

de **persoonlijkheid** van

**uitstellers**

**opscheppers**

**perfectionisten**

**hebberds**

**ijdeltuigen**

**dwarsliggers**

**struisvogels**

**tobbers**

**doorzetters**

**zondagskinderen**

**Rita Kohnstamm**



de **persoonlijkheid**  
van

**uitstellers  
opscheppers  
perfectionisten  
hebberds  
ijdeluiten  
dwarsliggers  
struisvogels  
tobbers  
doorzetters  
zondagskinderen**

**Rita Kohnstamm**

**e-boek**

**gratis te downloaden**

**© Rita Kohnstamm**

Karakterimpressies	7
De uitsteller	9
De opschepper	17
De perfectionist	25
De hebberd	33
De ijdeltuit	41
De dwarsligger	51
De struisvogel	59
De tobber	67
De doorzetter	77
Het zondagskind	87



## ***Karakterimpressies***

*‘Ne remets pas à demain ce que tu peux faire aujourd’hui.’*

Het eerste Franse spreekwoord dat ik op de lagere school leerde. Ik was zeer onder de indruk en declameerde het op gedragen toon de godganse dag. Tot gekwordens toe van de andere gezinsleden. Tot zelfs mijn zachtaardige moeder mij streng het zwijgen oplegde.

Misschien komt het daardoor dat ik later zo gefascineerd werd door notoire uitstellers die mijn pad kruisten. Op een gegeven moment ging ik de patronen zien in de voor hen zo kenmerkende motieven en maakte ik daar een schetsje van voor *Psychologie Magazine*.

**Wat als eenmalig artikel** was bedoeld, groeide uit tot een korte serie, want ook andere mensentypes dienden zich aan. De steekwoorden waarmee we elkaar kort maar krachtig karakteriseren. De ijdelruit, de dwarsligger, de struisvogel. Op

het zondagskind na eigenlijk allemaal wat negatief bedoeld. Het zijn kleine karakterimpressies geworden, die niet veel meer pretentie hebben dan een aanzet te geven tot begrip. Er bestaan geen sluitende verklaringen voor hoe iemand is geworden tot wie hij of zij is. Het complexe dradenspel van oorzaken laat bonte weefsels aan gevolgen achter.

Wat aan het eind van de beschrijving van de uitsteller staat, geldt voor iedere kenmerkende persoonlijkheid: die is nooit terug te voeren op één oorzaak, maar zal altijd berusten op een combinatie van factoren die ieder voor zich niet eens zo belangrijk hoeven te zijn.

Rita Kohnstamm, Amsterdam oktober 2011



## *De uitsteller*

Enig vooruitgeschuif van tijd tot tijd is niemand vreemd. Je hebt bij het afscheid van de burens beloofd hen in hun nieuwe huis te komen opzoeken. Maar het is ver en zo aardig vond je ze nu ook weer niet. Dus schrijf je op de kerstkaart: 'Dit jaar kwam het er niet van, maar in het nieuwe jaar komen we heus'. Daarmee heb je voorlopig ten minste twaalf maanden uitstel geclaimd en de kans is groot dat op de volgende kerstkaart ongeveer hetzelfde komt te staan. Veel nieuwjaarsgroeten danken waarschijnlijk hun bestaan aan eeuwig uitgesteld bezoek.

Al is af en toe iedereen ook wel weer een flinke doorbijter, die per omgaande de vervelende brief beantwoordt of onmiddellijk het kapot gewaaide zolderraam repareert om er verder niet aan te hoeven denken.

Het is ook niet zo gek dat veel mensen het invullen van hun belastingbiljet zo lang mogelijk laten liggen en als het kan uitstel van betaling vragen.

Interessant wordt het pas als het uitstellen structureel zit verweven in iemands gedragsrepertoire, voorspelbaar is en soms ten nadele van zichzelf wordt volgehouden. Waarom stellen vrouwen het krijgen van hun kind bewust uit tot ver in de dertig, terwijl ze weten dat de kans op een eerste zwangerschap dan kleiner en die op complicaties groter is? Waarom wacht een student met het schrijven van een scriptie tot hij bijna klaar is met zijn studie, zodat hij later afstudeert dan het plan was, terwijl hem toch van alle kanten is aangeraden er de laatste twee jaar regelmatig aan te werken?

**Onder de groep** notoire uitstellers bevinden zich uiteraard in de eerste plaats de luien en gemakzuchtige. Als je dingen maar lang genoeg laat liggen zijn ze op den duur vaak ook niet meer nodig of zelfs onmogelijk om te doen. De verjaardag is voorbij, dus een felicitatie sturen hoeft niet meer. De oude tante is overleden, dus bij haar op ziekenbezoek gaan kan niet meer.

Nog belangrijker is dat luie uitstellers er min of meer op kunnen rekenen dat anderen als het nodig is na verloop van tijd ingrijpen en voor hen doen wat gedaan moet worden. Het zijn dan ook weinig gewaardeerde collega's. 'Als je maar lang genoeg wacht lossen problemen zich vanzelf op', zegt degene wiens bureau bezaaid ligt met ongelezen rapporten, onbeantwoorde mailnotities en ongeopende brieven. Hij is zeer tevreden met zijn eigen strategie die hem veel vervelend werk bespaart en hij doet alsof hij niet merkt dat medewerkers zich uiteindelijk verplicht voelen een reactie te schrijven

op de rapporten, de mails namens hem te beantwoorden en hem te verontschuldigen tegenover boze briefschrijvers. Als het tegelijkertijd toch wel een aardige mens is, die als *bon vivant* anderen makkelijk voor zich inneemt kan zo'n werkverdeling jarenlang blijven bestaan. Collega's klagen niet, maar accepteren dat 'Klaas nu eenmaal zo in elkaar zit'.

**Voor sommige uitstellers** is de belangrijkste bron van hun gedrag een gebrek aan inzicht in tijd. Zij hebben het idee dat er nog een zee van tijd voor hen ligt en dat het dus nog niet nodig is nu al in actie te komen. Zij zijn zowel slecht in het inschatten van wat een mens in een uur of een dag kan doen als van de hoeveelheid tijd die een bepaalde taak vergt. Dat geeft de manier waarop ze te werk gaan iets chaotisch. De plannen die zij maken zijn dan ook vaak niet realistisch. 'Dat hoeft nu niet, dat kan ik in het weekend wel doen.' Het resultaat is dat lang niet alles af komt, wat hen mismoedig maakt en de neiging tot verder vooruitschuiven versterkt: 'Klaar komt het toch niet, dus laat maar zitten.'

Berucht zijn hun voornemens voor de dagen tussen Kerstmis en Nieuwjaar. Wat er dan niet allemaal zal gebeuren! De uitstellers zelf zijn er heilig van overtuigd dat het allemaal voor elkaar zal komen, maar collega's of gezinsleden weten wel beter: het is veel te veel voor het tijdsbestek dat ervoor is uitgetrokken.

Vaak zijn het dezelfde mensen die wel oog hebben voor het eindresultaat van wat ze moeten doen, maar niet voor alle tussenstappen die daarvoor nodig zijn. Ook dat bemoeilijkt

een haalbare planning.

Dit type uitsteller kan dan ook veel baat hebben bij cursussen in tijdmanagement, waarin ze aan de hand van opdrachten enerzijds leren taken op te delen in deeltaken en waar anderzijds hun zicht op de tijd die ze voor diverse activiteiten moeten uittrekken wordt verbeterd. Ook huiswerk cursussen zijn meestal op dit principe gebaseerd.

**In de psychologie** wordt uitstellen echter meestal verklaard met behulp van het begrip faalangst, hetzij met de positieve, hetzij met de negatieve variant daarvan. Bang zijn te falen op een taak die eropaan komt is een algemeen menselijke eigenschap. Je wilt succes behalen en mislukking vermijden. Maar mensen verschillen in de manier waarop die faalangst hun doen, laten en prestaties beïnvloedt.

Wie positieve faalangst heeft lijkt de spanning van nu-komt-het-er-op-aan-of-anders-hoeft-het-niet-meer nodig te hebben om tot een optimale prestatie te komen. Dat laatste-kans-gevoel levert een extra stimulans en het streven naar succes wordt er alleen maar sterker door. Het niet mogen falen zet hen op scherp. Zolang het nog niet echt nodig is om een bepaalde prestatie te leveren, kunnen zij de vereiste energie en concentratie niet opbrengen. En inderdaad komen de geestigste Sinterklaasgedichten en -surprises vaak in de namiddag van vijf december tot stand.

Het prototype is de tegen de deadline aan werkende journalist, die zijn mooiste verhalen schrijft in de nacht voor de persen gaan draaien. Het heeft voor hem totaal geen zin om

eerder en geleidelijk aan een artikel te werken, want dan wordt het een slappe tekst. Het is een wat romantisch en heroïsch ideaalbeeld waaraan anderen – en niet alleen journalisten – zich graag spiegelen. Het maken van een ontwerp, een stageverslag, een begroting of wat dan ook wordt uitgesteld onder het motto dat dat nu eenmaal het beste resultaat oplevert. ‘Ik heb die spanning nodig’. Maar je moet daarmee oppassen, want het gaat hier om een manier van functioneren die in hoge mate een kwestie van aanleg is. Het heeft te maken met de manier waarop het neurologische systeem zijn werk doet en pas als het echt spannend wordt de nodige adrenaline laat stromen. Wie niet zo is aangelegd kan maar beter wat eerder beginnen.

**Bij mensen met** een negatieve faalangst is de dreiging te mislukken zo groot dat zij worden geblokkeerd en hun prestaties zo nadelig worden beïnvloed dat hun bange vermoedens inderdaad uitkomen en zij geen succes hebben. Dat kan bij sommigen leiden tot een bijna pathologische neiging tot uitstel. Dat zijn degenen die tegelijkertijd hoge eisen aan zichzelf stellen en wier gevoel van zelfvertrouwen en eigenwaarde sterk afhankelijk zijn van bepaalde prestaties. Niet zelden gaat het om hoge verwachtingen die anderen – met name de ouders – van hen hebben gehad en die zij zich eigen hebben gemaakt. Uitstel uit angst te mislukken en in eigen en andermans ogen onder de maat te blijven. Interessant is dat uitstel de kans verhoogt dat iemand factoren buiten zichzelf de schuld kan geven voor het feit dat zijn

prestatie uiteindelijk niet is geworden wat je ervan had kunnen verwachten. Tijdnood heeft hen volgens eigen zeggen parten gespeeld en dat is een hele geruststelling. Zo kun je de illusie in stand houden dat je wel degelijk tot iets briljants in staat bent, maar dat omstandigheden je hebben verhinderd je capaciteiten tot gelding te brengen.

De zoon van een beroemde strafpleiter is van jongs afaan voorbestemd om zijn vader op te volgen. Niemand heeft ooit anders verwacht, de zoon zelf ook niet, noch de advocaten op het kantoor waar hij komt te werken. En de eerste tijd is men ook enthousiast, voor een beginneling levert hij uitstekend werk. Maar als hij beginneling-af is begint het grote uitstel bij het schrijven van pleitnota's. Misschien is de zoon alleen maar bang dat hij niet zo briljant is als zijn vader, misschien is hij ook werkelijk diens mindere. Feit is dat hij door het werken op het laatste moment, altijd een verontschuldiging kan vinden dat zijn prestatie niet optimaal is. Het is niet helemaal geworden zoals ik in m'n hoofd had, maar de computer liet het afweten, het dossier dat ik nodig had was onvindbaar, ik voelde me grieperig, de deskundige die ik nog even had willen bellen bleek met vakantie te zijn enzovoort. Allemaal omstandigheden waar je veel minder hinder van hebt als je nog speling hebt qua tijd.

**Kenmerkend voor** bovenstaande voorbeelden is dat ze betrekking hebben op het voor zich uitschuiven van activiteiten waar je tegenop ziet. Ze geven geen verklaring voor het feit dat sommige mensen ook dingen uitstellen waar ze

plezier aan beleven. Er is een film die ze graag willen zien, maar tegen de tijd dat ze daar aan toekomen is hij uit de roulatie. Ze zien een jurk in de etalage die precies is waar ze al een tijd naar zoeken, maar in plaats van naar binnen te gaan denken ze: 'Kan morgen wel'. Maar als ze de volgende dag komen is hij verkocht.

Een mogelijke verklaring voor zulk gedrag wordt geleverd door het verschijnsel 'veldafhankelijkheid', oorspronkelijk een begrip uit de waarnemingspsychologie. Daar betekent het dat mensen verschillen in het gemak waarmee ze zich los kunnen maken van figuren die ze zien en in gedachten van positie kunnen laten veranderen, of bij dubbelfiguren kunnen wisselen van de in het oog springende naar de verborgen figuur. Wie veldafhankelijk is heeft bijvoorbeeld ook moeite zich vooraf voor te stellen hoe een bepaalde verbouwing hun huis zal veranderen of hoe de kamer er door een andere inrichting uit zou gaan zien. Schoolvoorbeeld dat vaak wordt gegeven is dat zij zich in de zomer niet kunnen voorstellen hoe de bomen in hun straat er in de winter uit zullen zien. Theoretisch weten ze wel dat die dan kaal zullen zijn, maar daar een helder beeld van voor ogen krijgen lukt niet.

Een dergelijke veldafhankelijkheid kan zich ook doorzetten in hun cognitieve stijl, de manier waarop zij informatie verwerken. Het komt er dan op neer dat zij geneigd zijn af te gaan op de informatie zoals die zich op een bepaald moment voordoet en er uit zichzelf niet toe komen zich voor te stellen wat daarin nog allemaal kan veranderen. De film die nu draait, draait door. De jurk die er nu hangt, hangt er morgen

ook nog. Als het vandaag sneeuwt, sneeuwt het morgen natuurlijk ook, dus gaan we niet nu maar morgen wandelen, want als het nu niet dooit, dooit het morgen ook niet.

**Het gedrag van uitstellers** is waarschijnlijk nooit terug te voeren op één enkele oorzaak, maar zal altijd wel op een combinatie van factoren berusten, die ieder voor zich beschouwd niet eens zo belangrijk hoeven te zijn. Zo kunnen enige negatieve faalangst, een klein gebrek aan tijdsinzicht en een beetje veldafhankelijkheid samen leiden tot een sterke neiging tot morgen te laten liggen wat eigenlijk beter vandaag zou kunnen gebeuren.



## *De opschepper*

Hij roept wel irritatie op, maar over het algemeen toch wat minder agressie dan mensen met andere onaangename trekjes. En dat komt misschien doordat wat hij doet of zegt allemaal zo doorzichtig is. Onbegrijpelijk dat een opschepper eigenlijk zelf niet beseft dat anderen hem meestal met flinke korrels zout nemen.

Of hij nu het type is van de sterke verhalen of meer iemand die opzichtig paradeert met zijn bezit – fantasie of feit – het wordt door de omgeving makkelijk doorgeprikt. Al laat je hem ook wel eens in de waan dat hij indruk maakt. Een kenmerkende verzuchting ten aanzien van opscheppers is: ‘Ach, hij moet nu eenmaal zo nodig!’

En waarom moet hij dan zo nodig? Dat weet men ook wel te verklaren. Zo duidelijk als wat, het komt allemaal door een minderwaardigheidscomplex, dat gecompenseerd moet worden. Hij stelt in feite niet veel voor en probeert dat gevoel van de mindere te zijn te overschreeuwen.

Het is overigens niet eerlijk om louter de manlijke vorm te gebruiken. Vrouwen kunnen er ook wat van. Een HR manager: 'Daar op die afdeling zitten vijf secretaresses en die ene ligt er eigenlijk een beetje uit. En ik begrijp dat wel, want het is een opschepperig type. En die anderen zeggen wel: "we laten d'r gewoon maar praten", maar echt vriendschappelijk collegiaal kunnen ze niet zijn. Dan heeft ze bijvoorbeeld in de vakantie in Milaan een jurk gekocht en dan zeiden ze in die winkel: "Oh mevrouw, u bent precies het fotomodel dat onze ontwerper zoekt. Moet u echt weer naar huis?" Of op een feestje heeft Jeroen Krabbé alleen met háár gepraat. En niemand kan zo goed paté maken als zij, want ze heeft het geheime recept van een Franse chefkok gekregen. Dat soort dingen maakt die andere meiden natuurlijk pissig. Ik heb wel eens geprobeerd er voorzichtig met haar over te praten, maar ik wil niet te veel zeggen, want ik ben geen psycholoog, en ze heeft natuurlijk een gigantisch minderwaardigheidscomplex. Anders heb je zulke verhalen niet nodig.'

