

Persoonlijkheid, hechting en narcisme in een veranderende wereld

Hoe vroege ervaringen in het moderne gezin
ons gedrag en de samenleving van vandaag sturen

Jan Derksen



Eburon
Utrecht 2025

ISBN 978-94-6301-544-8

Academische Uitgeverij Eburon, Utrecht
www.eburon.nl

Omslagontwerp: Textcetera, Den Haag

© 2025 J. Derksen. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbende.

Inhoud

Verantwoording	5
Voorwoord	7
Inleiding	13
HOOFDSTUK 1	
Twee stromen, innerlijke sturing van ons gedrag	19
Front- en backoffice	20
Hechting en narcisme: twee rivieren	23
Transitie	28
Het begin van de pandemie en de persoonlijkheid	28
HOOFDSTUK 2	
De pandemie en ons gedrag	33
De complexiteit van ons gedrag	38
HOOFDSTUK 3	
Inzoomen op menselijke gedrag	47
Persoonlijkheid	48
Terug naar de psychodynamische optiek	50
Persoonlijkheid en de relatie tot de omgeving	52
Schizotypie	56

HOOFDSTUK 4

Zelfbescherming 59

Onderdrukte emoties 59

1978 61

2013 64

HOOFDSTUK 5

Individualisme en narcisme 67

De consumptiemaatschappij 70

West en oost 72

HOOFDSTUK 6

Identiteit 79

Genderidentiteit 82

Karel 89

Sociale identiteit 91

Psychologische identiteit 98

HOOFDSTUK 7

Hechting en narcisme 101

Kwetsbare gehechtheid 101

Liefdesrelaties 104

Voeding op vraag 106

ADHD 107

De peuter en de spiegel 109

Trigger warning	110
Trauma en slachtoffer	111
Narcisme en agressie	116
Long COVID: een schaduwpandemie	122
HOOFDSTUK 8	
Gedragsverandering	127
Mechanismen die kunnen leiden tot gedragsverandering	127
De nabije toekomst	132
De lange termijn	134
Over de auteur	149
Dankwoord	151
Noten en referenties	153

Inleiding

Poetin kon Oekraïne binnenvallen zonder dat de Europese regeringen op basis van adequaat inzicht in zijn persoonlijkheid en zijn gedragsmotieven waren geïnformeerd door psychologen, sociologen en antropologen die de studie van de persoonlijkheid en het gedrag beoefenen. De naïviteit en kortzichtigheid van veel politici en gezagsdragers in deze kende geen grenzen.

Hamas kon een terroristische aanslag plegen in Israël. Zelfs een ijzersterke defensie en geheime dienst konden dit niet voorkomen. Degenen die het wel voorzagen hadden te weinig invloed op het gedrag van hun superieuren. Inzicht in de manier waarop de Israëliëse regering dit terrorisme door haar eigen gedrag mede heeft opgeroepen, ontbreekt hier grotendeels nog steeds.

Tot onze grote verrassing bij de verkiezingen in 2023 bleek dat meer dan twee miljoen mensen een keuze maakten voor rechts-radical politiek van een partij, die het milieu aan zijn laars lapt, Oekraïne niet en Poetin wel wenst te steunen, moslims discrimineert, uit de Europese Unie wil, en de publieke omroep wil afschaffen.

Iets langer geleden intussen heeft de pandemie ons op tenminste twee kwesties geattendeerd: de virologie leed een slapend bestaan, de gedragspsychologie staat machteloos tegenover de aanval van een venijnig virus op onze gezondheid. De virologie is stevig opgeschud en kreeg een boost met uitstekende resultaten voor onze gezondheid als gevolg. Het onderzoek naar virussen, bacteriën en schimmels wordt nu in relatie tot de klimaatverandering razendsnel voortgezet. We zijn tenslotte nog lang niet af van deze kleine organismen. Ons gedrag, het eerste wapen in de strijd tegen een virus, hebben we niet zodanig kunnen sturen dat het meehielp het virus te beteugelen. De psychologie

lijkt van haar falen niet veel geleerd te hebben. Van enige vooruitgang in begrijpen van ons gedrag is nog geen sprake. Er zijn vanuit een gevoel van urgentie geen nieuwe op doorbraken gerichte studies van start gegaan.

Het falen van effectieve gedragsbeïnvloeding breng ik in verband met de verwaarlozing van de studie van een cruciale bron voor gedrag: onze persoonlijkheid. De persoonlijkheidspsychologie is aan de Nederlandse universiteiten al jaren verwaarloosd en zelfs afgeschaft. Misschien hangt deze verwaarlozing samen met een tijdperk, waarin de aard van onze persoonlijkheid een psychologische transitie heeft doorgegaan. De persoonlijkheidsveranderingen zijn de afgelopen zeventig jaar in razendsnel tempo ons psychologisch functioneren binnengeslopen. Net als het virus hebben deze veranderingen zich in ons genesteld en houden ons voorlopig gezelschap. Dit veranderingsproces van onze psychologische binnenwereld, en daarmee van een belangrijke input voor ons gedrag, is ook voor de meeste psychologen en psychiaters onopgemerkt gebleven.

