

*Wie wij zijn. Tussen verstand en verlangen* van Frank Koerselman is een hoogst actueel boek, nu in de media, in de kroeg en langs het voetbalveld hartstochtelijk (en niet zelden venijnig) wordt gediscussieerd over zaken als Zwarte Piet, het Wilhelmus, 'voltooid leven' en de opvang van asielzoekers. Hoe verschillend ook, al deze onderwerpen gaan over onze identiteit, over wie wij zijn en willen zijn; ze raken ons in het hart. In eenvoudige stijl, zonder jargon en met aansprekende voorbeelden zet Frank Koerselman (emeritus hoogleraar psychiatrie en psychotherapie) de lezer aan om na te denken over zichzelf en de westerse samenleving. Voetnoten zijn in dit boek afwezig, maar de diepgang en reikwijdte van deze eenvoud is op elke pagina voelbaar.

Het is een verrukkelijk wijs boek ('Depressie is verlies zonder acceptatie; verdriet met acceptatie noemen we weemoed'), een heerlijk realistisch boek ('Uit verkeerd begrepen eigenbelang willen mensen zich veilig terugtrekken achter de nationale grenzen, maar begrijpelijk is het wel want verdraagzaamheid is een luxe voor mensen die zeker kunnen zijn van zichzelf'), het is een prikkelend boek ('Wat ik hier doe is nogal riskant, want verwijzing naar godsdienstige, laat staan christelijke thema's, roept bij veel mensen intense afkeer op') en het is ook een geëngageerd boek ('Wie

# De psychologische dynamiek van botsende verlangens

BOEKBESPREKING

Frank VERBORG

**BESPROKEN**

Frank Koerselman (2016). *Wie wij zijn. Tussen verstand en verlangen*. Amsterdam: Bert Bakker. ISBN 978 90 351 3699 1

maar vaak genoeg roept dat bejaarden in tehuizen in hun poep liggen en dat de urine hun langs de enkels druipt, creëert vanzelf een klimaat van angst waarin de dood een betere uitkomst lijkt').

### **Invalshoek**

Wanneer we de psychologie opdelen in drie domeinen - de naturalistische neuropsychologie (wij zijn ons brein), de cognitieve gedragspsychologie (gedrag wordt gestuurd door aangeleerde associaties) en de psychodynamische gedragspsychologie (we worden voortbewogen door ons verlangen) - is dit boek duidelijk van de derde soort. Het is aangenaam om weer eens een boek over gedrag te lezen waarin je niet struikelt over onnodige 'brainspeak' en hersenplaatjes. Koerselman kiest als uitgangspunt het verlangen als bron van gedrag. En tot die bron heb je via je gevoel zelf direct toegang. Dit heeft voor de lezer als gunstig effect dat wat hij schrijft een directe dialoog aangaat met de eigen ervaringen.

Mensen verschillen, zegt Koerselman, en het is niet gemakkelijk om de persoonlijkheid van iemand te vatten. Goede schrijvers en cineasten kunnen dat, maar over het gebruik van allerlei systemen (zoals de Big Five en de DSM-5) om de persoonlijkheid in kaart te brengen is hij niet enthousiast. In de bedrijfstak waar ik zelf werkzaam ben - de coachings- en begeleidingsindustrie - verdient men zich echter helemaal blauw met het gebruik van dergelijke instrumenten en systemen die objectief proberen vast te leggen hoe iemand is (vaak in de vorm van gekleurde spinnenwebben, taartpunten en staafdiagrammen). Mensen laten zich echter moeilijk vangen in systemen. Mijn voorkeur heeft het daarom om in een open gesprek te luisteren naar wat iemand als 'eigen' ervaart. 'Voor het besef wat je als je identiteit voelt', zegt Koerselman, 'is dat eigene waarschijnlijk veel belangrijker.'