**Ooit was er een tijd** dat het woord niet bestond. Dat was vóórdat de Weense arts Alfred Adler het in het begin van de vorige eeuw tot een van de pijlers van zijn persoonlijkheidspsychologie maakte. Tegenwoordig denkt men wel dat sommige mensen in de loop van hun leven een minderwaardigheidscomplex oplopen, maar Adler zag het verschijnsel breder. Zo'n 'complex' is volgens hem gebaseerd op minderwaardigheidsgevoelens en die zijn niet voorbehouden aan sommige mensen, maar zijn aan alle mensen

van nature eigen. Ze worden niet opgelopen, maar ze zijn aangeboren. *'Alle Kinder haben ein von der Natur mitgegebenes Gefühl von Minderwertigkeit'*, schreef hij in 1930.

Dat gevoel is er volgens Adler, omdat het een menselijk kenmerk bij uitstek is dat hij zich bewust is van zijn positie in het leven en van de daarbij horende gevoelens en strevingen. Deze opvatting was één van de belangrijkste oorzaken van Adlers breuk met Freud, voor wie de essentiële persoonlijkheidsvormende processen zich immers in het onbewuste afspelen. Zo niet bij Adler.

Zodra bij kinderen prille tekenen van zelfbewustzijn zijn te zien, is er ook het eerste besef van minderwaardigheid ten opzichte van de hen omringende volwassenen en oudere broertjes en zusjes. Het is een natuurlijk gegeven waar een kind niet omheen kan. Al die anderen zijn groter, sterker en kunnen meer dan hij of zij zelf. En kinderen beseffen bovendien dat ze ook nog eens afhankelijk zijn van hun verzorging en hulp. Dat is de uitgangspunten waarin ieder mens begint. En hij wéét het.

**Maar het is niet** het enige persoonlijkheidsvormende gegeven dat is aangeboren. Er zijn er volgens Adler nog twee. Het ene is dat een mens bewust is gericht op beheersing van levensomstandigheden, als tegenpool van het minderwaardigheidsgevoel. Dat is een sturende, compenserende kracht in het gevecht tegen dat minderwaardigheidsgevoel en daarmee de bron van ontwikkeling. *'Die... zu Bemuhungen ansport, das psychisch verankerte Minderwertigkeitsgefühl*

*durch Verbesserung seiner Situation aufzuheben.* Compensatie als zodanig heeft dus niets negatiefs en is zelfs een natuurlijk, evenwicht zoekend groeiproces.

Het andere gegeven is dat een mens van nature een sociaal wezen is, dat zich wil verbinden met anderen, uit is op samenwerking en het eigenbelang soms onzelfzuchtig terzijde kan schuiven. Het is binnen deze sociale setting dat ieder individu het evenwicht moet zien te vinden tussen minderwaardigheid en compenserende beheersing. En dat levert voor iedereen een vrijwel unieke levensstijl op.

Adler gebruikte in dat verband het begrip *creative self* – hij was inmiddels vanwege het nationaalsocialisme naar Amerika gevlucht – als centrum van ieders persoonlijkheid. Een mens is een individu dat beschikt over zelfkennis en weet heeft van zijn strevingen. Daardoor kan hij in vol bewustzijn zijn handelen sturen. Idealen, inzet en prestaties zijn te zien als normale compensaties voor de oorspronkelijk gevoelde minderwaardigheid en machteloosheid.

Een mooi voorbeeld van zo'n compensatie vond Adler in zijn onderzoekje onder artsen: hij vroeg hun naar hun eerste kinderherinneringen en voor de overgrote meerderheid bleken die te maken te hebben met ziekte of dood.

**Wanneer loopt een individu** nu de kans dat normale minderwaardigheidsgevoelens leiden tot een minderwaardigheidscomplex? Dat gebeurt als het natuurlijke evenwicht tussen minderwaardigheid en beheersing – dat je meerwaardigheid zou kunnen noemen – niet voldoende door compen-

satie kan worden gevonden. Er is óvercompensatie nodig. Het is in dit verband interessant dat Adler het begrip 'compensatie' ontleende aan de fysiologie in het algemeen en aan de werking van diverse organen in het bijzonder. In zijn *Studie über Minderwertigkeit von Organen* uit 1907 beschrijft hij het verschijnsel dat als een bepaald orgaan niet volwaardig tot ontwikkeling is gekomen of gebrekkig functioneert, een ander orgaan de functie soms geheel of gedeeltelijk kan overnemen. Maar deze compenserende taak kan voor dat andere orgaan ook wel eens overbelasting betekenen, waardoor het op den duur zelf ziek wordt. Zo zouden veel nierziekten het gevolg zijn van een minderwaardigheid van de urinewegen, die door de nieren moest worden opgevangen (gecompenseerd).

Aanvankelijk veronderstelde Adler dat ook psychische ziekten het gevolg konden zijn van minderwaardige organen en het zenuwstelsel te veel moest compenseren en daardoor overbelast raakte. Maar al snel betrok hij het compensatieproces op psychische verschijnselen als zodanig: als de minderwaardigheidsgevoelens door omstandigheden in het begin van het leven onevenredig groot zijn, barst ook het beheersingsstreven al compenserend uit zijn voegen.

Bovendien creëren die oorspronkelijke gevoelens ook weer nieuwe en zo ontstaat een complex van samenhangende en elkaar in leven houdende minderwaardigheidsgevoelens.

**Adler onderscheidde** drie groepen oorzaken waardoor de natuurlijk minderwaardigheid van kinderen extra wordt

verhoogd. Door een lichamelijke handicap, door de plaats binnen het gezin, en door de maatschappelijke positie van het gezin. Maar zo'n uitgangspositie betekent overigens niet dat dit onherroepelijk leidt tot een complex van minderwaardigheidsgevoelens.

In de eerste plaats niet doordat een mens zijn levenssituatie niet objectief waarneemt, maar subjectief interpreteert, betekenis geeft. Voor een objectieve buitenstaander kan het lijken dat een jongen uit een minderheidsgroep op school een geïsoleerde positie inneemt en dus wel eenzaam moet zijn. Maar voor die jongen zelf kan de school weinig sociale betekenis hebben, omdat zijn belangrijke relaties elders liggen.

In de tweede plaats leidt een verhoogde minderwaardige uitgangspositie niet automatisch tot complexen als de omgeving voldoende tegenwicht biedt. In een gezin van sportieve zeilers heeft de dochter met de invalide voet vanaf het moment dat dat redelijkerwijs kon, aan het roer gezeten. Het is haar deskundige specialiteit geworden, geïntegreerd in het geheel.

**Minderwaardigheidscomplexen** kunnen tot allerlei symptomen leiden, niet alleen tot dwangmatig opscheppen. Wanneer wel? Met name daar, waar door welk van de drie oorzaken dan ook vooral gevoelens van *sociale* minderwaardigheid zijn ontstaan, doordat geen harmoniserende compensatie kon worden gevonden. Het kind, de puber en de volwassene is zich blijvend de minderen van anderen gaan

beleven. Dat is een ondraaglijk gevoel en de buitenwereld moet overtuigd worden van een alsnog bereikte meerwaardigheid.

Mensen kunnen overigens ook in de beslotenheid van het privéleven compenseren. De rijk geworden man van eenvoudige afkomst, die een kunstcollectie aanlegt waar verder niemand van afweet, is uiteraard geen opschepper.

Opscheppen doe je in de openbaarheid. Sommige opscheppers vertekenen voor hun doel de werkelijkheid. De vrouw over wie de HR manager vertelde doet dat. Zij heeft in de verste verte niet het figuur en de uitstraling van een fotomodel en het gesprek met Jeroen Krabbé was niet meer dan een toevallig naast elkaar staan wachten bij het koude buffet.

En de schrijver die vrijwel over niets anders kan praten dan over de complimenten die hij van iedereen waar dan ook voor zijn boeken krijgt doet het. Want negatieve recensies zijn er ook, maar die wuift hij als onbelangrijk weg. Bij hem kun je zien hoe de plaats in het gezin soms fnuikend kan werken. Opgegroeid als zwart schaap naast een lievelingskind. Door de zo ontstane sociale onhandigheid gepest op school. Op het werk altijd conflicten. En dan levert nu de verkoop van zijn boeken alsnog een aanknopingspunt voor verhalen over succesvolle sociale acceptatie.

**Andere opscheppers** vullen hun tekort aan met uiterlijk vertoon. Hier wordt het duidelijkst zichtbaar dat het niet om een objectief feit gaat, maar een subjectief beleven. Dit type opschepper komt namelijk het meest voor onder mensen

die toch wel degelijk sociaal iets hebben bereikt – en daardoor ook het geld hebben voor de beoogde *conspicuous consumption*. Maar kennelijk is de sociale erkenning nog niet toereikend als compensatie, heeft de minderwaardigheid zich te diep in de persoonlijkheid ingegraven. Daardoor kunnen mensen met ogenschijnlijk dezelfde achtergrond toch verschillend zijn. Twee bekende *captains of industry* hebben allebei als kind hun ernstige astmatisch aanleg als minderwaardigheid ervaren binnen een gezin waarin ze nauwelijks begrip vonden. Alletwee zijn ze met doorzettingsvermogen en intelligentie deze moeilijke levensstart de baas geworden. Voor de ene is zijn huidige maatschappelijke positie meer dan voldoende. De compensatie is af. Maar voor de andere niet. Hij paradeert met zijn mooie vrouw, riante villa en dure auto's in glamourland. Broodnodige continue compensatie.



## *De perfectionist*

Van iemand zeggen dat hij perfectionistisch is heeft altijd iets ambivalents. Er spreekt bewondering uit, maar er zit ook een zweem van terughoudendheid in. Wordt er niet een beetje overdreven? Gaat hij of zij niet te ver in het streven naar perfectie? En zoals wij allemaal in onze kinderjaren wel hebben gehoord van een schoolmeesterachtige oudoom of achternicht: alles waar 'te' voor staat is verkeerd, behalve bij tevreden. Perfectie heeft als het ware een ingebouwd 'te'.

**De echte perfectionist** gaat een stap verder dan iemand die gewoon zo goed mogelijk werk wil afleveren, zich zorgvuldig voorbereidt op een taak en nauwgezet zijn afspraken nakomt. In beschrijvingen in de psychologische literatuur kom je nogal eens het woord 'onbarmhartig' tegen. Perfectionisten zijn uiterst streng en onaardig voor zichzelf, doen aan niets ontziend zelfonderzoek en zijn eigenlijk nooit tevreden over wat ze doen en hebben bereikt. Alles kan altijd

nog beter. Daarmee ondermijnen zij hun zelfvertrouwen. De laatste jaren is opmerkelijk veel onderzoeksliteratuur verschenen, met behulp waarvan men probeert een onderscheid te maken tussen gezond en ziekmakend perfectionisme. De recente interesse in deze karaktereigenschap is ten dele verklaarbaar doordat het vermoeden bestaat dat uit een uit de hand gelopen perfectionisme bepaalde vormen van depressie kunnen voortkomen.

**Gezond perfectionisme** wordt beschouwd als een prettige vorm van eerezucht. Het betekent dat iemand uit is op kwaliteit, omdat het leveren van een optimale prestatie plezier en bevrediging schenkt. Perfectionisme staat dan in dienst van het zoeken naar evenwicht tussen je capaciteiten en je inzet. Je kunt wel kritisch zijn over jezelf, maar die kritiek is mild, je stelt geen onmogelijke eisen aan jezelf.

In het dagelijks spraakgebruik noemt men de gezonde vorm eigenlijk niet perfectionistisch, omdat ten aanzien van zo iemand nu net dat 'te'-gevoel ontbreekt.

Tussen gezond en ziekmakend perfectionisme ligt het gebied van wat je overdreven perfectionisme zou kunnen noemen. Dat hoeft niet uit te lopen op een depressie, maar is bepaald wel ten nadele van het algemeen welbevinden. Wie vlekkeloos wil zijn, zal nu eenmaal zelden een tevreden gevoel over zichzelf kunnen hebben.

De overdreven perfectionist stelt in zijn overdrijving onmogelijke eisen aan zichzelf. Vooral die ene eis: géén fouten maken. Gebeurt dat – uiteraard onvermijdelijk – toch, dan

kan hij de gedachte daaraan moeilijk van zich afzetten. Het blijft een bijna dwangmatige zelfkwelling: wat is verkeerd gegaan, waarom heb ik het niet in de gaten gehad, hoe heeft het kunnen gebeuren?

**Randy Frost ontwikkelde** de *Multidimensional Perfectionism Scale* om de diverse bouwstenen van perfectionisme op te sporen. De volgende vijf kwamen daarbij naar voren: een hoog persoonlijk streefniveau; preoccupatie met het maken van fouten; het gevoel dat de eigen ouders hoge verwachtingen hebben (gehad) en zeer kritisch zijn (geweest); twijfel aan de kwaliteit van eigen prestaties; en behoefte aan planning, orde en structuur.

De diverse combinatiemogelijkheden van hoge scores op deze vijf bepalen of iemand in positieve dan wel negatieve zin perfectionistisch is. Een hoog streefniveau, samen met een sterke behoefte aan planning, orde en structuur, werkt in positieve, aangepaste richting. Het gaat dan om iemand die niet alleen goed werk levert, maar ook inventief op zoek is naar alternatieven en een constructieve instelling heeft.

Met name een combinatie van de angst om fouten te maken, kritische ouders en twijfel aan eigen prestaties draagt het risico in zich van een negatief, overdreven perfectionisme, dat op den duur kan leiden tot de ziekmakende vorm.

**De onderzoekers Hewitt en Flett** onderscheiden drie soorten van negatief perfectionisme. De eerste is op zichzelf gericht en valt samen met wat hiervoor ter sprake kwam. On-

realistische eisen die iemand zichzelf oplegt, onbarmhartige zelfkritiek en onvermogen om eigen onvolkomenheden te verdragen.

De tweede vorm is op anderen gericht en betekent dat men voor familieleden, vrienden en medewerkers irreëel hoge maatstaven hanteert. Deze twee kunnen ook samengaan. Het is de alom bewonderde topfunctionaris die er in een interview prat op gaat dat hij hoge eisen stelt aan zijn mensen, maar 'ik ben ook streng voor mezelf'. Wie niet binnen dit patroon valt, valt af.

Bij de derde vorm ligt de nadruk op het gevoel dat anderen hoge verwachtingen hebben. Te hoog misschien, maar je zult er toch aan moeten voldoen. Het is de mooie en intelligente vrouw, die zo vaak heeft moeten horen hoe bijzonder zij is, dat zij ervan overtuigd is geraakt dat in haar schoonheid en verstand haar bestaanszekerheid ligt om door anderen geaccepteerd te worden. Zij zal bij hen door de mand vallen als zij niet aan hoge verwachtingen voldoet. Als zij verkouden is, gaat zij niet naar haar werk. Niet omdat ze zich beroerd voelt, maar omdat ze er 'niet uitziet'.

Van deze derde vorm wordt de basis gelegd door de ouders, die als eerste en vroegste 'anderen' aan hun kind heel hoge eisen hebben gesteld en het met een kritisch oog hebben bekeken. Zij hoeven helemaal niet kil en koud te zijn geweest, maar wel ouders die in hun kind streefden naar perfectie. Een dertiger van nu die zich als stereotiepe opmerking van zijn vader herinnert als hij iets liet zien wat hij gemaakt of gedaan had: 'Bijna goed, maar net nog niet helemaal'. En helemaal

moest het wel zijn. Door de vader bedoeld als aanmoediging, maar net ernaast.

Hoewel twee of drie vormen kunnen samengaan is het toch nuttig ze te onderscheiden, omdat bij en individuele perfectionist een van de drie het meest prominent kan zijn.

**De ironie wil** dat, hoewel je op het eerste gezicht zou denken dat perfectionisten optimale prestaties leveren, zij op den duur onder hun niveau gaan presteren, doordat hun zelfkritiek hun motivatie ondermijnt. Burns noemt drie onderzoeken die in dit verband interessant zijn. Het ene vond plaats onder ervaren verzekeringsagenten. Hoewel zij allemaal succesvol waren, verdienden degenen die hoog scoorden op een perfectionismeschaal veel minder provisie dan de anderen, doordat ze relatief minder verzekeringen afsloten.

