



Hoog tijd om te helpen

'I know, you never intended to be in this world.

But you're in it all the same.

So why not get started immediately.

I mean belonging to it.'

Mary Oliver,

The fourth sign of the zodiac.

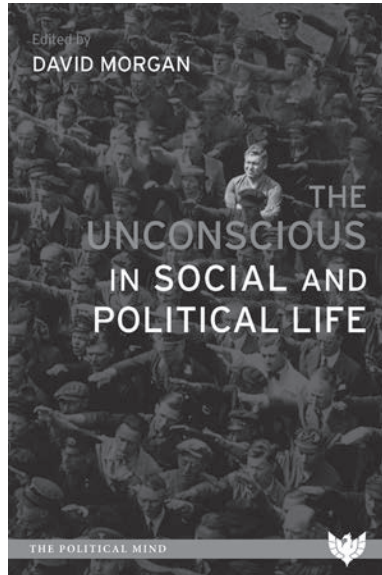
The unconscious in social and political life

David Morgan(Ed.)

2019, Phoenix Publishing House Ltd

€ 38,99

Door **Monique Leferink op Reinink**



Twee dagen voor ik met het schrijven van dit stuk begon, vond de moord plaats op strafrechtadvocaat Derk Wiersum. Ministers, burgemeesters, politici, advocaten en vele anderen spreken van een aanslag op de Nederlandse rechtsstaat. 'Ook wie gewoon zijn werk doet, is niet veilig.' De brute liquidatie heeft de onuitgesproken (groeps)normen van onze rechtsstaat overschreden.

Onze sociale relaties strekken zich steeds verder uit in tijd en ruimte. Globalisering leidt tot veel onzekerheid, waarbij de werke-

lijkheid steeds meer lijkt te bestaan uit een reeks van mogelijkheden, terwijl bestaande structuren afbrokkelen.

Angst voor een vijandige ander, individu of groepering, krijgt ons steeds meer in zijn greep. Deze angst is diep geworteld. Het idee van de vijand die het voornemen heeft onze samenleving te vernietigen, ligt diep in onze voorgeschiedenis verankerd. Romeinse legioenen trokken al door heel Europa, Spanje en Portugal stredden tegen het islamitische kalifaat en de Eerste en Tweede Wereldoorlog liggen nog vers in ons geheugen. Met de aanslagen op de Twin Towers op 11 september 2001, stortte het voorheen onwankelbare geloof in de onaantastbare VS in, waarna het geloof in een veilig Europa al snel volgde. Veiligheid en controle werden dominante thema's in de politiek en het maatschappelijk debat.

Tegelijkertijd is er sprake van een ander, letterlijk onzichtbaar gevaar. Na de kernramp in Tsjernobyl in 1986 waren stralingsniveaus in de omgeving en daarbuiten immers niet met het blote oog te zien, alleen meetbaar. Veel van de huidige technologische ontwikkelingen zijn bovendien een amalgaam van realiteit en fictie, de gebruiksmogelijkheden onzichtbaar en onvoorspelbaar, denk aan datamanipulatie, fakefoto's en fakevideo's. Toen onlangs het boek *The unconscious in social and political life* verscheen, leek dat me een goede gelegenheid me te verdiepen in de onderliggende dynamiek van tal van sociaalmaatschappelijke verschijnselen. Het boek is samengesteld door David Morgan. Morgan is als psychoanalyticus verbonden aan The British Psychoanalytical Society en werkt daarnaast als consultant. Het boek bevat veertien uiteenlopende hoofdstukken. Een paar aansprekende titels van hoofd-

stukken zijn: *Where have all the adults gone?* (Philip Stokoe), *Understanding right wing populism* (Michael Rustin), *Neoliberalism is bad for your mental health* (David Bell) en *A psychopolitics of the slacker* (Josh Cohen). Het nu volgende is een verslag van een poging tot integratie van een aantal belangrijke denkbeelden die in verschillende hoofdstukken in het boek naar voren komen.

Splitsing

Na de aanslag op de Twin Towers (2001) en het uitbreken van de financiële crisis (2007/2008), verdween steeds meer het vertrouwen in de bestaande maatschappelijke structuren (Rustin). De onderliggende angst niet te overleven bij het instorten van de financiële markt, terroristische aanslagen, catastrofes in de natuur en een toenemende stroom migranten, Freuds 'vernietigingsangst', uit zich in maatschappelijk regressieve verschijnselen als projectie en splitsing (Stokoe). Angst wordt angst voor de gehate ander. Onbewust projecteren we gevoelens van onvrede en woede op de ander, hetgeen leidt tot racisme en seksisme. Dit wordt bovendien gevoed door een gevoel van verlies en onrechtvaardigheid. Populistische leiders spelen handig in op dit gevoel. Ook de populariteit van zogenoemde zombiefilms en -games waarin mensen worden overweldigd door een invasie van zombies, een zwerm angstaanjagende onbekenden of wederopgestane doden, voedt deze existentiële angst. Deze 'zombie apocalyps' valt samen met de principes van extreem conservatisme (zelfvoorzienend, individualistisch, isolationistisch). Het regressieve fenomeen splitsing komt sociaal maatschappelijk tot uiting in een

idealiseren/ devalueren: het idealiseren van de eigen staat of de eigen oplossing voor een probleem, en het devalueren van hetgeen hier niet mee overeenstemt. Volgens Stokoe wordt de *post free market state of mind* onder meer gekenschetst door:

- overlevingsangst;
- het streven naar een ideaal;
- het vergaren van zoveel mogelijk geld;
- de dominantie van Freuds *pleasure principle*;
- het vermijden van alles wat onaangenaam is;
- het niet kunnen verdragen van onzekerheid;
- een veelvuldig devalueren en verwijten;
- het zoeken naar onnipotente oplossingen.

Gevoelens van ofwel totale liefde ofwel totale haat worden toonaangevend, ruimte voor nuance is er steeds minder en denken in polariteiten vindt steeds meer zijn weg in het maatschappelijk debat. Het opkomende fundamentalisme is een dergelijke vorm van idealisme, waarin wordt gezocht naar totalitaire oplossingen voor complexe problemen. De brexit kan worden beschouwd als een andere, eveneens regressieve oplossing: een verlangen naar de goede oude koloniale tijd, een willen terugkeren naar een oude droom van macht en welvaart.

Gevreesde afhankelijkheid en kwetsbaarheid worden afgeweerd en geprojecteerd op migranten en vluchtelingen. Agressief gedrag wordt getolereerd en bewonderd, denk aan het vaak schofferende gedrag van Trump en Johnson. Liefde, compassie, zorg, het is voor een *nanny state* (Stokoe), niet voor veroveraars.

De mythe van het autonome individu, centraal in het neoliberale gedachtegoed, zorgt ervoor dat zij die het maatschappelijk niet redden worden gezien als mensen die

tekort schieten, niet de staat. Arm zijn en het verwijt krijgen arm te zijn, het is een dubbele hak die trapt.

De suprematie van het neoliberalisme en de marktwerking zorgt tegelijkertijd voor jaloezie en competitie in een wereld vol *resources* waarvan we als individu onbegrensd gebruik kunnen maken, mits gericht op onze vooruitgang (Bell). De vrije-markteconomie kent daarnaast een welhaast stalinistische controle. Er is een voortdurend monitoren van productie en uitvoering.

Zo kreeg ik, nadat ik pas één dag les had gegeven aan de GZ-opleiding van een van de RINO's, een week later al een door de studenten ingevulde beoordeling op tal van aspecten van mijn docentschap. Het gaf me het gevoel op die terreinen die als wat minder waren beoordeeld, de volgende keer wel beter te moeten presteren. Dit geeft een constante innerlijke druk, voedt competitie en de illusie van perfectie.

Narcistisch geproccupeerd

In het boek wordt ook beschreven hoe iedereen er in dit tijdperk van het autonome individu inmiddels naar streeft de beste versie van zichzelf te worden: onafhankelijk, flexibel, in staat risico's te nemen, optimaal te presteren en last but not least jezelf als 'merk' in de markt te zetten. De *personal branding* van de carrièretijger. Stappenplannen hiervoor zijn alom aanwezig op internet. Wij worden onze persoonlijke manager en gericht op enerzijds competitie en anderzijds het willen verwerven van persoonlijk geluk of andere begeerlijke kwaliteiten. Onze cultuur is vooral narcistisch geproccupeerd en gericht op het zoveel mogelijk kenbaar maken van onze individuele voor-

keuren en opvattingen, dit wordt steeds meer de essentie van ons zelfbeeld (Cohen). Bijzonder willen zijn of de uitzondering willen zijn, met de daarbij behorende drie narcistische uitgangspunten: ik ben een geïdealiseerde versie van mezelf; ik mag doen wat ik wil; ik vermijd innerlijk lastig te verdragen gevoelens zoals schuldgevoel, leiden tot misbruik van anderen en de natuur (Weintrobe). Weintrobe beschrijft dat de genoemde overtuigingen zorgen voor gedachten als 'natuurlijk ben ik bijzonder. En ik mag doen wat ik wil. Waarom? Omdat ik mij ben. Er is geen andere reden nodig.' De neoliberale cultuur vertelt ons dagelijks dat we bijzonder zijn, dat we kunnen bereiken wat we willen en dat het niet nodig is je schuldig te voelen. En dit terwijl schuldgevoel en schaamte juist waardevolle gevoelens zijn omdat ze iemand kunnen aanzetten de door het eigen spreken of de eigen handelingen aangerichte schade indien mogelijk, te herstellen.

De neoliberale cultuur biedt *collusive dealing*: hul je in je eigengemaakte psychische luchtbel los van de realiteit en je kunt schuld- en schaamtevrij winkelen en blijven vliegen. Dagelijks wensen we elkaar 'een fijne dag'. Ook daarmee sluiten we alle mogelijke pijnlijke gevoelens buiten. Daarbij raken sociale verbondenheid, acceptatie van leed als iets dat nu eenmaal onlosmakelijk is verbonden met dit leven en het ontwikkelen van innerlijke kracht steeds meer op de achtergrond (Bell).

