

# INTERVIEW

## LEX MULDER

"Meer een gevoelsmens dan een denkmens"

*De serie "kopstukken van het psychodrama in de lage landen" wordt vervolgd. Namens de kopstukken treedt op Lex Mulder en namens het bulletin van de VvP Marianne Mostert en Gerard Beentjes. De speelplaats is een Amsterdamse zolderwoning met dakterras.*

Lex ontvangt ons hartelijk en zet koffie, terwijl wij op de Japanse zitbank neerzakken. De meegebrachte tulpen worden voor zolang in een vaas met drijfkaarsjes gezet.

Aan de muur hangt een origineel schilderij in felle, primaire kleuren. Diezelfde kleuren kenmerken ook de trui, die Lex draagt. In de ontspannen fase van het koffie doordruppelen vertelt hij over het verschil tussen Leerdam en Amsterdam, het provinciaalse op je gemak tempo tegenover de stadse haast. In dat verband merkt hij over zichzelf op dat hij zijn hoge werktempo afwisselt met een veel-op-vakantie hobby, relaxen op een terras met meer dan een goed glas wijn.

Marianne geeft kort een uiteenzetting van het doel van deze serie interviews om de lezers kennis te laten maken met de kopstukken uit het psychodrama. Hij reageert jongensachtig verguld op de titel "kopstuk van het psychodrama". Pas onlangs heeft hij van de Vereniging voor Psychodrama gehoord. Hoewel Lex Mulder wel de opleiding door Renée Oudijk kent, was het bestaan van de

nieuwe vereniging hem onbekend. "Het is een goed initiatief", meent hij. "Zo'n twaalfeneenhalf jaar geleden is een eerder initiatief jammerlijk mislukt".

De koffie is klaar; het echte interview begint. Marianne stelt de vragen. Gerard schrijft.

*"Wie is Lex Mulder?"*

Van huis uit is Lex Mulder een klinisch psycholoog, die zijn loopbaan begonnen is aan de Rijksuniversiteit van Leiden. Zelf zegt hij: "mijn oorspronkelijke doelstelling was, bekend en beroemd worden, een wezenlijk aandeel leveren in de praktijk van de therapie en trainingen. Deze drang heeft hij op de universiteit achtergelaten.



Tevreden kijkt de nu negen- enveertigjarige Lex terug op de resultaten van zijn werk daar: verschillende programma's gemaakt en veel, veel studenten afgeleverd. Sindsdien heeft hij een andere opvatting van werken. Het doel is niet om school te maken, maar de nadruk ligt op werken om te leven.

Bij zijn vertrek van de universiteit had hij zichzelf twee cadeautjes beloofd: een boek schrijven en een studiereis naar de Verenigde Staten maken.

# INTERVIEW

Het boek is inmiddels verschenen: 'Oefeningenboek voor groepen 1'. "De studiereis had". omschrijft Lex, "vooral tot doel, om te toetsen, waar haal je het vandaan, wat je doet, door bij de 'hotemetoten' van psychodrama in de U.S.A. te kijken en workshops te volgen".

*"Hoe ben je met psychodrama in aanraking gekomen?"*

Afkomstig uit een kunstenaarsfamilie, een kunstschilder en een pianolerares als ouders, is zijn persoonlijk antwoord: "via een achterdeur me alsnog verdiepen in een vorm van kunst". Achteraf geeft hij te kennen dat hij toneelspeler had willen

# INTERVIEW

Lex omschrijft hun werkwijze met het motto "Take your time" en het belang van rust, met de zin: "als er niks komt, komt er niks. Deze opvatting staat haaks op die van andere leerlingen van Moreno, die op snel effect en tranen leken te werken".

De volgende leerstappen zijn voor hem, het veel oefenen met collega Riek Horstink en studenten, het volgen van workshops aan het eind van de zeventiger jaren bij o.a. Goldman.

Als laatste leermoment noemt hij de noodzaak om bij het opzetten van zijn eigen psychodrama-opleiding tegenover cursisten te expliciteren in technische nabesprekingen wat hij gedaan had bij het regisseren van een p.d. "Ik kon niet volstaan met ik doe wat ik doe, op grond van mijn intuïtie".

Tijdens de al genoemde trip naar de Verenigde Staten heeft hij opnieuw workshops gevolgd om inspiratie op te doen en ook om te toetsen of hetgeen hij doet, wel psychodrama mag heten. Zoekend naar woorden, vat hij die laatste ervaring in de VS samen: "Dat leverde de volgende herkenningspunten voor mij op: de actieve en open manier om een groep tegemoet te treden, de vier basistechnieken - dubbelen, rolverwisselen, spiegelen en monologen - en het scheppen van een sfeer van veiligheid, warmte en hulpvaardigheid".

"Voice dialogue" is de laatste ontwikkeling, die voor zijn manier van werken belangrijk is, naast het gedachtengoed van Rogers, de non-directieve methode.

De bestaande literatuur om je in psychodrama te bekwamen is hem over het algemeen te zwaar, terwijl psychodrama juist een lichte methode is.