Het tweede betrof het verschil tussen toptennissers en sub-top. In de laatste groep bevonden zich naar verhouding meer perfectionisten, die niet alleen veel te hoge eisen aan zichzelf stelden, maar zich ook tijdens het spel niet los konden maken van de hoge verwachtingen die zij dachten dat het publiek van hen had. Bovendien bleven ze na een nederlaag lang piekeren over wat fout was gegaan, waardoor ze bij een volgende wedstrijd hun potentiële niveau niet haalden.

Een derde onderzoek werd onder rechtenstudenten gedaan, die met hun studie wilden stoppen. Omdat zij studeerden aan een prestigieuze universiteit met hoge toelatingseisen waren zij allemaal intellectueel begaafd. Het merendeel bleek echter perfectionisten te zijn, die het gevoel hadden te falen zo-

lang zij binnen deze elitegroep tot de middelmaat hoorden en niet tot de uitblinkers. Perfectionisten zijn alles-of-niets-denkers. De middelmaat is hun niet goed genoeg.

**Een overzichtsartikel uit 1995** in *American Psychologist* over wat er langzamerhand bekend was over perfectionisme kreeg als titel *The Destructiveness of Perfectionism* en dat geeft de ondermijning door het zelfopgelegde eisenpakket goed weer. De perfectionist lijdt onder een overtrokken ik-ideaal. Dat is het beeld dat iemand heeft van hoe hij zou willen zijn in eigen en andermans ogen. Tekortschieten ten opzichte van het ik-ideaal leidt tot schaamte. En zoals het ideaal buiten proporties wordt getrokken, zo is ook de eventuele schaamte veel intenser dan de betreffende mislukking rechtvaardigt.

In het artikel wordt het voorbeeld gegeven van de juridisch adviseur van president Clinton. Briljant in zijn vak, als persoon geliefd, zeer toegewijd aan zijn gezin, familie en vriendenkring. Kortom een all-round *golden boy* en een *tower of strength*. Toen het echtpaar Clinton in opspraak kwam wegens fraude in de periode vóór het presidentschap, pleegde hij tot verbijstering van iedereen zelfmoord. Weliswaar was hij bij de zaak betrokken, maar niet in die mate dat zo'n daad begrijpelijk werd.

Als verklaring wordt zijn perfectionisme genoemd. Enkele maanden voor zijn dood hield hij bijvoorbeeld een voordracht voor een groep jonge juristen, waarin hij onder meer zei: 'Behandel elk pleidooi, elk contract, elke brief, elke dagelijkse

taak alsof je carrière ervan afhangt.....Ik kan daar niet genoeg op hameren....., er is geen overwinning, geen honorarium, geen gunst, die er tegenop weegt als er ook maar de kleinste smet op je reputatie wordt geworpen.'

Deukjes in je reputatie zijn, hoe klein ook, voor een perfectionist onoverkomelijk. De schaamte zit diep. Soms met zelfmoord als enige uitweg. Zoals soms ouders en leeftijdgenoten worden overrompeld door de zelfmoord van een jongen of meisje dat juist succesvol en populair is, zowel goed op school als in sport. Maar soms hebben zij ook een heel hoog ik-ideaal, waaraan zij van zichzelf moeten voldoen. Door hun uitmuntende verstandelijke en sociale vaardigheden kunnen zij het ideaal ook realiseren. Maar dan gebeurt er iets waardoor afbreuk wordt gedaan aan dat beeld. Iets dat objectief bezien niet eens zo ingrijpends hoeft te zijn, maar dat zij door hun hoge maatstaven niettemin als een niet te verteren mislukking ervaren. Een misschien niet eens zo'n hevige verliefdheid wordt niet beantwoord of ze veroorzaken een niet ernstig verkeersongeval. Het blijkt dat zich vaak iets dergelijks kort voor de suïcide van dit soort jongeren heeft voor gedaan. Ze schamen zich diep ten opzichte van het perfectionistische zelfbeeld. Er is een acute en hevige beschadiging van het gevoel van eigenwaarde.

De kwetsbaarheid van perfectionisten zit eigenlijk in het feit dat hoe briljant en geliefd ze ook zijn, zij toch niet alle details van hun leven onder controle kunnen houden. Daar zit ook hun grote angst.





## *De hebberd*

Hebberds worden vaak vereenzelvigd met gierigaards, maar dat is niet terecht, want de hebberigen willen hebben, terwijl gierigaards willen houden. Daar zit een verschil in. Gierigaards zijn wel hebberds, maar niet alle hebberds zijn gierig, want voor de laatsten is het ogenblik van binnenhalen soms belangrijker dan het in bezit hebben. Sommigen kunnen zelfs opvallend vrijgevig zijn, want als er iets wordt weggegeven is er immers gelegenheid voor nieuwe aanschaf of nieuwe keuze. Anders gezegd: ruimte voor een nieuw verkrijgmoment en daar gaat het vaak om. Onder hebberds vallen bijvoorbeeld ook degenen die tijdens een receptie steeds lekkernijen van de schaal nemen en ogenblikkelijk afstaan: 'Hier, neem dit maar, ik ga wel nieuw pakken.' Tijdelijk bezit is ook al heerlijk en daardoor is het kopen van cadeaus voor anderen vaak heel aangenaam voor zo'n hebberd. December is als geschenkmaand bij uitstek dan ook een verrukkelijke periode voor hen.

Voor veel mensen moge gelden dat overdaad maakt dat je eigenlijk nergens meer blij mee kunt zijn, voor een hebberd gaat dat niet op. Die is iedere keer weer tevreden als hij iets heeft binnengehaald. Zijn probleem is alleen maar dat de verzadiging van zo korte duur is.

Het hoeven geen nuttige dingen te zijn of mooie of noodzakelijke. Alleen de loutere heb levert voldoende – zij het tijdelijke – bevrediging op. Dat wil dus zeggen dat het bezit vooral een symbolische betekenis heeft en veel minder een gebruiks- of genotswaarde als zodanig.

**Van sommige mensen** kun je eigenlijk niet zeggen dat hebzucht een echte eigenschap van hen is, maar dat het bij hen gaat om een neiging die in bepaalde situaties de kop op steekt. Bijvoorbeeld bij het winkelen in het algemeen of bij de uitverkoop in het bijzonder. Zij kunnen de impuls tot kopen niet weerstaan. Dat zou te maken kunnen hebben met wél een tamelijk kenmerkende eigenschap, namelijk het moeilijk kunnen verdragen van uitstel van bevrediging. Voor kinderen is het heel gewoon dat zij daar moeite mee hebben. Daarover zijn ook allerlei boeiende experimenten gedaan, varianten op ‘nu iets kleins krijgen of straks iets groots’. Kleuters werd bijvoorbeeld gezegd dat ze nu een stukje chocola mochten nemen, maar dat ze ook konden wachten tot juffie terug was en dan een reep zouden krijgen. Wachten was voor hen makkelijker als ze het stukje of de reep even te zien kregen, net lang genoeg om zich het beeld van de grotere beloning te kunnen blijven voorstellen. Maar bleven stukje

en reep liggen terwijl juffie de kamer uit was, dan konden velen zich niet beheersen. De kinderen die dat wel konden bleken zichzelf met allerlei trucjes af te leiden. Ze wipten op hun stoel, deden hun ogen dicht of zongen liedjes.

Er zijn volwassenen die moeite blijven houden met zulk uitstel. Die bij zulke nu-of-later-keuzen ook kiezen voor het onmiddellijke, onder het motto 'hebben is hebben'. Uit onderzoek heeft men de indruk dat dat iets te maken kan hebben met een sterke neiging tot realistisch denken ten koste van abstract denken. Abstract denken geeft de emotionele afstand die nodig is voor zelfbeheersing. Wie veel concrete beelden van het begeerlijke voor ogen houdt kan zich moeilijker beheersen. Dan helpt alleen rigoureuze afleiding, zoals sommige kinderen in het bovenstaande experiment zichzelf bezorgden.

**Een heel andere** specifieke situatie waarin mensen opeens heel hebbertig kunnen worden zonder dat dit een kenmerkende eigenschap van hen is, is bij het verdelen van een erfenis. Omdat het daarbij meestal gaat om dingen uit het ouderlijk huis lijkt daar toch wel iets van regressie mee te spelen. Een terugval naar kinderlijk gedrag, doordat je je in de emotionele gemoedstoestand na het overlijden van de laatste ouder nu eenmaal wat moeilijker kunt beheersen. De onderlinge rivaliteit van broers en zusters ten opzichte van de ouders gaat nooit helemaal weg. En de kinderlijke vorm daarvan is heel materialistisch georiënteerd. Kinderen letten goed op wie het grootste stukje taart krijgt, want die wordt door pappa en mamma kennelijk het liefst gevonden. En met

het krijgen van grootste deel van de spullen uit het ouderlijk huis, de ring die mamma altijd droeg of de glasverzameling waar pappa zijn ziel en zaligheid in legde is het niet anders: eigenlijk was ik het lievelingskind.

**Voor alle mensen** geldt dat bezittingen deel uitmaken van hun identiteit. Ze nemen daarin weliswaar geen centrale plaats in, want die is weggelegd voor gedachten, gevoelens, kennis, kunde, de persoonlijke geschiedenis en het eigen lichaam, maar bepaalde bezittingen horen wel degelijk bij het identiteitsgevoel in ruimere zin. Sommige zijn er zelfs een afspiegeling van: de manier waarop je huis is ingericht, het type auto waarin je al jaren rijdt, je voorkeur voor een bepaalde stijl van kleren zeggen iets over je persoonlijkheid. Voorwerpen die je hebt geërfd van een geliefd persoon of die je met veel moeite hebt verkregen of die verbonden zijn met dierbare herinneringen horen op een of andere manier bij je zelfgevoel. Het geestelijke mag dan in de identiteit de boventoon voeren, het stoffelijke hoort er ook bij. Tot op zekere hoogte is ieder mens hebzuchtig om het gevoel van eigenwaarde op peil te houden. Zo beschouwd is het behoeftenpatroon van hebberds alleen maar een uitvergroting van een algemeen menselijke eigenschap. In zekere zin betekent bezit voor hen een extra bevestiging van hun bestaansrecht en gevoel van eigenwaarde, die kennelijk een wankel basis hebben.

**Hebberigen zijn** er altijd geweest, alleen komen ze in tijden van welvaart uiteraard makkelijker aan hun trekken.

Televisie en computerfilmpjes zouden hierbij wel eens een rol kunnen spelen. Die moeten het hebben van beelden, en het liefst van beelden in actie. Anders gezegd: naar hun aard zijn ze, anders dan een verhaal in een boek, meer gericht op handeling dan op reflectie. En dat betekent weer dat als een karakter moet worden neergezet, ze gebruik moeten maken van uiterlijkheden. Terwijl karakterbeschrijvingen in een boek kunnen gaan over wat er in een personage omgaat, beschrijvingen van zijn of haar gedachten, herinneringen, dromen, haatgevoelens, verwachtingen, overpeinzingen, noem maar op, moeten filmbeelden het in hoge mate hebben van wat aan uiterlijkheden rondom iemand zichtbaar is en iets over zijn of haar type en karakter zegt. In een vluchtig medium is het noodzakelijk dat een personage in één oogopslag wordt getypeerd en daarvoor heb je attributen nodig. Je bent wat je hebt. Het totale televisieaanbod is van deze uiterlijke typering doortrokken en geeft alszodanig een materialistisch wereldbeeld dat uitstekend past bij het behoeftepatroon van hebberds. Kortom: het motto van hebberds is 'Ik heb dus ik ben'.

**De vraag is** hoe het komt dat dit voor sommige mensen een *Leitmotiv* wordt. Als een belangrijke en ook wel voor de hand liggende oorzaak van extreme hebberigheid wordt vaak affectieve verwaarlozing genoemd. Liefdeloze ouders kopen de zorg voor hun kinderen nogal eens af met cadeaus. Ze krijgen geen aandacht maar spullen en moeten dan verder niet lastig zijn. In die kinderen zelf kan dit surrogaat zich vastzetten als gewoonte. Het gevoel de moeite waard te zijn

kunnen zij dan alleen nog maar aflezen aan de hoeveelheid bezit dat ze om zich heen vergaren. Behalve dat het een van jongsaf aan ingeslepen patroon kan zijn, is het ook wel mogelijk dat het alsnog in de volwassenheid ontstaat. Spreekwoordelijk is de vrouw die zich door haar man verwaarloosd voelt en onverzadigbaar troost zoekt bij mooie kleren. Het gaat dan vaak niet eens om het dragen ervan, maar om het in de kast hebben hangen. Ik ben dan wel niet gelukkig, maar godzijdank wel rijk. En soms dat laatste ook niet eens en gaat het om de troost van het loutere koopmoment. En vrouw die door haar man in de steek gelaten werd omdat ze geen kinderen kon krijgen, vertelde hoe zij binnen een jaar een schuld had opgebouwd van een ton. 'Ik kocht en kocht, niet alleen kleren, gewoon ook allerlei spullen waar ik verder niks mee had.'

Misschien is kleptomanie wel een uit de hand gelopen vorm van dit motief. Kleptomanen lijden veelal onder een extreem laag gevoel van eigenwaarde. Tonja Kivits schreef jaren geleden in *Psychologie Magazine*: 'Als ze stelen voelen ze zich door het risico dat ze gesnapt kunnen worden en de opwinding die dat met zich meebrengt uitverkoren en machtig. Zo hoeven ze eventjes niet te denken aan hun eigen wankele evenwicht in het alledaagse bestaan, aan de bewonderende blikken van hun ouders die hun niet werden vergund en aan de beschermende armen van hun ouders die niet om hen heen werden geslagen, kortom aan de liefde die hun niet werd gegeven.'

Ook bij kleptomanen gaat het niet om de voorwerpen zelf,

maar om de handeling van het in bezit krijgen.

**Hebberigheid kan ook** ontstaan uit onzekerheid. In de kindertijd is dat mooi te zien bij peuters van een jaar of twee die nog een wankel ik-gevoel en zelfvertrouwen hebben. Ze kunnen als ze samen zijn met andere kinderen, allerlei spullen naar zich toehalen en om zich heen etaleren, zonder er mee te spelen. Maar wee het andere kind dat er een vinger naar uitsteekt. Het is een primitieve vorm van territoriumgedrag dat nogal eens gepaard gaat met de triomfantelijke uitroep 'van mij!' Het is in dit verband wel interessant dat de woorden 'jij' en 'jouw' in het algemeen een jaar later tot de woordenschat gaan behoren dan 'ik' en 'mijn'.

Bij sommige volwassenen gaat die onzekerheid en bijbehorende bezitsdrang nooit over. Het is dan niet 'grote mond, klein hartje', maar 'klein hartje, groot bezit'. Met veel eigendom om je heen ben je een beetje zekerder van jezelf. De ruimte die iemand in beslag neemt met al zijn bezittingen komt in de plaats van de ruimte die hij met zijn persoonlijkheid zou willen innemen. De huidige lifestyle-tijdschriften met de door hen aanbevolen attributen spelen daar handig op in. De onzekere hebberds onder de lezers schaffen nog meer onnutte zaken aan dan zij al van nature geneigd zijn te doen.

**Een derde facet** aan hebberigheid is angst. Bezit kan een afscherming zijn, een muur om je heen. Een afleidingsmanoeuvre om te voorkomen dat de mensen te veel gaan

letten op wie je werkelijk bent. Ze moeten kijken naar wat je hebt, niet naar wie daarachter zit. Maar om te zorgen dat ze blijven kijken, moet je wel zorgen voor verrassingen, voor steeds weer iets nieuws om hun aandacht gevangen te houden. De man die met veel moeite zijn homoseksuele gevoelens verborgen houdt, waarvan niemand ook maar het kleinste vermoeden mag hebben, kan dan ook opvallen als iemand die altijd weer iets bijzonders op de kop tikt, iets dat niemand nog heeft. Veel houdt hij zelf om te kunnen tonen en over te kunnen praten – de beschermende muur moet goed onderhouden worden – maar hij is ook iemand die alom wordt geprezen om zijn uitgelezen smaak als het gaat om het vinden van precies passende geschenken.