### **Verlangen**

De evolutie heeft ons uitgerust met een eenvoudig mechanisme waarmee we de situatie waarin we ons bevinden beoordelen: 'Erop af!' of 'Wegwe-

zen!' We scannen van elke situatie de betekenis: schadelijk of onschadelijk? Het kompas van lust en onlust doet overal zijn werk. Lust- en onlustgevoelens worden bepaald door onze behoeften, die de drijfveer vormen van het handelen en ons motiveren iets hartstochtelijk op te zoeken of juist angstvallig te vermijden. Zo verlangen we ernaar om geaccepteerd te worden en zijn we bang om in de steek gelaten te worden. Om ons gedrag goed te begrijpen - en dat is de kerngedachte van het boek - moeten we een scherp beeld hebben van de behoeften en verlangens die er voor ons echt toe doen.

Sigmund Freud meende dat onze behoeften hun oorsprong vinden in de lichamelijke lustbeleving, legt de auteur uit. Anderen die in Freuds traditie stonden (zoals John Bowlby) verbreedden dat uitgangspunt en leggen nadruk op de basale sociale behoefte aan intermenselijk contact, zoals je bij moeder op schoot veilig en geborgen voelen ('attachment'). Geknuffeld en gekoesterd worden zijn even belangrijk als eten en drinken.

Erik Erikson onderscheidde acht verschillende sociale behoeften, afhankelijk van de levensfase waarin iemand zich bevindt.



Drs. F.J.M. Verborg is zelfstandig managementcoach te Utrecht. Website: [www.frankverborg.com](http://www.frankverborg.com). E-mail: [frank@frankverborg.com](mailto:frank@frankverborg.com).

Koerselman is gecharmeerd van Erikson, maar reduceert deze veelheid handzaam tot drie behoeften of verlangens (hij gebruikt deze beide begrippen als synoniem). Deze drie verlangens, die zich gaandeweg in de ontwikkeling van een kind ontvouwen, blijven voortdurend actief als het kind eenmaal volwassen geworden is. Ten eerste het verlangen naar veiligheid, geborgenheid en acceptatie: je veilig weten en geen angst hoeven te hebben, ergens bij horen, je thuis voelen, deel uitmaken van een groter geheel. Maar, zegt Koerselman, wie in een veilige haven verkeert, wil op enig moment ook uitvaren. Wanneer eenmaal voldaan is aan de behoefte aan 'basic trust', ontstaat er een tweede behoefte: die van het verlangen naar vrijheid, autonomie en zeggenschap. Het kleine kind begint dan met nee-zeggen en roept: 'Ikke zelf doen!' En die behoefte aan een eigen plek, waar je eigen baas kunt zijn en zelf zeggenschap hebt, blijft doorgroeien tot in de volwassenheid.

De derde basisbehoefte gaat over concurrentie en het verlangen naar erkenning en status. Wanneer een kind zich eenmaal heeft losgemaakt uit de veilige greep van moeder (of andere primaire verzorgers) dan stuit het in huis op concurrenten, in de vorm van broertjes of zusjes, of - als die er niet zijn - crèche- of klasgenootjes. Wie is de liefste? Wie is de sterkste? Er ontstaat behoefte om opgemerkt te worden en zich een plaats te verwerven op de hiërarchische ladder.

### **Dynamiek**

De drie sociale basisbehoeften liggen niet als makke schapen naast elkaar, maar komen noodzakelijkerwijs met elkaar in botsing: 'Omdat onze basisbehoeften strijdig zijn, betalen we voor de bevrediging van de ene met de frustratie van de andere.' Zo gaan gebor-

genheid, onderdeel zijn van een groter verband en de bijbehorende hiërarchie en gehoorzaamheid ten koste van autonomie.

Autonoom zijn betekent nogal eens dat je je losmaakt uit een groter verband, terwijl je daar eigenlijk ook bij wilt horen. Of omgekeerd: je hoort ergens bij, maar wilt eigenlijk ook wel op eigen benen staan. Dit laat zien, zegt Koerselman in navolging van Freud, dat we verstrikt zijn in botsende verlangens. Tussen deze conflicterende verlangens naar veiligheid, vrijheid en erkenning moeten we voortdurend onze koers bepalen. Deze psychologische dynamiek van ons zijn in de wereld vormt de rode draad in het boek. Wie gedrag wil begrijpen moet, aldus de auteur, terug naar de basis - naar de hiërarchie van botsende verlangens - en zich afvragen welk verlangen op welk moment de boventoon voert. Voor de een is veiligheid belangrijker, voor de ander autonomie, voor een derde erkenning.

