

SYMPOSIUM

GELUKKIG MET EEN
REUZENMOEDERVLEK

samenvatting

7 november 2009



Nevus Netwerk Nederland

Nevus Netwerk Nederland

De ervaring leert dat bijna niemand weet dat aangeboren reuzenmoedervlekken bestaan. Ook zijn ze weinig tot niet bekend bij artsen en kraamverzorgers. Later contact met diverse specialisten is zelden verduidelijkend voor de ouders. Onder specialisten bestaan sterk afwijkende meningen over de eventuele behandeling(en). Bovendien worden psycho-sociale aspecten door de medische disciplines vaak onderschat. Ouders hebben van het ene op het andere moment erg veel vragen:

- Wat is en hoe ontstaat een reuzenmoedervlek?
- Zijn de moedervlekken levensbedreigend?
- Waar kun je meer informatie vinden?
- Kan er iets aan een reuzenmoedervlek gedaan worden?
En zo ja, wanneer, hoe en door wie?
- Hoe ga je emotioneel om met een reuzenmoedervlek?
- Heeft het consequenties voor de opvoeding?
- Hoe reageert de omgeving?

Vanuit deze vragen blijkt de behoefte aan een onafhankelijk en neutraal informatiepunt. Nevus Netwerk Nederland (NNN), een vereniging voor Mensen met Aangeboren Reuzenmoedervlekken, wil graag deze rol vervullen. De vereniging is in 1997 opgericht door ouders en mensen met reuzenmoedervlekken en heeft als doelstellingen:

- Het geven van informatie aan mensen met aangeboren reuzenmoedervlekken, hun familieleden en omgeving.
- Voorlichting geven aan beroepsgroepen die met aangeboren reuzenmoedervlekken te maken hebben of krijgen.
- Het organiseren van bijeenkomsten voor bovengenoemde groepen zodat zij informatie en ervaringen kunnen uitwisselen.
- Belangenbehartiging bij organisaties als ziektenkostenverzekeraars en overheid.
- Stimuleren van wetenschappelijk onderzoek naar aangeboren reuzenmoedervlekken en behandelmethoden.
- Het uitwisselen van informatie en ervaringen met (buitenlandse) patiëntenverenigingen en organisaties.

Nevus Netwerk Nederland geeft geen medisch advies en blijft neutraal ten aanzien van behandelmethoden.

SYMPOSIUM 7 november 2009

'GELUKKIG MET EEN REUZENMOEDERVLEK'

s a m e n v a t t i n g

Op zaterdag 7 november 2009 heeft NNN haar jaarlijks informatie-symposium gehouden in Diergaarde Blijdorp te Rotterdam

Vooraf werd de Algemene Ledenvergadering gehouden en zijn de eerste resultaten van de leden enquête gepresenteerd.

Een samenvatting van de ledenenquête is gepubliceerd in NNN Nieuwsbrief 1-2010.

In deze special vindt u de samenvatting van de voordracht van sociaal psycholoog Hans van de Sande. Getracht is deze voordracht zo realistisch en zo compleet mogelijk op te nemen in deze Nieuwsbrief. De redactie kan niet voor 100% garanderen dat alles wat gezegd is in deze samenvatting staat. Eventuele foto's worden om privacy redenen niet getoond.

Het bestuur van NNN.
april 2010

De NNN Nieuwsbrief is een speciale uitgave van Nevus Netwerk Nederland. In dit nummer staat de samenvatting van het NNN Informatiesymposium – gehouden op zaterdag 7 november 2010 – met als thema 'Gelukkig met een reuzenmoedervlek'.

Redactie-adres

J.H. Boschstraat 24
7513 ZL Enschede
e-mail: info@nevusnetwerk.nl

www.nevusnetwerk.nl

Telefoon: 06 51 82 27 01

Medisch adviseurs NNN

Dr. A.P. Oranje - Dermatoloog
Dr. M.A.A.P. Willemsen - Kinderneuroloog
Dr. L. van Adrichem - Plastisch Chirurg
Dr. J.U. Ostertag - Dermatoloog

Jaargang 14, nr. 2, april 2010

Oplage 175

www.nevusnetwerk.nl

Telefoon: 06 51 82 27 01

Deze uitgave is door de leden ook te downloaden op www.nevusnetwerk.nl

OPENING

Jantijn van den Heuvel heet alle leden welkom. (Daarna wordt Hans van de Sande voorgesteld.)

Hans is sociaal psycholoog en heeft twee jaar geleden al eens een uur voor NNN gesproken. Hans is een gepassioneerde spreker die goed kan vertellen en daar houden wij van. Daarom hebben wij Hans gevraagd: Zou jij met als titel 'Gelukkig met een reuzenmoedervlek' een voordracht kunnen voorbereiden.

LEZING VAN HANS VAN DE SANDE

Gelukkig met een reuzenmoedervlek(?)

Goedemiddag. Een aantal van u herinner ik mij. U zult zich mij ook wel herinneren. Ik ben zo langzamerhand een beetje de huisspreker geworden van deze vereniging.

Het zal u niet zo opgevallen zijn, maar ik heb nogal een buik. Nu draag ik natuurlijk een jasje maar dat kan niet eens dicht. Dat komt zo: anderhalf jaar geleden ben ik opgehouden met roken omdat ik bruine longen kreeg. Bij alles wat ik deed bedacht ik: ik heb bruine longen. Toen ben ik dus met roken opgehouden en begon ik te eten. En dit is het gevolg. Natuurlijk probeer ik dat te verbergen achter een jasje. Maar misschien trek ik dat jasje nu maar uit want het is hier warm genoeg. Laat het gewoon maar zien; ik laat u ervan genieten. Omdat ik nu toch lid ben van de familie doen we het maar zo (Hans trekt jasje uit en toont zijn buik).

Goed, ik ga u vandaag vertellen hoe je als psycholoog tegen leven met een nevus aan kijkt. Ik ben psycholoog, ik heb mijn hele leven gewerkt aan de universiteit van Groningen. Ik ben sociaal psycholoog. Een sociaal psycholoog gaat niet over mensen met een probleem of een neurose; dat doet een klinisch psycholoog. Nee, mijn soort psychologen gaan over gewone mensen. Mensen zoals u, en ik ook, en een heleboel mensen. Hoe gedragen mensen zich tegenover elkaar? Hoe reageren mensen op allerlei dingen als angsten, of een onverwacht gelukje? Wat voor invloed hebben stemmingen op hoe ze denken of beslissen? Dat soort dingen, dus hoe mensen zich in het sociale leven gedragen, gewone mensen. Dat wordt bestudeerd in mijn vak. Dat is natuurlijk een heel uitgebreid vak. Die studenten bij ons, die doen er

al vier jaar over om alleen de grondslagen zo'n beetje te leren, daarna hebben ze nog een jaar om zich te specialiseren in een heel klein stukje en dan worden ze de wereld in gestuurd. Het is dus een heel groot vak en ik kan u natuurlijk niet alles vertellen, maar een beetje kan ik wel.

O ja, ik wou nog even vertellen, dat ik nu gepensioneerd ben. Ik werk nog aan de universiteit, ik geef ook nog colleges, maar ze betalen niet meer. Ze denken 'Hij doet het ook wel gratis' en daar hebben ze gelijk in. Ik doe het ook wel gratis. En toen dacht ik 'Weet je wat ik doe? Ik begin een firma! Ik begin een firma in lezingen.'

Als ik dan een lezing geef voor een sympathiek doel, zoals voor u, dan hoeft (geld - red.) niet zo, maar als dat bijvoorbeeld voor Unilever is, dan ... (Hans maakt met gebaren duidelijk dat hij zich dan laat betalen). Ik heb ook een website: www.vandesandeinlezingen.nl. Als u die opzoekt, dan ziet u waar ik allemaal lezingen over houd. Daar ziet u ook de powerpoints. Die kunt u bekijken. U mag ze zelf gebruiken voor uw eigen doeleinden. Het is allemaal gratis en voor niks. Deze lezing komt daar ook op te staan. U kunt hem dan rustig nog eens bekijken.

Daaronder (Hans wijst aan) staat 'Proudly presents...' want die eerste lezing die ik voor u gaf die heette 'Nevus' en dit is dan natuurlijk: '... Nevus part two'."

Inleiding

Er is ook een ondertitel en die luidt: 'Je bent nog niet gelukkig met een moedervlek'. En nou loopt dat 'Je bent nog niet...' van de regel af! En wat er overblijft is: 'gelukkig met een moedervlek'. Dat leek mij zó'n passende titel. Want als je zoiets als een nevus hebt, dan vraag je je altijd af: 'Kun je met zoiets, kun je met een handicap, kun je met een dikke buik, kun je met één been, kun je met weet-ik-veel wat, als je mongool bent, kun je als je een andere ernstige ziekte hebt, kun je als je in een invalidekar zit, kun je dan nog gelukkig zijn?

Het antwoord is duidelijk 'Ja'. Daar gaan we het over hebben. Wat is dat nou, geluk, en waar hangt dat mee samen? Ik kan u alvast vertellen (daar komen we straks op uit): Geluk is een keuze die je zelf maakt. Je kunt zelf kiezen om de ene of de andere kant op te kijken. Daar zit natuurlijk wel een zekere systematiek in. Bijvoorbeeld oudere mensen hebben sterk de neiging om terug te kijken. Jonge mensen hebben sterk de neiging om vooruit te kijken. En dat is maar goed ook. Jonge mensen kijken vooruit: Oooo, wat ga ik allemaal niet doen! Oude mensen kijken terug.

Dus de manier waarop je kijkt is een beetje bepaald. Maar je kunt toch kiezen om als ouder mens naar de toekomst te kijken. En je kunt als kind kiezen om naar het verleden te kijken. Je kunt kiezen.

Zo is het ook in het leven. Je kunt kiezen om op het positieve te letten en je kunt ook kiezen om te kijken naar al die ellende die er is en naar al die eventuele mogelijkheden die je hebt om daar wat aan te doen, terwijl er zoveel andere dingen zijn! Het helpt niks om dat te vertellen, maar we wéten het wel. Dat geluk is een belangrijk thema. In het leven van de moderne mens is geluk een ongelooflijk belangrijk iets. Er zijn talloze bedreigingen voor ons geluk.

Een van de dingen die dat kan bedreigen is, als je in je eigen ogen niet helemaal normaal bent. Maar als je jezelf normaal vindt, ook al ben je van top tot teen helemaal vol met haar en rare vlekken, als je denkt 'Ik ben gewoon en ik denk gewoon en ik kan gewoon met andere mensen omgaan' dan is er niet zoveel aan de hand.

Maar als je denkt 'Wat zullen ze wel niet van me denken? Ooo, daar kijkt er weer eentje naar me', ja, dan maak je het jezelf een beetje moeilijk. Nou, u weet dat allemaal, ik hoef u dat niet te vertellen. Wat u ook weet, is dat we hier in Blijdorp zitten en dat het zeven november tweeduizend negen is. Hoe lang is het ook al weer geleden, die vorige keer, het was in een prachtige locatie... O ja, dat was in het AMC. Dat is nu twee jaar geleden.

Wat waren de punten, twee jaar geleden?