**Een aparte groep** wordt gevormd door de fanatieke verzamelaars. Uiteraard gaat niet achter iedere verzameling een angstig mens schuil, maar voor sommigen is een verzameling inderdaad een ideaal camouflagepak. Hoe unieker de collectie, des te sterker de verzamelaar daarmee vereenzelvigd wordt en hoe onbekender hij als persoon kan blijven. Een verzameling kan ook dienen om meer zelfvertrouwen te krijgen en voor sommigen is het een liefdesobject waaraan iemand de affectie beleeft die hij of zij nooit van een mens ontvangen heeft.

Hebzucht – van een verzamelaar of van een gewone hebbard – is nooit rechtlijnig te verklaren vanuit één bepaalde oorzaak. Er komen in de hebzuchtige persoon meestal verschillende motieven samen.



## *De ijdeltuit*

Ieder mensenkind begint het leven als een kleine narcist. Of nee, liever gezegd, zou moeten mógen beginnen als een kleine narcist. In de ogen van zijn ouders weerspiegeld mogen zien hoe lief en mooi hij is. Onvoorwaardelijk, wat hij ook doet, hoe hij ook is. In de ogen van zijn moeder vooral, omdat hij met haar in de eerste tijd nog ongescheiden leeft. Van het kind uit gezien zijn moeder en hij één. Er is geen scheiding tussen jij en ik, zij is de altijd aanwezige spiegel, waarin hij kijkend zichzelf ontdekt. Zij is er ook altijd als hij iets nodig heeft. Wat hij nog niet zelf kan, doet zij voor hem. Zij is zijn wereld en die wereld draait om hem. Beeldspraak schiet waarschijnlijk altijd te kort. Want zodra je het hebt over het 'egocentrisme van het jonge kind' of 'het jonge kind voelt zich het middelpunt' lijkt dat te duiden op een bewust beleefde en nagestreefde situatie, maar zo is het niet, want hij weet niet eens dat het anders kan. Er is geen besef van verschil, er is zalige, woordloze, bewusteloze, argeloze van-

zelfsprekendheid. Dat het gaandeweg de ontwikkeling in de eerste jaren anders wordt, neemt de waarde van zo'n begin niet weg. Dat is te zien in het verdere leven van kinderen die dit hebben moeten missen.

**En het wórdt onherroepelijk anders.** Tegen het eind van het eerste jaar begint een kind te merken dat zijn ouders nuancerende eisen gaan stellen aan zijn gedrag. Niet alles wordt meer vergoelijkend en soms zelfs vertederd geaccepteerd. Daaraan kan hij aflezen wat ze wel en niet mooi en lief vinden. Het zijn gaandeweg bouwstenen voor een zelfbeeld, waarin zowel zijn lieve als kwaai, sterke en zwakke kanten een plaats krijgen. Een kind leert bij het ouder worden de verschillen aanvoelen en zichzelf van beide kanten kennen. Zo komt het besef dat tegenstrijdigheden bij hem horen. Schipperend en laverend zeilt het daarmee uiteindelijk zijn volwassenheid in.

Bovendien breekt bij kinderen zo ergens rond de derde verjaardag het prille bezef door dat zij zelfstandige wezens zijn, wel dichtbij vader en moeder, maar toch los van hen. Ze beginnen zich te realiseren dat hun ouders ook een eigen leven hebben, waar zij geen deel aan hebben. Met die primaire, fundamentele eenzaamheid wordt een mens dus al jong geconfronteerd.

Zo gaat het als het 'goed' gaat. Relatief goed, want de volmaakte ontwikkeling bestaat nu eenmaal niet. Hier en daar ontstaan onvermijdelijk haperingen. Voor een deel zijn die verantwoordelijk voor persoonlijkheidsverschillen tussen

mensen. Waar zitten de haperingen bij het kind dat later zal uitgroeien tot een ijdeltuit?

**Het kan niet vaak genoeg** worden gezegd: er is nooit een rechtlijnig verband. Geen eerst-was-het-zus-en-toen-gebeurde-er-dat-en-toen-werd-het-zo. Het zijn losse elementen, die als ze in een ingewikkelde combinatie samenkomen, een bepaalde kant uit werken.

Zo'n element kan worden gevormd door de moeder. Stel, zij heeft een hoge dunk van zichzelf, vindt zich niet zo maar iemand. Maar het leven heeft haar niet de gelegenheid gegeven dat te laten zien. Zij krijgt een dochtertje, een nieuwe vrouw, via wie de moeder misschien wél duidelijk kan maken hoe bijzonder zij is. Of zij heeft – huwelijkskeuzes kennen vreemde kronkelwegen – een man getrouwd die zij weinig hoogacht en door wie zij zich ook miskend voelt in haar bijzonderheid. En zij krijgt een zoontje, een nieuwe man in haar leven.

Dan kan het zijn dat zo'n moeder die dochter en die zoon zo sterk gaat zien als verlengstuk van zichzelf dat zij het normale proces van individuatie, van loskomen en van besef een zelfstandig mensje te zijn, verhindert. Ze houdt het kind in de vroege symbiose gevangen, omdat ze die nodig heeft voor haar eigen ijdele wensen. Dat is voor een kind niet eens onverdeeld onaangenaam, want het is ook wel prettig toeven in de binding met een almachtige moeder, die jou adoreert. Maar alles heeft zijn prijs. Het kind wordt niet om zichzelf bewonderd, maar ten bate van de moeder. Daarom moet

het wel aan voorwaarden voldoen. En hier wordt het verschil met normaal eisende ouders duidelijk. Als het zontje zich niet gedraagt zoals moeder dat wenst, wordt hij niet gewoon afgestraft op de daad, maar op zijn persoon. Dan is hij niet alleen stout, maar hij is moeders kind niet meer. En het dochtertje is niet alleen een tweede kans voor haar moeder om haar bijzonderheid uit te dragen, maar roept ook jaloezie op. Daarom kan moeder op onverwachte momenten het meisje dat iets 'goed' doet, fel afwijzen.

Door de innige binding die zulke kinderen met hun moeder hebben, zullen zowel de zoon als het dochtertje zoveel mogelijk proberen aan haar wensen tegemoet te komen. Maar het is duidelijk dat een opgroeiend kind op die manier geen zelfbeeld kan opbouwen met geïntegreerde positieve en negatieve kanten. Vooral de negatieve kanten raken buiten beeld. Er ontstaat geen gevoel 'zo ben ik ongeveer'. De mogelijkheid nuances in de beleving van de eigen persoon aan te voelen wordt op den duur beschadigd. In ernstige gevallen leidt dat bijvoorbeeld tot wat tegenwoordig de 'borderline persoonlijkheid' wordt genoemd. Een mens zonder die innerlijke persoonskern, zonder houvast van een zelfbeeld dat eenheid geeft aan de beleving, en die daardoor tussen gedrags- en gevoelsuitersten heen en weer wordt geslingerd.

**Maar in mildere vormen** leidt dat tot het krijgen van narcistische persoonlijkheidstrekken. Die kunnen ook te maken hebben met de aanleg van het kind zelf. Een kind wat temperament betreft een stabiele emotionaliteit heeft, zal

zich beter staande kunnen houden onder de grilligheid van de moeder met haar afwisseling van binding en afwijzing dan een labiel kind. Stabiliteit wil namelijk zeggen dat het minder onderhevig is aan schommelingen in stemmingen en minder snel uit zijn doen is door veranderingen in de omgeving. Bovendien zou intelligentie wel eens een rol kunnen spelen, want die kan bepalen of en hoe goed een kind in de gaten heeft wat moeder eigenlijk verlangt, zodat het daarop kan afstemmen, niet haar speelbal wordt, maar in relatie tot haar zelf aan het manipuleren kan gaan. Volwassen ijdeluiten hebben, zoals we zullen zien, vaak aardig wat in hun mars. Zijn, met ander woorden, ten dele inderdaad zo bijzonder als hun moeder hen graag zou zien.

**In de literatuur** wordt ten aanzien van volwassenen een verschil gemaakt tussen openlijk en verdekt narcisme. Het eerste is rechttoe-rechtaan: zwakke kanten vervagen in de eigen beleving. Zo iemand gedraagt zich buitengewoon zelfverzekerd. Bij de tweede vorm doet iemand – mensen zijn werkelijk ingewikkelde wezens – zich in contact met anderen juist voor als zwak en onzeker, om de goede, sterke kanten, de enige zekerheid die men heeft, te beschermen tegen eventuele afbrekende kritiek van buiten.

Ijdeluiten zijn openlijke narcisten. Zij zijn gaan geloven in het beeld van zichzelf dat moeder hun voor ogen hield, zolang ze aan haar wensen tegemoet kwamen. Ze gaan zichzelf ook als ‘niet zo maar iemand’ zien. De ijdeluit moet wel onderscheiden worden van de opschepper, die dóet alsof hij

bijzonder is. De ijdelruit vindt zich in alle oprechtheid bijzonder. Zoals het kind vroeger thuis in het middelpunt van de bewondering kon blijven staan, mits hij of zij afzag van zijn of haar zwakke kanten, zo staan ijdele volwassenen ten opzichte van hun medemensen. Vervuld van eigenwaan en bravoure, dominerend, de aandacht opeisend, en vooral ook overtuigd dat zij voorrechten kunnen ontlenen aan hun bijzonderheid.

En zoals zij vroeger hun moeder met het door haar gewenste gedrag om hun vinger konden winden, zo manipuleren ijdelruiten nu andere volwassenen en nemen hen voor zich in. Maar die anderen hebben voor hen louter de functie van gereedschap, waarmee zij hun zelfbeeld voortdurend kunnen bijlijpen en polijsten. Zij kunnen zich heel meelevend en meevoelend voordoen, maar die empathie is niet echt, is instrumenteel om ook in warmte en hartelijkheid bijzonder gevonden te worden. Het gevoelsleven is juist afgedempt, niet alleen ten aanzien van anderen, ook voor zichzelf is het vrij kil.

De ijdelruit is iemand die op een receptie in woordkeus heel geïnteresseerd met je staat te praten, terwijl zijn lichaam een andere taal spreekt: voortdurend kijkt hij rond of er niet iemand binnenkomt die belangrijker is dan zijn gesprekspartner. Als dat het geval is loopt hij zonder omwegen weg.

Omdat het vaak om mensen gaat die intelligent zijn, creatief of anderszins boven de middelmaat – narcistische moeders weten wel wie ze als oogappel kiezen – krijgt hun arrogantie een vleug rechtvaardiging mee. Er wordt van hen meer geac-

cepteerd dan van gewone stervelingen en zo worden ze in hun eigenwaan bevestigd. De onuitstaanbaar ijdele auteur kan zich de zotste gewoonten aanmatigen, die men van ieder ander belachelijk zou hebben gevonden, maar niet van hem 'want het is toch wel ontzettend knap wat hij schrijft'. En na een tijdje kan hij het zich zelfs permitteren in zijn boeken de grootste onzin te beweren, omdat zijn positie de status van onaantastbaarheid heeft bereikt.

**Die acceptatie en onaantastbaarheid** worden mede in de hand gewerkt door het verschijnsel dat een ijdeluit zich omringd weet door vazallen. Er gaat aantrekkingskracht uit van mensen die overtuigd zijn van zichzelf en zich met overwicht poneren. Iets van hunzelfverzekerdheid straalt op jezelf af als je tot hun coterie behoort. Dat is ook mede oorzaak dat mensen soms aarzelen openlijk kritiek te hebben, want voor je het weet hoor je er niet meer bij. Zo kan de keizer lang bloot blijven rondlopen. Bewonderaars vormen voor ijdeluiten een levend schild tegen confrontatie met kritiek. En dat is maar goed ook, want dat is bepaald een zwakke plek. Zoals hij of zij zelf gelooft in de absolute eigen grootheid, zo verwachten zij dat anderen daar ook onvoorwaardelijk in geloven. 'Wie niet voor mij is, is tegen mij' is het *Leitmotiv*. Dat geldt ook voor liefdesrelaties, waar overigens wel een verschil is tussen ijdele mannen en ijdele vrouwen. De relaties van een ijdele man kunnen stand houden als hij een vrouw treft die om bij haar passende redenen graag de rol van bewonderaarster zal spelen. Zij wordt zijn supervazal.

Je ziet dat nogal eens bij uitvoerende kunstenaars. Soms gaan er overigens enkele echtscheidingen overheen voor de man zo'n vrouw heeft gevonden. Voor ijdele vrouwen is een relatie moeilijk, omdat een adorerende, ondergeschikte man geen sieraad is voor haar zegekar. Zij moet een nóg zelfverzekerder, liefst machtiger man zien te vinden.

**Mensen die kritiek hebben** of, algemener, zich niet ondergeschikt maken aan de wensen van de ijdelheit zijn niet zo zeer een bedreiging van zijn of haar zekerheid, want die is tamelijk stevig, maar het is een belediging, een krenking. De televisiepresentatrice die na de uitzending stikkend van woede begint te schelden omdat haar *briefing* niet klopte, is door dat laatste helemaal niet in de problemen geraakt of onzeker gemaakt. Integendeel, zij heeft haar improvisatietalent kunnen tonen en nog meer bewondering geoogst dan haar al ten deel viel. Maar dat iemand het in zijn hersens heeft gehaald haar niet vlekkeloos te bedienen, daar gaat het om.

Wie kritisch is moet weg. Dat hebben al veel nieuwkomers gemerkt, die binnen het team van een ijdelheit kwamen werken en met de ogen van een buitenstaander bepaalde heersende opvattingen en uitgangspunten in twijfel meenden te kunnen trekken. Niet alleen de ijdelheit zelf – de hoogleraar van de vakgroep, de directeur van het college, de hoofdredacteur van het tijdschrift – maar ook de medewerkers die zich identificeren met zijn of haar superioriteit zijn daar niet van geïndiend. Zulke critici werpen een storende schaduw op de



stralenkrans waarin zij mee-gloriëren.

Maar er is één fenomeen dat zich niet laat verwijderen en dat is de vergankelijkheid. Ijdeluiten hebben het in het algemeen moeilijk met het ouder worden. Niet alleen met de lichamelijke achteruitgang, maar ook met het plaats moeten maken voor anderen, voor jongeren vooral. Jongeren zijn welkom als bewonderende discipelen, maar niet als opvolgers. Ijdeluiten zijn slecht in het inwerken van jonge mensen, die door hen vaak vijandig worden bejegend, tenzij zij zich adorerend laten inpalmen. En in dat laatste zijn ijdeluiten bepaald bedreven. Charme kun je hun meestal niet ontzeggen. Maar zelfs charme helpt niet tegen aftakeling, die typisch bij de oudere narcist een bron van depressie is.



## *De dwarsligger*

Niet klakkeloos doen wat een ander van je vraagt is een te prijzen eigenschap. Meelopers zijn er al genoeg in de wereld. Zelf nadenken en handelen volgens je eigen inzichten staan in onze cultuur hoog aangeschreven. Bovendien brengen de eigenwijzen hun medemensen op nieuwe ideeën en zorgen daardoor voor vooruitgang.

Dwarsliggers lijken ook eigenwijs, maar dat is schijn die bedriegt. Dwarsliggers zijn anders. Ze zorgen niet voor vernieuwing, maar juist voor blokkades. Er is een groot verschil tussen iemand eigenwijs noemen of dwars. Bij het eerste is er heel vaak iets van ambivalentie: 'Hij is een eigenwijze donder, maar...' en dan komt er iets positiefs. 'Zijn kritiek snijdt soms toch wel hout' of 'Af en toe heeft hij een idee waar jij en ik niet op zouden komen' of 'Hij kan heel origineel zijn in zijn benadering.'

Bij een dwars type hoor je zo'n verzachtende toevoeging nooit. Het is opvallend hoe moeilijk het is iets aardigs te zeg-

gen over iemand die altijd overal tegen is. Eigenwijzen kunnen in een groep constructief meedenken, om betweters kun je soms nog wel eens lachen, maar dwarsliggers zijn lastige groepsgenoten.

**Een dwarsligger is iemand** die niet in staat is tot coöperatief gedrag in situaties waarin dat wel voor de hand zou liggen. Dat laatste is essentieel, want juist dat maakt dat anderen het gedrag niet begrijpen. 'Waarom doet hij in hemelsnaam nou niet mee, het is voor hem toch ook voordelig?!' Of leuk of gezellig of leerzaam.