Maar er zijn ook collectieve voorkeuren, afhankelijk van de tijd en cultuur waarin we leven. Koerselman probeert de steeds veranderende tijdgeest te begrijpen vanuit een verschuiving in de balans tussen de basisbehoeften. Zo beschrijft hij uitgebreid de geschiedenis van onze collectieve seksualiteitsbeleving. Toen rond 1968 de naoorlogse basisbehoefte aan geborgenheid was vervuld, ontstond er ruimte voor een onstuimig verlangen naar autonomie en 'vrije seks'. Slaat de slinger van de klok anno 2018 weer terug? Waarom verdwijnt nu op sommige vlakken (bijvoorbeeld wat betreft pedofilie) het vrijheidspathos van toen? En waarom is een tijd überhaupt rijp voor verandering?

Koerselman zoekt telkens naar een psychodynamisch antwoord: betekenissen veranderen, als de hiërarchie van behoeften verandert. De psychologische dynamiek werkt als volgt. Een vervuld verlangen voelen we niet langer en voor elk vervuld verlangen (bijvoorbeeld autonomie) betalen we een prijs (zoals eenzaamheid, ontworteling, ontrouw of zelfgenoegzaamheid). Maar vanaf het moment dat de behoefte bevredigd is, ervaren we de prijs die we daarvoor betalen als navenant te hoog. Daarom verlangt de huidige tijdgeest paradoxaal genoeg, nu autonomie de dominante waarde is geworden en ook volop is gerealiseerd, weer hartstochtelijk naar geborgenheid en gemeenschap. Zo beweegt de slinger telkens heen en weer.

### **Identiteit**

Hoe we balanceren tussen de drie basisbehoeften bepaalt, volgens Koerselman, wie we zijn. En daarmee gaat het boek over een van de meest brandende thema's van onze tijd: identiteit. Wie ben ik? Wie zijn wij? Zowel individueel als maatschappelijk is identiteit van cruciaal belang: 'Twijfel aan jezelf baart angst, en angst baart nu eenmaal haat.'

Vanuit psychodynamisch gezichtspunt komen tal van thema's aan de orde die het hart raken van iemands identiteit, zoals geslacht, leeftijd, etnische

afkomst, werk, politiek en levensbeschouwing. Maar door deze identiteits-thema's te belichten vanuit de tijdgeest krijgen de beschouwingen een hoge maatschappelijk en politieke relevantie.

Voor de beleving van de eigen identiteit zijn verschillen onmisbaar. Dat wordt door idealistische beleidsmakers vaak vergeten, vindt de auteur. Veel van de eertijds belangrijke verschillen zijn tegenwoordig vervaagd: mannen en vrouwen zijn op elkaar gaan lijken, het onderscheid tussen de sociale klassen vervaagde, de zuilen verdwenen en religie verdween naar de achtergrond, en organisaties en landen fuseren eindeloos tot een 'vormeloos niemandsland' waarin mensen verdwalen. Daardoor voelen velen zich in de huidige samenleving ontheemd.

Mensen voelen zich bij voorkeur thuis in wat de auteur noemt smaakhomogene groepen. Daarom verenigen mens zich rondom wat ze leuk vinden (zoals sport, muziek, natuur of geschiedenis) en volgen ze bijvoorbeeld specifieke YouTube-sterren. Kortom: soort zoekt soort. Wie vervolgens weet wat 'eigen' is en dus ergens bij hoort, weet zich in beginsel veilig. Pas wie zich veilig voelt kan zich openstellen voor vreemde zaken

en mensen met een heel andere identiteit. De filosoof Cornelis Verhoeven verwoordde dit ooit als volgt: we moeten eerst als provinciaal ergens thuis zijn, alvorens wereldburger te kunnen worden.

### **Tot besluit**

Het is de verdienste van Koerselman dat hij de psychologische dynamiek van botsende verlangens blootlegt die in tal van maatschappelijke discussies het vuur heftig doet oplaaien. *Wie wij zijn* is een leerzaam boek om preciezer te kunnen ervaren door welke zorgen en verlangens de lezer en anderen - die soms sterk van elkaar verschillen - worden voortbewogen. Botsende verlangens als vurige beweging van onze identiteit. 