Het eerste dat ik u toen vertelde, was, dat van alles wat je je kunt voorstellen bij zo'n nevus (en dat is een heel groot gebied) maar een klein deel medisch is. Bijna alle problemen die er zijn met betrekking tot een nevus zijn psychologisch van aard: Hoe ga je ermee om? Hoe reageren andere mensen er op? Hoe bepaalt het je leven? Allemaal psychologisch.

Het tweede waar we het toen over gehad hebben was: je kunt dat alles gaan analyseren. Je kunt gaan kijken welke aspecten er aan vast zitten. Een deel daarvan heb ik deze keer ook in de lezing opgenomen. Je kunt bijvoorbeeld zien dat één deel van de psychologische problemen te maken heeft met de persoon zelf, hoe reageer je zelf als je zo'n vlek op je kop hebt? Een ander deel is: wat vind je familie ervan? Wat zegt je vader ervan? Hoe reageert je moeder? Of je zusje, of wie ook maar? Dat maakt heel veel uit.

Allebei de aspecten hebben hun eigen wetmatigheden. Als je daar verder over nadenkt, dan begin je te redeneren zoals een wetenschapper dat doet. Een wetenschapper denkt 'Hé, dat is interessant!' Hij denkt nooit 'Hé, dat is ver-

velend' of 'Dat is lullig' of 'Dat is juist heel goed'. Een wetenschapper denkt niet in termen van goed of slecht. Hij denkt alleen 'Wat is het nu eigenlijk?' 'Wat zit er achter?' of 'Wat zijn de oorzaken?' Als je zó over de zaak gaat nadenken, dan kom je verder! Maar als je alleen maar denkt in termen van goed of slecht, dan kom je niet verder. Dan kun je jezelf de put in praten of de hemel in praten, maar verder kom je niet. Dat is zo'n beetje wat we gaan doen.

Er is ook een flink aantal dingen die met een reuzenmoedervlek te maken hebben en die reëel zijn. Wat is er reëel? In het algemeen moet je spreken van kansen. Als u heel veel in de zon gaat liggen, dan heeft u een zekere kans op huidkanker, als gewoon mens. Hoe groot is die kans? Nou, dat is bijna niet in te schatten. Er zijn maar heel weinig mensen in Nederland die huidkanker krijgen. En dan is het nog lang niet zeker of het door het in-de-zon-liggen komt. Kortom, elke bewering over hoe het met de kans zit, is gewoon nattevingerwerk.

Ik heb dat weleens uitgezocht, over misdaad. In Groningen heb je de Peperstraat, daar zitten allemaal café's. Als u nu weet dat in Groningen de café's de hele nacht open zijn... die gaan dus pas dicht als er helemaal niemand meer is. Open tot vijf, zes uur. Zo rond die tijd hebben de mensen die vertrekken veel gebruikt, die zijn agressiever geworden, dus daar gebeurt weleens wat. Er wordt weleens gevochten en er gebeuren allerlei andere dingen. Als je nu aan de mensen vraagt "Wat is de gevaarlijkste straat van Groningen?" dan zeggen ze allemaal: de Peperstraat.

Als je nu vraagt "Als u 's nachts door de Peperstraat loopt, hoe groot is dan de kans dat u iets vervelends overkomt?" dan zegt de één 10%. En een ander, die verstandiger is, zegt 1%. Maar als je dat eens nagaat... 's nachts om twee uur lopen er per minuut wel driehonderd mensen door die straat. Het is daar stampvol. Dus als 1% daar iets vervelends zou moeten overkomen, dan zouden daar in een nacht honderden mensen gekeeld worden! En dat is natuurlijk dikke onzin. De kans dat je daar iets overkomt, is niet eens één promille. Die kans is nog niet eens één op tienduizend; die is nog veel kleiner. En dat is met allerlei andere dingen ook zo.

Maar zo rekenen wij niet. Nee, hoe doen wij dat? Wij zeggen, de normale kans is één op tienduizend. En als wij ons nu van top tot teen insmeren met factor 28 (waarvan onlangs is aangetoond dat het eigenlijk maar factor 2 is, heeft u dat gelezen?), dan wordt de kans één op twintigduizend! Oi, oi, oi, twee keer zo weinig! Ja dat is wel zo, maar wat is de netto winst? Misschien een half melanoompje op de hele Nederlandse bevolking per jaar. Over dat

soort kleine dingen gaat het. Maar daar worden we wel heel bang van. En dat komt omdat we in onze wereld steeds maar bezig zijn overal controle over te hebben. We kunnen dat, omdat we zulke prachtige, ontwikkelde techniek hebben, die ervoor zorgt dat we allerlei dingen kunnen controleren en checken. Daardoor zijn we een beetje overmoedig geworden. De dokters spreken van kans op dit of kans op dat. Is dat nou reëel? Is een kans reëel? Wat men zich erbij voorstelt is in elk geval meestal niet echt juist. Voor een deel is het imaginair (= denkbeeldig, red.)
Wat is nu echt en wat is niet echt? Dergelijke vragen gaan we hier behandelen.

Ik heb het (de vorige keer - red.) ook gehad over de basismotivaties van de mens. Er zijn zo'n zestien dingen die ervoor zorgen dat we écht vrolijk kunnen worden of echt heel treurig. Ik laat ze straks nog even snel de revue passeren zodat u ziet hoe dat met de nevus te maken heeft.

8

Dan heb ik het gehad over sociale waarneming en illusies, hoe mensen de wereld om hen heen fout kunnen waarnemen, wat voor problemen daarbij komen kijken. Daar weet u natuurlijk alles van. Ieder mens weet daar wat van. Als je bijvoorbeeld een verlegen iemand bent, en in de verte staan een paar mensen en eentje kijkt jouw kant op en begint te lachen, dan denk je als verlegen mens: 'ze lachen me uit'. Terwijl als je iemand bent met heel veel zelfvertrouwen, dan denk je: 'o, ze denken zeker dat ik een leuke trui aan heb. Of ze vinden zeker dat ik mooie bretels aan heb.' Het is net wat je er zelf van maakt. Wij leven eigenlijk bij de illusies die we maken.

Dan hebben we het gehad over waarheid en relativisme en over dat elk nadeel ook zijn voordeel heeft, zoals de grote filosoof Cruijff dat zo prachtig heeft verwoord.

Waar gaan we het nú over hebben?

Ten eerste over individualisering. Over het feit dat wij als mensen heel erg op onszelf leven, wat daar de gevolgen van zijn, hoe dat samenhangt met allerlei andere dingen en hoe dat kan samenhangen met iets waar je last van kunt hebben, zoals een reuzenmoedervlek.

Het tweede waar we het over gaan hebben is het toekennen van oorzaken en schuld. Wij zijn als mensen geweldige schuldgevers. Als je een ruzie hebt met je partner, je broer of met je zuster dan zeg je altijd "Dat dee ik omdat jij dát deed; het is jouw schuld!" "Nee" zegt die ander dan, "want ik zei dat omdat

jij dát zei." Mensen geven altijd elkaar de schuld. Niemand wil de schuld hebben. Schuld is een soort hete aardappel; die geef je zo gauw mogelijk aan een ander.

We zijn altijd op zoek naar de schuldige, naar wat nu de oorzaak is. Wat dat betreft lijken mensen dus heel veel op wetenschappers want die zijn ook altijd op zoek naar de oorzaak. 'Hoe komt dat nou?' Dat vragen wetenschappers voortdurend. 'Waarom nou zus, waarom nou zo?' Wel, daar gaan we het ook over hebben, omdat het van invloed is op hoe je erover kunt denken. We gaan het ook even hebben over hypes en over angsten.

We leven in een moderne wereld waarin de pers de laatste twintig jaar erg veranderd is. De pers is voortdurend bezig met zoeken naar sensatie. Dat is omdat er in de mediawereld een geweldige concurrentie is. Er is niet zomaar één TV-zender, nee er zijn er alleen al Nederlandstalig, geloof ik, tien of twaalf. En al die zenders knokken om dat kleine beetje aandacht. Ze weten dat wanneer ze iets uitzenden dat heel afgewogen is, en heel keurig en heel verstandig, dan kijkt er geen hond. Dus willen ze lui als de Tokkies; die worden uitgezonden. Hoe die leven, dát wil iedereen zien. Of grote branden, dat vinden mensen ook hartstikke mooi. Dus het 'Hart van Nederland', daar kijken heel veel mensen naar. Het moeten sensationele dingen zijn, waarnaar gekeken wordt. Een van de sensationele dingen waarnaar gekeken wordt, is bijvoorbeeld medicijnen. Maar als ze nou iets kiezen als 'Een op de miljoen Nederlanders krijgt een bepaald soort ziekte. Hier hebben we iemand die dat gehad heeft, en hoe gaat het nou met u?' Daar is niks aan! Wat ze willen laten zien is, die helden die dokter zijn, die bij operaties mensen half door midden halen, er gezwollen van een kilo uit halen en de zaak weer dicht naaien. Helden! Sensatie, dat willen de mensen.

Dat betekent dus, dat als er iets dreigt, dan maken de media het erger. Bijvoorbeeld: heel lang geleden hadden we de Spaanse griep. Die brak uit, net toen de Eerste Wereldoorlog afgelopen was. Ik weet niet of iedereen weet wanneer dat was; dat was bijna honderd jaar geleden, van 1914 tot 1918. In die Eerste Wereldoorlog zijn iets van 10 miljoen mensen gesneuveld. Aan de Spaanse griep, die in 1918 uitbrak en in 1919 weer over was, zijn 8 miljoen mensen doodgegaan. Dat was een geweldig grote en zware epidemie. Als we nu gaan kijken (en iemand heeft dat ook gedaan) waar die mensen nu precies aan zijn doodgegaan, dan zijn ze eigenlijk allemaal doodgegaan aan longontsteking. Die mensen kregen de griep, ze verzwakten en kregen longontsteking. In die tijd was dat een dodelijke ziekte. Dus die mensen stierven aan longontsteking en die longontsteking werd door de Spaanse griep opgeroepen.

Tegenwoordig beschouwen we longontsteking als een bijna onschuldige ziekte! Huppakee, je stopt er een paar pillen in en weg is het weer. Alleen bij heel oude mensen is het gevaarlijk. Dus de situatie is volkomen veranderd. Desalniettemin, bij elke griep, met die Spaanse griep in het achterhoofd, wrijft elke journalist zich in de handen. Die zegt "Wat? Er komt weer een griep-epidemie. Nou, toen waren er 8 miljoen doden, dan kunnen het nu weleens 10 miljoen doden worden! Dan beginnen ze daar geweldig over te berichten en iedereen anders begint er ook over. De kranten staan er vol mee en Osterhaus verdient schatten aan zijn optredens. Er komt een heel circus op gang, en wat is het? Niks! Die nieuwe griep is goedaardiger dan een normale griepgolf. De media die maken er wat van. En daardoor worden de mensen angstig. Overal hoor je er over, en overal wordt erover geschreven en iedereen doet zijn zegje.

In zo'n cultuur van allemaal mensen die zich verdringen om het nog sensationeler te maken, is het onvermijdelijk dat ook over bijvoorbeeld moedervlekken allerlei dingen verteld gaan worden die een gruwelijk karakter hebben, waardoor je gaat denken 'O jee, wat mij nu toch gaat overkomen... O, o, o...'