En inderdaad, de dwarsligger verknoeit de dingen niet alleen voor anderen, maar doet ook zichzelf vaak tekort door zijn afwijzende opstelling. Eén van de bewoners van drie huizen onder één kap heeft het plan opgevat om die alledrie in één keer aan de buitenkant te laten schilderen. Hij heeft geïnformeerd, prijsopgaaf gekregen en het is duidelijk dat samenwerken in dit geval naar verhouding veel goedkoper is dan ieder voor zich. Bovendien is iedereen ook in één keer van de overlast af en kan een eenheid worden aangebracht in het schilderwerk. De tweede eigenaar is meteen in voor het plan, maar de derde weigert categorisch, hoewel zijn huis het hardst aan een schilderbeurt toe is. Hij geeft geen motivering, het blijft bij 'Nee daar voel ik niet voor, ik regel dat zelf wel.' De andere twee zetten door – zij het met minder financieel voordeel – en omdat het ongeschilderde huis in het midden zit is het effect minder fraai. Als dat een jaar later toch ook wordt geschilderd is de prijs veel hoger en liggen

alle voortuinen weer vol rommel. Dus voor alle partijen is de houding van deze dwarsliggende eigenaar nadelig, maar voor hemzelf nog het meest.

Maar kennelijk heeft hij dat ervoor over. Er zal iets zijn dat voor hem zwaarder weegt. Hij zal dat iets misschien nooit precies onder woorden kunnen brengen. Misschien zelf ook niet helemaal kunnen doorgronden, waarom hij zo doet. Het zal blijven bij een voor hemzelf vanzelfsprekend gevoel dat hij nu eenmaal liever zelf uitmaakt wat hij op een bepaald moment wel en niet doet.

Zou het wel lukken dieper tot zijn wezen door te dringen, dan zou je stuiten op een fundamenteel wantrouwen jegens andere mensen. En dat is wat bij al zijn doen en laten het zwaarst weegt. Wat van anderen afkomstig is – of het nu ideeën zijn of voorstellen of plannen of goede raad – is per definitie niet helemaal te vertrouwen. De angst ook dat die anderen misbruik van hem zullen maken en dat hun eigenbelang veel meer meespeelt dan ze doen voorkomen.

**Vertrouwen in andere mensen** is iets dat zich al jong in een kind nestelt en heeft alles te maken met het gevoel dat het ondanks zijn volledige afhankelijkheid toch veilig is. Van de Amerikaanse psycholoog Erik Erikson is het beroemd geworden begrip *basic trust*, het basisgevoel van veiligheid. Het kan in een kind ontstaan als het vanaf de geboorte de ervaring heeft dat moeder of vader er altijd is of komt om onaangenaamheden voor hem weg te nemen. In het prille begin de honger, dorst en pijn. Later de angst bij het alleen zijn of bij

het zien van vreemde mensen. En nog weer later de onzekerheid bij het op eigen houtje activiteiten moeten ondernemen. Moeder en vader helpen en stellen gerust, op hen kun je altijd terugvallen. En dat eerste gevoel van veiligheid waaiert gaandeweg uit over anderen. Een kind krijgt vertrouwen in mensen in het algemeen. Misschien dat die niet altijd bereid zijn je te helpen, maar de meeste mensen zijn er in ieder geval niet op uit je te benadelen.

Als zo'n *basic trust* niet to stand kan komen, wordt een kind op zichzelf teruggeworpen en blijven andere mensen altijd wezens voor wie je op je hoede moet zijn. De durf om te vertrouwen ontbreekt. Er blijft een waas van argwaan hangen. Het zijn niet de strenge ouders die het een kind onmogelijk maken zich op die manier veilig te voelen. Zij kunnen weliswaar veeleisend zijn, maar daardoorheen schemeren toch voortdurend de aandacht en zorg die ze aan het kind besteden. Zij geven hem op hun manier bescherming. Onverschillige ouders daarentegen, die alles goed vinden zolang ze er zelf geen last van hebben en die hun eigen behoeften en niet die van hun kind als uitgangspunt nemen voor wanneer ze hem wel en niet te hulp schieten, bieden een voedingsbodem voor wantrouwen.

**Maar simpel is het niet**, want er zijn ook kinderen in wie ondanks een beschermende en aandachtige opvoeding het vertrouwen geen wortel schiet. Dat heeft met hun aard te maken, al kun je niet de vinger op een specifieke oorzaak leggen. Je kunt het alleen afleiden uit hun gedrag. Ze houden

daarin altijd iets verongelijks, denken altijd dat ze vergeleken met de andere kinderen in het gezin tekortkomen, ook als daar helemaal geen reden voor is. Ze worden beheerst door een buitensporig sterke jaloezie en blijven onverzadigbaar zoeken naar exclusieve aandacht. En als die uitblijft – en die blijft uit, want in ieder gezin moet er worden gedeeld – zijn ze oprecht ongelukkig. Sterker nog: een kind kan een situatie zo manoeuvreren dat het door eigen toedoen ‘tekortkomt’, het eigen gedrag leidt dan tot een zichzelf waarmakende voorspelling.

De drie kinderen uit een gezin mogen paaseitjes zoeken, samen met een logétje. Ze krijgen ieder een mandje. Op het mandje van het logétje zit een bloemetje. Laura wil ook een bloemetje op haar mandje en ze maakt een scène. Maar het logétje wil zijn mandje niet afstaan. Terwijl de andere drie naar buiten hollen om te gaan zoeken, blijft Laura huilend achter. Als ze uiteindelijk ook gaat zoeken zijn de meeste eitjes al weg. De anderen komen met vollere mandjes binnen dan zij. Dat leidt tot nieuw hevig gekrijs.

Dit voorval speelde zich dertig jaar geleden af. In het geheugen van Laura's broer staat de scène nog steeds helder gegrift. Naar hij zegt omdat het altijd zo ging, omdat Laura 'nooit eens gewoon meedeed' met gemeenschappelijke plannetjes en 'altijd de sfeer verpestte'.

**In sommige dwarsliggers** schuilt inderdaad ook iets destructiefs. De eerdergenoemde huiseigenaar wierp alleen maar een blokkade op voor samenwerking. Bij hem ging het

waarschijnlijk om 'puur' wantrouwen, om de ingesleten gedachte dat samenwerking uiteindelijk altijd in jouw nadeel werkt, omdat anderen op hun voordeel uit zijn.

Maar het dwarsliggende van de inmiddels volwassen geworden Laura heeft bepaald agressieve kanten. Haar wantrouwen werd vroeger en wordt nu gevoed door jaloezie. De ouders zijn veertig jaar getrouwd en de broer heeft het plan opgevat een lang weekend met z'n allen naar een bungalowpark te gaan. Misschien niet zo'n origineel idee, maar ze weten dat de ouders het fijn zullen vinden kinderen en kleinkinderen om zich heen te hebben. Laura wil niet mee omdat ze 'bungalowparken vreselijk vindt'. Maar dat is niet waar volgens haar zusje, 'het is gewoon omdat het idee van Karel is en niet van haar'. En Karel zegt: 'Ik had het kunnen weten, niemand is zo voorspelbaar als mijn dwarse zuster.' Voorspelbaar in haar jaloezie dat anderen een idee hebben gehad en niet zijzelf.

Het resultaat is wel een leuk weekend, maar voor de ouders toch een beetje gehavend, omdat het ene kind met haar gezin er niet bij is. En Laura zelf is bevestigd in haar mokkige verongelijkheid dat 'jullie nooit eens rekening willen houden met mij'.

Dat zij die bevestiging heeft gekregen via een door haar eigen gedrag waargemaakte voorspelling, ontgaat haar. Dat wil in het algemeen maar moeilijk tot dwarsliggers doordringen. Daarom begrijpen zij ook vaak niet dat dingen op hen duur buiten hen om gebeuren. Zij creëren hun eigen isolement, maar accepteren niet dat zij daardoor over zichzelf de naam



afroepen van iemand die toch nooit mee wil doen.

**Ruben heeft zo'n naam** onder zijn collega's. En begrijpelijk. Want of het nu om de verjaarspot gaat, het jaarlijkse tennistournooitje of de plaats waar het nieuwe koffieapparaat moet komen te staan, altijd heeft hij een afwijkende mening, eindeloze bezwaren of komt ronduit met een weigering. Nooit, maar dan ook nooit stemt hij spontaan met iets in. Hij zit met vier anderen in een kantoorruimte en het nog vage idee is geboren om de bureaus te verzetten, zodat iedereen beter van het daglicht kan profiteren. Ruben is voor-spelbaar tegen, al krijgt ook hij een betere plek. Het gevolg is dat de anderen afspreken met het schuiven te wachten tot hij met vakantie is. Niet aardig, wel begrijpelijk.

Het voor medemensen onbegrijpelijke van dwarsliggers is niet het gebrek aan medewerking als zodanig, maar dat ze ook niet willen meedoen als coöperatie het leven voor henzelf alleen maar prettiger zou maken of voordeel zou opleveren. Dwarsliggers gaan tegen hun eigen belang in. Dat heeft iets treurigs en maakt anderen moedeloos als het erom gaat hoe daarin verandering is aan te brengen. Daarom houden ze zich maar aan het standpunt dat met die buurman, die zuster en die collega nu eenmaal toch niks te beginnen valt en dat je hen zoveel mogelijk moet omzeilen. Waardoor dit drietal niet alleen dwars, maar ook eruit komt te liggen.



## *De struisvogel*

De struisvogel steekt zijn kop in het zand, zo wil de beeldspraak. Daarmee wordt dit dier echter onrecht aangedaan. Hij legt de kop weliswaar van tijd tot tijd met behulp van zijn lange hals op de grond, maar sluit de ogen niet voor gevaar. Wie hem te na komt kan behoorlijke klappen krijgen van zijn klauwen.

De menselijke struisvogel daarentegen, kijkt bij onaangenameheden wel degelijk het liefst de andere kant op. En wat je niet ziet is er misschien ook wel niet, waarmee de noodzaak om in actie te komen vervalt. Vrijwel iedereen sluit van tijd tot tijd de ogen voor een onaangename realiteit. Ikzelf maakte een mooie, bijna letterlijke vorm mee. Toen ik een keer thuis kwam en na het openen van de voordeur in één oogopslag zag dat er was ingebroken, was mijn impulsieve reactie dat ik de deur dichttrok, enkele ogenblikken wachtte en weer naar binnen ging. Even deed ik alsof er niks aan de hand was, of het een gewone thuiskomst was.

Bij sommige mensen is het echter een karakteristieke, voorspelbare reactie. Of er nu duidelijke tekenen zijn dat zijn vrouw ontrouw is, dat er op het werk gedwongen ontslagen zullen vallen of dat zijn zoon experimenteert met drugs, als iemand hier voorzichtig een toespeling op maakt is de steevaste reactie van de struisvogel 'ach nee, dat loopt zo'n vaart niet'.

**De persoonlijkheid van** de menselijke struisvogel is misschien nog wel het beste te omschrijven in termen van pessimisme en optimisme. De psycholoog die zich het meest in deze twee eigenschappen heeft verdiept, is de Amerikaan Martin Seligman. Hij is beroemd geworden door het door hem geïntroduceerde begrip *aangeleerde hulpeloosheid* dat veel met pessimisme heeft te maken. De kern van dit verschijnsel is dat sommige mensen door de manier waarop ze zijn grootgebracht en/of door ingrijpende ervaringen daarna, er van door drongen zijn geraakt dat niets van wat ze zelf doen of laten van invloed is op hun levensomstandigheden. De dingen gebeuren zoals ze gebeuren, gaan zoals ze gaan en je hebt daar zelf geen enkele greep op.

Zoals het zo vaak gaat in de wetenschap, was het een tamelijk toevallige observatie die Seligman op het spoor bracht van het bestaan van zoiets als *aangeleerde hulpeloosheid*. Als jonge onderzoeker werkte hij in een laboratorium waar leerexperimenten werden gedaan met honden. Daarbij werd gebruik gemaakt van heel lichte elektrische schokjes. In plaats van het bedoelde kunstje steeds beter onder de knie

te krijgen, werden de honden echter steeds apathischer. Ze kwamen nauwelijks nog in beweging en het enige dat ze met overgave deden was janken.

Nadenkend over wat er misgegaan zou kunnen zijn in de experimentele opzet, beseftte Seligman dat de honden geen enkele kans hadden gehad om door aanpassing van hun eigen gedrag de schokjes te voorkomen. In de meest gangbare leerexperimenten kan dat wél. Dan kunnen proefdieren gaandeweg ontdekken dat door met hun poot op een hendeltje te drukken, het vervelende effect – zoals het schokje – uitblijft. Of dat ze door over een bepaald hekje te springen zelfs een beloning kunnen krijgen. In het experiment waar Seligman bij betrokken was, was van deze traditionele opzet afgeweken. Wat de honden ook deden, blaffen of niet blaffen, opspringen of mooi zitten, er was geen enkel systematisch verband met het wel of niet krijgen van een schokje. Omdat hun eigen gedrag dus helemaal niets uitmaakte, zo redeneerde Seligman, deden ze op den duur maar helemaal niets meer.

**De overstap naar mensen** werd snel gemaakt en leidde tot tal van observaties, zowel bij kinderen als volwassenen. Een kind is van nature hulpeloos en volkomen afhankelijk van wat er met, voor en rond hem wordt gedaan. Maar het is de bedoeling dat hij in toenemende mate leert inzien dat hij bij machte is daar zelf invloed op uit te oefenen. Een kind in ontwikkeling kan niet alleen steeds een beetje meer in motorische en verstandelijk opzicht, het krijgt ook steeds

meer besef van 'eigen macht'. Bepaalde gedragingen roepen bepaalde reacties op en door het eigen gedrag te variëren kan een kind de omgeving dus in de goede zin van het woord manipuleren.

Er ontstaat een besef van eigen kunnen, eigen invloedssfeer en eigen inbreng. Dit leidt tot een optimistische levenshouding. Wat me niet bevalt kan ik proberen te veranderen. Wat ik niet kan, ga ik proberen te leren. Als iets niet mogelijk is, moet ik uitzoeken wat wel kan.

Als in de kindertijd in dit opzicht op z'n minst een minimale basis is gelegd, kunnen positieve ervaringen van eigen effectiviteit in de volwassenheid de optimistische levenshouding alsnog verstevigen. Als een onzeker meisje in haar adolescentie als hockeytalent wordt ontdekt, daardoor de drijvende kracht achter het schoolteam wordt en erkenning van leeftijdgenoten krijgt, kan dat haar alsnog de ervaring geven dat haar eigen inzet en kunnen van invloed zijn op haar leven.

**Maar er zijn ook kinderen** die op zo'n manier worden grootgebracht dat er voor hen geen enkel verband lijkt te bestaan tussen wat ze zelf doen en de reacties van hun ouders daarop of de sfeer in huis. Het blijft voor hen volstrekt onvoorspelbaar of vader of moeder boos zullen worden of zullen moeten lachen. Een vrolijke stemming in huis kan plotseling omslaan, zonder dat zij enig benul hebben wat daarvan de reden is. Uitstapjes gaan op het laatste moment niet door zonder dat ze enig zicht hebben op het waarom. Ruzies in huis ontstaan en houden op zonder dat ze er invloed

op hebben. Ze zijn toeschouwer van het gezinstoneel, geen medespeler. Als dit een stelselmatig patroon is waarin een kind opgroeit, kan dit leiden tot een pessimistische grondhouding en in ernstige gevallen tot depressie.

Maar ook wie als kind in dit opzicht een redelijke opvoeding heeft gehad, kan in de volwassenheid alsnog tot pessimisme en apathie vervallen. Degenen die in uitzichtloze omstandigheden moeten leven waar hun eigen inspanningen niets aan af of toe kunnen doen, leren gaandeweg dat zij hulpeloos zijn.

**Dit komt in de buurt van** wat door andere psychologen is beschreven met behulp van begrippen als *mastery*, *competentie* en *interne of externe locus of control*. Ook die begrippen kunnen helpen de menselijke struisvogel beter te begrijpen.

Mastery is een begrip dat voor het eerst werd gebruikt door de neo-freudiaan Robert White. Hij wilde ermee aangeven dat in iedere fase vanaf de geboorte een kind bepaalde nieuwe vaardigheden meester moet worden en dat het daarin zoveel voldoening vindt dat het eerdere en makkelijker vormen van (lust)bevrediging opgeeft. De mastery van het zelf kunnen eten geeft een kind bijvoorbeeld zo veel voldoening dat het zich kan verzoenen met het verlies van zuigen aan borst of fles. Susam Hart werkte deze gedachte van White verder uit. Als een kind de kans krijgt de effecten te zien van eigen kunnen, breekt mastery door en de succesbeleving die dat teweeg brengt wekt het gevoel van competentie en de

motivatie om dóór te gaan.

