

In memoriam Alice Miller: Een leven lang opkomen voor het onschuldige kind



Alice Miller werd geboren op 12 januari 1923 in Lvov, destijds Polen, nu Oekraïne, als Alicja Rostowska, en is op 14 april 2010 overleden in Saint-Rémi-de-Provence.

Ze is geen onbekende voor therapeuten, haar bestseller "Het Drama van het Begaafde Kind" staat op menig boekenlijst van therapeutische opleidingen.

Alice Miller overleden op 87 jarige leeftijd

Naar aanleiding van dit feit blikken we terug op haar levenswerk en de niet meer weg te denken invloed ervan op onze dagelijkse therapeutische arbeid. Alice Miller was schrijfster, psycholoog en kunstschilderes van Joodse afkomst. Ze groeide op in Polen, tijdens de Tweede Wereldoorlog studeerde zij filosofie en literatuurgeschiedenis aan de toen ondergrondse Universiteit van Warschau. In 1946 zette zij haar studie verder in Zwitserland. In 1953 promoveerde ze aan de Universiteit van Bazel tot doctor in de filosofie, psychologie en sociologie. Ze werkte 20 jaren als psychotherapeut in Zürich.

Miller is getrouwd geweest met socioloog Andreas Miller (1923-1999), met wie zij als medestudent uit Polen naar Zwitserland was geëmigreerd. Later is zij van hem gescheiden. Zij kregen twee kinderen, Martin en Julika.

Het eigen verhaal van Alice Miller

In een semi-autobiografisch werk "Banished Knowledge: Facing Childhood Injuries" beschrijft Alice Miller hoe ze in 1973 door creatief werk op spontane manier met haar eigen misbruikverleden in contact kwam. Ze had een dominante moeder en beleefde haar kindertijd als een 'totalitair regime' waarin ze leerde haar gevoelens en behoeften te ontkennen. Vanaf dat moment vroeg ze zich af op de psychoanalytische theorieën wel klopten die de slachtoffers de schuld van het misbruik geven en de ouders vrijpleiten. In dit nummer van Metafoor zijn verschillende van haar eigen werken afgedrukt als illustratie.

Breuk met de psychoanalyse

In haar boek "Du solst nicht merken" doet Miller uitgebreid het verhaal van Sigmund Freud die werd uitgestoten en vereenzaamde toen hij mishandeling en incest aanduidde als oorzaak van neurose in een publicatie in 1896. Vervolgens heeft hij zijn theorie herroepen en de drifttheorie uitgewerkt die stelde dat de verhalen van misbruik ontsproten uit de perverse verlangens van het kind zelf. Deze theorie beschermt de ouders en beschuldigt het kind. In 1988 trad Miller uit de International Psychoanalytical

Association en kwam ze in contact met allerlei alternatieve therapieën waaronder de oerschreeuw therapie van Arthur Janov, maar ze bleef hierover niet enthousiast.

De gevolgen van geweld

Haar eerste en nog steeds belangrijkste boek "Het drama van het begaafde kind" dateert van 1979, wanneer ze al vele jaren als psychotherapeute heeft gewerkt, en aan de hand van de verhalen van haar cliënten tot de vaststelling is gekomen dat de oorzaak van vele neurosen, psychosen, depressies, verslavingen en delinquent gedrag ligt in de liefdeloze behandeling die vele kinderen krijgen via de harde hand van hun opvoedende ouders. Het ondergaan van fysiek en psychisch geweld en de daaropvolgende verdringing daarvan als volwassene onder het motto van 'het vierde gebod' is voor Miller ook de reden waarom veel mensen dit gedrag kritiekloos van hun ouders kopiëren en opnieuw toepassen op hun weerloze kinderen. Tenzij zij zich bewust worden van de verdrongen pijn die in het lichaam is opgeslagen en dit verwerken om dit patroon niet meer door te geven aan de volgende generatie.

Lichaamsgericht werken, de taal van de symptomen...

Alice Miller bracht de aandacht van therapie naar het lichaam en zijn symptomen, de depressie, de negatieve gevoelens wanneer we onze ouders bezoeken. In z'n zin is voor haar therapie een 'onthullen' van de waarheid. Deze waarheid is een onmisbare voorwaarde voor genezing van wat ze 'emotionele blindheid' noemt, het ontkennen van wat gebeurde. En precies deze ontkenning maakt ons kwetsbaar voor onbewuste herhaling.

Wreedheid is voor haar elke situatie waarin kinderen geen passend respect betoond wordt, waar ze vernederd, verward, verraden, en seksueel misbruikt worden. Alles wat de integriteit en de waardigheid van het kind aantast, ook het slaan van kinderen rekent Alice Miller onder ernstige wreedheid, een punt waarin vele mensen haar niet bijtreden. Ze gaat ervan uit dat het kennismaken van kinderen met dit soort geweld ertoe leidt dat ze dit later tegenover hun eigen kinderen of een zondebok herhalen en het minimaliseren.