*"Wat is de invloed van psychodrama op je werk, op je leven?"*

"Ik vind het moeilijk te onderscheiden. wat de invloed van psychodrama of psychologie geweest is", peinst hij hardop. "Door psychodrama ben ik meer bezig met de kwaliteitsvragen van het leven, relaties en opvoeden. Ik denk dat ik een lastiger partner, vroeger vooral veeleisender dan anders, en een beter opvoeder geworden ben; psychodrama heeft het al sluimerende spelen gelegitimeerd en daarnaast aangemoedigd tot relativiseren en met humor kijken naar de gewone dagelijkse werkelijkheid", vervolgt hij.

Vervolgens bespreekt hij de invloed op zijn professionele arbeid: "In al mijn werk is de ontwikkeling terug te vinden naar meer relativering, lichtheid inbrengen en humor. Daarnaast heeft psychodrama me gestimuleerd om makkelijker om te gaan met de ruimte, op mijn benen te gaan staan en in de ruimte een eigen positie in te nemen".

Terwijl met een ruim gebaar van hand en arm de vloer schoon en speelklaar gemaakt wordt, benadrukt Lex Mulder de ruimte en creativiteit in het psychodrama. De uitspraak, "Ik ben me door psychodrama bewuster geworden van de dimensie van afstand", maakt hij zichtbaar door op te staan van de stoel tegenover ons en plaats te nemen in de stoel naast ons.

Psychodramatechnieken gebruikt hij verder ook in individuele begeleiding, echtparentherapie en management-trainingen. Psychodrama sec beoefent hij alleen nog in de opleidingsgroepen. "Ik ben gestopt met therapiegroepen; na 15 jaar constante therapiepraktijk werd het voor mij te veel inboeten van eigen vrijheid".

# INTERVIEW

In therapiegroepen is het noodzakelijk in het belang van cliënten ruim van te voren te regelen wanneer bijeenkomsten zijn en wanneer niet, legt hij uit.

In individuele sessies zegt hij meer en meer de "Voice Dialogue"-methode toe te passen: "Voor mij is dat een actieve methode, die het mogelijk maakt storende elementen uit te zuiveren, stem te geven aan subpersonen en die subpersoonlijkheid zonder storing uit te laten praten; deze manier van werken laat heel goed die warboel horen en iemand kan zo kennis nemen met de eigen subpersonen".

Als andere mogelijkheid noemt hij het monodrama, waarin hij als therapeut en soms als tegenspeler van de ene naar de andere stoel gaat. Lex geeft in dit verband de voorkeur aan de term "actieve methode of dramamethode" en verwijst naar de term "actietherapie" van Joop Krop, gastdocent in de psychodrama-opleiding van Lex Mulder.

Joop Krop oefent met de cursisten de actietherapie, een combinatie van Gestalt, Voice Dialogue, sculpting en psychodrama.

*"Wat denk jij over de opvattingen van Moreno? Volgens hem kon psychodrama de wereld redden, volgens jou?"*

Lex: "Moreno heeft altijd hoog opgegeven over zijn methode. Volgens mij kan geen enkele vorm vanuit de soft sector de wereld redden.

Wat hooguit kan, is een beetje helpen bij het oplossen van problemen door te analyseren en te beschrijven wat er gebeurt. De echte oplossingen voor de grote conflicten van onze tijd moeten van de politiek komen. De pogingen om met sociodrama iets te doen aan de rassenproblematiek in de V.S. hebben dat wel aangetoond, juist omdat er behalve emotionele kanten ook financiële en religieuze aspecten een rol spelen".

Op dat moment staat Lex op en begint een voorbeeld uit te spelen, hoe psychodramatechnieken in het klein wel kunnen bijdragen tot het oplossen van een conflict. "Het was tijdens een kampeervakantie, ongeveer tien jaar geleden; op het terrein kampeerden families met kleine kinderen. Een groep jongeren kwam laat en bouwde een luidruchtig feestje. Met vier vaders gingen we naar hen toe en daar stonden we tegenover acht homen van Denen en Zweden; op dat moment realiseerde ik me dat we lijnrecht tegenover elkaar stonden", verder pratend schuift Lex naar de andere kant van de ruimte, "ik probeerde tussen die mannen in te komen staan en een vriendelijk gesprek met een tot dan nog zwijgende leidersfiguur te beginnen, over hoe mooi hun land was enzovoort; de situatie werd langzaam wat relaxter; ik denk dat de verandering zat in een andere definitie van de situatie, in plaats van een tegen-situatie werd het een mee-situatie". Zittend voegt hij er sceptisch aan toe dat de wereld redden voor psychodrama veel te veel is, terwijl hij verwijst naar de anekdote van de lege stoel<sup>2</sup>.