De kern van deze verandering in persoonlijke stijl kan als volgt kort worden samengevat: ons innerlijk is naar buiten verschoven. In plaats van naar binnen georiënteerd, dus veel aandacht voor onze psychologische binnenwereld, zijn we intensiever op de ander en de buitenwereld georiënteerd geraakt. In wat we onze lentecultuur kunnen noemen, laten we nu zien wat voorheen bedekt, privé en dus op grote afstand van de buitenwereld bleef. Anders uitgedrukt, meer in de terminologie van dit boek: de afstand tussen ons psychologisch frontoffice en ons psychologisch backoffice is verkleind. In psychologisch opzicht zijn we hierdoor kwetsbaarder geworden dan voorheen met een hele sterke hulpvraag als gevolg. Er is een chronisch tekort aan professionals die aan deze hulpvraag tegemoet kunnen komen.

De gevolgen van deze transitie worden nu in onze samenleving voortdurend opgemerkt. Een van de markantste voorbeelden is de LHBTIQH+-ontwikkeling; hetgeen vroeger verborgen bleef aan

twijfels, oriëntaties, en heimelijke verlangens openbaart zich nu als genderthematiek in onze cultuur. De samenleving reageert erop met psychologische, juridische, en fysiologische aanpassingen aan de genderbeleving. Verderop in dit boek komt dit thema uitgebreid terug.

Psychologische en psychiatrische diagnostiek zijn voorts gemeengoed geworden. Elk gezin kent zijn etiketten of die van de burens, zoals: ADHD, autisme, borderline, dyslexie, of hoogbegaafdheid. In plaats van schaamte voor psychische kwetsbaarheden is deze psychopathologie onderdeel van onze cultuur geworden. De nu bij veel mensen geliefde diagnostische etiketten hebben op individueel niveau het voordeel dat ze ons een excuus kunnen geven voor haperingen in het functioneren. Dit staat overigens los van het gegeven dat vroegtijdige onderkenning en behandeling voordelen kent.

Gelijktijdig met de ontwikkeling van de lentecultuur zijn we in veel opzichten gevoeliger geworden dan decennia geleden. Discriminatie, discussie over zwarte Piet, de woke-beweging, MeToo, BlackLivesMatter, stalking, ons slavernijverleden, grensoverschrijdend en pestgedrag treffen we nu op alle niveaus aan. Deze gevoeligheid, die we in verband kunnen brengen met de verschuiving van ons innerlijk naar buiten, tonen we massaal en we roepen de samenleving op meer regels te maken om ons te beschermen. Tevens zijn er grote groepen Nederlanders die zich hiertegen verzetten en vaak met geweld hier polariserend strijd tegen leveren. Ook zij laten zien wat ze echt vinden. We missen onze eigen bescherming die de vroegere introversie met zich meebracht in combinatie met de veranderde omgangsvormen zoals die bijvoorbeeld in dit boek beschreven worden. Stefan Hertmans drukt het zo uit; 'Zij (de media, j.d.) spreken ons aan met "jij" en "jou" alsof we oude bekenden zijn en, overtreden daarmee strikt genomen de sociale distantie die het ons mogelijk maakt de publieke sfeer betrekkelijk objectief te houden; de sociale distantie, die vroeger in de burgerlijke wereld voor gereserveerdheid en matiging van emoties zorgde, is grotendeels verdwenen.'

Nu bewaren we geen afstand meer tot wat vroeger autoriteiten waren, zoals ministers en Kamerleden. We zoeken ze met de tractor thuis op en zorgen ervoor dat ze door terreur en intimidatie hun werk niet goed meer kunnen doen. Ruim de helft van rechters en officieren van justitie wordt wel eens bedreigd.³ Met de dood bedreigen via de sociale media is dagelijkse kost. Boosheid is voor mijn gevoel het best passende woord voor de beleving die bij velen in deze tijd aan de psychologische oppervlakte ligt en in de voortdurende polarisatie vorm krijgt. De omgangsvormen, de communicatie en het taalgebruik van onze hoogste gezagsdragers zelf zijn niet zo ver meer verwijderd van die van hun belagers. Moraal en ethiek lijken verdwenen. De naoorlogse politieke orde is ingestort.⁴ De ideologische politieke partijen (christendemocratie, sociaaldemocratie en liberalisme) zijn een minderheid geworden, de radicaal rechtse partijen die gebaat zijn bij impulsief stemgedrag, geven de toon aan.