Het laatste waar we over gaan praten is over technische oplossingen voor menselijke problemen. Ik heb u verteld dat heel veel dingen die we hebben een probleem zijn, omdat we ze op een bepaalde manier opvatten. Het hebben van een moedervlek is een kwestie van hoe je het opvat; het is een menselijk probleem.

En als we een menselijk probleem op een technische manier gaan oplossen, bijvoorbeeld door operaties, of bestraling of iets anders, ja, wat gebeurt er dan... Soms lukt het, want de medici zijn erg goed. Maar op dit gebied zijn ze nog helemaal niet zó goed. Heel vaak lukt het niet. Maar wat er wel overblijft is, dat je in je anders-zijn heel serieus bent genomen. De top van de medische stand heeft zich ermee bemoeid en daarmee krijg je dus een ander idee over jezelf. Daar gaan we het ook over hebben.

Tussendoor gaan we het ook over een heleboel andere dingen hebben. U heeft wel gemerkt, als ik alleen maar vertel waar ik het over ga hebben, dat er dan allerlei dingen al aan de orde komen.

Belangrijk is, dat u eens op een andere wijze tegen uw probleem aankijkt. En daarom vind ik het dus ook belangrijk, dat als u, terwijl ik praat, ineens een idee heeft, dat u dan meteen roept! Meteen de hand omhoog en u zegt het maar. Ik vind het heerlijk om onderbroken te worden. Daar gaan we dan over praten. U zegt dus maar 'Hé Van de Sande, wat zeg je nou? Dat is niet waar,

want ik voel zó, of ik heb dit of dat meegemaakt.' Dat is hartstikke goed, want we zijn hier op zoek naar de waarheid. We zijn hier niet opdat ik het evangelie verkondig. Ik probeer u op ideeën te brengen, die misschien anders zijn dan de ideeën die u normaal krijgt en daar moet u wat mee gaan doen.

Het tweede dat ik wil zeggen is, dat als ik wat te diep op de dingen inga, dat u dat kunt aangeven door uw ogen dicht te doen en met uw hoofd een knikkende beweging te maken. Als ik dat zie zal ik een anekdote vertellen. Bij mijn voorbereidingen ben ik mij gaan voorstellen hoe het nou zou zijn als ik zo'n heel groot ding zou hebben, zo'n reuzenmoedervlek. (Hans heeft een reeks termen, associaties met het hebben van een reuzenmoedervlek in zijn powerpoint-presentatie gezet)

Associaties

Om te beginnen zou ik allerlei 'uitvluchten' gaan verzinnen om maar niet onder de douche te hoeven, om maar niet ergens in een zwempak te hoeven zijn. Ik zou dus zeggen dat ik net weg moet, of dat mijn zuster ... weet ik veel wat... dat ik van de dokter dit niet mag ... kortom, ik zou geweldig gaan liegen om maar te zorgen dat ik me niet hoeft te laten zien. Ik zou gaan vluchten. Dat betekent dus dat ik een hartstikke creatief iemand zou worden! Ik zou iemand worden die altijd iets leuks weet te verzinnen waar een ander intuït. Want een uitvlucht waar ze niet intuït, daar heb je niks aan. Ze zouden zeggen: "O, daar heb je hem weer met die vlekken. Hij heeft weer wat verzonnen." Maar als je een echt goede smoes hebt, dan hebben ze je niet door. Uitvluchten vind ik dus een fantastisch iets. Maar het is wel zo, dat het niet nodig zou moeten zijn. Dat bent u toch met me eens. Het zou prettiger zijn als het niet nodig was.

Dat stelde ik me zo voor en ik dacht "Als je hele leven daar mee zit, dat is niet leuk. Het zou veel mooier zijn als het niet nodig was (uitvluchten te verzinnen - red.). En de enige die vindt dat het nodig is, die zit op de stoel waar jij nu op zit..."

Het tweede is 'confrontaties'. Af en toe kun je er niet onderuit. Dan is er een confrontatie. Je wordt gekeurd bij de dokter. De dokter zegt: "O, u heeft een grote nevus." Misschien is dat niet zo erg, want een dokter is een professional. Maar het kan bij een andere gelegenheid zijn, dat iemand zegt "Wat ben jij vies!" Dat is heel vervelend. Dat zijn heel akelige confrontaties. En dat geldt heus niet alleen hiervoor, maar dat geldt voor allerlei dingen. Kinderen, maar met name pubers zijn in staat om zich voor zo ongeveer alles te schamen. Ik schaamde mij er vroeger voor dat ik zo'n teruglopende kin had. Ik had liever

zo'n wilskrachtige kin gehad (Hans maakt stoere geluiden). Ik zat dus vaak zó voor de spiegel. Andere mensen laten hun baard groeien of zoiets. Ze doen van alles om de confrontaties uit de weg te gaan.

Op een gegeven moment groei je daar overheen. Dat is een verrukkelijk iets. Op dat moment denk je "Ze moeten me maar nemen zoals ik ben. Als ze dat niet doen, dan heb ik ze ook niet nodig."

Erg veel pubers moeten dat leren en erg veel jongvolwassenen denken op zeker moment "Ze moeten me maar nemen zoals ik ben." Dat is een bevrijding. Maar voordat het zover is, heb je last van akelige confrontaties.

(In de PowerPoint presentatie staat vervolgens:) 'een leugen om bestwil'. Nu, dat heeft er natuurlijk alles mee te maken.

Er komt ook een heleboel 'onzekerheid' bij kijken. Onzekerheid is vervelend, maar aan de andere kant is onzekerheid ook een teken van grote wijsheid. Want alleen de dommen zijn absoluut zeker van van alles. Wanneer iemand onzeker is, betekent dat niet dat hij geen oordeel heeft, maar dat hij daar niet zo in één keer mee wil komen. Dat zijn vaak heel verstandige mensen; die nemen een stapje terug en kijken eerst heel goed wat er aan de hand is. Dat kan dus een groot voordeel zijn van het hebben van zoiets als een nevus, dat je dus niet direct maar roept: "Ja, de beste auto is een Volkswagen!" maar dat je eerst over alle kanten eens even nadenkt.

'Medelijden'. Dat kunnen anderen hebben en dat is akelig. Het is misschien wel mooi en warm als ze zeggen "O, arm meisje, kom maar hier..." maar eigenlijk is het vreselijk klef! Dat moet je gewoon niet willen. Kijk, als je hard gevallen bent en je hebt een geschaafde knie, dan is het lekker. Maar als het iets is, dat je je hele leven hebt, dan heb je niks aan medelijden.

'Zelfmedelijden' komt er achteraan, en daar heb je ook helemaal niets aan. Het is iets dat wel gebeurt, maar ik raad het je niet aan.

'Onrechtvaardigheid', dat is nou iets dat ik zou ervaren! Als ik zo'n grote moedervlek zou hebben, dan zou ik denken "Waarom ik? Waarom niet bijvoorbeeld... ja, ik weet wel een paar kandidaten... (gelach in de zaal) Wilders bijvoorbeeld! Waarom niet Wilders?" Maar Wilders heeft dat haar al, dus die kan het best hebben. Het idee van onrechtvaardigheid zit er bij alle mensen heel diep in. Zeker bij de moderne mens. Vroeger was de wereld nog véél onrechtvaardiger dan nu. Toen waren er veel meer mensen die echt vreselijke dingen hadden. Toen ik jong was, in de jaren '40 zeg maar, toen

waren er in Nederland ontzettend veel bochelaars. Niet tien, of honderd, nee het waren er duizenden. Overal waar je liep, elke dag zag je minstens twee, drie bochelaars. Mensen die zo liepen (Hans kromt zijn rug), maar die functioneerden gewoon. Die waren groenteboer of klompenmaker, of ze zaten op kantoor. Die mensen hadden vitamineD-gebrek gehad en waren krom gegroeid. Je had ook mensen met zúlke X-benen en met zúlke O-benen, met afschuwelijke puisten... de meest vreselijke dingen zag je toen. In de Middeleeuwen was er geen gewoon mens bij. Iedereen was ziek, zwak en misselijk en ze zagen er vreselijk uit. En ze stónken, dat wil je niet weten. Tegenwoordig hebben wij het allemaal veel beter. In heel Nederland ziet iedereen er hartstikke goed en gezond uit. En of er nou eens een vlekje aan zit, ja dat kan wel wezen. Maar wij zijn eigenlijk véél beter bedeed dan onze voorouders. Nou kun je zeggen "Het is onrechtvaardig, want ik ben niet zo volmaakt... niet als de standaard, die er is. Ik ben niet zo mooi als een foto-model. Ik ben niet zo gaaf als iemand anders". Die 'onrechtvaardigheid' die zit er diep in. Dat kan je verbitteren. Als je daar bitter van wilt worden, dan moet je dat zelf weten.

Ik heb gedacht aan 'pesten'. Er zijn op de wereld twee soorten mensen. De ene soort pest niet en wordt niet gepest. Dat zijn gewone leuke mensen zoals u en ik. En de andere soort mensen of kinderen wordt gepest, maar heel vaak zijn dat ook mensen die dan later anderen weer gaan pesten., als ze eenmaal sterker zijn. Die mensen hebben iets dierlijks in zich; dieren hebben dat ook. Bij dieren (Hans bedoelt sociale diersoorten - red.) heb je een soort dominantie-hierarchie. Neem bijvoorbeeld kippen in een hok; één kip staat helemaal bovenaan en een andere staat helemaal onderaan. Al die kippen pesten diegene die helemaal onderaan staat. En die gaat vroeger dood, omdat ze door iedereen gepest wordt. Dat heb je met eenden, dat heb je met honden, en dat heb je vast ook met haaien. Kinderen pesten ook; ze hebben de neiging diegene te pesten waarvan ze denken 'daar kan ik mee weg komen'. En degene die ze gaan pesten, is eigenlijk helemaal niet degene die er anders uitziet. Want als degene die er anders uitziet zo in elkaar zit, dat hij onmiddellijk iets terugzegt of doet, waardoor die ander denkt 'Oei, dat gaat niet goed', dan is er helemaal niets aan de hand. Maar als diegene tegen wie ze wat zeggen, als die van binnen in elkaar krimpt, en niet zo gauw weet wat terug te zeggen, dán gaat dat pesten door. Want dan krijgen de pesters het gevoel dat ze goed bezig zijn, dat ze iets betekenen, dat er anderen zijn die respect voor ze hebben. Dus eigenlijk kun je pesten uitleggen als een primitieve en onaangename

vorm van het zoeken van respect. Dat doet men dan ten opzichte van degene waarvan ze verwachten dat hij respect levert, en de ervaring leert wel, dat mensen die iets mankeren, die mank lopen of zoiets, dat die vaak wat minder zeker zijn. Die worden dus wat sneller gepest. Dat is niet alleen zo met kinderen, hoewel die het vaak doen, maar het is met volwassenen ook zo. Dat is heel veel onderzocht in mijn vak en het is op één lijn gezet met wat dieren doen. Dieren gaan ook af en toe met z'n allen op ééntje af. 'Mobbing' heet dat, met een 'mob', een menigte, ergens op af duiken. Vogels doen dat ook met roofvogels. Een groep kraaien bijvoorbeeld doet dat als er een valk in de buurt komt om een jong kraaitje te verschalken; dan gaan ál die kraaien erop af. Ze maken net zolang een heleboel lawaai tot die roofvogel maar weggaat. (Hier maakt Hans een vergissing. Pesten vindt namelijk altijd plaats binnen een groep mensen of dieren van één soort. Als een groep kraaien een roofvogel lastig valt, is dat geen pesten - red.)