In de neoliberale productiemaatschappij is het verdienen van zoveel mogelijk geld het ultieme doel, waarbij geld de illusie van veiligheid lijkt te moeten verschaffen, een gevoel van veiligheid dat het natuurlijk nooit kan bieden. De neoliberale vrije markt

maakt de fout vrijheid gelijk te stellen aan de vrijheid geld tot je beschikking te hebben. Wanneer iemand niet mee kan doen, zoals armen, daklozen, vroegtijdige schoolverlaters, mensen met lichamelijke en/of psychische kwetsuren et cetera, dan is er met hén iets mis.

De tijd is rijp voor de NVGP om kennis, nuance en diepte aan te gaan brengen in het sociaalmaatschappelijk debat

In de VS blijkt 0,01% van de bevolking net zoveel te verdienen als de 90% daaronder, in het VK is dit 0,1% (Stokoe).

Samenvattend: een gevoel van diep gewortelde angst en onveiligheid in een neoliberale kapitalistische samenleving leidt tot regressie, waardoor deze angst wordt geprojecteerd op de 'vreemde' ander, het verdragen van onzekerheid en verschil wordt vervangen door een wens tot almacht en de terugkeer naar oude vertrouwde structuren, competitie tussen 'autonome' individuen wordt aangemoedigd en de verliezers worden beschouwd als producten van hun eigen falen.

Wat te doen?

Een verontrustend actueel beeld, maar hoe het tij te keren? Ook daar wordt in het boek gelukkig aandacht aan besteed.

Wat naar voren komt is het belang van het

(gaan) waarderen en meer centraal stellen van onderlinge relaties (Stokoe). Het verminderen van narcistische gerichtheid op onszelf en het stimuleren van oprechte betrokkenheid en belangstelling voor de ander zijn tezamen een sine qua non om een dergelijke verandering in gang te zetten. Ik denk zelf ook aan het belang van compassie en de recente zo waardevolle op compassie gerichte hulpverlening (Silvia Pol, 2017). Want ook de ggz lijkt steeds verder af te kalven onder de stringente productie-eisen en het verlangen naar kort en korter waar het de behandelingen betreft. Ook hierover is in dit boek veel meer te lezen.

Wat verrassenderwijs ook wordt genoemd is het stimuleren van nieuwsgierigheid (Bions K-factor: een houding van volledige, onbevooroordeelde en belangeloze aandacht) en het verlangen naar verdieping van kennis. Stokoe stimuleert ons verder te kijken en te denken dan de (steeds breder wordende) oppervlakte. Anderen wijzen op het belang van het zien van een situatie in zijn historische context (Bell; Kennedy). Wanneer we met een historische blik kijken, zien we bovendien dat een begrip als (nationale) identiteit niet vaststaat, maar voortdurend wordt gevormd onder invloed van tal van gebeurtenissen. Immigranten kunnen bij het verder vormen van een nationale identiteit een creatieve kracht zijn en een katalysator voor verandering (Kennedy).

Waar het volgens mij ook om gaat is de vraag hoe we stap voor stap, op zowel kleine als grote schaal, weer onderling vertrouwen kunnen creëren, zodat de angst en controle weer kunnen worden losgelaten. Leren onzekerheid te verdragen en ons meer los te maken van momentane gedachten en emoties kunnen een bijdrage leveren aan

een helderder kijk en betere relaties. Kunnen we helder blijven denken en in gesprek blijven met elkaar, juist als we verschillen?

Medeverantwoordelijk

Greta Thunberg zat in augustus 2019 als 15-jarige in haar eentje ergens buiten op straat met een pamflet. Nu, een jaar later, zijn er wereldwijde demonstraties en groeit de klimaatbeweging van dag tot dag. Hoop en vertrouwen hebben daden nodig om vleugels te krijgen.

Hoe kunnen wij als groepspsychotherapeuten een bijdrage leveren? Naar mijn mening zijn wij medeverantwoordelijk voor het geven van inzicht in processen die zich afspelen en kunnen voordoen in groepen en voor de vraag hoe hier op een constructieve manier mee kan worden omgegaan. De tijd is rijp om als NVGP naar buiten te treden, door het schrijven van artikelen en geven van lezingen en workshops die de noodzakelijke kennis, nuance en diepte brengen in het sociaal-maatschappelijk debat. Waarom doen in ons land vooral filosofen dat? Dat er behoefte is aan meer dieptepsychologische kennis is, bleek wel uit de grote waardering voor de uitzending van de laatste *Zomergasten* in 2018 met Esther Perel, die bevlogen en deskundig sprak over haar vak.

Literatuur

.....
Pol, S. (2017). De kracht van zelfcompassie. *Groepen, tijdschrift voor groepsdynamica & groepspsychotherapie*, (12)3, 44-50.
.....