Deze ontwikkelingen zijn, in de visie in dit boek, mede mogelijk gemaakt door cruciale veranderingen in de vroegkinderlijke jaren. Tradities en ideologieën kunnen pas worden losgelaten indien psychologische en sociaal-culturele verschuivingen in de eerste vijf kinderjaren dit mogelijk maken. Er heeft een transitie van hechting naar narcisme plaatsgevonden, narcistische trekken bij mensen zijn ontdaan van schuld- en schaamtegevoelens. Iedereen heeft nu recht op een probleemloos bestaan, een mooi inkomen, een hoge opleiding, speciaal zijn, respect en waardering, geluk, gelijk, vermaak, vooruitgang, drank en drugs. Frustratie verdragen lijkt verleden tijd en deze uiten is actueel geworden; boosheid is alom zichtbaar⁵, in sommige kringen (jongeren) is geweld geïnstitutionaliseerd. Dichtbij, in Oekraïne en Israël, zijn we nu getuige van de enorme vernietigingsdrang waartoe mensen in staat zijn en die elders op de wereld voortdurend zichtbaar was en is. We leven in een wereld vol conflicten: behalve Oekraïne en Israël; "Op het oostelijk halfrond strekt zich een band van conflicten uit van Afrika naar het Midden-Oosten, om dan via Afghanistan en India/

Pakistan verder te lopen naar Myanmar, de Zuid-Chinese Zee, Taiwan en Noord-Korea".⁶ Met Donald Trump voor de komende jaren in het Witte Huis kunnen we een versterking van narcisme verwachten en de conflicten zullen er niet minder door worden. Welkom in deze nieuwe wereld met een nieuwe versie van homo sapiens.

Hoe kwam het zover en wat betekent dit voor onze toekomst? In de volgende hoofdstukken probeer ik deze transitie in psychodynamisch opzicht te analyseren en te begrijpen. Ik kies dus voor een niet gangbare benadering in de psychologie. De gangbare empirische sociale- en ontwikkelingspsychologie zijn niet mijn uitgangspunt en niet mijn referentiekader. De psychodynamische verklaringen in dit boek zijn meer vanuit mijn werk als clinicus geïnspireerd dan vanuit de empirische onderzoekspraktijk in de academische psychologie. Theorievorming overheerst de toetsing in deze fase. De sleutel die ik vanuit deze ongebruikelijke optiek zal presenteren opent mogelijkheden om te voorkomen dat ons gedrag onze verworvenheden niet alleen bedreigt maar ook kan vernietigen. Na de noodzakelijke begrippen voor deze analyse te hebben gegeven, presenteer ik voorstellen om in de vroege kindertijd aan de knoppen te gaan draaien. In de eerste levensjaren ligt een sleutel waarmee niet alleen veel van de ellende waarmee we worstelen kan worden verzacht maar ook bij de oorzaken aan te pakken en eindelijk vanuit de psychologie, antropologie, psychiatrie en neurobiologie tot een echte preventie te komen. Het gaat hier niet alleen over preventie van psychische aandoeningen maar zeker ook om te helpen voorkomen dat mensen elkaar naar het leven staan en de wereld waarin ze leven vernietigen.

HOOFDSTUK 1

Twee stromen, innerlijke sturing van ons gedrag

Bij de studie van ons gedrag en onze persoonlijkheid zijn we afhankelijk van ons gedrag zelf. Deze zelfbetrokkenheid betekent dat alles wat we bestuderen meedoet in dit proces van kennisverwerving. Dit maakt neutraliteit en objectiviteit in de psychologie ingewikkelder dan in de biologie bij het bestuderen van een virus in het laboratorium. Het doel van wetenschap is zo objectief mogelijke kennis en inzicht verwerven over de wereld om ons heen. Ook over onszelf. Een logisch en zo rationeel mogelijk denkproces is hierbij noodzakelijk. Een belangrijk accent in de wetenschappelijke wereld ligt op de empirische onderzoeksmethode. Hiervoor is, ook in de psychologie, een uitgebreide methodologie ontwikkeld, die dienstdoet in het ondersteunen en corrigeren van onze ratio. Helaas heeft deze methodologie niet tot voldoende kennis van gedrag geleid waarvan de bestrijding van de pandemie heeft kunnen profiteren. Gezien deze tekortkomingen zou de geschiktheid van de aan de natuurwetenschap ontleende empirische methode voor de psychologie wat mij betreft meer ter discussie kunnen staan. Alternatieve kennisverwervingsmethoden zouden de psychologie wellicht vooruit kunnen helpen, maar er zijn geen echte doorbraken.

