

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, www.reprorecht.nl) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Een emotietheoretische omschrijving van de gewetensfunctie

FRANS SCHALKWIJK

In mijn werk als forensisch rapporteur over jeugdige verdachten bleek een van de moeilijkste opgaven te zijn een uitspraak over de gewetensontwikkeling te doen. Sinds kort ben ik geregistreerd in het Nederlands Register Gerechtelijk Deskundigen, en nu durf ik wel op te schrijven dat ik het eenmaal zelfs presenteerde een rapportage in te leveren waarin de gewetensontwikkeling helemaal niet aan de orde kwam. Ik voelde me gesteund in mijn worsteling hiermee door het proefschrift van Le Sage (2005), die schreef dat het theoretisch kader daarvoor schrijnend afwezig is. Sinds geruime tijd heb ik mij uitvoerig in het geweten verdiept, waarbij mijn theoretische en klinische ervaring als psychoanalyticus en psychoanalytisch psychotherapeut de kraamkamer van mijn gedachten vormt. Door de beperkte omvang van een artikel als dit kan ik hier slechts een gedeelte van deze gedachteontwikkeling weergeven.

Dat we een geweten nodig hebben, staat buiten kijf. De mens moet zijn streven naar volledige behoeftebevrediging in toom houden, en compromissen sluiten om de innerlijke onlust te reguleren. Het geweten vervult hierbij een belangrijke rol. In de verschillende psychoanalytische scholen is veel geschreven over ontwikkeling en functioneren van het geweten, vrijwel zonder uitzondering in termen van driften en de verhouding tussen Ik en Boven-Ik (Schalkwijk 2012a). Het metaforische karakter van het driftmodel is voor mij een belemmering voor de verdere wetenschappelijke ontwikkeling van de psychoanalytische behandelingsmethode en metapsychologie, vandaar dat ik zoek naar een beter operationaliseerbaar conceptueel kader. In dit tijdschrift pleitte ik al eens voor een emotietheorie (Schalkwijk 1997). Ook andere auteurs kiezen daarvoor, bijvoorbeeld door Freuds affecttheorie te verbinden met Tomkins emotietheorie (Holinger 2008) of door een specifiek psychoanalytische emotietheorie te ontwikkelen (Lichtenberg e.a. 2011). Hoe precair zo'n keuze is, moge blijken uit de titel van het artikel van de vooraanstaande theoreticus Meissner (2009): *The question of drive vs. motive in psychoanalysis — A modest proposal*. De uitdaging daarbij is natuurlijk de bestaande kennis niet verloren te laten gaan alsof deze zelf obsoleet zou zijn. In mijn conclusie kom ik hier op terug.

In mijn werkdefinitie van 'geweten' vertrek ik vanuit een emotietheorie, en vervang de drifttheoretische vraag 'Wat drijft ons?' door het emotietheoretische 'Wat motiveert ons?'. Ik haak aan bij de neurowetenschappelijke trend de werking van het brein niet topografisch of deterministisch te beschrijven, maar uit te gaan van circuits en functies. Het geweten vat ik op als een psychische functie, waarin empathie en zelfgerichte emoties samenkomen om de waardering van het zelf te reguleren.

In de eerste paragraaf van dit artikel worden de werking en het ontstaan van de gewetensfunctie beschreven. Daarna ga ik in op drie belangrijke elementen van de gewetensfunctie: empathisch vermogen, schaamte en schuld.

¶ *Een omschrijving van de gewetensfunctie*

► **WAT REGULEERT DE GEWETENSFUNCTIE?** Ik beschrijf de werking van het geweten in termen van emotieregulatie, en niet als kanalisatie van drift(derivaten) uit het driftmodel of het omgaan met behoeften en wensen uit het objectrelationele model. Het geweten reguleert emoties; zowel basale, vooral biologisch bepaalde, als zelfgerichte, maar evaluatief bepaalde emoties. Elke emotie is samengesteld uit een gevoelsmatige, een cognitieve en een lichamelijke component, die niet altijd een gelijke bijdrage leveren. Soms voelen we ons vaag schuldig zonder te weten waarover, een andere keer beredeneren we dat we moreel fout zitten zonder daar een gevoel bij te hebben of ervaren we een vage lichamelijke onrust die we niet direct betekenis kunnen geven. Iedere emotie vraagt om een regulerende reactie: ze kan niet genegeerd worden (Lichtenberg e.a. 2011).¹ 'Reguleren' impliceert niet per se dat de inhoud van de emotie verandert, maar dat er gestreefd wordt naar herstel van de door de emotie verstoorde balans. Zich schuldig voelen vraagt om een reactie. Dit niet-specifiek psychoanalytische uitgangspunt verbreed ik met de kenmerkend psychoanalytische opvatting dat emoties bewust, niet-bewust of dynamisch onbewust kunnen zijn. De regulerende reactie is op zichzelf ook weer een emotie, waar we ook weer op reageren, enzovoorts. De psychische ontwikkeling en het volwassen psychisch functioneren vat ik op als een oneindige stroom van emoties, die gereguleerd moeten worden en oneindig motiveren. Soms leidt een emotie tot feitelijk, concreet gedrag, maar minstens zo vaak tot een innerlijke beleving in de vorm van een zelfevaluatie, zoals: 'Daar ben ik trots op, of: 'Ik schaam me.'