Je ziet soms op een kantoor dat mensen een werknemer die ze niet zien zitten met z'n allen vreselijk pesten. Dat is een heel akelige situatie. Het wordt onderzocht; er is een hoop over bekend.

14

'Toneelspel', je groot houden, zorgen dat je een rol speelt. Dat is het hele leven en het geldt voor iedereen. Maar ik denk dat als je ervoor zorgt dat de rol die je kiest en de manier waarop je die speelt, en het besef dát je toneel speelt, dat dat sterker wordt als je zo'n grote moedervlek hebt. Het 'verbergen', daar worden we natuurlijk ook een meester in. Je gebruikt listen, 'list en bedrog'.

En natuurlijk 'schaamte'. Ondanks alles schaam je je toch.

In onze moderne maatschappij, zeker de laatste tientallen jaren, is schaamte een beetje een ouderwetse emotie geworden. Het lijkt wel of mensen zich nergens voor schamen. Dat is niet helemaal zo, maar als je op de TV kijkt, dan is het soms verschrikkelijk waar mensen toe in staat zijn. Wat een schaamteloosheid ze daar kunnen vertonen! En in het gewone leven is dat ook een beetje het geval. Niet zo erg als op TV, maar een beetje wel. Ik heb vroeger heel veel onderzoek gedaan naar dingen die er op straat gebeurden en wat ik merkte is, dat schaamte er eigenlijk nog wel is. Dat was een prachtig onderzoek; ik zal u er over vertellen.

Ergens in de straat was een sexboetiek met een uitbundige etalage, en ernaast was een schoenenwinkel. Wij bekeken: wat doet een man die langs die sexboetiek loopt. Nou, van de ongeveer tachtig mannen die we hebben bekeken keek zo'n dertig procent helemaal niet. Die liepen er gewoon langs. Maar van

de zeventig procent die even in die sexboetiek keken ging de helft bij de schoenenwinkel in de etalage kijken. En van degenen die dat niet deden, ging de helft in die sexboetiek kijken (dat waren de schaamtelozen!) en de andere helft liep gewoon door. Het wonderlijke is dus: die mensen lopen langs zo'n sexboetiek en die kijken even in de etalage en denken dan 'o jee, ik kan daar niet in gaan kijken'. Ze willen wél kijken en dan gaan ze dus in de etalage ernaast kijken.

Dat kan u ook overkomen. Stel, er komt iemand bij u, dan doet die heel erg zijn best om niet naar uw moedervlek te kijken. Terwijl toch die ogen steeds daarheen trekken... Dat heeft natuurlijk ook te maken met dat toneelspel. Het hele leven is natuurlijk een toneelspel.

'Sociale druk'. Allerlei mensen zeggen 'jaaa, je moet dit doen' en 'jaaa, je moet naar dokter die-en-die gaan', 'jaaa, je moet zo-en-zo' en daar kun je makkelijk voor bezwijken. Je kunt gemakkelijk denken 'laat ik dat maar doen'. Daar verstandig mee omgaan is niet gemakkelijk.

Het idee van 'anders zijn'. Je bent natuurlijk helemaal niet anders als je zoiets als een nevus hebt, maar je kunt wel denken dat je anders bent.

'Angst', een belangrijk iets. Je 'zelfbeeld', zoals er op je huid een donkere vlek zit, zo kan er ook op je zelfbeeld een vlek zitten. Als je erin slaagt je zelfbeeld zeg maar 'vlekvrij' te houden, dan ben je echt een heel knap iemand.

'Verlegenheid' kan zich voordoen. Je kunt proberen allerlei 'technische oplossingen' te vinden. Er zijn allerlei 'fabeltjes' in omloop, 'emoties' die ermee gepaard gaan. Je bent altijd blij als je iemand ontmoet die 'goede manieren' heeft. Zo iemand behandelt je met respect. Helaas zijn er niet zoveel mensen met goede manieren; dat is een probleem natuurlijk.

Je hebt 'geheimen'. Je moet altijd een pokerface houden. Je hebt je 'trots'. Bepaalde dingen daar ben je te trots voor. Kortom, het gaat allemaal om 'geluk. En daar gaan we het nu eens over hebben.

Geluk

We denken te weten wat geluk is. "Als je maar gelukkig bent".

Er zijn mensen die dat hebben uitgezocht. Wat is dat nou, geluk? Wat wij geluk noemen, is nog maar heel recent! Vroeger was dat helemaal niet zo. Wanneer begon het huidige begrip 'geluk'? Dat begon in de Verlichting. En wanneer was dat nou? Dat wordt wel op school gevraagd: Wanneer was de periode van de Verlichting? En dan zegt zo'n kind: "toen de straatlantaarns werden aangelegd".

Zo is het natuurlijk niet.

De Verlichting is een periode geweest waarin de mensheid het idee kreeg dat ze door redeneren, door het verzamelen van kennis, door verstandige dingen doen, dat ze daarmee de hele wereld kon bestieren. Dat het niet duistere machten waren, of goden, of geesten die alles veroorzaakten. Het was niet magisch, nee, het was gewoon reationeel. De wereld is een organisme en kan bestudeerd worden; het kent zijn wetten. Net zo goed als de sterren op een wetmatige manier draaien, zo gedragen de mensen zich ook op een wetmatige manier.

Zo kreeg je de sociologie en later de psychologie en die proberen de gedragingen van de mensen te bestuderen op een wetenschappelijke wijze. Dat is de Verlichting geweest; die begon zo ongeveer 250 jaar geleden. Voor die tijd werd het woord 'geluk' wel gebruikt, maar dan in de zin van 'toeval', en wel: 'gunstig toeval'. Dus "Het is geluk, waardoor ik deze vrouw gekregen heb". Als je zei "Ik was gelukkig met deze vrouw", dan betekende dat alleen maar "deze vrouw was een lot uit de loterij". Heel velen wilden haar hebben, maar de hoofdprijs kreeg jij. Maar het betekende niet die staat van gelukzaligheid. In sommige heel hoog gestemde filosofieën kwam dat wel voor, maar dan eigenlijk altijd in de betekenis van 'geen wensen'. Al die filosofen vroeger beseften dat, als je gelukkig wilde zijn, dan moest je zorgen dat je geen wensen had. Als je geen wensen had, kon je ook niet ongelukkig worden. Dat is dus weer een heel andere benadering.

Dus 'geluk' was vroeger eigenlijk 'toeval' en kreeg (zo rond 1750) een andere betekenis. Toen was er een man, een filosoof, die heette Jeremy Bentham. Hier ziet u hem (Hans laat een powerpoint-dia zien). Het was een wonderlijk iets: deze Jeremy Bentham heeft in zijn testament gezet dat hij opgezet moest worden en daarna voorzien van zijn zondagse kleren in zijn favoriete stoel gezet, en dat hij vervolgens het bestuur van zijn universiteit (de universiteit die hij had opgericht, the University College in Londen) jaarlijks één bijeenkomst van dat bestuur moest voorzitten. En dat hebben ze gedaan. Hij is opgezet; u ziet hem daar zitten. Tussen zijn voeten ziet u een geel ding staan; dat is zijn eigenlijke hoofd. Maar dat is niet zo heel goed gelukt met het opzetten, dus dat zag er nogal vreselijk uit. Daarom hebben ze een wassen hoofd gemaakt en dat staat er nu op. Maar zijn echte hoofd stond nog wel tussen zijn voeten, tot 1938. Toen hebben ze het er maar weggehaald; dat vonden ze kieser. Maar tot 1934 hebben ze hem elk jaar even voor vijf minuten uit zijn kast gehaald met zijn stoel. En dan zei de nevenvoorzitter: "Ik ben de nevenvoorzitter. Ik open de vergadering. Heeft er nog iemand iets te vertellen, over deze of de volgende vergadering? Niemand? Dan sluit ik deze vergadering." En dan

ging Bentham weer in zijn kast. U kunt hem bezoeken! Als u naar Londen gaat, heb je in het centrum van Londen, in Gower street, een heel mooie oude universiteit, het University College, daar ga je een poort in, dan zie je het hoofdgebouw, daarnaast aan de rechterkant is een deur, en daar naar binnen. Dan kom je in een hal en daar staat'ie. 's Morgens om negen uur doen ze de deurtjes open en 's avonds om vijf uur doen ze de deurtjes weer dicht. Dus je moet wel overdag komen.

Die man zei: "Wat moet nu het doel zijn van de filosofie? Dat doel moet zijn 'the greatest happiness for the greatest number' ". Dat was de eerste keer dat het woord 'happiness' zo gebruikt werd in de moderne zin. Geluk in de zin van voorspoed, van 'het naar je zin hebben'. Bentham is beroemd geworden door te zeggen dat geluk een factor zou worden in de filosofie.

Wat is dat nou eigenlijk, geluk? Als je gaat kijken naar geleerde definities, dan geef ik u er hier een:

'Geluk is, door nadenken vastgestelde voldoening in leven en leefomstandigheden'. Dus: geluk dat weet je niet vanzelf; dat moet je je realiseren. Je denkt: "Hé, ben ik gelukkig? 's Even kijken... eigenlijk ben ik ontzettend gelukkig!" Maar daar moet je over nadenken; dat gaat niet zomaar vanzelf. Het geluksgevoel kun je wel achteraf vaststellen. Je kunt zeggen: "Ja, tóen was ik heel gelukkig. Wat was ik toch gelukkig!" Maar als je nou vraagt "Ben je nu gelukkig?", als ik dat nu zou vragen: "Bent u nu gelukkig? Wilt u dan uw vinger opsteken?" dan is de kans heel groot dat degenen die hun vinger opsteken diegenen zijn, die het er kort geleden over gehad hebben. Dan hebben ze dus in een gesprek gezegd "Ja, ik ben gelukkig". En dan denk je "dat heb ik toen zo gezegd, dus dan zal het nou nog wel zo zijn" Maar het is moeilijk om er achter te komen. Je moet daar veel over nadenken.

En het is 'voldoening met je leven en je leefomstandigheden'. En daar hoor je zelf uiteraard bij. En alle andere dingen horen daar ook bij. En het kan dus zijn, dat dat heel kortdurend geluk is geweest, bijvoorbeeld wanneer je de stad in bent gegaan en je bent daar net in je favoriete boetiekje een bloesje tegen gekomen, wel zó leuk. OK, het kostte een paar centen, maar dan heb je ook wat. Dus u betaalt u helemaal blauw en u gaat trots met uw bloesje naar huis en u trekt het aan voor de spiegel en denkt "Ooo, wat een leuk bloesje". Ja, dan bent u misschien gelukkig. Dat is een oppervlakkig geluk en het duurt maar even. In principe duurt alle gekochte geluk maar even. Het langer durende geluk heeft te maken met het leven zelf en de leefomstandigheden. Het gaat verder dan een bloesje.