*"Hoe kunnen geïnteresseerde lezers met jouw werkwijze kennismaken?"*

Lex Mulder vertelt dat zijn opleidingsgroepen niet voorafgegaan worden door een kennismakingsweekend. "Mensen die bij hem in opleiding willen komen moeten beslissen op basis van een



# INTERVIEW

voorgesprek met mij. Ik ben echt een éénmans-bedrijfje en heb niet zoveel behoefte om te groeien. Ik vind mezelf ook niet zo overtuigend op de korte baan; het werkt niet, als ik het gevoel heb dat ik kunstjes moet vertonen", licht hij toe. Hij kijkt positiever tegen aanvragen van bestaande groepen aan om samen een dag aan de slag te gaan.

de sharing volgt telkens een technische nabespreking.

Er zijn vaak meerdere opties om een psychodrama uit te werken. Iedereen heeft daarin zijn eigen accenten. "Ik ben er van overtuigd dat mijn manier niet de enig zaligmakende manier is", zegt hij over zijn eigen vorm van begeleiden.



Over zijn manier van opleiden vertelt Lex dat hij werkt met een co-director, een beetje naar het model Dean & Doreen, die hem opgeleid hebben. De co-director is het meest ervaren groepslid, een snel in te zetten dubbel, een verlengstuk van director en protagonist. "De co maakt het voor mij mogelijk om zelf de handen vrij te houden voor het regisseren", licht hij toe.

Er zijn twee opleidingsgroepen. De opleiding is gesplitst in een aantal fasen, waarin de cursisten zelf eerst drama's spelen onder zijn begeleiding en vervolgens zelf drama's begeleiden. Na

Wat ondanks die verschillen blijft is dat er altijd twee niveaus zijn te onderscheiden, volgens Lex Mulder. Het ene niveau is dat van de techniek, het wanneer en waarom, en het andere is: hoe je tegen de menselijke problematiek aankijkt.

Hij verduidelijkt zijn woorden aldus, "Bij de gewone neurotische stuf, en dan heb ik het nadrukkelijk niet over de zwaar traumatische ervaringen, bij de gewone gaat het niet zozeer om het feit dat de mensen problemen hebben, nee, dan gaat het veel meer om de vraag, hoe ze ermee omgaan. Het wordt dan belangrijk de problemen niet groter te maken, maar om

# INTERVIEW

een andere manier van er tegenaan kijken".

Als voorbeeld wordt een psychodrama theoretisch uitgediept over iemand die een barrière voelt om zich te uiten. De aanwijzing van de regisseur om een psychodrama te spelen, alsof die barrière er helemaal niet is door de protagonist aan te moedigen er langs te lopen, verschaft plotseling de helderheid van het nut van de belemmering.

Al filosoferend over de techniek komt Lex tot de constatering dat in de tijd zijn eigen aanpak verandert. Lex zegt daarover: "Het inspreken van de rollen door de protagonist laat ik steeds meer achterwege, zeker als in de groep tele aanwezig is; in de opleidingsgroep doe ik het meer, om de techniek duidelijk te maken. In de VS merkte ik dat het dubbelen als techniek bijna overboord gezet is".

Met pretlichtjes in zijn ogen voegt hij nog toe: "Ik hou van barokke drama's".

*"Wat is zijn mening over de mogelijkheden voor een vereniging voor psychodrama?"*

Lex: "Vooropgesteld dat ik geen verenigingsmens ben, denk ik dat een vereniging voor psychodrama de lol van spelen met elkaar en het enthousiasme voor het vak moet delen. Het zou een centrum van activiteiten moeten zijn. Verder vind ik het volstrekt oninteressant om aandacht te besteden aan de vraag, wie zijn de echte en wie de onechte. Een vereniging moet zich niet verliezen in bureaucratische toestanden".

Lex waarschuwt voor de fouten van de eerdere vereniging: "Een nieuwe club zou zich niet als zijn voorganger moeten richten op het model "beroepsvereniging", die zich net als de andere psychologieverenigingen richt op

bescherming van de eigen groep en de status van de beoefenaar".

Hij behoudt enige reserve over een eigen meedoen aan een vereniging, maar zegt wel geïnteresseerd te zijn en met belangstelling uit te kijken naar het volgende bulletin en naar een folder over de vereniging.

## *Tenslotte*

We praten nog wat na, een interview van meer dan twee uur, waar de beweeglijke Lex Mulder graag, veel en vlug vertelt, af en toe informeert hij of hij bij te houden is.

De rollen zijn tijdens het gesprek veranderd; er zitten drie mensen bij elkaar die op zijn minst één ding gemeen hebben: plezier in psychodrama. Het interview is een ontmoeting geworden.

Marianne Mostert  
Gerard Beentjes

## Noot 1:

"Oefeningenboek voor groepen" is geschreven door Lex Mulder in samenwerking met W. Voors en bevat 150 oefeningen. Het is uitgegeven door Bohn, Stafleu en Van Loghum in 1989: ISBN 90-140-39506.

## Noot 2:

Moreno, grondlegger van het psychodrama, en Perls, grondlegger van de Gestalttherapie, betwisten elkaar de ontdekking van het gebruik van de lege stoel als therapeutisch middel. Moreno heeft Perls uiteindelijk publiekelijk gedwongen te verklaren dat Moreno dit fenomeen als eerste had gebruikt.