Voor de beschrijving van de gewetensfunctie is het onderscheid tussen basale en zelfgerichte emoties belangrijk (Tracy e.a. 2007). Basale emoties staan centraal in de babyontwikkeling: honger, plezier, verrassing, angst of woede moeten worden gereguleerd. Psychoanalytici onderzoeken zulke regulatieprocessen vooral tegen de achtergrond van hechting, 'gemarkeerd spiege-len' en dergelijke. De regulatieprocessen voor de basale emoties worden in de vroege ontwikkeling verinnerlijkt en dat leidt tot min of meer biologisch aan-

gestuurde reactietendensen, waar relatief nog weinig cognitieve of gevoelsmatige bijsturing bij te pas komt (Damasio 2010). De gewetensfunctie is daarentegen verbonden met de zelfgerichte emoties, de emoties die verbonden zijn met evaluatie van het zelf, zoals trots, schaamte, schuld of verlegenheid.²

Basale en zelfgerichte emoties verschillen wezenlijk. Zelfgerichte emoties ontstaan in relatief complexe processen en zijn minder dan basale emoties biologisch bepaalde reactietendensen. Ze kunnen pas ontstaan als het kind stabiele zelf- en objectrepresentaties heeft gevormd, een *theory of mind* heeft en over reflectief vermogen beschikt: het kind moet over zichzelf kunnen nadenken. De zelfrepresentatie kan het strikt individuele zelf betreffen, maar kan ook refereren aan wie iemand is in een relationele, sociale of culturele context.³ Het is interessant dat ook op lichamelijk niveau basale en zelfgerichte emoties duidelijk verschillen. Basale emoties worden bijvoorbeeld in alle culturen met dezelfde gelaatsuitdrukkingen geuit, dit in tegenstelling tot de zelfgerichte emoties.

De beleving van ‘het zelf’, de ‘identiteit’ of de ‘persoonlijkheid’ is geen statisch gegeven, maar verandert voortdurend: het ene moment is iemand trots op een moreel hoogstaande gedachte, het volgende moment steekt een gevoel van schaamte over gierigheid de kop op. Zoals in de menselijke communicatie altijd het inhouds- en betrekkingaspect tegelijkertijd aanwezig zijn, zo zijn in het volwassen psychische leven zelfgerichte emoties altijd tegelijkertijd met basale emoties actief, waarbij de zelfgerichte emoties als het ware de betrekkingcomponent vormen: hoe verhoudt wat er gebeurt zich tot wie ik ben? ‘Wat er gebeurt’ uit de vorige zin kan een externe gebeurtenis zijn, maar ook een innerlijke, zoals fantasieën of gedachten. Zelfgerichte emoties als trots, schaamte of schuld zijn in aanleg Ik-nabij. Onze ervaringen en de betekenis die we eraan geven, bepalen wie of wat we zijn op dat moment. We ervaren de werking van de gewetensfunctie als we schaamte, trots, schuld of verlegenheid ervaren of leiden haar werking af uit de waarneming van mechanismen om die ervaring af te weren.

► WANNEER ONTSTAAT DE GEWETENSFUNCTIE EN HOE ONTWIKKELT ZIJ ZICH? De gewetensfunctie ontstaat nadat het kind de noodzakelijke basale psychische functies heeft ontwikkeld zoals *theory of mind*, stabiele zelf- en objectrepresentaties en mentaliserend vermogen. De cognitieve psychologie veronderstelt evenwel dat voorlopers van de gewetensfunctie op een nog jongere leeftijd ontstaan door processen van conditionering: in het proces van emotieregulatie leert het kind door het terugtrekken of toe-neigen van de moeder wat (on) gewenst is (Barret 1995).

... Daantje, een tweejarige peuter, is alleen in de huiskamer en moeder hoort hem vanuit haar werkkamer. Hij weet heel goed wat er wel en niet mag,
... want terwijl hij naar de televisie loopt, mompelt hij: ‘Nee, nee. Niet doen.

..... Nee, nee.› Even later hoort moeder de tv aanspringen. Het mannetje is duidelijk ambivalent: hij wil niet doen wat mama boos maakt, maar de impuls is toch echt sterker.

De gewetensfunctie in strikte zin verschijnt volgens deze visie pas in de tweede helft van het tweede levensjaar. Dankzij emotieregulatie en ‘gemarkeerd spiegelen’ heeft de peuter dan het vermogen ontwikkeld zijn eigen emoties te herkennen en zich af te stemmen op emoties van anderen. Hij kan symbolisch denken en innerlijke representaties vormen. Ook realiseert hij zich dat anderen een eigen innerlijke wereld hebben. Als die capaciteiten goed zijn ontwikkeld, is het kind in staat tot empathie. Deze psychische verworvenheden zijn noodzakelijke voorwaarden voor het goed functioneren van de gewetensfunctie.

Vanaf deze leeftijdsfase ontwikkelt het kind vervolgens de mogelijkheid verschillende zelfgerichte emoties te ervaren. De peuter, het kind van de separatie-individuatiefase, wordt volledig in beslag genomen door het vinden van een balans tussen autonomie en de wereld veroveren enerzijds en zich klein en onmachtig voelen anderzijds (Erikson 1950). Als dit lukt en grote ouderlijke bewondering zijn kant op komt, voelt hij zich trots, maar mislukken en zich klein voelen leiden onvermijdelijk tot schaamte. Schaamte en trots zijn dan ook de dominante zelfgerichte emoties in deze ontwikkelingsfase. Wat later zijn de cognitieve en motorische vaardigheden van de oedipale peuter vergroot, net als zijn vermogen tot symbolisch spel en fantasie. Nu moet hij een balans zien te vinden tussen de wens tot initiatief en competitie aan de ene kant, en aan de andere kant de gevoelens die ontstaan omdat hij zijn eigen weg gaat en egocentrisch is. Op deze leeftijd wordt vooral het sociale aspect van de gewetensfunctie ontwikkeld en de daarmee gepaard gaande zelfgerichte emotie schuld.