Het begrip locus of control stamt uit de attributietheorie, die een verklaring geeft voor de verschillende manieren waarop mensen oorzaken toeschrijven aan gebeurtenissen in het algemeen, en aan gedrag van zichzelf of van anderen in het bijzonder. Naarmate iemand zich competenter voelt, schrijft hij zowel succes als falen eerder toe aan factoren waar hij zelf invloed op heeft, aan eigen inzet en gedrag. Hij heeft een interne locus of control. Wie daarentegen geleerd heeft dat zijn eigen doen en laten nauwelijks gewicht in de schaal legt, heeft een externe locus of control: de controle ligt buiten eigen bereik bij anderen.

**De menselijke struisvogel** is min of meer een mengvorm van pessimisme en optimisme. Als er een bepaalde moeilijkheid opdoemt, heeft hij niet het gevoel daar zelf iets tegen te kunnen doen, maar dat leidt niet tot de bijbehorende pessimistische neerslachtigheid. Integendeel, er is de opgewekte bezwering dat het heus allemaal wel mee zal vallen, omdat er nog van alles kan veranderen. Niet door eigen toedoen, maar omdat nu eenmaal vaak veranderingen optreden. Je weet niet hoe en waarom, maar ze gebeuren. De struisvogel heeft weliswaar een externe, maar ook een optimistische locus of control. Hij gelooft niet in eigen competentie, maar des te meer in die van anderen.

Het verschil tussen een pessimist en een optimist wordt wel eens beschreven in een gemeenplaats waarbij de een zegt 'de fles is al half leeg' en de ander 'de fles is nog half vol'.



Maar hier blijft het belangrijkste verschil tussen beiden – de passiviteit van de eerste en de actiebereidheid van de tweede – buiten beeld. De pessimist zal namelijk impliciet of expliciet de conclusie trekken ‘...en straks is hij helemaal leeg’. De optimist ‘...wat kan ik doen om te zorgen dat hij weer vol raakt?’ Welnu de struisvogel zal denken of zeggen: ‘De fles is inderdaad half leeg, maar er zal wel iets gebeuren waardoor hij weer helemaal vol wordt.’

**De vraag is waar** dit passieve optimisme vandaan komt. Er zijn geen algemeen geldende oorzaken te geven. De aangeleerde eigen hulpeloosheid in combinatie met vertrouwen op anderen kan in allerlei opvoedings- en levenspatronen ontstaan. Er wordt wel geopperd dat de jongste van vier of meer kinderen een wat grotere kans loopt tot een struisvogel op te groeien. Sommige van zulke kinderen leren dat ze zelf weinig invloed hebben op wat er zich in het gezin afspeelt. Vooral als de leeftijdsverschillen groot zijn, is datgene waar oudere kinderen mee bezig zijn, van veel meer belang. Met name de oudste zorgt voor allerlei nieuwe ervaringen voor de ouders. Als de oudste dochter haar eerste seksuele ervaringen heeft houdt dat vader en moeder emotioneel meer bezig dan het eerste zwemdiploma van de jongste, ook al zitten ze tijdens het examen aanmoedigend aan de kant. Maar het kleintje wordt wel door iedereen vertroeteld, waardoor het leert leunen op anderen en een vertrouwen in andermans kunnen ontstaat.

Op hun beurt zijn struisvogels meestal alleen maar in staat

anderen oppervlakkige steun te geven. De korte-termijn steun van een opbeurend woord is bij hen in goede handen. Daardoor zijn ze ook wel prettig gezelschap. Maar voor werkelijke steun moet je niet bij hen zijn. De man die tobt omdat zijn zaken slecht gaan, kan zijn zorgen bij zijn struisvogelvrouw niet echt kwijt. Ze luistert wel, maar komt niet verder dan te zeggen dat het misschien allemaal wel mee zal vallen en dat met de tijd meestal ook wel de raad komt.

## *De tobber*

Niets lost zich volgens hem vanzelf op, zelfs het kleinste probleem niet. Er moet iets gebeuren en dat komt allemaal op hem neer. Het ontbreekt de tobber dan ook niet aan inzet. Integendeel: hij eist veel van zichzelf. Het ontbreekt vooral aan know how.

In ieders leven doen zich van tijd tot tijd problemen voor die zich niet onmiddellijk laten oplossen. En wat onopgelost blijft, krijgt in het denkend mensenhoofd voorrang op alles wat zich verder als onderwerp van gedachten kan voordoen. Onafgemaakte vraagstukken blijven neurologische aandacht vragen. Dat is belangrijke oorzaak van het verschijnsel 'iets niet van je af kunnen zetten' en dus van getob hoe of een en ander nu toch moet worden geregeld.

Pas als iets – althans tijdelijk – naar bevrediging is opgelost, kan het plaats maken voor nieuwe gedachtenstromen. Wat naar bevrediging is geregeld wordt door de hersenen kenmerkend afgelegd in een archiefbakje waar voorlopig niet meer

naar hoeft te worden omgekeken.

In ieders hoofd komen bovendien geregeld gedachten op over problemen die zich zouden kunnen voordoen en ook die geven dan soms aanleiding tot getob. Het is de prijs die wordt betaald voor die typisch menselijke mogelijkheid om vooruit te kunnen denken en om veronderstellingen te kunnen maken van wat er nog niet is. Dat heeft zo z'n voordelen, omdat je je dan kunt voorbereiden op wat misschien komen gaat en adequater kunt reageren als het zo ver is. Sommige psychologen hebben in dit verband ook wel eens het begrip 'voorbereidingsangst' gebruikt: door bij voorbaat al enigszins zenuwachtig te zijn, wordt de angst als het ware geleidelijk in lichte doseringen toegelaten, zodat enige gewenning kan ontstaan. Maar het nadeel is dat je je dus ook zorgen kunt maken om niets, omdat het probleem niet op komt dagen.

Thuis wordt meer getobd dan buitenshuis en dat is begrijpelijk. In de huiselijke omgeving is alles zo vertrouwd dat er weinig afleidende prikkels zijn. Vrouwen zonder bezigheden buitenshuis tobben bijvoorbeeld langer over een echtelijk conflict na dan hun man, die op zijn werk allerlei afleidende ervaringen heeft. Dezelfde verklaring is te geven voor de piek van tobberige gedachten tussen negen uur 's avonds en drie uur 's nachts. In de stille, donkere nacht ligt men er van tijd tot tijd zelfs wakker van.

**Kortom, getob is menselijk.** Maar niet ieder mens is een topper. Wie dan wel? Iemand die eigenlijk altijd in beslag wordt genomen door zorgelijke ideeën. Als het piekeren

eenmaal door een voorval in gang is gezet, volgt een niet te stuiten tobberige gedachtenstroom, waarbij het ene beeld tot het andere leidt. Een actuele aanleiding roept gedachten op aan allerlei andere dingen die in het hier en nu nog geregeld moeten worden, wekt bovendien herinneringen op aan wat eerder eigenlijk niet zo bevredigend is verlopen, en leidt ten slotte tot tal van stel-je-nu-eens-voor-dats over toekomstig onheil.

Uiteraard geven sommige levensomstandigheden meer aanleiding tot getob dan andere, maar daarmee is de persoonlijkheid van de tobber niet te verklaren. Er zijn mensen die in de meest zorgelijke situaties de bijbehorende problemen tijdelijk van zich af kunnen zetten. Kampioen hierin is ongetwijfeld Scarlett O'Hara, de hoofdpersoon uit *Gejaagd door de wind* met haar motto 'Ik ga daar nu niet over denken. Daar zal ik morgen verder over nadenken. Morgen is er weer een dag.' Waarin een echo is te horen van de wijsheid van de Prediker: 'Elke dag heeft voldoende aan zijn eigen kwaad'. Maar wie geneigd is tot tobberijen vindt in problematische omstandigheden natuurlijk wel aanleidingen te over. Geldgebrek is bijvoorbeeld een grote boosdoener als eerste aanleiding om een tobberige gedachtenstroom in gang te zetten. Evenals conflicten op het werk en in de huiselijke relaties.

**Toch is het niet zo** dat de tobber louter door belangrijke problemen wordt geplaagd. Het gaat minstens zo vaak om enkele in wezen kleine dingen die, doordat ze zich aan-eenrijgen, elkaar versterken. Schoenen die eigenlijk moeten

worden geruild, omdat ze een maat te klein zijn gekocht. Een slaapkamer die moet worden ontruimd vanwege nieuwe vloerbedekking. Een verplicht etentje bij mensen aan wie je een hekel hebt. Twijfel of op de inmiddels geposte, belangrijke brief wel een postzegel zat. Per ongeluk gewiste, onvervangbare foto's. Stuk voor stuk voor iedereen vervelende dingen, maar die in de beleving van de topper een voor hem ondermijnend verbond aangaan en als ellende worden ervaren. Er ontstaat in zekere zin een verhaal met als rode draad een doorlopende mislukking. Door het aanhoudend gepieker neemt het aanvankelijke probleem in omvang toe door alles wat er in het kielzog mee omhoog komt en wordt daardoor steeds onoverzichtelijker.

**Zo'n sterker dan normale neiging** tot tobben heeft verschillende kanten. Op het eerste gezicht denkt men wel aan depressiviteit en pessimisme, maar dat verband is toch maar betrekkelijk. Depressiviteit heeft te maken met het stemmingsleven, terwijl de oorzaak van tobben aanvankelijk waarschijnlijk vooral in de cognitieve hoek moet worden gezocht. Een neerslachtige stemming kan daarentegen wel het gevolg zijn van aanhoudend gepieker.

Het is ook niet hetzelfde als een pessimistische levensinstelling. Pessimisme heeft te maken met een gebrek aan motivatie: zoeken naar een oplossing, naar greep op het eigen bestaan, heeft volgens de pessimist geen zin. Tobbers zijn juist wel op zoek naar oplossingen en kunnen daar zelfs niet mee ophouden. Zij zitten echter gevangen in een tegenstrij-

digheid in hun zogeheten attributiestijl. Zoals in het hoofdstuk over de struisvogel wordt uitgelegd gaat het daarbij om de richting waarin iemand de oorzaak zoekt van het ontstaan van problemen en van het met succes vinden van een oplossing. Volgens de attributietheorie zijn mensen te verdelen in twee fundamenteel verschillende groepen. Zij die succes en falen van zichzelf en anderen toeschrijven aan aanleg of eigen inspanning en zij die zulk succes en falen toeschrijven aan de situatie: aan de moeilijkheidsgraad van de problemen of aan het toeval van geluk of pech. Pessimisten horen tot de tweede groep en gaan er vanuit dat een mens zelf weinig heeft in te brengen en dat het er nauwelijks iets toe doet of je je inspant of niet. De dingen gebeuren nu eenmaal zoals ze gebeuren. Zij zijn door een overheersend gevoel van machteloosheid gedemotiveerd.

Een tobber daarentegen blijft vasthouden aan de gedachte dat hij zelf oplossingen moet zien te vinden, terwijl hij tegelijkertijd keer op keer niet anders dan moet vaststellen dat dat niet lukt, doordat de omstandigheden voor hem te moeilijk zijn om ze de baas te kunnen worden. Je zou bijna zeggen: was de tobber maar een pessimist, want dan werden hem veel teleurstellingen bespaard. Hij is niet tegen de diverse situaties opgewassen, maar blijft dat wel van zichzelf eisen.

**Die hardnekkigheid** van het idee van eigen inspanning heeft iets te maken met een groot verantwoordelijkheidsgevoel. Een klassieke voorgeschiedenis van een tobber is het kind dat in verantwoordelijkheden is overvraagd en dan keer

op keer moest merken dat het te kort schoot. In het algemeen kinderen die te jong op zichzelf waren aangewezen of bij wie volwassenen te veel steun zochten. Het is bijvoorbeeld de tienjarige jongen die als oudste zoon de man in huis wordt na de echtscheiding van zijn ouders. Zijn moeder overlegt uit eigen onzekerheid voortaan alles met hem. Over wat te doen met het dyslectische zusje, over de conflicten met haar eigen ouders, over een ongelukkige vakantieliefde. Er zijn kinderen die, gezegend met een harmonieuze, rustige aanleg, die rol kunnen spelen. Addy uit *De kleine zielen* van Louis Couperus is zo'n kind, de wijste in huis tussen twee ruziënde ouders. Maar de hierboven genoemde jongen kan dat evenmin als de meeste van zijn leeftijdgenoten, niet aan, terwijl hij wel wil en niet anders doet dan zijn moeder naar de ogen zien. Hij probeert ook van alles. Hij is degene die naar de campingbeheerder gaat om te vertellen dat zijn moeder het hek kapot heeft gereden, maar doet dat zo onhandig dat de man meer schade veronderstelt dan er feitelijk is, wat een reeks misverstanden doet ontstaan. Moeder blijft door zijn jeugd jaren heen een sterk beroep op hem doen, maar geeft hem tegelijkertijd het gevoel dat hij toch steeds net niet dat doet of is waaraan zij behoefte heeft.

Het is het meisje dat haar depressieve vader zo veel mogelijk probeert te helpen, terwijl de moeder vrij en blij door het leven kan blijven vlinderen. Maar zij voelt feilloos aan hoe onbeholpen haar pogingen zijn.

Een jeugd die enerzijds een gevoel heeft doen ontstaan 'het komt op mij aan', en anderzijds niet de gelegenheid heeft



geboden om in gematigd tempo problemen van oplopende kindermaat te leren oplossen. Met een ondermijnd zelfvertrouwen als gevolg. Tobbers staan in het algemeen wat angstig en onzeker in het leven.

**Al jong overvraagd worden** en niet gezegend zijn met een bijzondere aanleg, brengt mee dat je niet de kans krijgt om geleidelijkaan zogeheten ‘coping mechanismen’ aan te leren. Op een leeftijd dat je daar cognitief nog niet toe in staat bent, word je voor bovenmaatse problemen gesteld. Dat wordt dus modderen en modderen blijft het. Tobbers worden gekenmerkt door warrige oplossingsstrategieën, zij hebben geen cognitieve controle. Ze willen zo graag oplossingen zoeken, maar zijn er reuze onhandig in.

In het algemeen worden voor dagelijks gebruik vier coping-mechanismen onderscheiden. De probleemaanpak: kijken of je een oplossing kunt bedenken. De emotieaanpak: je er verder maar niks van aantrekken. Primaire aanpak: de situatie waardoor het probleem ontstaat veranderen. Secundaire aanpak: je eigen gedrag veranderen en aan die situatie aanpassen. Deze vier sluiten elkaar niet uit. Mensen kunnen van aanpak wisselen al naar gelang de omstandigheden. Maar het is wel belangrijk ze uit elkaar te houden en te weten wanneer welke het best passend is. Dat is nu net wat tobbers niet doen en ook niet kunnen. Het spreekt vanzelf dat de emotieaanpak voor hen niet is weggelegd, maar de andere drie gooien ze al denkend voortdurend door elkaar. Ze springen van de ene aanpak op de andere over zonder zich daarvan bewust te

zijn. Daardoor ontstaat de karakteristieke besluiteloosheid, want geen enkele aanpak wordt in alle consequenties door-dacht. De verschillende invalshoeken dwarrelen door elkaar heen. Daarmee is de cirkel rond, want doordat er veel half of heel onopgelost blijft liggen komt bij nieuwe problemen al het oude, dat nog niet in archiefbakjes terecht is gekomen mee omhoog.

Door de onheldere argumentatie die tot een bepaalde beslissing heeft geleid, blijft alle ruimte open om achteraf te denken dat het toch anders had moeten. Twijfel over eerder genomen besluiten vieren bij tobbers dan ook de boventoon. Misschien had ik toch wel moeten gaan skiën. Ik had toch beter lichte stoelbekleding kunnen nemen. Ik had nooit om opslag moeten vragen. Er is ook moeite met het onderscheiden van hoofd- en bijzaken, waardoor het zicht wordt benomen op mogelijke aanknopingspunten voor een oplossing.