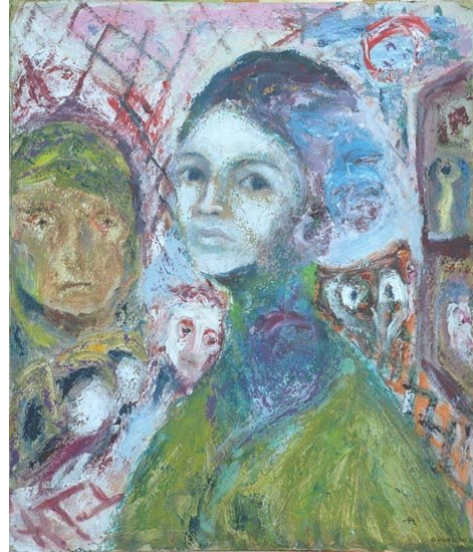
In haar boek "Free from lies" gaat ze dieper in op het feit dat net de ontkenning van wat gebeurde in de vroege jeugd ertoe leidt dat mensen op volwassen leeftijd dadergedrag gaan vertonen, zowel op ernstig vlak als bijvoorbeeld seksueel misbruik als op het veel meer wijdverbreid vlak van slaan van kinderen. Van daaruit pleit Alice Miller voor therapeuten die hun eigen geschiedenis onderzocht hebben en hun blinde vlekken kennen. Als helpers hun eigen verhaal vrezen, zijn ze niet in staat om een cliënt bij te staan bij deze moedige onderneming.

De kwaliteiten van een goede therapeut

Voor Alice Miller is een goede therapeut iemand waar je al je vragen aan kan stellen en die je een eerlijk antwoord kan geven. Ze raadt aan om de therapeut te bevragen over zijn/haar jeugd, zodat je zeker weet dat de persoon die je tot getuige wil maken van jouw verhaal ook zijn/haar eigen verhaal kent zonder het te minimaliseren.

Alice Miller noemt een goede therapeut een "wetende getuige" omdat het belangrijk is dat je therapeut luistert naar je verhaal en aan de kant van het gekwetste kind kan staan. Zo wordt hij een getuige van de kwetsing, terwijl hij weet hoe dat proces werkt vanuit zijn eigen leven.

Ze vertelt bijvoorbeeld over Dostoyevski, dat hij een een brutale vader had, maar een zachte lieve moeder. Ze kon hem niet helemaal beschermen, maar gaf hem een krachtig beeld van liefde mee, dat in zijn boeken sterk tot uiting komt. Wanneer mensen wetende getuigen hebben, zodat ze het onrecht kunnen herkennen, dan kunnen ze hun pijn en woede voelen over wat hen gebeurde, en dan worden ze geen daders.



Miller omschrijft de functie van een therapeut verder als die van een goed advocaat: hij moet meer doen dan wat zijn cliënt hem vertelt omzetten in de juiste juridische taal. Hij moet verbanden zien die de cliënt nog niet heeft gezien, en onopgemerkte details ontdekken die het mogelijk maken om het belang van de cliënt nog meer te zien dan de cliënt zelf. Op dezelfde wijze moet een therapeut zich bewust zijn van de situatie van een jong kind dat volledig overgeleverd is aan de eisen en verlangens van volwassenen. Hij moet zich daar zelfs van bewust zijn wanneer de cliënt de kwetsing nog ontkent met fantasieën van almacht of grandioos gedrag in combinatie met zelfverwijt. Volgens Alice Miller is er geen gevaar voor suggestie, omdat de emotionele lading en de spontane veranderingen de waarheid simpelweg zullen ontkennen of bevestigen.



Over vergeving

Praten over vergeving is volgens Alice Miller een kenmerk van de opvoedkundige aard van sommige therapieën. Ze ziet deze therapeuten meer als predikanten die het kwetsuur weer herhalen. De blindheid wordt verder gezet, met een simpel 'als je vergeeft zal je genezen'.

Alice Miller pleit voor radicaal opkomen en rebelleren tegen mishandeling als vrijmakend en genezend. En vooral je eigen gevoelens beleven en de waarheid ervan onderkennen. Huilen en je verdriet en pijn ervaren is gezonder dan kalmeermiddelen nemen. Dit is de beste manier om het lijden te verlichten.

De zwarte pedagogie

Deze term was de titel van een boek "Schwartzze Pädagogik, Quellen zur Naturgeschichte der bürgerlichen Erziehung" van Katharina Rutschky uit 1977. Alice Miller gebruikte de term om opvoedingsmanieren te beschrijven die een kind in zijn emotionele ontwikkeling beschadigen. Het is wat gebeurt wanneer een ouder of leerkracht, verpleegster of andere hulpverlener gelooft dat het gedrag van een jong kind laat zien dat het kind 'slecht' is. Daarom tracht deze ouder dit slechte gedrag uit te roeien door emotionele manipulatie of door brute kracht. Eenvoudige voorbeelden zijn het slaan van kinderen als straf voor leugens of het weigeren van voeding buiten vaste tijdstippen om een pasgeborene geduld te leren wat hem later in het leven van pas zal komen.