Vanaf het zevende jaar kan het kind, dankzij zijn toenemende vermogen tot abstract redeneren, met een helikopterblik naar zichzelf kijken en zelfgerichte emoties ervaren als een deel van zijn identiteit. Tot die tijd zien de meeste kinderen zichzelf niet als iemand die zich typisch snel schaamt, schuldig voelt of trots is. Maar vanaf nu kan het kind ervaren: ‘Ik ben iemand die vaak schaamtevol reageert’ of: ‘Ik ben een verlegen kind.’ Tot de puberteit blijft het empathisch vermogen en de invloed van zelfgerichte emoties relatief onveranderd, maar het scala wordt wel uitgebreid met zelfgerichte emoties over deel uitmaken van een culturele groep (Franiëck & Günter 2010). In de puberteit en de adolescentie kan het functioneren van de gewetensfunctie wat onder druk komen te staan en kan ze nog enigszins gereorganiseerd worden (Stortelder & Ploegmakers 2008).

► WANNEER EN HOE FUNCTIONEERT DE GEWETENSFUNCTIE? De gewetensfunctie kan niet naar believen aan of uit worden gezet, maar ze staat als het ware altijd

minimaal in de sluimerstand. Haar activiteit neemt toe als het zelfwaarderingsevenwicht is verstoord. Ze wordt dus niet pas geactiveerd door een innerlijke of externe situatie maar is, ingebed in de stroom van emoties, voortdurend actief: zowel bij het eventueel in de sluimerstand vormgeven van de context en het toekennen van betekenis, als bij de evaluatie daarvan.

..... Solange en haar vriendinnetje Katja, beiden acht jaar, kletsen samen op Solanges slaapkamer. Moeder hoort Katja vragen: «Mogen we op jouw moeder haar bed springen?» Dochterlief: «Oh ja, joh, natuurlijk.» Katja: «Nou, dat mag bij mij thuis niet hoor, maar weet je, als m'n moeder er niet is, doe ik het lekker toch.» Bij het naar bed gaan, vertelt moeder haar dochtertje wat ze hen had horen zeggen. Ze vroeg nog wat door naar schuldgevoel, want Solange wist toch dat zij dat ook niet goed vond, net als de moeder van Katja? «Ja», zegt dochterlief, «maar ik voel me wel schuldig als jij het verboden hebt omdat jij net het bed hebt verschoond en als Katja dan zegt dat het hier toch altijd mag en we toch op bed springen. Dan wel.»

In dit vignet is te zien hoe het schuldgevoel van Solange fluctueert op basis van de empathie met moeders beleving: ze voelt waarschijnlijk goed aan dat op een bed met gekreukelde lakens springen voor moeder anders is dan op een bed dat net met nieuwe lakens is opgemaakt.

Idealiter is de zelfwaardering in een relatief bevredigend evenwicht en opereren zelfgerichte emoties op de achtergrond. Maar zodra de evaluatie van een situatie, handeling, gedachte of fantasie de stabiliteit van de zelfwaardering bedreigt, dringen zelfgerichte emoties zich op. En, stellen Lichtenberg, Lachmann en Fosshage (2011), dan worden vrijwel onvermijdelijk ook afweermechanismen in stelling gebracht, waardoor begrijpelijk is dat dit proces zich ook op onbewust niveau kan afspelen. De gewetensfunctie is een bewaker van het evenwicht in de zelfbeleving.

Nu komt een tweede kenmerk van het functioneren van de gewetensfunctie naar voren: of en welke zelfgerichte emoties ervaren worden, is sterk afhankelijk van betekenisgeving. De situatie, handeling, gedachte of fantasie zelf is niet schuldigmakend, schaamtevol of trotsgevend, maar de zelfgerichte emotie ontstaat in het betekenisgevende subject. De achtergrond waartegen de evaluatie wordt gemaakt, wordt gevormd door de verinnerlijkte zelf- en objectrepresentaties. Idealiter is de kwaliteit daarvan overwegend positief geladen, omdat hiervan weer de kwaliteit van de zelfgerichte emoties afhankelijk is. Zijn de innerlijke zelf- en objectrepresentaties vooral streng en veroordelend, dan is echter veel schuldgevoel te verwachten, terwijl bijtende, kritische representaties vooral met schaamte verbonden zullen zijn. In de totstandkoming van een zelfgerichte emotie neemt de persoon de positie van de derde in. Bollas schrijft bijvoorbeeld over het superego: «The part of the mind that speaks to oneself as its objects» (1987, p. 42). Dat proces van beteke-

nisgeving kan ook niet-bewust of dynamisch onbewust gebeuren. Dit maakt begrijpelijk waarom iemand in bepaalde situaties afkeurend in zijn zelfwaardering kan zijn, terwijl hij zichzelf in andere situaties op een neutrale of zelfs positieve manier waardeert. Daarnaast beïnvloeden concrete situationele factoren als schoon beddengoed, dronkenschap of belangrijke levensgebeurtenissen de werking van de gewetensfunctie. Soms ontbreekt de zelfgerichte evaluatie dusdanig dat er van pathologie kan worden gesproken: soms is deze zo sterk dat iemand té schuld- of schaamtegevoelig is en lijdt hij onder zijn gewetensfunctie.