Een ander onderdeel van je leven of je leefomstandigheden is natuurlijk, of je zo'n heel grote zwarte zwembroek aan hebt! Als je daar gevoelig voor bent, kan dat je geluk behoorlijk verstieren. Maar het is niet nodig! Het is ook mogelijk dat je zegt "Nou ja, ik heb pech gehad. Maar hoewel ik die pech heb, heb ik toch eigenlijk een ontzettend mooi leven." Dat kan heel gemakkelijk; het is helemaal niet uitgesloten. Je hebt het natuurlijk iets moeilijker dan een ander, maar je geluk hangt natuurlijk niet van zulke dingen af. Het hangt van heel andere dingen af. Daar gaan we het over hebben.

Geluk hangt, zoals we het in mijn vak zeggen, in het algemeen af van 'sociale vergelijking'. Er zijn ontzettend veel dingen die mensen hebben, die mensen kunnen hebben, eigenschappen van mensen die je niet echt kunt meten. Bijvoorbeeld: wanneer is iemand slim? Of wanneer is iemand mooi? Of wanneer is iemand nou aardig? Dat kun je niet meten.

Wat je wel vaak kunt zeggen is: Die is slimmer dan die. Of die is aardiger dan die. Of die is mooier dan die. Dat kan wel. Het is een glijdende schaal. En wanneer jijzelf dus eigenschappen hebt waarin je uitblinkt, waarin je beter bent dan anderen (slimmer dan anderen, gezonder dan anderen, socialer dan anderen), dan vergelijk je jezelf dus met anderen. En wanneer je positief uit die vergelijking komt, dan betekent dat dat je je goed gaat voelen over jezelf. Het kan ook zijn dat je bij jezelf denkt "Ik ben slechter af dan anderen. Ik ben armer dan anderen, ongezonder dan anderen, lelijker dan anderen" en dat soort dingen. Ja, dan zak je naar beneden. Het gras is altijd groener bij de burens. Dus ons gevoel over onszelf stellen we steeds bij door vergelijking met anderen.

(Op dit moment gaat de mobiel van Van de Sande. Hij zegt "Ik ben zo blij dat ik dat ben" (omdat hij het dan niemand anders kwalijk kan nemen - red.). Hilariteit in de zaal)

Een man in de zaal maakt van de onrust gebruik om een vraag te stellen: Als u nu werkelijk de vraag gesteld had "Wie is er hier gelukkig?" dan had misschien wel de hele zaal de hand opgestoken. Maar daarna zei u "A. Het is een glijdende schaal, en B. Denk nou eventjes na. Zo spontaan zeg ik ook 'ik ben gelukkig'. Maar u zegt "je moet toch wel even nadenken over die voldoening van het leven, en van de leefomstandigheden". En dan zegt u zelfs "het gras is altijd groener bij de burens" en dat is inderdaad waar. Dan denk ik dat ik mijn hand toch een beetje zou terugtrekken...

Van de Sande: Ja, dat zou kunnen. Maar het is ook een dynamisch proces. Gelukkig is het wel zo, dat heb ik de vorige keer ook verteld, dat bijna iedereen denkt dat hij gezonder is dan gemiddeld, gelukkiger is dan gemiddeld, rijker is dan gemiddeld, slimmer is dan gemiddeld (dat denkt zelfs iedereen!). Mensen hebben dus een onrealistisch zelfbeeld. Bijna iedereen heeft van zichzelf het idee dat hij beter is dan gemiddeld. Dat is een wonderlijk iets. En daardoor hebben we dus allemaal een goed gevoel over onszelf. Er is eigenlijk maar één soort mensen waarvan is vastgesteld dat die een absoluut juiste zelfmening hebben (dus 'ik ben slechter af dan gemiddeld', of 'ik ben gemiddeld' of wat ook maar) en dat zijn mensen die depressief zijn. Depressieve mensen hebben een juist zelfbeeld, maar gewone mensen zijn altijd erg optimistisch.

OK, dat gaan we nou even doen. U zegt, we moeten data verzamelen. Weet je wat we eerst even gaan doen? We gaan gokken. Gaat u nu eens denken. We zitten hier met een flink aantal mensen, oud en jong door elkaar enzovoort. Hoeveel mensen zouden hier gelukkig zijn? Bepaalt u eens een percentage, hoeveel procent denkt u dat er gelukkig is? Dan gaan we daarna eens kijken hoe het echt ligt. Om u te helpen kan ik u even dit laten zien: in Nederland acht 83% van de mensen zich gelukkiger dan gemiddeld. Dat is een hoop. Als je dus in heel Nederland aan mensen zou vragen: "Bent u gelukkig?" dan leggen mensen dat vaak uit als 'gelukkiger dan gemiddeld', dan steken dus 83 van de honderd hun hand op. Nou, u bent ongeveer met zijn vijftigen, dan zouden er nu 41 hun hand op moeten steken. Wie van u kan zó zeggen: "Ik ben gelukkig!" Het klopt, het klopt! Het zijn er 41! (dit is een grapje; er is niet echt geteld - red.). Weet u wat? Doet u rustig in uw vrije tijd het experiment nog eens over. Het was echt opvallend hoor! Wat wel zo was... aan die kant van de zaal... (weer een grapje; hilariteit onder het publiek).

Ik zie dat het kwart voor drie is. Om kwart voor drie moeten we toch pauze houden? (Jantijn reageert: "Eigenlijk wel, ja")

Hans: Voor mij is een pauze niet nodig. Als je staat, zoals ik, is de kans om in slaap te vallen echt nihil. Maar als ik daar zou zitten en ik zou naar mij moeten luisteren, dan zou ik op een gegeven moment ook denken "Die man die lult maar door! Wanneer houd hij nou eens op?"

Maar over het geluk wil ik het toch nog even hebben.

Waar hangt het geluk nu van af? Gelukkig hebben wij in Nederland een geluksprofessor. Dat is deze man (beeld verschijnt in de presentatie), Ruut Veenhoven. Een collega van mij; ik ken hem goed. Hij is ook sociaal psycho-

loog. Die man houdt zich bezig met de vraag 'Wanneer is een mens nou gelukkig en wat is geluk?' Daar heeft hij zijn hele leven op gestudeerd. Toen ik hem leerde kennen, overigens, toen zaten we in een soort onderzoeksgroepje, toen was hij een van de ongelukkigste mensen die erbij zat. 't Was een sombere.... hij had zo'n baard.... het was een soort hindoe om te zien. Het was helemaal geen gelukkige man. En die is dat toen gaan uitzoeken, en dat heeft (gezien deze foto) kennelijk toch wel geholpen. Waarschijnlijk heeft hij hier ergens een moedervlek zitten; daar houdt hij zijn hand nu voor. (dit was weer een grapje - red.)

Wat heeft hij nu uitgevonden? Als je naar politiek-economische factoren kijkt, dus dingen die te maken hebben met hoe een land is ingericht en zo, dan zit daar eigenlijk maar weinig verschil. Wel wat, maar niet al teveel. Wat je zou denken, dat is 'vrijheid, gelijkheid en broederschap', he? De leus van de Franse revolutie. Als mensen vrij zijn, in plaats van in een dictatuur leven. Of als ze gelijk zijn, zoals in Nederland en de Scandinavische landen. Niet ongelijk, zoals in België of zo (grapje - red.). En als er 'broederschap' is, dus als men elkaar ziet als broeders... in dat soort landen is men niet gelukkiger dan in andere. Dus dat maakt niet veel uit.

In landen die individualistisch zijn, zoals Nederland, Engeland, Amerika, Frankrijk ook wel een beetje, in dat soort landen is men in het algemeen gelukkiger dan in landen die collectivistisch zijn, zoals Japan of China. Bij dat soort landen gaat het altijd om de groep, en gaat het veel minder om het individu. De individuen zijn dus dikwijls heel ongelukkig in de groep, maar de groepen zijn welvarend en zijn wel gelukkig.

Wat Veenhoven vindt is dus, dat je het meeste geluk vindt in welvarende, democratische landen. Nou, dat lijkt tamelijk logisch.

Maar nu individuele factoren; dat is interessant. Hij heeft gekeken naar 'maakt geld gelukkig?'. Rijkdom, opleiding. Als je een heel hoge opleiding hebt, word je daar gelukkig van? Nou, daar blijkt maar een heel matig verband te zijn. Het is er wel, maar niet erg veel. Ongetwijfeld wordt dat negatief beïnvloed door ál die mensen die prijzen winnen in de loterij. Want al die mensen die de honderdduizend winnen, of nog veel meer, die zijn allemaal onderzocht, een jaar of vier-vijf later, en die zijn zonder uitzondering diep ongelukkig. Gek is dat. Zo'n prijs is dus eigenlijk helemaal niet iets wat u zou moeten willen... Maar ook al ben je dus rijk, en heb je een goede opleiding, dat is absoluut geen garantie voor geluk.

Gezondheid? Ja! Ongezonde mensen zijn in het algemeen ongelukkiger dan mensen die gezond zijn.

Discussie-intermezzo

Vrouw in de zaal: Maar nu spreekt u uw eigen titel tegen! Omdat je met een reuzenmoedervlek het risico hebt te overlijden.

Hans: Ik kan u verzekeren, ik heb géén moedervlek, maar ik heb ook een risico te overlijden. Iedereen heeft dat risico.

Vrouw: Ja, maar met een reuzenmoedervlek is dat risico hoger.

Hans: In het begin heb ik het daar al over gehad. Dat verhoogde risico is zó klein. Het is wel significant, maar het betekent eigenlijk niet zo heel veel.

Vrouw: Van de 128 leden die we hebben, zijn er de afgelopen acht jaar drie overleden. En u had het over een risico van een half procent.

Hans: Ik zit in een mannenclub met vijftien leden; in de afgelopen zes jaar zijn er daar drie van overleden.

Vrouw: Maar daar hebben we het nu niet over.

Hans: Nee, maar dat kan. Dat soort dingen kunnen gebeuren.

Vrouw: Maar daarnaast... Ik bedoel, je groeit toch op met

Hans: Mag ik u even onderbreken? Het is een goed punt wat u maakt, en ik wil daar ook wel wat meer over zeggen, maar ik denk niet dat dat nú zo'n heel goed punt is. Maar straks ga ik daar nog iets meer over zeggen. De kennis van statistiek, de kennis van het doen van wetenschappelijke uitspraken, is een ontzettend moeilijk gebied.

Mensen hebben heel sterk de neiging om op basis van een bepaald incident of iets dat er gebeurt, om daar direct conclusies uit te trekken. Het mooiste voorbeeld, is wat er op dit moment gaande is over die varkensgriep, de Mexicaanse griep. Dan wordt er op de televisie verteld "deze week zijn er weer tien mensen overleden!" Maar wat ze niet vertellen is, dat als er een gewone griep heerst, zoals er elk jaar is, dat er dan achtendertig mensen overlijden. Dat wordt er gewoon niet bij gezegd, want daar hebben ze niets aan. Je kunt met statistieken liegen, zo enorm, dat wil je niet weten.

(Vrouw probeert er tussen te komen, maar krijgt van Van de Sande weinig kans)

En bovendien is het zo, dat als iemand iets vertelt dat angstaanjagend is, dan is het heel waarschijnlijk dat daardoor een rationele discussie bemoeilijkt wordt. Als je bang bent, is het heel moeilijk om een rationele discussie te voeren. Ik zeg niet, dat u bang bent, maar ik zeg wel: u levert angstaanjagende stof; u wil graag een hype. U wilt graag dat daarover gepraat wordt. Maar als je daarover gaat praten, kun je dat op allerlei manieren doen en het beste is om dat een beetje afgewogen te doen. Maar ik neem het serieus en straks in de pauze gaan we het er even over hebben. Zullen we dat doen?