Alice Miller heeft zich veel moeite getroost om haar ontdekkingen te staven en te verhelderen. Met het leven van bekende personen uit de literatuur en geschiedenis laat ze telkens weer zien hoe het werkt in de realiteit: geweld laat geweld ontstaan. Ze beschrijft het leven van Adolf Hitler, Franz Kafka, Schiller, Nietzsche, Proust, Rimbaud en talloze anderen, in verscheidene boeken. Ze onderzoekt de vaak vergeten details uit de jeugd, uit briefwisseling, naar de getuigenissen die wijzen op misbruik en mishandeling. Deze plaatst ze naast de bekende feiten over depressies of geweldpleging.



Oorzaak van overdracht

Aan het begin van ons leven, als jonge kinderen, waren we volledig afhankelijk van onze ouders. En we moesten geloven dat we geliefd waren, ook al werden we mishandeld. We konden ons niet veroorloven om dit lijden te voelen, we waren te klein en afhankelijk om deze gevoelens aan te kunnen. Dus we onderdrukten onze woede, onze verontwaardiging en onze diepe teleurstelling diep in ons lichaam. Wanneer we volwassen zijn kunnen deze gevoelens naar de oppervlakte komen, maar ze zijn vaak nog steeds verbonden met de angst van het kleine kind om gestraft te worden voor deze opstandigheid.

Wanneer we als volwassenen op dezelfde wijze behandeld worden, zullen we - zeker als we therapie ondergaan hebben – bewust worden van de wreedheid die we hebben ervaren. Maar toch kan er nog verdringing optreden en daarom is er overdracht van deze haatgevoelens naar andere personen dan onze vader of moeder bijvoorbeeld.

Deze overdracht is onafwendbaar als we mishandelde kinderen zijn. Het is ook heel verwarrend. Maar het is ook bevrijdend wanneer we onze angst als klein kind voelen tegenover onze ouders en zien dat dit een gevolg is van ons jonge leven. Dan verdwijnt deze overdracht als vanzelf.



Grote invloed

Alice Miller is van blijvende invloed op de psychotherapie geweest, ze veranderde de manier waarop mensen dachten.

Ze bracht fysiek, psychisch en bijzonder seksueel misbruik onder de aandacht van therapeuten, en liet talloze volwassenen op een andere manier naar zichzelf kijken, als slachtoffers.

In de New York Times Book Review werd Alice Miller de missing link tussen Freud en Oprah genoemd, omdat ze nieuws van de innerlijke wereld van het kind, en bijzonder over de subtiele problemen in emotionele ontwikkeling uit de afgeslotenheid van de dokterskabinetten bracht in een veel bredere en vriendelijkere context.

Het probleem van kindermishandeling is nog steeds actueel, op de website van Alice Miller staat vermeld dat van de 192 leden van de Verenigde Naties, er slechts 19 zijn die lichaamsstraffen voor kinderen verbieden.

Bibliografie

Alice Miller schreef dertien boeken die vertaald zijn in dertig talen. "Het drama van het begaafde kind" uit 1979 werd voor het eerst vertaald in 1981 en volledig herzien en heruitgegeven in 1996. Hieronder een chronologische lijst van al haar werken. Alice Miller kreeg honderden brieven van lezers die genazen van hun depressie nadat ze zich bewust werden van de pijnlijke werkelijkheid. Haar antwoorden op die brieven publiceerde ze in haar laatste werk "From Rage to Courage".

- From rage to courage (2009)
- Dein gerettetes Leben (2007)
- Bilder Meines Lebens (2006) (Pictures of my life)
- De opstand van het lichaam (Die Revolte des Körpers 2004)
- Eva's ontwaken (Evas Erwachen 2001)
- Levenspaden (Wege des Lebens – Sieben Geschichten 1998)
- De muur van zwijgen afgebroken (Abbruch der Schweigemauer 1990)
- Das verbannte Wissen (1988) (Banished knowledge)
- De gemeden sleutel (Der gemiedene Schlüssel 1988)
- Bilder einer Kindheit (1985)
- Gij zult niet merken (Du sollst nicht merken 1981)
- In den beginne was er opvoeding (Am Anfang war Erziehung 1980) (For your own good)
- Het drama van het begaafde kind (Das Drama des begabten Kindes 1979 – in 1996 herwerkt) ('Prisoners of childhood' was de eerste titel van dit werk)

Ik heb verschillende van haar werken met interesse gelezen, maar door de soms nogal predikende stijl zijn sommigen voor mij persoonlijk wat ontoegankelijk. Toch heeft ze het thema van misbruik en mishandeling diep uitgewerkt aan de hand van voorbeelden uit de literatuur, en heeft ze vooral de drifttheorie uit de psychoanalyse ter discussie gesteld, waardoor ze zich radicaal aan de kant van het kind heeft geschaard. Ze bracht hoop en waarheid in vele levens.



Christel Brughmans