¶ *Over empathie, schaamte en schuld*

Nadat ik hierboven de gewetensfunctie heb geschetst, ga ik nu in op haar samenstellende componenten. Eerst ga ik in op empathie omdat empathie een belangrijke rol speelt in het kunnen ervaren van en inspelen op de relationele en interactionele aspecten van eigen en andermans zelfgerichte emoties. Daarna komen zelfgerichte emoties als schaamte en schuld aan de orde. Daarbij zal blijken dat schaamte vooral verbonden is met de betekenisgeving van het momentane zelfgevoel en de evaluatie ten opzichte van de identiteit, terwijl schuld voornamelijk verbonden is met betekenisgeving en evaluatie van het eigen handelen in de context van tijdelijke, specifieke situaties.⁴

In een betoog over de gewetensfunctie mag aandacht voor moraliteit verwacht worden. In de loop van zijn cognitieve ontwikkeling verinnerlijkt het kind immers een groot scala van sociale en morele normen, en naarmate de cognitieve rijping toeneemt, wordt het vermogen moreel te redeneren belangrijker voor de betekenisgeving (Hoffman 2000). In het kader van dit artikel voert behandeling daarvan echter te ver.

► **EMPATHIE** Net als het geweten is empathie geen statisch gegeven, maar een psychische functie, een potentiële psychische activiteit waarmee emoties van anderen worden waargenomen. Met deze omschrijving wordt het denken in ‘psychische functies’ nog eens geïllustreerd: empathisch zijn is een zelfstandige psychische functie, maar maakt ook deel uit van het functioneren van het geweten. In de wiskunde zou dit de doorsnede genoemd worden: de deelverzameling waarin beide functies elkaar overlappen.

Empathie is geen emotie, maar een functie waarin gevoel, cognitie en neurobiologie een rol spelen. Vanuit de sociale psychologie worden twee doelen van empathie omschreven. Omdat de emotionele toestand van de ander voortdurend appelleert aan onze eigen toestand, helpt empathie ook het eigen emotionele leven te begrijpen: invoelen van de ander maakt het contrast met de eigen emotie duidelijk. Wellicht het sterkst is dat effect bij het aanvoelen van schaamte van de ander; van de zelfgerichte emoties is schaamte het meest besmettelijk. Een tweede doel is het vergemakkelijken van sociale interacties.

Een actuele samenvatting van de psychoanalytische opvattingen over empathie als psychische functie is te vinden bij Aragno (2008), die ik hier uitgebreid citeer. Via empathie ervaren we de emotie van de ander, waardoor onze eigen emotionele toestand verandert, wat vraagt om een herstelreactie. Hierbij kunnen zelfgerichte emoties meespelen. In de empathische activiteit overheerst soms het cognitief begrijpen, en denken we te weten wat er in de ander speelt, soms voelen we de ander aan zonder veel nadenken. Maar meestal is het een combinatie van snappen en voelen. De empathische activiteit is neurobiologisch te zien in de toename van hartslag en ademhaling en activering van twee specifieke neurale circuits (Watt 2007). Het is een hype empathie te verklaren vanuit de spiegelneuronen, maar dit proces speelt zich in werkelijkheid maar zeer ten dele af op het niveau van spiegelneuronen. Empathie verklaren vanuit de werking van spiegelneuronen is wetenschappelijk nog vele bruggen te ver (Gallese 2008).

Empathie is het vermogen de emotie van de ander te ervaren als gescheiden van en niet samenvallend met de eigen emotie (Bolognini 2006). Conceptueel verschilt empathie dus van sympathie, (tijdelijke) identificatie of projectieve identificatie, omdat bij empathie subject en object gescheiden blijven. Dit conceptuele uitgangspunt is belangrijk voor de klinische praktijk, omdat het duidelijk maakt dat de behandelaar zijn patiënt alleen kan leren kennen binnen de grenzen van zijn eigen emotionele leven en tot op de hoogte dat de patiënt, al dan niet onbewust, door niet-verbale tekens of boodschappen zichzelf kenbaar maakt (Hebbrecht 2008). Empathische kennis van de ander is daarmee altijd ingebed in intersubjectiviteit.

Dat de empathische functie actief is, is zichtbaar in de gerichtheid op de (denkbeeldige) ander. Niemand is voortdurend empathisch, maar hij kan min of meer bewust dat vermogen activeren. Het functioneren van het empathisch vermogen wordt door een veelheid van factoren beïnvloed, zoals de nabijheid van de ander (gezin, partner, vriend, kennis, tot dezelfde religieuze groep of ras behoren) of de (on)aantrekkelijkheid van de ander (Hoffman 2000). Voor het functioneren van de gewetensfunctie is belangrijk dat het optreden van schaamte in degene die empathisch wil zijn, leidt tot aantasting van de kwaliteit van diens inleven: bij schaamte wordt de blik meestal naar binnen gericht, terwijl de empathische activiteit juist vraagt om een blik naar buiten. In de literatuur worden verschillende vormen van empathie onderscheiden, maar deze werden in een empirisch onderzoek in de psychoanalytische praktijk niet teruggevonden (Van Strien 1999). In het onderstaande vignet schets ik hoe mijn empathisch vermogen in een zitting geblokkeerd kan raken.