In dit boek maak ik gebruik van een psychodynamische optiek die niet erg gangbaar is in de hoofdstroom van de academische psychologie. In deze optiek worden zowel de mens zelf als diens relatie tot zijn omgeving in psychologisch opzicht gezien als bestaand uit een spanningsveld. Het rationele mensbeeld, uit vooral de cognitieve

psychologie, krijgt in het verhaal van de dynamische optiek een zeer noodzakelijke aanvulling. De aandacht gaat dan meer uit naar de rol van diepere, vooral voorbewuste en onbewuste motieven, emoties, gevoelens, strevingen, driften, conflicten, ambivalenties, dromen en fantasieën, hier ook wel het psychologisch backoffice genoemd. Empirisch wetenschappelijk zijn dit moeilijk te bestuderen thema's, maar niet minder belangrijk in de sturing van ons gedrag en beleven. Hoewel ratio en logica een bescheiden rol spelen in gedrag, spelen ze in de tekst van dit boek een hoofdrol. Er wordt op basis van ratio theorie gevormd zonder dat empirische toetsing meteen beschikbaar is. In de psychodynamiek gaat, anders dan in de hoofdstroom van het psychologische onderzoek, veel aandacht uit naar het ontstaan van deze diepere lagen in de persoon, en onbewuste sturing van gedrag. En een waarschuwing: verwacht geen simpele oplossingen. Simplisme tekent het wensdenken, niet het mechaniek dat aan ons gedrag ten grondslag ligt.

Om de transitie in onze persoonlijkheid en de consequenties daarvan voor ons gedrag vanuit het psychodynamische gezichtspunt helder te kunnen beschrijven, bespreek ik eerst een viertal termen die we nodig hebben; frontoffice, backoffice, hechting en narcisme.

Front- en backoffice

Het frontoffice verwijst naar sociaalwenselijk gedrag, naar aangepaste teksten die we over onszelf aan anderen moeiteloos vertellen zoals: *Ik ben ict-er bij een snelgroeiend bedrijf gespecialiseerd in opslag van data, ik woon samen met Christien, we hebben nog geen kinderen maar denken hier wel over na, in het weekend gaan we graag uit, we drinken graag en een pilletje hoort er ook bij. Tweemaal per week ben ik in de sportschool te vinden en ik kijk uit naar onze reis naar Nieuw-Zeeland.*

In het frontoffice heerst ook de afweer, de defensie tegen pijnlijke en conflictueuze gevoelens, fantasieën, strevingen, en pijnlijke emoties. In het frontoffice beschikt de persoon over zijn wapenuitrusting, handhaaft zijn psychologisch evenwicht zo goed mogelijk, en probeert vaak een sociaal wenselijke indruk op anderen te maken. Frontofficediscours mist diepgang, mist reflectie, mist mentaliseringskenmerken⁷, mist dynamiek, en is voor een klinisch psycholoog eerder saai dan boeiend.

Het psychologische backoffice verwijst naar hetgeen ook wel voorbewuste of onbewuste belevingen worden genoemd: minder ratio, meer gevoel, emotie, fantasie, vrije invallen, meer spontaan materiaal, meer diepgang en echte betekenis. Tevens huizen hier al de perversies, bizarre trekken en fantasieën, agressieve en sadistische neigingen. Het hoofd is hier niet uitsluitend actief, de teksten komen hier uit het hart, dragen gevoelens met zich mee, zijn meer dynamisch, conflictueus, geladen en spanningsvol. Vaak vindt de persoon het moeilijk de juiste woorden te vinden om de belevingen aan te duiden.

De ict-er van zojuist, nu meer vanuit zijn backoffice, verdiept zijn zelfbeschrijving en zegt: *alles lijkt in orde in mijn leven, toch voel ik me vaak niet goed, ik twijfel dan aan veel dingen, misschien wel het meest aan mezelf. Ik heb vaak het gevoel dat wat ik in mijn werk doe betekenis mist en oppervlakkig is. Ik fantaseer vaak dat anderen mij betrappen op die oppervlakkigheid, ik ga me dan enorm schamen en krijg het gevoel dat ik door de mand val. De twijfels en onzekerheid druk ik weg, hoe meer ik omhanden heb des te minder last.*

Wat deze ict-er nu zegt, is voor hem bereikbaar. Het backoffice kent ook diepliggende, onbewuste inhouden, die zijn ontstaan in de vroege kinderjaren en die niet zomaar in het bewustzijn op te roepen zijn. Het backoffice is ook de zetel voor onze primaire emoties, emoties die zich in de eerste paar levensjaren ontwikkelen, zoals: angst, wanhoop, woede, liefde, walging, afschuw, schaamte, en schuld. In een psychotherapeutische behandeling worden deze wel ten dele of geheel blootgelegd om sterke symptomen te beïnvloeden. Dat gold vooral nog voordat