**Dit alles leidt niet alleen** tot eigen slapeloosheid, menig bedgenoot wordt door de tobber uit de slaap gehouden, doordat hij of zij niet kan ophouden de tollende gedachtenkluwe ook onder woorden te brengen. Daarnaast lijden tobbers aan nagelbijten, moeheid, maag- en hoofdpijn en zijn zij vaker dan normaal verkouden.

Je zou denken dat zij goed te helpen zijn door hen adequatere denkpatronen te leren en zodoende cognitief beter toe te rusten. Beter beslissingsmethoden zodat ze uit elkaar kunnen houden wat nu opgelost moet worden en wat van later zorg is, waar het nu werkelijk om draait en wat een bijko-

mende zaak is. Maar dat valt soms tegen. Er is een zeker koppig verzet te bespeuren. Tobbers laten zich niet zo makkelijk helpen. Waarschijnlijk zit het bovenmaatse verantwoordelijkheidsgevoel in de weg. Daarbij passen geen eenvoudige oplossingen. 'Het ligt niet zo simpel als jij het voorstelt' is een kenmerkende reactie op een poging tot hulp. Een goede raad aan een topper moet dan ook nooit beginnen met 'Maar je kunt toch gewoon...!', want niks is gewoon en het voorliggende probleem al helemaal niet.

Iets anders dat in de weg kan zitten is dat toppers in hun attributies geneigd zijn een verschil te maken tussen zichzelf en anderen. Wat hen zelf aan gaat mogen zij dan de nadruk leggen op eigen inbreng, ten aanzien van anderen willen zij succes en voorspoed nogal eens toeschrijven aan geluk. Het idee 'alles komt op mij neer' laat soms weinig ruimte om te beseffen dat anderen ook hun portie eigen verantwoordelijkheid hebben te dragen. 'Ja, jij hebt makkelijk praten' hoort degene die wil helpen dan tot zijn of haar verbazing.



## *De doorzetter*

Aan de schrijver Martin Brill werd eens gevraagd: 'Van wie heeft u het meeste geleerd?' Zijn antwoord was: 'Van Rogier Proper: dat je *dóór* moet schrijven, ook als het eerst niks is.' In kort bestek een mooie kenschets van wat een doorzetter bezielt. Beeldend is ook de manier waarop 'doorzetten' bij het zeilen wordt gebruikt. Het werkwoord is trouwens waarschijnlijk ook uit de zeilvaart afkomstig. Als je overstag wilt gaan, moet de wind aan de andere kant van het zeil komen. Dan is er een moment waarop je het zeil door de tegenwind heen aan de andere zijde van het schip moet zien te krijgen. Bij logge tjalken vroeger een heel gedoe.

Een doorzetter is dus iemand die een bepaald gedrag volhoudt, ook al is het moeilijk, soms zelfs tegen de verdrukking in. Meestal is het zo dat de doorzetter afziet van iets prettigs nu, in het vooruitzicht van iets nog prettigers later. In psychologische bewoordingen: hij ziet af van bevrediging van een behoefte op korte termijn met het oog op de bevrediging

van een belangrijkere behoefte op lange termijn. Dat moet je kunnen en doorzetters kunnen dat. Het zijn de mensen die na de dagelijks arbeid in de avonduren studeren om hogerop te komen. Of die gestaag in de weekends werken aan de verbouwing van hun huis, ook als het mooi weer is en het buitenleven lonkt.

Maar doorzetters zijn lang niet altijd voor eigenbelang in de weer. Maatschappelijke organisaties en de goede doelen drijven zelfs voor een belangrijk deel op hun medewerking. Daar zijn immers mensen nodig die niet aflatend anderen te overtuigen, tot medewerking over te halen of tot donateur te maken. Doorzetters bezitten het daarvoor vereiste uithoudingsvermogen, waarbij zij zo nodig eigen voorkeuren en belangen tijdelijk opzij kunnen zetten. Doorzetters kennen de macht van de lange adem, zij zijn gezegend met veel geduld.

**Al met al betekent dit** het kunnen tolereren van frustratie, het kunnen verdragen van het uitblijven van directe behoeftebevrediging. Mensen verschillen in aanleg in de mate waarin zij dat kunnen. Dat wil zeggen dat er eigenschappen zijn die het iemand moeilijker dan wel makkelijker maken om frustratie te verdragen. Wie erg impulsief is bijvoorbeeld of moeite heeft met zich een voorstelling te maken van hetgeen alleen nog maar plannen voor de toekomst zijn, valt doorzetten zwaarder dan een bedachtzame strategisch denker of een kunstenaar die het nog niet bestaande beeldend voor zich kan zien.

Frustratietolerantie heeft te maken met zelfbeheersing, met het kunnen afzien van het onmiddellijke in het hier en nu. Ook daarbij gelden aanlegverschillen, al was het alleen maar in de heftigheid waarmee behoeften zich aandienen. Hoe sterker die zijn des te moeilijker ze zich voor het moment laten afweren. Ook concentratievermogen is een sleutelwoord, want wie zich met aandacht kan richten op een taak, kan daar lang mee bezig blijven.

**Toch is het niet alleen** een kwestie van aanleg, er zijn ook wel omgevingsaspecten aan te onderkennen. Wie kinderen grootbrengt probeert hen te leren niet aan iedere impuls, aan elk verlangen, aan alle behoeften onmiddellijk toe te geven. Een kinderleven is doortrokken van 'op je beurt wachten' van 'nee, nu niet, morgen' en van 'eerst ... en dan mag je'. Dat zijn even zovele manieren waarop ouders proberen frustratietolerantie en zelfbeheersing bij te brengen, al valt het 't ene kind moeilijker dan het andere zijn gedrag er blijvend naar te voegen.

Interessant is ook dat uit onderzoek is gebleken dat oudste kinderen in het algemeen naar verhouding een wat hogere frustratietolerantie en het bijbehorende doorzettingsvermogen hebben. Dat wordt dan verklaard door de ultieme frustratie die zij al heel jong hebben doorgemaakt bij de komst van het tweede kind. Toen kon het verlangen naar de exclusieve liefde en aandacht van de ouders niet langer worden bevredigd. Zij hebben zodoende al vroeg in het leven geleerd dat frustratie onherroepelijk bij het bestaan hoort. Anderzijds

proberen sommige oudste kinderen vervolgens de bewondering van hun ouders te krijgen door 'knappe' dingen te doen, daarbij aangespoord door het gegeven dat zij zonder meer al allerlei dingen inderdaad beter kunnen dan het jongere broertje of zusje. Dat kan worden gezien als een leerschool in een aanhoudende neiging tot presteren, tot doorzetten, ook als het tegenzit. Ook uit het feit dat Martin Bril zei het 'doorschrijven' van Rogier Proper te hebben geleerd, valt op te maken dat je jezelf daartoe kunt zetten. Net zoals je geduld kunt oefenen.

**Doorzettingsvermogen heet** in het Engels *persistence* en in de persoonlijkheidstheorie die bekend staat als *Big Five*, hoort die eigenschap bij de dimensie *conscientiousness* (in het Nederlands zorgvuldig-onzorgvuldig). Een dimensie is een cluster van eigenschappen die in mensen vaak samengaan. Iemand die hoog scoort op *conscientiousness* maakt meestal af waar hij mee begint, kan zich op een taak concentreren, is gemotiveerd iets te bereiken, zet door, ook als het tegenzit, is energiek en heeft plezier in het presteren. Vooral dat laatste is interessant, want het betekent dat de doorzetter weliswaar een directe bevrediging van een behoefte laat schieten vanwege een later effect, maar dat het niet alleen maar lijden en afzien is voor de goede zaak. Deze inzet als zodanig levert hem een ander soort bevrediging op. Die van het onder de knie krijgen van een taak of vaardigheid. Hij is, zoals dat in de Engelstalige literatuur wordt genoemd *mastery-oriented*. Daar hoort een heel fraai lijstje bij. Zulke



mensen voelen zich persoonlijk verantwoordelijk voor succes of falen, zij geven noch anderen, noch omstandigheden de schuld, maar kijken voor de oorzaak in de richting van eigen inzet en motivatie. Zij vergelijken zichzelf niet zozeer met anderen, als wel met eigen eerdere prestaties: ga ik vooruit of niet. Zij hebben voorkeur voor taken die steeds iets moeilijker zijn, willen niet blijven herhalen wat ze al kunnen of kennen, en zijn optimistisch over wat ze in de toekomst nog aan nieuws zullen kunnen leren of doen. En dus niet te vergeten: ze maken af waaraan ze zijn begonnen.

Doorzetters zijn ook de dat-heb-ik-nu-eenmaal-beloofd-en-dus-moet-ik-het-ook-doen-mensen. Misschien met tegenzin, maar wat moet moet. Er bestaat immers ook nog zo iets als verplichting? 'Ik heb toch op me genomen om Mia's boekhouding op orde te brengen. Ja, dat kost me een flink aantal vrije avonden. Niks aan te doen,' zegt de ware doorzetter.

**Na al dit moois** is het nodig ook enige negatieve kanten te noemen. In de eerste plaats is het niet zo dat doorzetters met hun lange adem alleen het goede nastreven. Zij kunnen hun gave ook voor slechtigheid inzetten. Wat bijvoorbeeld te denken van de crimineel die levenslang heeft gekregen en zes jaar gestaag toewerkt naar het moment dat hij naar een psychiater buiten de gevangenis zal mogen voor een onderzoek. Uit zelfstudie weet hij dat dit de enige deskundige is op het terrein van een zeldzame psychische afwijking. Hij bouwt simulerend door de jaren heen heel langzaam dit ziektebeeld op van vage symptomen tot diepe stoornis, terwijl

hij ook met de kleinste kruimels informatie de ontsnappingsmogelijkheden uitpluist. Hij neemt de bij de ziekte horende ongemakken en vernederingen voor lief en laat zelfs ontsnappingsmogelijkheden, die zich tussentijds voordoen schieten. Ook dat is doorzetten.

Een tweede wat negatief aspect is dat de geconcentreerdheid op het latere doel soms wat weinig sociaal kan uitpakken, doordat de omgeving mee moet uitwijken naar de langere termijn, ook als dat niet bij hun aard past en dus kans levert op conflicten. Daarnaast ligt een zekere rigiditeit op de loer, een vernauwing van het blikveld.

Doorzetters moeten er dan ook voor waken zich niet tot doordrammers te ontwikkelen. Dat gebeurt als zij de eisen die zij aan zichzelf stellen ook aan anderen voorhouden. Dat kan in het persoonlijke vlak. Hoe veel goed bedoelde, maar tot vervelens toe herhaalde raadgevingen komen dan niet uit hun mond, die beginnen met 'Als ik jou was, dan zou ik ...' Maar die ander is niet als zij en doet niet wat hem wordt aanbevolen. Wat hem op den duur komt te staan op een verongelijkt 'dan moet je het zelf maar weten ook.'

Het doordrammen kan zich ook voordoen als de doorzetter zich inzet voor een doel ten algemene nutte. Natuurlijk is het de aanhouder in hem die uiteindelijk wint, maar als anderen alleen maar meewerken om van zijn eeuwige gedram af te zijn en niet uit respect voor zijn inspanningen, doet dat de zaak op langere termijn geen goed.

Ook moet de doorzetter zich niet laten voorstaan op zijn prestaties, want dan wordt hij al snel als een uitslover gezien.

En vooral ook niet denken 'wat ik kan bereiken, kan een ander ook', want dat is dus niet zo. Er is een bepaalde karakterconstellatie voor nodig.

**Het valt niet te ontkennen** dat aan doorzetten een nogal burgerlijk tintje kan zitten. Nu-niet-leuk-maar-goed-voor-later staat tegenover het leven van dag tot dag, tegenover morgen-zien-we-wel-weer. In burgermansogen een gruwel. Men hoort vooruit te denken en te zorgen voor morgen. De samenleving als geheel moet het ook wel van zo'n mentaliteit hebben. Maar er moet ook ruimte zijn voor flierefluiters. Bovendien geldt voor een deel van de bevolking dat er nog maar heel kort geleden weinig vooruit te denken viel en men alleen maar bij de dag kon leven. Lange-termijn-denken is in zekere zin een luxe, die velen zich nog maar sinds een enkele generatie kunnen permitteren.

Tot aan het begin van deze eeuw leefden arbeiders in wat in de psychologie 'geleerde hulpeloosheid' wordt genoemd: de ervaring dat het altijd anderen zijn die bepalen wat er met je en rond je gebeurt. In afhankelijkheid overgeleverd aan de bazen. Dan valt er niet veel voor het eigen leven te plannen en heb je aan de zorg voor de dag van vandaag al de handen vol. In zo'n milieu waarin de mensen van generatie op generatie van de hand in de tand hebben moeten leven, heeft men een diepgewortelde levenshouding van zich richten op wat zich onmiddellijk als mogelijkheid aandient, ook al is men niet langer arm in de oude betekenis van het woord. Wat eventueel in het verdere verschiet kan liggen heeft geen zeg-

gingskracht. Daardoor raken mensen in de schulden doordat zij kopen op afbetaling. Nu telt alleen de nieuwe auto. De toekomst van maandelijkse betalingen is geen voorstelbare realiteit, laat staan de berekening dat men uiteindelijk meer dan het dubbele van de prijs zal hebben betaald.

Als wordt gezegd dat de Nederlandse arbeiders zijn verburgerlijkt, slaat dat dan ook vooral op het feit dat men zich een toekomstplannende mentaliteit heeft eigen gemaakt. Maar dat is niet iedereen gelukt. De achterblijvers zitten nog steeds in de korte termijn gevangen. Het is niet te zeggen of onder hen nog doorzetters van aanleg zijn te vinden of dat alle eventueel in aanleg aanwezige neiging tot doorzetten is gedoofd.

**Het karaktertype van de** doorzetter moet overigens vooral niet worden verward met dat van de doordouwer. In het dagelijks spraakgebruik worden ze wel eens door elkaar gehaald. Maar dat is te veel eer voor de doordouwer en doet de doorzetter te kort. Er bestaat tussen deze twee nogal wat verschil.

Wat zij gemeen hebben is hun energie. Wie niet vitaal is zal het noch tot zetter, noch tot douwer kunnen brengen. Wat zij gemeen hebben is ook dat beide typen vinden dat er absoluut iets moet gebeuren, moet worden bereikt, tot stand moet worden gebracht. Maar het motief waardoor hun gedrag wordt geleid, het waarom achter hun energieke inspanning is verschillend. Het belangrijkste motief achter het gedrag van de doordouwer is niet zo zeer gelegen in plichtsbetrachting

en eigen verantwoordelijkheid als wel in het egocentrische eigenbelang waarvoor anderen moeten wijken.

De doordouwer kent dan ook niet zoals de doorzetter die persoonlijke variant, waarbij men op een bepaald punt louter zichzelf inzet voor het eigen bestaan – de studie, het huis. De douwer is altijd bezig met het inzetten van anderen. Er is niet zozeer zelfbeheersing maar overheersing van anderen.

**Doordouwers zijn** ook meer mensen van de korte baan. Niet bedachtzaam en vasthoudend, maar wat driftig en impulsief. De frustratietolerantie is laag en het ongeduld groot. Het moet hier en nu gebeuren, liefst zo snel mogelijk. Als het niet goedschiks kan, dan maar kwaadschiks. Belemmeringen worden niet door overreding weggenomen, maar moeten worden opgeruimd. Na afloop van een vergadering hoor je dan de woedende opmerkingen van mede-vergaderars dat een bepaald besluit hen 'door de strot geduwd' is. Plastischer is het verschil met de doorzetter niet aan te geven. Die duwt niet. Hooguit trekt hij onvermoeibaar aan anderen om hen tot medestander te maken. 'Je zou er nog over nadenken, weet je wel, heb je dat al gedaan? Nee, nou dan wacht ik nog wel even en bel nog wel eens.' Waar de doorzetter anderen als een zachte manipulator op de door hem gewenste gedachten probeert te brengen om het doel te bereiken, is de doordouwer hardhandiger in zijn benadering. Zijn aanpak houdt meer ellebogenwerk in.

De echte doorzetter kan als het moet, eigen belang opzij zetten, de doordouwer wordt door eigenbelang geleid. De

doorzetter zet zichzelf in, de doordouwer gebruikt anderen. Soms kun je daar vrede mee hebben, omdat het resultaat voor velen positief uitpakt, maar in het algemeen is een doordouwer in een organisatie minder effectief dan een doorzetter, omdat hij vijanden maakt, die hun kans afwachten om terug te meppen. Op een doorzetter wordt wel gemopperd – daar heb je hem weer – maar als hij niet dramt waardeert men ook dat hij zichzelf niet spaart en zich inspant.