..... In een echtpaartherapie tast de tegenoverdracht het empathisch vermogen
soms aan. Nadat ook de derde ivf-poging is mislukt, zakt de veertigjarige
vrouw van het stel diep weg in somberheid en meldt ze forse paniekaanval-
len; ze kan de angst en teleurstellingen van de procedures niet langer aan.

Haar achtenveertigjarige man wordt veeleer kwaad over de zoveelste mislukking en wil dat ze ondanks haar paniek nog een vierde poging doet. Hij kan haar voortdurende huilen en paniek niet meer verdragen, en vindt dat zij daarover met haar vriendinnen moet praten in plaats van hem ermee te belasten. Wellicht resoneer ik te veel op haar verdriet, wellicht haak ik emotioneel af vanwege zijn schokkende egocentrisme. In ieder geval wordt meneer kwaad op me omdat hij zich aangevallen voelt door «ons» als degene die altijd tekortschiet. De spanning in de kamer is te snijden en ze ruziën fel over de «objectieve realiteit». Ik weet niet wat te zeggen. Er ontstaat pas weer intermediaire ruimte waarin therapeutisch gewerkt kan worden als het mij lukt empathisch te zijn met zowel haar angst, paniek en verlangen naar bescherming door haar man, als met zijn gekrenktheid over hoe het leven gelopen is, de krenking waarschijnlijk geen kinderen te krijgen en de angst dat hij in de zitting net als vroeger weer aan de schandpaal wordt genageld.

► **SCHAAMTE** Er is een veelheid van literatuur over schaamte vanuit de psychoanalytische hoofdstromingen. Recent voegde Schore (2003) daar gedachten aan toe vanuit het gezichtspunt van de emotieregulatie. Grosso modo staat in alle theorieën centraal dat schaamte het zelf of de identiteit ter discussie stelt: «Wie ben ik, als ik dit doe, denk of fantaseer?» Van alle zelfgerichte emoties vraagt schaamte bij uitstek om regulatie. Schaamte kan een tijdelijke, voorbijgaande ervaring zijn, maar ook voortdurend aanwezig zijn, omdat de gewetensfunctie tot een chronisch negatieve zelfwaardering leidt. In de cognitieve psychologie worden dergelijke individuele verschillen aangeduid met verschillen in schaamtegeneigdheid.

Meestal overvalt schaamte iemand terwijl hij niet op zijn hoede is, en dat maakt dat hij zich onzichtbaar wil maken, omdat hij zich bekeken, vernederd of afgewezen voelt. Schaamte wordt ervaren als iemand zich realiseert wie hij «werkelijk» is, waarbij evaluatie van het zelf ten opzichte van het ideale of gedroomde zelf nog een extra negatieve duit in het zakje kan doen. Essentieel is echter dat eerst het overvallen zijn door het rotte gevoel plaatsvindt, daarna het besef klein, slecht of machteloos te zijn, en dat daar bovenop schaamte optreedt door de zelfgerichte verwerking van die ervaring: «Natuurlijk voel ik me nu rot, ik voldoe ook niet aan mijn ideaalbeeld.» Een implicatie hiervan is voor mij dat ik bij optreden van schaamte in een behandeling meestal eerst inga op de schaamte-ervaring zelf en daarna op het schaamtevolle van de situatie. Ik probeer eerst het zelftroostende vermogen aan te spreken, zodat de bespreking van de rauwe emotionele werkelijkheid van de inhoud van de situatie beter verdragen en toegeëigend kan worden.

Ik schreef hierboven al dat de meeste schaamtevolle situaties of gedachten niet in reële of objectieve zin schaamtevol zijn, maar dat het proces van indivi-

duale betekenisgeving ze dat maakt. De attributietheorie beschrijft dat een situatie, gedachte of fantasie schaamtevol is als ze wordt geëvalueerd in termen van innerlijke, stabiele, onbeheersbare en brede attributies: «Ik ben een dom persoon» (Mills 2005). Er is geen ruimte voor grijstinten, zoals het unieke of de ernst van de situatie, want zwart-witdenken overheerst («brede» attributie). Iemand denkt in «pars pro toto»-gedachten: een slechte gedachte impliceert dat hij helemaal slecht is. Op het eerste gezicht is het ongerijmd dat de twee kenmerken «stabiel» en «onbeheersbaar» samengaan; samengaan van «labiel» en «onbeheersbaar» ligt meer voor de hand. Dit is echter begrijpelijk vanuit het fenomeen dat schaamte een emotie is die overvalt: plotseling («onbeheersbaar») ben je voor de zoveelste keer («stabiel») in een schaamtevolle situatie.

Voor de klinische praktijk is interessant dat recent schaamteonderzoek erop wijst dat er mogelijk *intrapersoonlijke* van *interpersoonlijke* zelfgerichte emoties te onderscheiden zijn (Fontaine e.a. 2006). Intrapersoonlijke schaamte wordt gekenmerkt door gevoelens van machteloosheid en krachteleloosheid, en door lijden onder de schaamteveroorzakende situatie. Bij interpersoonlijke schaamte speelt vooral dat de persoon zich bekeken voelt. De persoon wil uit de situatie verdwijnen, door de grond zakken of zich verstoppert. Ook het onderzoek van Elison, Lennon en Pulos (2006) is interessant, omdat hun beschrijving van vier kenmerkende regulatiestijlen in een potentieel schaamtevolle situatie goed herkenbaar is in de klinische praktijk:

- a *Zichzelf terugtrekken*: de persoon bevestigt dat hij een negatieve ervaring meemaakt, hij accepteert die ervaring als echt en hij probeert die situatie te vermijden of zichzelf «onzichtbaar» te maken.
- b *Zichzelf aanvallert*: de persoon bevestigt dat hij een negatieve ervaring meemaakt, hij accepteert die ervaring als echt en de optredende boosheid daarover wordt naar binnen gekeerd.
- c *Vermijden*: de persoon erkent het doormaken van een negatieve ervaring niet, noch ervaart hij de schaamteboodschap als echt en waar. Integendeel, hij probeert zichzelf en anderen van de pijnlijke ervaring weg te krijgen. De ervaring is gevoelsmatig neutraal of positief.
- d *Ander aanvallert*: de persoon erkent soms wel, soms niet dat hij een negatieve ervaring doormaakt. Hij kan de schaamteboodschap niet accepteren en probeert iemand anders zich slechter te laten voelen onder andere via externalisatie.