Goed, dus gezondheid is iets waar mensen gelukkig van worden. Dat betekent dus dat, als je kijkt naar mensen die ziek zijn, of bedlegerig zijn, of doof zijn, of mensen die kanker hebben, die zeggen dus dat ze ongelukkig zijn.

Maar perfectie, dus of je mooi bent, of je goed in elkaar zit enzovoort, dat blijkt geen enkel verband te hebben met geluk. Het blijkt dat ook mensen die prachtig mooi zijn, en waar geen vlekje aan zit, die kunnen diep ongelukkig zijn. Schoonheid is absoluut geen garantie voor geluk. Het is wel zo, dat als mensen iemand zien die mooi is, dan nemen ze automatisch aan dat die iemand ook slim is, rijk is en weet-ik-veel wat. Maar die iemand heeft daar natuurlijk zelf ook wat over te zeggen, en in het algemeen blijkt dan geen verband met geluk.

Wat verder onderzocht is, is het bezit van technische hulpmiddelen, zoals auto's, afwasmachines, strijkijzers, stofzuigers en dat soort dingen... nou, al heeft u uw huis helemaal geëlectriceerd en gaan de kastjes automatisch open, u wordt er geen zier gelukkiger van.

Het enige apparaat dat enigszins bijdraagt tot het menselijk geluk is de auto. Mensen die een auto hebben zijn net iets gelukkiger dan mensen die er geen hebben.

Tenslotte is onderzocht wat de invloed is van relaties en van persoonlijkheid op ons geluk, en dat blijkt er wel te zijn. Mensen die veel en goeie relaties hebben en mensen die gemakkelijk met anderen omgaan, die een prettige persoonlijkheid hebben met niet al teveel stoornis, die zijn inderdaad significant gelukkiger dan mensen die dat niet hebben.

Dit zijn een aantal stukjes uit dat geluksonderzoek. Hier kunt u dus uit afleiden hoe het nu zit met iemand die een nevus heeft. Op basis van dit onderzoek is er dus eigenlijk geen enkele reden waarom je gelukkiger of ongelukkiger zou moeten zijn. Dat zit 'm in andere dingen, dat zit 'm in hoe je daar op reageert. Laat je je daardoor uit relaties drukken, vervormt het je persoonlijkheid, dat soort dingen.

Na de pauze gaan we praten over de individualisering en haar gevolgen.

En nu, voor de pauze, wil ik u zeggen dat ik u een fantastisch publiek vind. Tot straks.

PAUZE

NA DE PAUZE:

Na de pauze vertelt Hans van de Sande over het gesprek dat hij had met de vrouw uit het publiek. Het is hem niet helemaal duidelijk geworden wat zij wilde zeggen, maar hij denkt dat het er op neer kwam dat de vrouw wilde praten over de verhouding tussen het hebben van een moedervlek en het hebben van andere ernstige problemen. Daarbij ging ze er (meende Hans) niet a priori van uit dat dat verband bestond.

Daarop vroeg Hans: "Heeft u daar gegevens van, want ik heb die nooit gezien." Hij had van tevoren wel naar zulke gegevens gezocht, omdat hij verwachtte dat deze kwestie zou kunnen spelen, maar hij had ze niet gevonden. Hij had alleen gevonden dat wanneer je met een nevus veel in de zon gaat liggen, je net als iedereen een grotere kans op huidkanker loopt. En die kans is met een nevus niet veel groter dan zonder.

"Die mevrouw is diep geraakt; die is er heel emotioneel over en heeft geconcludeerd dat ze er hier niet bij wil zijn."

Hans vraagt of iemand hier iets op zeggen wil, omdat het toch iemand was die lid is van de vereniging. Ze heeft bovendien een kind verloren, wat natuurlijk heel vreselijk en akelig is. Hij kan zich voorstellen dat deze zaak bij het publiek leeft en dat er misschien iemand iets over zeggen wil.

Een (andere) vrouw in het publiek zegt:

"In de vereniging is er zeker wel ruimte voor verdriet en negativiteit, maar ik denk zelf dat het toch wel heel goed is om de positiviteit vast te houden. Laten we wel ruimte hebben voor verdriet en negativiteit, maar toch vasthouden aan het positieve."

Hans herhaalt dit voor zijn gehoor:

"Wat mevrouw zegt is, dat de vereniging een vereniging is die onderling steun geeft en als we dat doen moeten we eigenlijk proberen zoveel mogelijk de blik naar het positieve te richten. En natuurlijk zijn er negatieve dingen en daar moeten we elkaar bij steunen maar daar hoeven we niet altijd een onderwerp van gesprek van te maken. Dat is helemaal in overeenstemming met de inzet die ik heb. Ik ben het daar geheel mee eens. Is dat ook voor de anderen de gedachte?"

(instemming in de zaal)

OK, dan gaan we verder.

We gaan het nu hebben over individualisering. Wij zitten hier nu in een vereniging, maar in principe zijn we allemaal individuen. En allerlei dingen die te maken hebben met individualisering zijn wel te begrijpen en te verklaren. En dat is waar ik u over wil vertellen. Daarvoor heb ik als motto gekozen een stuk uit uw website, uit het Forum. Dat kwam van een vrouw die zei: "Ik ging altijd met een heel verdrietig gevoel naar huis, terwijl de anderen bij ons konden denken: het kan dus nóg erger". Die mevrouw had een kind met een heel grote en heel zichtbare nevus en de anderen hadden toch iets minder. En volgens het principe van de sociale vergelijking waarover ik u voor de pauze vertelde zeggen mensen dan "als er iemand is die het nog erger heeft, dan valt het bij mij wel mee". Maar degene die het dan het ergste heeft, die gaat naar huis en denkt "Tja, hoe moet dat nou?" En, zei deze vrouw, ik heb mij toen wat teruggetrokken van de NNN en geprobeerd er vooral zelf mee te leren omgaan.

Deze mevrouw heeft gekozen voor 'individualisering'. En in onze maatschappij is die neiging heel sterk. Hoe komt dat nu?

Ik neem u even mee naar zo'n honderd jaar geleden. Toen was er een socioloog, die daar heel interessante dingen over gezegd heeft. Hij merkte op, dat er iets aan het veranderen was in de manier waarop de mensen met elkaar samenleefden. Die manier van samenleven was heel lang volgens wat men noemt 'de natuurmens'. In de negentiende eeuw ging men steeds meer in steden leven. En in steden is eigenlijk geen natuur; daar is eigenlijk alleen cultuur. Die verandering, van het leven volgens de wetten van de natuur, naar het leven volgens de wetten van de cultuur, die merkte hij op. En hij zei "Ieder mens reist langs twee sporen." Wij zijn allemaal dieren; allerlei dierlijks hebben we in ons. Maar we zijn ook allemaal cultuurmensen. We dragen kleren, we wonen in huizen, we kunnen lezen, we kijken TV, we zingen. Afijn, al die dingen die we doen zijn culturele zaken. Mensen hebben dus allebei die kanten, de natuurkant en de cultuurkant.

In sommige maatschappijen domineert vooral de natuurkant en dan krijg je dit: niets dierlijks is ons vreemd. We hebben allemaal instincten en we hebben emoties en die zijn bij alle mensen ongeveer hetzelfde. We hebben allerlei gedragsmechanismen, dingen die automatisch verlopen, zoals ademhalen, zoals lopen, zoals een bal vangen. Dat hoeft je eigenlijk niet te leren; dat kun je allemaal vanzelf. Als er ontwikkeling zit in natuurlijke dingen dan is dat een langzame ontwikkeling. Dat is niet met een paar dagen gebeurd, maar dat gaat meestal maar heel langzaam. In de natuur heeft elk individu eigenlijk de

bedoeling om te overleven. En voor dat overleven associeert hij zich met anderen, tot een stam, een familie, een clan of wat ook maar.

Zo'n samenleving, die in een natuurstaat functioneert noemde deze Duitse socioloog 'die Gemeinschaft', de gemeenschap. Daarbij moet u denken aan een dorp, een Middeleeuws dorp. Of nu, aan een dorp in Anatolië, of in het Rifgebergte. U kunt denken aan clans in Schotland, aan zo'n grote familie, aan stamverbanden, aan dat soort min of meer basale associaties van mensen.

Alle mensen die bij zo'n Gemeinschaft horen, die willen er ook heel graag bij horen. Ze willen er ook bij blijven. Als je aan die mensen vraagt: "Wie ben je?" dan antwoorden ze "Ik ben een Choctal" als hij een indiaan is van de stam van de Choctal. Of als je een Bantoe bent, zeg je "Ik ben een Bantoe, en wel van die-en-die familie". Die mensen zijn in eerste instantie lid van die groep. Die mensen zullen niet antwoorden met "Ik ben Jan Jansen", maar ze zeggen waar ze bij horen.

Als die mensen doelen hebben, zijn dat altijd groepsdoelen. Je ziet dat nu nog aan Turkse mensen. Een groot deel van hen werkt heel hard hier in Nederland om geld te verdienen om samen, voor de hele familie in Turkije een heel mooi huis te bouwen. En dat doen ze ook allemaal.

Dat zijn dus groepsdoelen. Marokkaanse mensen doen dat ook. En vroeger deden Nederlandse mensen dat ook. Wat je tegenwoordig ziet, is dat Nederlanders dat nog wel doen, maar dan doen ze het vaak met een vriendengroep. Die is wat lossier. Daarbinnen zijn niet zulke sterke verbanden als in een familie.

Die groepen, die stammen, worden gestuurd door plicht, door eer, door traditie. Dus zoiets als eerwraak hoort doodgewoon bij zo'n manier van leven. Wij kenden die eerwraak zo'n hondervijftig jaar geleden nog steeds. Wanneer een dochter van een vader door een ander kwaad was aangedaan, dan had die vader de plicht om de boosdoener bij z'n lurven te grijpen en daar iets vreselijks mee uit te halen. Dus die eerwraak die wij nu bij de Turken zo erg vinden, die was honderdvijftig, tweehonderd jaar geleden in Nederland ook heel gewoon. Dat is gewoon iets dat hoort bij een bepaalde manier van samenleven.

Traditie is natuurlijk heel belangrijk in zo'n samenleving. Als je dan verder kijkt hoe die mensen zijn, dan zie je dat ze conservatief zijn. Wat ze hebben dat willen ze houden en ze zijn gesteld op stabiliteit. Ze willen dat het morgen zo is als vandaag en als gisteren en eergisteren. De basis ligt in religie en zelfs in magische ideeën over de wereld, en de banden die ze hebben met de mensen uit hun groep zijn sterke banden. Elke dag zien ze die mensen.

Die banden kunnen nooit verbroken worden. Ze hoeven niet altijd positief te zijn; je kunt enorme vijanden hebben binnen die groep maar je hoort er wel echt bij. En als er wat gebeurt, zullen die anderen ook altijd voor je inspringen. Je bent dus één als groep. De groep is primair en het individu is minder belangrijk.