Dat men in de dagelijkse omgang de typering door elkaar heen gebruikt is niet zo vreemd, omdat je je op beide persoonlijkheden kunt verkijken.

Bij de doorzetter gebeurt dat dus als hij zich in de buurt van het gedram gaat begeven. Dan kan hij de schijn van onbeheerste douwer op zich laden. Van zijn kant kan de doordouwer zich als doorzetter voordoen. 'Zij wilde eigenlijk niet naar Spanje, maar ik heb toch maar doorgezet,' zegt de man die zonder verder overleg met zijn vrouw de reis heeft geboekt. Maar zij, door ervaring wijs geworden, heeft niet eens geprobeerd hem op andere gedachten te brengen. Het is misschien niet eens zo zeer dat de doordouwer naar Spanje wil. Het is meer een kwestie van iets bedacht hebben en dan niet kunnen uitstaan dat het niet ook gebeurt, om het even of het om Spanje of Groenland gaat. Alleen een doorgewinterde doorzetter kan aan zo'n man misschien tegenspel geven.

## *Het zondagskind*

Voor geluk geboren, dat is ie. Zo wil althans een oude wijsheid. Geboren op de dag dat niet hoefde te worden gewerkt, lekkerder werd gegeten dan op andere dagen en de mooie kleren uit de kast kwamen.

Maar voor welk geluk? Geluk hebben? Of gelukkig zijn? Dat is niet hetzelfde. Het eerste komt een mens van buiten toevallen, terwijl het tweede een innerlijke gemoedsgesteldheid is. Het eerste staat tegenover pech, het tweede tegenover somberheid.

Meestal stemt het iemand wel gelukkig als het fortuin hem treft, maar dat hoeft niet altijd zo te zijn. Schoolvoorbeeld zijn de miljoenenwinnaars uit de loterij. Ze raken nogal eens emotioneel van slag door de plotselinge rijkdom, in plaats van door een warm geluksgevoel te worden bevangen. Dit kan komen door het onverwachte en bijzondere van het geluk dat zo'n winnaar treft, samen met de overdonderende hoeveelheid geld. Het meeste geluk dat een mens heeft is

echter klein, zoals wanneer de felbegeerde, maar veel te dure laarzen opeens voor de halve prijs in de etalage staan.

Een zondagskind is in de ogen van anderen iemand die het altijd goed treft – en die daar dan ook niet meer van in de war raakt – en bovendien gaat het om een opeenstapeling van klein geluk en niet om het in één keer slaan van een grote slag.

Bij een zondagskind gaat het hebben van geluk ook meestal samen met in het algemeen gelukkig zijn. Maar dat wil niet zeggen dat het eerste de oorzaak is van het tweede. Het zou ook kunnen zijn dat beide het gevolg zijn van en onderliggende derde factor. En omdat zondagskinderen in alle leeftijdscategorieën voorkomen, bij beide seksen, in alle sociaal-economische klassen van de bevolking, opleidingsniveaus en etnische groeperingen, ziet het er naar uit dat die factor iets te maken heeft met hun persoonlijkheid.

**‘Pieter heeft echt altijd geluk’**, zeggen de mensen uit zijn familie- en vriendenkring, en ze zijn niet eens meer verbaasd over zijn volgende succes. Ondanks de kamernood vond hij als student een hele etage voor een redelijke huur. Hij trof bij het rijexamen natuurlijk weer iemand die een paar fouten door de vingers zag. Hij kreeg zomaar via iemand die hij voor het eerst ontmoette een uitnodiging mee te zeilen bij het overvaren van een boot naar Griekenland. En uiteraard had hij direct na zijn opleiding een interessante baan. Wie dergelijk ‘geluk’ opvat al iets wat iemand zomaar overkomt, ziet het leven als een loterij waarbij vals wordt



gespeeld en de goede en slechte kansen eenzijdig worden verdeeld. En het gaat er in het leven natuurlijk ook niet eerlijk aan toe, maar het is de vraag of dat komt door een onrechtvaardig uitdeelpatroon van aangenaam bezit en prettige ervaringen – een mooie etage, een avontuurlijke zeiltocht – of dat bepaalde persoonlijkheidseigenschappen niet eerlijk zijn verdeeld. Is het zondagskind misschien bedeed met een extra gunstige combinatie van eigenschappen en daardoor op enigerlei wijze zelf betrokken bij het binnenhalen van goede kansen? Daarmee is niet gezegd dat zondagskinderen bewust uit zijn op al het goede dat hen ten deel valt, en er actief naar toe werken. Het zijn juist vaak géén doelgerichte strevers en ambitieuze carrièremakers.

Natuurlijk liggen de persoonlijkheidseigenschappen van zondagskinderen niet vast, laat staan dat ze mooi gerangschikt zijn. Het gaat meer om een richting waar enkele karakteristieken op een gunstige manier blijken samen te komen.

**Eén eigenschap is hierboven** al even aangestipt, zij het in ontkennende zin: het zondagskind is niet uitgesproken ambitieus, niet planmatig en doelgericht op zoek naar het vervullen van wensen. Eigenlijk scoort hij op geen enkele persoonlijkheidseigenschap extreem hoog. Misschien schuilt daarin wel het geheim, dat hij in allerlei opzichten wel aan de gunstige kant, maar nergens aan het uiterste zit. Dat voorkomt bijvoorbeeld een eenzijdige belangstelling, een speciale gerichtheid die het zicht beneemt op andere mogelijkheden. En een extreme uitgesprokenheid maakt iemand

misschien ook maar voor een beperkte groep medemensen interessant. Het zondagskind daarentegen is sociaal-emotioneel breed inzetbaar.

Aan de hand van de moderne persoonlijkheidstheorie van de *Big Five* laat zich een en ander aardig illustreren. Daarin wordt uitgegaan van vijf basiskenmerken waarop wij geneigd zijn onszelf en onze medemensen in te delen. We geven van een persoon die we moeten beoordelen typering van een gedrag in een specifieke situatie ('Als hij te laat komt zal hij zich nooit verontschuldigen'), van kenmerkend gedrag in het algemeen ('Ze is eigenlijk altijd opgewekt') en van eigenschappen ('Hij is lui'). Bij statistische analyse van al die beschrijvingen door grote aantallen beoordelaars, blijkt dat bepaalde typering met grote regelmaat in combinatie voorkomen en dus groepen vormen. En uiteindelijk gaat het dan op vijf tegenstellingsparen: Extravert of Introvert, Vriendelijke of Onvriendelijk, Zorgvuldig of Onzorgvuldig, Stabiel of Instabiel, Ideeënrijk of Ideeënarm.

Deze tien benamingen staan niet voor concrete eigenschappen, maar zijn bedoeld als abstracte, overkoepelende begrippen, waar specifieke eigenschappen in onder te brengen zijn. Zoals een concrete stoel en een concrete bank horen tot de overkoepelde groep en het abstractere begrip 'meubels', zo horen eigenschappen als behulpzaam, arrogant, impulsief, ongeduldig en geestig tot de groep Vriendelijk-Onvriendelijk. Maar anders dan bij meubels – waar een stoel nooit in een bepaalde mate een stoel is, maar gewoon een stoel of niet – gaat het bij eigenschappen wél om dimensies, lopend van

het ene uiterste van het tegenstellingspaar naar het andere. Iemand's persoonlijkheidsprofiel bestaat dan uit de mate waarin hij of zij op elk van de vijf schalen is onder te brengen. Interessant is nu dat de uitersten aan beide kanten in veel gevallen een negatieve kleuring hebben. Stabiel is mooi, maar extreem stabiel heeft iets ijzeren-Heinigs. En hoe prettig zorgvuldigheid ook is, extreem zorgvuldig ligt dicht in de buurt van dwangmatige perfectie.

Welnu, als mensen die als zondagskinderen te boek staan door anderen zouden worden beoordeeld op hun gedrag en kenmerkende eigenschappen, is de kans groot dat zij van de uitersten wegblijven, zonder daarbij in het kleurloze midden terecht te komen.

**Dat maakt hen tot prettig** gezelschap. Ze zijn niet briljant, steken niemand de ogen uit en zijn daardoor geschikt als allemansvriend, een type dat nu eenmaal veel goede gezindheid op zijn weg vindt. Het zondagskind stelt enerzijds een onzekere gesprekspartner op zijn gemak en vijzelt niet zelden diens zelfvertrouwen op, anderzijds is hij geen bedreiging voor het ego van een eerzuchtig medemens, omdat die geen enkele rivaliteit bespeurt. Misschien is dit wel het wezenlijke van het enigszins ongrijpbare begrip 'charme'. Het zondagskind is charmant, maar zonder de dubbele bodem van manipulerend charisma. De charme wordt niet opzettelijk gebruikt, niet bewust ingezet. Er is eerder een onbevangen echtheid, waardoor hij anderen voor zich inneemt. Daardoor is de kans dat hij geluk 'aantrekt' groter dan op

grond van louter toeval verwacht zou mogen worden. Pieter praatte op het personeelsfeest van het bedrijf waar hij een bijbaantje had net zo ontspannen met de verlegen jongen uit het magazijn, als in de gang van zijn hogeschool met de voorzitter van het College van Bestuur. Op beiden maakt hij een uiterst plezierige indruk. Bij de een als 'iemand die echt geïnteresseerd is', bij de ander als 'een vent waar je wat aan kunt hebben'. Zo kwam hij indirect aan die kamer en die zeiltocht. De magazijnbediende wist dat zijn oma voor de veiligheid wel graag een sterke jongeman in huis wilde hebben. En de voorzitter wist dat zijn broer nog iemand voor de bemanning zocht.

**En hiermee komt** een andere mogelijke persoonlijkheidstrek van het zondagskind in zicht: Pieter is contextgevoelig. Dat begrip komt uit de intelligentietheorie van Sternberg, die in de traditionele opvattingen over intelligentie een driedeling aanbracht: analytisch denken, creativiteit en het vermogen zich in praktijksituaties aan te passen – de contextgevoeligheid. Sternberg noemde het de drie componenten van intelligentie en probeerde tests te ontwikkelen die deze drie beter naar voren zouden kunnen halen dan de traditionele IQ-tests. Geteste personen zouden daarmee beter tot hun recht komen, omdat sommigen op één component buitengewoon begaafd kunnen zijn en op de andere twee matig, of zelfs nauwelijks. Nuances die bij een algemeen intelligentiequotiënt wegvallen.

Bij zondagskinderen is de contextgevoeligheid hoog, zonder

weer in extremen te vervallen, zoals mensen die situaties echt ten eigen bate naar hun hand weten te zetten.

Deze derde component heeft veel te maken met wat ook wel 'sociale intelligentie' wordt genoemd. Aanvoelen wat mensen in de omgeving bezighoudt, wat speelt in situaties waarin je je bevindt. Niet in een nauwgezette speurtocht met een fijne neus, maar met een natuurlijke, onwillekeurig uitgestoken antenne.

Sociale intelligentie ligt dicht aan tegen wat tegenwoordig door de publicaties van Daniel Goleman ook wel emotionele intelligentie wordt genoemd. Naast een redelijk verstandelijk niveau, is het voor succes in het leven minstens zo belangrijk hoe je emoties waarneemt en hanteert. Door zelfreflectie inzicht hebben in eigen emoties, ze durven toelaten, maar ze ook wanneer nodig weten te beheersen. Gevoelens van anderen kunnen inschatten en er door inlevingsvermogen rekening mee kunnen houden. Het nieuwe dat Goleman aan het oude begrip sociale intelligentie heeft toegevoegd is dat hij heeft geprobeerd er een neurologische basis aan te geven. Denken en voelen hebben beide zenuwcircuits in de hersenschors en zijn niet los van elkaar te beschouwen. Er is integratie tussen gevoel en verstand, en als een van beide tekortschiet, is dat ten nadele van het effect van de combinatie. Kunnen inschatten (verstand) wat andere mensen emotioneel (gevoel) bezighoudt, is daarvan een kenmerkend voorbeeld. Pieter merkte waar de onderhuidse conflictstof lag in de relatie tussen artsen en verplegend personeel in het ziekenhuis waar hij zijn vakantiebaantje had en maakte dat tot onderwerp van

zijn afstudeerwerkstuk. De actuele relevantie ervan werd onmiddellijk onderkent, trok de aandacht van de vakpers en dat was de aanzet tot zijn eerste baan.

**Het analytisch vermogen** hoeft niet sterk ontwikkeld te zijn: een echt zondagskind heeft niet zo'n uiterst scherp verstand waarmee hij anderen al discussiërend aftroeft en in de schaduw stelt. Creativiteit is er meestal wel in ruime mate, zij het ook weer niet in extreme vorm. Het is niet de man van honderd doldwaze ideeën waarvan er twee geniaal zijn. Het komt meer neer op het vermogen de standaard gang van zaken te doorbreken en een vastgelopen vraagstelling eens van een andere kant te bekijken. Daardoor zijn zondagskinderen op een constructieve manier inspirerend voor anderen. Gecombineerd met de contextgevoeligheid zijn ze vaak op het juiste moment op de juiste plaats om gevraagd te worden voor een aantrekkelijke functie of om promotie te maken. Wat hun reputatie als geluksvogel weer eens bevestigt. Kenmerkend is echter dat zij het beste gedijen op een plek in een of andere subtop. Het zijn, op welk functioneringsniveau dan ook, de ideale assistent-afdelingshoofden, vice-voorzitters, co-managers, plaatsvervangende voormannen en adjunct-directeuren. Dat heeft ook weer allerlei gelukbrengende voordelen. Ze maken wel deel uit van het invloedscentrum, maar dragen geen verantwoordelijkheid voor het geheel. Hun gematigdheid, weg van het extreme, maakt hen niet zo geschikt voor het nemen van harde beslissingen en het doorhakken van knopen. Zondagskinderen kunnen zich enigszins

in de luwte van de macht bezighouden met deelvraagstukken. Door het ontbreken van zware verantwoordelijkheid is de werkdruk niet zo groot, blijft er tijd voor 'andere dingen' en een ontspannen levenshouding, wat een versterking kan geven van de indruk dat het zondagskind het maar makkelijk heeft.

Stoot hij toch door naar de top, dan is hij meestal geen succes. Vanwege zijn charme worden veel missers hem wel vergeven, maar in de praktijk komt het er na verloop van tijd op neer dat hij het verantwoordelijke werk charmant delegeert.

**Van de andere eigenschappen** die kunnen worden genoemd, vallen de opgewektheid en het optimisme op. Zondagskinderen zijn bijna altijd goed gehumeurd, waardoor ze prettig voorspelbaar in de omgang zijn. Het maakt daarbij wel verschil of het gaat om gelijkmatige blijmoedigheid of om uitbundige vrolijkheid. Het eerste type zondagskind kan door een levensgezel die behoefte heeft aan opwinding en verrassing, toch wat saai gevonden worden, maar bij de tweede komt men ruimschoots aan zijn trekken.

Ze zijn ook optimistisch, niet tegen beter weten in, maar op een je-weet-maar-nooit-je-kunt-het-altijd-proberen-manier. Dat zit in kleine dingen. Een concert is drie maanden van tevoren al uitverkocht, maar Pieter gaat toch de dag ervoor nog maar even informeren en krijgt een kaartje.

Maar optimisme openbaart zich vooral bij grotere gebeurtenissen. Want een zondagskind krijgt natuurlijk ook gewoon zijn deel van 's levens narigheid. Ook hij kan een dochtertje

hebben dat op school niet kan meekomen, door brand zijn fotoboeken kwijtraken of betrokken zijn bij een auto-ongeluk. Het is alleen door de manier waarop hij daarmee omgaat dat zulk onheil minder opvalt. Actief optimisme betekent dat iemand geneigd is na te gaan wat hij zelf zou kunnen doen om de narigheid te verzachten of weg te nemen. Daarvoor is het nodig eigen en andermans emoties naar waarde te kunnen schatten en onder ogen te zien, maar er zit ook een motivationeel aspect aan: zichzelf kunnen aansporen tot het zoeken van afleiding, van verbeteringen, van troost. Het is mede door deze houding dat voor de buitenwereld het eenzijdige beeld intact blijft van het zondagskind wie alleen maar geluk komt aanwaaien.