..... Een patiënte, die schaamte vaak afweert met boosheid op anderen, vertelt mij dat ze die ochtend onredelijk en onbegrijpelijk boos was op haar man. Ik probeer vervolgens te luisteren naar aanwijzingen of zij zich misschien ergens op betrappt voelde door haar man, dat zij zich schaamde in relatie tot hem. Even later in het uur vertelde ze dat ze die nacht een prettige over-

speldroom had, en we konden dit inderdaad in verband brengen met de uitbarsting tegen haar man aan de keukentafel die ochtend. Dit bracht een stroom aan herinneringen naar boven waarin ze boos was geweest op belangrijke mensen in haar leven, en waar het wellicht dus gegaan was over schaamte. Het weggemaakt hebben van schaamte door de opgeroepen innerlijke boosheid te externaliseren in de aanval op haar partner riep ook weer schaamte op, leidend tot reflectie over wie ze in verhouding tot anderen wilde zijn.

► **SCHULD** Schuld is verbonden met de evaluatie van wat iemand doet: ‘Wie ben ik, als ik *dit doe, denk of fantaseer?*’ (Lewis 1971). Doordat schuld meestal op de een of andere manier ongedaan te maken is, is schuld beter te verdragen en adaptiever dan schaamte. Neurotische schuld is echter niet-adaptief, hoewel overdekken van pijnlijke schaamte met minder pijnlijke schuld wel een vaak gebruikt afweermechanisme is. De patiënt rumineert bijvoorbeeld vanuit schuldgevoel over de omstandigheid dat hij steeds uitstelt iets aan te kaarten bij zijn partner en in welke situatie dat wel mogelijk zou zijn, maar overdekt daarmee de schaamte over hetgeen hij zijn partner over zichzelf ‘moet’ melden. Onbewuste schuld, separatieschuld, overlevingsschuld en misdaad vanuit strafbehoefte zijn kenmerkende psychoanalytische concepten die betekenis geven aan gedragingen of gedachten die anders niet te begrijpen zijn. Het is interessant verder na te denken over de vraag of dit werkelijk verschillende vormen van schuld zijn, of dat deze concepten verwijzen naar verschillende situaties waarin exact dezelfde schulddynamiek actief is.

De cognitieve psychologie vult het psychoanalytische denken over schuld aan met haar uitspraken dat schuld de functie heeft empathische boodschappen op te roepen die gericht zijn op herstel van de gevolgen van het schuldigmakende gedrag, feitelijk gedrag te reguleren en eigen vage innerlijke onrust te mentaliseren (Barret 1998). De attributietheorie beschrijft dat schuld ontstaat als er sprake is van innerlijke, labiele, beheersbare en brede attributies: ‘Ik [een innerlijke attributie] ben gezakt voor mijn examen [een labiele attributie, want tijdelijk] omdat ik niet hard genoeg heb gestudeerd [een beheersbare attributie, want ik had het anders kunnen doen].’ Schaamte daarentegen, schreef ik hierboven, ontstaat als er sprake is van innerlijke, stabiele en onbeheersbare attributies.

In het hierboven aangehaalde onderzoek van Fontaine e.a. (2006) lijkt bij *intrapersoonlijke* schuld de overschrijding van eigen normen tot een negatieve zelfwaardering te leiden. De persoon verlangt als het ware naar straf om het schuldgevoel te verlichten en neemt zich voor te veranderen. *Interpersoonlijke* schuld daarentegen leidt tot de wens voor de ander te zorgen en het goed te maken. Natuurlijk zijn deze verschillen in het dagelijkse leven niet scherp afgebakend terug te vinden, en lopen sociale, interpersoonlijke en intrapsychi-

sche aspecten van schuld ook nog eens door elkaar. Maar aan de andere kant is deze differentiatie klinisch interessant omdat ze onze blik op wat de patiënt vertelt, aanscherpt: welk aspect van schuld wordt door de patiënt wel geadresseerd en welk aspect komt vrijwel nooit aan de orde, wellicht omdat dit wordt afgeweerd?

Een eenentwintigjarige student meldt zich aan omdat hij uitgeput is. Hij studeert keihard en draait daarnaast elke week drie diensten van zes uur in een hospice. Als het even kan, gaat hij het weekeinde naar huis om zijn vader te ontlasten. Tot voor een jaar woonde hij nog thuis en draaide hij volop mee in de winkel. Vader heeft echter een hartaanval gehad, moet het rustiger aandoen en verwijt zijn zoon hem in de steek te laten. De uitputting schrijft hij toe aan de hoge eisen die hij zichzelf stelt: zo snel mogelijk afstuderen met hoge cijfers, iets zinvols voor de medemens doen en zijn ouders steunen. Hij kan zich niet voorstellen dat die hoge eisen iets te maken hebben met verwachtingen van zijn ouders: die waren alleen maar trots op hem en lieten hem ook vrij. Al pratend komen we voor hem totaal onverwacht terecht op schuldgevoel: als ik mezelf ontplooi, waarvoor het ook nodig is dat ik me losmaak van mijn ouders, zullen zij het niet redden. In vaktermen: hij lijdt onder onbewuste separatieschuld.

