dagelijkse taalgebruik ook vaak terug. Men heeft het meestal over 'depressie' in plaats van 'heftige neerslachtigheid' of gebruikt een ander woord dat meer bij de taal van alledag aansluit.

Nabijheid

Wij geven ook les aan studenten maatschappelijk werk aan verschillende hogescholen in Duitsland. Daarbij is het leren luisteren en praten van mens tot mens heel belangrijk. In de opleiding gaat het bijvoorbeeld over nabijheid en professionele distantie. Bij Multiloog gaat het daar ook over. Wanneer wordt distantie vervreemding? We proberen grenzen te leren zien en te bewaken.

Wij proberen deelnemers aan Multiloog altijd in hun sociale context te begrijpen. Mensen zijn immers bij uitstek sociale wezens, wij functioneren nu eenmaal in een cultureel maatschappelijk kader. Het kan verhelderend werken als je beseft welke factoren vanuit de wereld om je heen van invloed zijn op jouw handelen.'

Tijdens Multiloog-bijeenkomsten praten mensen uit hun eigen ervaring. Luisteren is daarbij het parool, interrupties, tips en adviezen, hoe goed bedoeld ook, zijn op dat moment uit den boze. De goedmoedige Heinz Mölders ziet daar als gespreksleider onverwacht streng op toe. Soms heeft de bijeenkomst een thema, meestal kunnen deelnemers elke ervaring die ze hebben te berde brengen.

'Als ik door de stad fiets, vliegt het mij soms aan,' vertelt een deelnemer tijdens een Multiloog-bijeenkomst. 'Ik voel het gewoon aan de mensen om mij heen: met mijn uitkering een woninkje in het Centrum: dat hoort eigenlijk niet. Ik moet naar de randen van de stad, tussen al die andere kansenparels.'

'Je hoort nu aan alle kanten zoveel over zelfredzaamheid, maar hoe zit het met de verantwoordelijkheid voor elkaar? Met zoiets als solidariteit? Is zelfredzaamheid dan alleen maar voor jezelf opkomen?'

'Iedereen heeft het over "verder komen". Ik vraag me af of zoiets wel bestaat en wat dat dan is.'

'Voor mij is de angst er altijd. Elke verschijningsvorm daarvan kan ik wel ergens opplakken, maar desondanks is de basisangst een gegeven, die is er altijd.'

'Bij Multiloog proberen mensen die "niet lekker in de wedstrijd zitten" samen te begrijpen hoe wij in de wereld staan. Het gaat om onze eigen, dagelijkse ervaringen en hoe de wereld daarbij altijd om de hoek komt kijken.'

'Dingen terugleiden naar je eigen concrete ervaringen, daar begint het begrijpen.'



Inzichtelijk

'Bij Multiloog kun je in de brede zin van het woord jouw verhaal kwijt,' vervolgt Mölders. 'Niet alleen aan lotgenoten, maar in een gemêleerd gezelschap. Iedereen mag alles ter tafel brengen, zolang je anderen maar niets voorschrijft of oplegt. Vaak gaat het over de kleine dagelijkse dingen, dingen waar iedereen mee worstelt, of je nu een psychiatrische kwetsbaarheid hebt of niet. Door over dingen te praten en vragen te stellen komen verbanden tot uitdrukking. Zo proberen we op een herstelgerichte manier herkenbare dingen inzichtelijk te maken.'



Verbonden

Vanuit de verschillende werelden en perspectieven van de deelnemers komt een verbondenheid tussen mensen in beeld. Wat deelnemers te berde brengen overstijgt vaak het louter particuliere. Door te wisselen van rol en perspectief maak je kwesties doorlaatbaar en toegankelijk.

Bij Multiloog komen mensen die ergens zijn vastgelopen in hun sociale verbanden. Wat je hebt meegemaakt heeft altijd te maken met jouw betrekking tot mensen in andere posities. Wij bieden mensen die bereid zijn om daarover na te denken de gelegenheid daarvoor.

Menselijk

Ik doe dit werk al best een tijd. Voor een deel lijkt je dezelfde verhalen te horen, maar ieder verhaal is toch anders en persoonlijk, ieder verhaal heeft een ander aspect. Dat maakt en houdt het bijzonder en inspirerend. Het raakt me vaak, ik ben vaak ontroerd. Dat komt ook door het bewijs van vertrouwen dat mensen in je stellen. Wij horen regelmatig van deelnemers dat het hun goed doet. Dat geeft ons energie.

Op menselijkheid raak je nooit uitgekeken en het gaat bij Multiloog om fundamenteel menselijke vragen. Wat doet ons goed? Wat helpt ons verder? Wat ondersteunt ons daarbij?

Iedereen is welkom

Heinz Mölders werkt samen met Margitta Matthies en een aantal vrijwilligers vanuit de stichting Integratie, Participatie en Communicatie (IPC) en INCA-PA. Iedereen is van harte welkom om deel te nemen aan Multiloog-bijeenkomsten.

Kijk op de [website](#) of de [Facebookpagina](#) van Multiloog voor meer informatie en de agenda voor de komende bijeenkomsten bij jou in de buurt. Op de website van Multiloog vind je bovendien een schat aan achtergrondinformatie.

###