En als je nu gaat kijken hoe in zo'n gemeenschap op ziekte en dat soort dingen gereageerd wordt, als er iemand ziek wordt, dan zie je dat degenen die bij hem horen automatisch bij hem komen en hem gaan helpen. En als het toevallig niet gebeurt, hoef je maar te kijken of ze komen. Want de plicht zegt 'je móet voor die ander zorgen'. Sociale steun zoeken en geven is in zo'n omgeving heel gewoon.

Een van de vormen van moeilijk voor jezelf kunnen zorgen, is ouderdom. Voor Turkse en Marokkaanse mensen is de manier waarop wij met onze ouden-vandagen omgaan absoluut shockerend. Dat vinden ze verschrikkelijk, dat wij die mensen in bejaardentehuizen stoppen, onvoorstelbaar, keihard. Dat is vreselijk; dat zouden zij nooit doen. Zij zorgen dus zelf voor hun ouderen want die horen erbij.

Je ziet bij ziekte een toename van cohesie. Ze kruipen naar elkaar toe. Samen gaan ze proberen de boel weer goed te krijgen, maar als er iets vreselijks gebeurt, dan accepteren ze hun lot ook gelaten. Ze leggen zich erbij neer. En als er mensen zijn die afwijkingen hebben (dan moet je denken aan bochels, aan X-benen of wat ook maar) dan wordt dat gewoon geaccepteerd, want het is helemaal niet zo belangrijk hoe iemand eruit ziet. Het enige dat belangrijk is, is of hij bij de groep hoort of niet.

Dat is dus een heel ander soort samenleving dan de moderne. De moderne samenleving die wij hebben is vooral gestoeld op de cultuur, op redeneren, op rationaliteit. Dat is de samenleving die met de Verlichting ontstaan is en die steeds sterker is geworden. De ratio, de rede, beïnvloedt ons gedrag. Wij hebben normen. We hebben normen voor hoe je er mooi uit moet zien, we hebben normen voor hoe je je moet gedragen (daar zijn zelfs boekjes over), we hebben normen voor wat je op een feest moet doen. We hebben overall normen voor en overall hangen gebruiksaanwijzingen en alles wordt opgeschreven. Het moet allemaal bedacht worden.

En we hebben waarden; Balkenende heeft heel véél waarden. Die spreidt hij over ons uit en wij moeten die dan ook allemaal hebben.

En als we dingen willen doen, dan maken we een kosten/baten-analyse.

Dan kijken we 'kan dat uit? Wat gaat dat kosten?' Dat soort dingen.

Als er iets moet veranderen, dan gaan we plannen. Dat gaat heel snel. Het is mogelijk dat een grote nieuwe buurt, ter grootte van een kwart stad of zo,

er in tien jaar staat. Vroeger duurde zoiets tien eeuwen! Het gaat allemaal heel snel tegenwoordig.

En wat we verder vinden in die cultuur (en dat is iets héél anders dan in de natuur, waar het vooral op overleven is gericht): wij zijn zulke luxe mensen dat we het ons kunnen permitteren om 'geluk' als doel te willen. Het overleven vinden we al zo vanzelfsprekend, daarvan denken we dat we er recht op hebben. Nu gaan we onze doelen hoger stellen. We willen niet alleen overleven, we willen ook nog tevreden overleven.

Zo'n samenleving noemde die Duitse socioloog 'die Gesellschaft', dus niet de Gemeinschaft maar de Gesellschaft. In de Gemeinschaft wilde je erbij horen, en nu is wat mensen willen 'vrijheid'. Als je nu aan mensen vraagt "Wat is het belangrijkste in je leven?" dan zeggen heel veel mensen "Vrijheid! ... dat ik kan doen wat ik wil." Elke belemmering van die vrijheid zien ze als héél vervelend. Vandaar ook dat die auto werkelijk bijdraagt aan ons geluk, want zo'n auto maakt je vrij. Je bent niet meer afhankelijk van het openbaar vervoer. Op het moment dat je ergens naartoe wilt, kun je instappen en dan kun je er zó heen.

Jongen in het publiek vraagt:

"Gesellschaft, wat is dat in het Nederlands?"

Hans: "Maatschappij" (Hij is enthousiast over de vraag:) "Nadenkende man; die hebben we nodig!"

Een 'maat' (van 'maatschappij') is een vriend. En de Duitse vertaling van een maat is een Gesell. Dus een Gesellschaft is een maatschappij. Zo hangen die twee woorden samen. Maar dat zie je minder gauw dan 'Gemeinschaft = gemeenschap' natuurlijk. Hierna gaat Hans weer verder:

Waar je eerst groepsdoelen had, heb je hier natuurlijk individualistische doelen.

Daar heb je 'plicht, eer en traditie'; hier heb je 'vrijheid' in plaats van plicht, 'geld' in plaats van eer, en 'vernieuwing' in plaats van traditie.

Daar zijn ze conservatief en heb je stabiliteit; hier zijn ze progressief en heb je voortdurend verandering. Een beetje schijn-verandering is het wel. Vandaag is het mode dat alle lippenstift paars is en morgen loopt iedereen met zwarte lippenstift, de rokken die gaan op en neer, de broeken gaan op en neer. Het verandert, maar blijft eigenlijk wel hetzelfde.

Daar heb je religie en magie, hier heb je ideologie en techniek. Techniek is eigenlijk in de plaats gekomen van de toverkunst. Vroeger keken die kollen in

een kristallen bol en dan zagen ze hoe het in China was. En wij zitten elke dag in een kristallen bol te kijken en dan zien we ook hoe het in China is. Die vroegere kristallen bollen gaven niet zo'n getrouw beeld en dat kun je van de huidige televisie toch wel zeggen.

Tenslotte: daar heb je 'strong ties' ('sterke banden' - red.); mensen zijn heel belangrijk voor elkaar, ze zullen elkaar nooit in de steek laten (ze kunnen wel heel erge ruzie hebben, natuurlijk) en hier heb je 'weak ties' ('zwakke banden' - red.). Hier ga je een tijdje samen, hartstikke leuk, en op een gegeven moment ga je weer weg. Een schoolvoorbeeld daarvan vind je op internet. Daar kun je 'vrienden' worden met iemand, op Hyves. Of je kunt vrienden worden in een of ander programma. Dat heet dan hartstikke mooi, het lijkt heel wat. Maar in werkelijkheid is het zo: je hoort bij zo'n community en je zegt wat dingen en de mensen doen niet leuk tegen je, dan zeg je 'hup' en je laat niks meer van je horen. En dan ben je er weer uit. Het kost niks om eruit te gaan. Dat zijn nou zwakke banden, als het niks kost om eruit te gaan. Maar als je een groep hebt met 'strong ties' en je gaat eruit, dat kan een hoop kosten! Tot zelfs de dood. Bijvoorbeeld een gangsterbende heeft ook 'strong ties' en als je daar uit gaat, dan moet je voor je leven vrezen.

Hoe wordt er nu in een moderne maatschappij op ziekte gereageerd? Vroeger ging men sociale steun zoeken, maar nu niet meer. Nu gaan we naar een professional, naar iemand die ervoor doorgelerd heeft, naar iemand die daar examens voor gedaan heeft, die er wat vanaf weet.

Dáár zie je een toename van cohesie in de groep als er iemand ziek is, men gaat samenwerken, men trekt naar elkaar toe. En hier zie je een toename van isolement. Mensen die ziek worden, worden ook eenzaam. Die willen wel heel graag dat mensen zich met hen bemoeien, maar doordat ze zo vaak zitten te praten over hun ziekte stoten ze mensen ook juist af. En dan krijg je dus, dat ouden-van-dagen geïsoleerd raken. Omdat er niet meer een omgeving is, die zich heel actief met ze bemoeit.

Dáár zie je acceptatie van het lot. 'Allah wil het', 'God heeft het zo beschikt', 'het was Gods wil'. Dat ligt bij Christenen en Mohammedanen precies hetzelfde. Maar hier vind je een verzet tegen het lot. De moderne mens wil zich niet schikken naar wat hem toebedeeld is; we willen er tegenin gaan.

En tenslotte: Dáár worden afwijkingen wel geaccepteerd. Iemand met een bochel kan er heel goed bijhoren. Maar hier wordt perfectie geïdealiseerd. Er wordt weleens gezegd dat het voor een moderne jonge vrouw onmogelijk is te concurreren met al die fotomodellen, maar in werkelijkheid zijn die fotomodellen helemaal geen mooie vrouwen. Twee jaar lang heb ik een fotomodel (en

niet een geringe!) als assistente gehad. Nou, dat was een heel gewoon meisje. Ze was goed gebekt en ze zag er wel aardig uit, maar het was een heel gewoon iemand. Die zou hier echt niet opvallen, maar ze was wel erg fotogeniek. En ze is nu nog steeds een van de top-fotomodellen. Ze reist over de hele wereld en af en toe zie je haar. Via Facebook heb ik contact met haar, want ik ben 'vriend' met haar via Facebook, maar dat stelt natuurlijk niets voor. Maar daar zie ik dus allemaal hoe het met haar gaat. Maar als je foto's ziet van die vrouw... die zijn gefotoshopt, dan denk je "Ach, wat is die móóí! Hoe is het mogelijk?!" Maar ze is helemaal niet mooi. Ze is een gewoon iemand, net zoals u. Al is ze wel mooi gemaakt. Het zijn allemaal professionals die dat doen. Die weten precies hoe ze zo iemand moeten uitlichten, hoe ze moet kijken... Afijn, u weet dat allemaal wel. Het is gewoon bedriegerij. Maar dat zie je niet! Dus dan ga je denken 'iedereen is perfect'... behalve dan toevallig al die mensen om me heen. Nou, reken maar dat dat niet zo is. Niemand is perfect. Maar in onze maatschappij wordt dat wel tot het ideaal gemaakt.

Wat u nu ziet zijn de verschillen tussen die twee samenlevingen. Ik zeg niet dat dit beter is, ik zeg ook niet dat dat beter is. Allebei die samenlevingsvormen hebben hun eigen voordelen en nadelen. Maar dát krijg je nooit meer terug en dát hebben we. Hier leven we in, hier moeten we het mee doen.

Die man zelf, die Duitse socioloog (hij heette Tönnies), was er, geloof ik, niet zo heel erg gelukkig mee, want... hier ziet u hem... hij kijkt een beetje somber (Hans laat een foto zien). Als je wilt samenvatten wat hij zei, dan is het: "In die oude maatschappijvorm, daar waren mensen echt wat!" Je was wat. Maar dat betekende ook, dat als je voor een dubbeltje geboren was dan werd je nooit een kwartje. Als je vader landarbeider was, dan werd je zelf ook landarbeider. En als je vader een grote, dikke boer was, dan werd je ook een grote dikke boer. En was je vader notaris... afijn, u kunt het zich voorstellen.

Maar in ónze maatschappij is er een voortdurend 'worden'. Het is nóóit goed, je moet áltijd maar aan jezelf werken. Je moet altijd maar verbeteren. En dan heb je een kleine verbetering gehad en dan staat de volgende alweer op je te wachten.. Het is een voortdurend 'worden'. Nooit kun je zeggen: "Ik ben!". En vandaar dat in onze moderne maatschappij, zeker bij jonge mensen, het begrip 'identiteit' en groot probleem is. Wie ben ik nou eigenlijk? En dan gaan ze daarvoor op cursus bij boeddhisten. Daar staan ze dan een uurlang naar een blaadje te kijken; 'avatar' heet dat. Het idee is dat je

daardoor een beter mens wordt. Nou ja, misschien is dat ook wel zo; ik ben daar zelf wat sceptisch over.