¶ Tot slot

In dit artikel heb ik de gewetensfunctie geformuleerd als een voortdurend proces van regulatie van zelfgerichte emoties. De omvang van een artikel als dit laat niet meer toe dan een schets van de contouren; de verdieping is te vinden in *Emoties bij jongeren — Theorie en diagnostiek van de gewetensfunctie* (Schalkwijk 2011). Om het functioneren van het geweten te kunnen begrijpen, kan volgens mij en anderen beter worden uitgegaan van een <functie> dan van een psychische <structuur>. De psychoanalytische *body of knowledge* kan dan beter met de hedendaagse wetenschappelijke methoden worden onderzocht en beter worden verbonden met niet-psychoanalytische kennis, waarbij het kenmerkend psychoanalytische beslist niet verloren hoeft te gaan.

Mijn klinische werk verdiept zich door wat patiënten vertellen te begrijpen vanuit de gewetensfunctie. De aanname dat zelfgerichte emoties altijd een rol spelen in de interactie *tussen* behandelaar en patiënt én *in* de patiënt geeft me meer inzicht in de psychodynamiek van de patiënt dan voorheen. Het bevestigt nog weer eens hoe belangrijk het is te luisteren naar hoe de patiënt mijn opmerkingen ervaart — vanuit de wetenschap dat hij elke opmerking van mij, hoe goed bedoeld ook, kan opvatten als een vernedering of een schuldigverklaring (Schalkwijk 2012b).

Vrijwel automatisch verschuift daarmee mijn aandacht naar de beleving in het hier-en-nu, en confronteer ik de patiënt relatief veel met de afweer van de zelfgerichte emoties, zoals: 'Ik denk dat u uw huidige werk op dit moment de hemel in prijst om weg te blijven van de pijn dat uw nieuwe baan niet door-gaat, omdat het sollicitatiegesprek zo negatief uitpakte. Dat moet enorm kwet-send voor u zijn.' Als patiënt zich dan een eventueel gevoel van schaamte over de afwijzing en de woede heeft toegeëigend, zou ik pas daarna een duiding naar het verleden maken, bijvoorbeeld naar hoe patiënt zich ook door vader altijd vernederd voelde en dan in zijn eigen gedachten vluchtte, waar alles mooi en goed was. Aandacht schenken aan wat de patiënt beleeft zodra zijn identiteit in het spel is, komt dichtbij de techniek die John Steiner (2011) adviseert bij narcistische patiënten die uit hun toestand van psychische teruggetrokkenheid komen. Deze patiënten zijn ontzettend alert op wat er kan gebeuren als ze uit hun veilige schuilplaats komen en in een wederkerige relatie met de analyticus gaan. Steiner beschrijft prachtig hoe de patiënt die uit zijn schuilplaats komt angstig en beschaamd is door zijn analyticus te worden gezien en zichzelf te zien, omdat hij de bescherming van zijn pathologische organisatie verliest. De oude vuistregel dat afweer geduid wordt vóór de inhoud, kan worden aangevuld met een aanbeveling dat eerst aandacht wordt gegeven aan de zelfgerichte emoties en dan de inhoud.

Het startpunt voor mijn zoektocht naar de theorievorming over het geweten werd gevormd door de moeilijke opgave uitspraken te doen over de gewetens-ontwikkeling in forensische rapportages. Naar mijn mening kan het emotie-theoretische psychoanalytische gedachtegoed in dit opzicht een belangrijke bijdrage leveren (Schalkwijk 2012c).

Literatuur

- ARAGNO, A. (2008). The language of empathy: an analysis of its constitution, development, and role in psychoanalytic listening. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 56, 713-740.
- BARRET, K. (1995). A functionalist approach to shame and guilt development. In J.P. Tangney & K.W. Fischer (red.), *Self-conscious emotions — The psychology of shame, guilt, embarrassment and pride* (p. 25-63). New York: Guilford Press.
- BARRET, K.C. (1998). The origins of guilt in early childhood. In J. Bybee (red.), *Guilt and children* (p. 75-90). Londen/New York: Academic Press.
- BOLLAS, C. (1987). *The shadow of the object — Psychoanalysis of the unthought known*. Londen: Free Association Books.
- BOLOGNINI, S. (2006). *L'empathie psychanalytique*. Ramonville Saint-Agne: Erès.
- DAMASIO, A. (2010). *Self comes to mind: constructing the conscious brain*. New York: Pantheon Books.
- ELISON, F., LENNON, R. & PULOS, S. (2006). Investigating the compass of shame: the development of the compass of shame scale. *Social behaviour and personality*, 34, 221-238.
- ERIKSON, E. (1950). *Childhood and society*. In het Nederlands vertaald als *Het kind en de samenleving*. Utrecht/Antwerpen: Spectrum.
- FONTAINE, R.J., LUYTEN, P., BOECK, P. DE, e.a. (2006). Untying the Gordian knot of guilt and shame — The structure of guilt and shame reactions based on situation and person variation in Belgium, Hungary and Peru. *Journal of cross-cultural psychology*, 37, 273-292.

- FRANIECK, L. & GÜNTER, M. (2010). *On latency — Individual development, narcissistic impulse reminiscence and cultural ideal*. Londen: Karnac.
- GALLESE, V. (2008). Empathy, embodied simulation and the brain: commentary on Aragno and Zepf/Hartmann. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 56, 769-781.
- HEBBRECHT, M. (2008). Psychoanalytische empathie, verkenning en definiëring. In M. Hebbrecht & I. Demuynck (red.), *Empathie — Hoeksteen of struikelblok in psychoanalytische psychotherapie?* (p. 11-22). Antwerpen/Apeldoorn: Garant.
- HOFFMAN, M.L. (2000). *Empathy and moral development — Implications for caring and justice*. Cambridge: Cambridge University Press.
- HOLINGER, P.C. (2008). Further issues in the psychology of affect and emotion: A developmental perspective. *Psychoanalytic Psychology*, 25, 425-442.
- LEWIS, H.B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press.
- LICHTENBERG, J.D., LACHMANN, F.M. & FOSSHAGE, J.L. (2011). *Psychoanalysis and motivational Systems*. New York/Londen: Routledge.
- MEISSNER, W.W. (2009). The question of drive vs. motive in psychoanalysis: A modest proposal. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 57, 807-845.
- MILLS, R.S. (2005). Taking stock of the developmental literature on shame. *Developmental Review*, 25, 26-63.
- MODELL, A.M. (1993). *The private self*. Cambridge/Londen: Harvard University Press.
- SAGE, L. LE (2005). *De gebrekkige gewetensontwikkeling in het jeugdstrafrecht — Implicaties voor de toerekening en behandeling*. Amsterdam: SWP.
- SCHALKWIJK, F. (1997). Psychoanalyse en emoties. *Tijdschrift voor Psychoanalyse*, 3, 68-85.
- SCHALKWIJK, F. (2011). *Emoties bij jongeren — Theorie en diagnostiek van het geweten*. Amsterdam: Boom.
- SCHALKWIJK, F. (2012a). Toward a new conceptualization of the conscience. *Mededelingenblad Nederlandse Vereniging voor Psychoanalyse*, 27, 106-113.
- SCHALKWIJK, F. (2012b). Schaamte in psychotherapie. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 38, 368-380.
- SCHALKWIJK, F. (2012c). Theory and diagnostic of the conscience. In T.I. Oei & M.C. Groenhuijsen (red.), *Progression in forensic psychiatry — About boundaries* (67-82). Deventer: Kluwer.
- SCHORE, A. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. New York: Norton.
- STEINER, J. (2011). *Seeing and being seen — Emerging from psychic retreat*. Londen/ New York: Routledge.
- STORTELDER, F. & PLOEGMAKERS-BURG, M. (2008). De adolescentie als reorganisatiefase: een integratie van neurobiologische, psychoanalytische en ontwikkelingspsychopathologische perspectieven. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 34, 169-185.
- STRIEN, A.P.M. VAN (1999). *Empathie — Een kwaliteitscriterium in de psychoanalytische praktijk? Een exploratief onderzoek van een concept*. Academisch Proefschrift. Amsterdam: Thela Thesis.
- TRACY, J.L., ROBINS, R.W. & TANGNEY, J.P. (2007). *The self-conscious emotions — Theory and research*. New York/Londen: The Guilford Press.
- WATT, D. (2007). Toward a neuroscience of empathy: integrating affective and cognitive perspectives. *Neuro-Psychoanalysis*, 9, 119-140.

SUMMARY

The conscience as a function of emotions

An emotion-based theory for describing the conscience is presented. The conscience is a psychic function which regulates empathy and self-directed emotions such as shame and guilt, in order to maintain the balance of self-esteem. The current state of theories and research on empathy, shame and guilt is described. Implications for clinical work are discussed, which leads to the recommendation to address self-directed emotions before content.

Key-words: conscience, empathy, forensic psychology, guilt, shame

Noten

- 1 Ik ga op deze plaats niet in op de specifieke emotietheorie die de auteurs ontwikkelen.
- 2 In de Engelstalige literatuur worden deze emoties aangeduid als 'self conscious emotions', maar de vertaling naar 'zelfbewuste emoties' kan de onterechte interpretatie oproepen dat het hier dus om bewuste emoties in psychodynamische zin zou gaan, of om zelfverzekerdheid. Zelfgerichte emoties kunnen zowel bewust, niet-bewust als dynamisch onbewust zijn.
- 3 Dit is het theoretische onderscheid tussen intrapersonlijke en interpersoonlijke zelfrepresentaties, waarschijnlijk vergelijkbaar met wat Arnold Modell (1993) het 'private' en het 'public self' noemt.
- 4 Hoewel ook trots een belangrijke en bepaald positieve emotie is, bespreek ik deze niet. Naar mijn idee zien behandelars de toename van trots of van positieve zelfwaardering als een belangrijk teken van positieve verandering in de patiënt, maar die ontstaat vooral dankzij de aandacht in de behandeling voor de doorwerking van schaamte- of schuldproblematiek. Een uitzondering op deze algemene uitspraak is het verschijnsel dat trots besmet kan zijn met schaamte, maar ook dan zal de focus in de behandeling waarschijnlijk vooral liggen op het doorwerken van de schaamte die het beleven van trots conflictueus maakt. Trots is met andere woorden in een inzichtgevende behandeling secundair ten opzichte van schuld en schaamte.