In elk geval is men voortdurend bezig om iets méér te worden, om beter te worden. Je moet eigenlijk je hele leven maar doorgaan. En dat is dus ook héél relevant voor zo'n vlek! Dan ga je naar zo'n dokter, en die bleekt hem twee graadjes op, en weer een jaar later bleekt hij hem nog wat verder op. En zo blijf je maar jezelf als project zien. Een tijdje accepteer je jezelf, maar dan denk je 'nou, we moeten er weer wat aan gaan doen' en je gaat weer naar iets volgens toe. Je bent eigenlijk nooit helemaal klaar. Dat heeft positieve kanten en ook negatieve kanten. Je zou ook kunnen zeggen: "Als project ben ik nu klaar. Ik ga nu andere dingen doen." Dat kan ook.

Dat moet iedereen zelf weten. Dit (Hans bedoelt hetgeen hij hiervoor geschetst heeft - red.) laat dat alles een beetje zien en als achtergrond is dat wel handig. Zo kun je naar jezelf kijken. Ik vind het altijd heel verhelderend.

In onze moderne maatschappij hebben we ook nog eens een 'slachtoffercultuur'. De verzorgingsstaat is vooral gemotiveerd door het economisch gelijkheidsideaal. De sociaal-democratie kwam voort uit het feit dat arbeiders honderd jaar geleden op schandalige wijze uitgebuit werden en niet voor vol werden aangezien. Ze moesten keihard werken en kregen daar maar heel weinig geld voor terug. Mensen werden vernederd. Niet goed. Als ze oud werden, werden ze aan de kant gezet en dan hadden ze eigenlijk helemaal geen geld. De sociaal-democratie heeft daar wat aan gedaan, en vandaar dat 'vader Drees' in Nederland een held is. Die heeft ervoor gezorgd dat de ouden-van-dagen, ook als ze van heel gewone afkomst waren, bijvoorbeeld hun hele leven stratenmaker waren geweest, toch ook een fatsoenlijk inkomen hebben als ze eenmaal oud zijn. En ook dat ze op een bepaalde fatsoenlijke leeftijd met hun beroep kunnen ophouden. Prachtig, hartstikke goed. Dat is allemaal bereikt. Ja, wat moeten we nou nog? Da's een probleem.

Wat er dus nu gebeurt is, die oude politieke richting vindt natuurlijk altijd wel weer nieuwe dingen. Wat de politiek tegenwoordig vindt, wat sommige politici zeggen: "In Nederland is nog grote armoede!" Maar waar is dan die armoede? Armoede is bijvoorbeeld hoe het in Senegal is, waar mensen helemaal niet kunnen eten. Dat is hier helemaal niet zo. Iedereen heeft te eten.

Men wil dus eigenlijk graag slachtoffers hebben. En wat je nu ziet is, dat mensen die iets ergs hebben, die worden heel erg goed geholpen. Het moet wel mooi in het systeem vallen, maar ik kan u verzekeren dat als er bijvoorbeeld een klein overstrominkje ergens is en de burgemeester heeft de noodtoestand afgeroepen, dat als u dan zegt 'ik ben getraumatiseerd' dan komen er meteen

hópen maatschappelijk werkers en dokters en weet-ik-wat nog meer bij u kijken of u posttraumatisch stress-syndroom heeft. En als u zich dan een beetje aanstelt, kunt u maandenlang psychotherapie krijgen. Omdat u iets heeft meegemaakt wat helemaal niet zo erg was.

In ons land word je als slachtoffer gepamperd. Op zich is dat wel goed, maar er zit wel iets overdrevens in. Dat weet u zelf ook wel.

Wat heel belangrijk is in onze maatschappij is 'solidariteit en mededogen' met de armen. Maar tegelijkertijd is het zo dat niet het particulier initiatief voor die armen zorgt, maar dat doet de staat. We willen dat wel doen, maar het moet door de staat gereguleerd worden. Het heeft grote gevolgen voor de maatschappij en het heeft grote gevolgen voor onze beleving. Een cabaretier heeft ooit eens gezegd: "Als je slachtoffer bent, dan heb je het gemaakt!" Je moet zorgen dat je slachtoffer bent.

Ik heb daar wel onderzoek over gedaan en ik heb gevonden dat het niet zo is. Ik heb bijvoorbeeld onderzoek gedaan met mensen die in een rolstoel zitten. Twee studenten gingen met een rolstoel een winkel binnen. De ene zat in de rolstoel; die deed net alsof hij invalide was. De andere stond erbij. En dan zei die invalide tegen de verkoper "Ik wil graag een wasmachine hebben" of zo, of een koelkast en dan werd er gekeken door studenten die verdekt opgesteld stonden hoe dat gesprek verliep. En met name of die verkoper ook wel naar die rolstoeler keek. Want de klacht van mensen met een rolstoel is dat als ze in een winkel kwamen, dat ze dan niet aangekeken werden maar dat hun begeleider steeds aangekeken werd. Als zij een vraag stelden aan de verkoper, dan antwoordde de verkoper aan de begeleider. Omdat die begeleider prettiger was om naar te kijken, denk ik.

Dat hebben we dus uitgezocht en wat we gevonden hebben was absoluut verwonderlijk, namelijk dat het precies omgekeerd was. Die invalide persoon werd 80 à 90% van de tijd aangekeken en die ander maar 20%, of 15% of zo. Dat is dus wel bijzonder.

Toen hebben we gekeken hoe dat nou komt. Het bleek dat dat onder andere kwam doordat alle bedrijven aan hun verkopers tegenwoordig verkoperstrainingen geven en de 'bond van invaliden', zeg maar van rolstoelzitters, die hebben zich aangemeld om bij die cursussen een les te geven in omgang met invaliden. Al die verkopers krijgen dus een dag 'hoe ga je om met invaliden' en daar krijgen ze dit verhaal. Dus al die mensen komen uit die dag met "nou, als er een rolstoeler bij me komt, dan kijk ik hem aan tot hij blauw ziet!" Dat is één kant van de zaak.

De andere kant van de zaak is veel interessanter. Als je het ongeluk hebt om in een rolstoel te zitten, denk je dat je dan tevreden wordt ook al wordt je 100% van de tijd aangekeken? Nee, waar je ontevreden mee bent is dat je in die rolstoel zit. Maar dat uit je door te klagen over andere dingen! Door te klagen dat je niet behandeld wordt als een gezond mens. Als je gaat kijken, dan zie je dat dat eigenlijk best gebeurt, maar het neemt de onvrede natuurlijk niet weg. Dat laat nu zien dat het denken van mensen over hoe het nu zit met een handicap en zo, dat dat veel ingewikkelder is dan je op het eerste gezicht zou zeggen. En als u eenmaal weet dat dit soort ingewikkeldheden bestaat, dan kunt u misschien in uw eigen leven dit soort dingen ook opsporen. Als u eenmaal ziet hoe dat werkt, dan kunt u er wat aan doen!

Tenslotte: als de basiseenheid waar het om gaat een individu is, één mens alleen met iets afwijkends, dan is het vaak moeilijk. En vandaar dat individuen die een bepaald iets hebben, zich gaan samenvoegen tot een groep. Zoals u dat ook gedaan heeft met de NNN. Die NNN maakt dat u allemaal met uw individuele ervaringen, als die allemaal samenkomen, samen een vuist kunt maken. Daardoor worden allerlei dingen ineens mogelijk die daarvoor niet mogelijk waren. En dat is een onderdeel van de moderne maatschappij – een heel prettig onderdeel.

Het betekent dus dat u op zo'n manier iets kunt bereiken. Het betekent ook dat als u in uw eentje een bepaalde opvatting heeft van uw positie en van uw leven, en dan praat met gelijkgestemden, dat u dan heel gauw kunt zien 'hé, ik kan er ook wel anders tegenaan kijken dan ik doe'. En daar kunt u dus weer van leren.

Dus als je helemaal in je eentje in de geïndividualiseerde maatschappij leeft en je bent niet volmaakt, dat is verschrikkelijk. Vandaar dat er dus zo'n groep is en dat er ook heel veel van dat soort groepen zijn. Heeft u enig idee hoeveel patientengroepen er in Nederland zijn? (Er ontstaat even geroezemoes in de zaal, waarna Hans herneemt:) Ik geloof dat er momenteel meer dan vijfhonderd zijn. Ongelooflijk! Meer dan vijfhonderd van dit soort patientengroepen. Dat laat dus zien dat wij als mensen een grote behoefte hebben om bij elkaar te komen, als er maar een goede reden voor is. Nou, die is er.

Dit heb ik u de vorige keer laten zien. (Hans toont een lijst met functies in het leven - red.) Het zijn eigenlijk de basisdingen waar wij gelukkig of verdrietig van worden.

Helemaal bovenaan staat voortplanting. Alle dingen die te maken hebben met een partner krijgen, met verliefd worden, met een baby krijgen, enzovoort,

daar kunnen mensen geweldig gelukkig van worden. Maar ze kunnen er ook diep ongelukkig van worden als het fout gaat.

Het tweede dat er staat is kinderopvang. Dat is natuurlijk ook ontzettend belangrijk. Ieder mens (en ook ieder dier) wil voor zijn kind het beste. Alleen is dat na een half jaar afgelopen. Na een half jaar, of soms eerder, dan geven die ouders het kind een schop onder de kont en zeggen 'zorg jij nu maar voor jezelf'. Bij mensen is het eigenlijk nooit afgelopen. Ik heb nu kinderen van achtentwintig jaar. Mijn vrouw is de hele dag bezig om voor die bengel van achtentwintig te zorgen die met zijn auto in Frankrijk gestrand is. Dat is nooit afgelopen...

Die kinderopvang strekt zich natuurlijk ook uit tot 'hoe moet zo'n kind nou omgaan met een vlek?'

Wat zit er allemaal verder nog bij? Een heleboel; het is niet allemaal zo belangrijk maar een aantal dingen daar gaan we straks even nader op in. Het ene is kinderopvang, het andere is status, dan erbij horen, dan verkennen en tenslotte lichaamsverzorging. Dat zijn de dingen waar we het iets meer over zullen hebben. Al die andere dingen zijn eigenlijk helemaal niet verschillend voor mensen met of zonder nevus.

Het eerste waar ik het over wil hebben, is erbij horen. Als je ergens bij wilt horen, dan moet je aan bepaalde normen voldoen. Wanneer je een afwijking vertoont van de norm, zeker wanneer dat belangrijk is, dan kun je er niet bij horen. Bijvoorbeeld een vereniging van bodybuilders, wanneer je zelf ongeveer zo gebouwd bent als ik, dan wordt je niet echt geaccepteerd. Dat gaat niet lukken. Of wanneer je een Turkse vereniging hebt en je ziet er uit zoals die prachtige blonde mevrouw (Hans wijst naar iemand in de zaal), dan maak je ook niet zoveel kans. Tenzij je natuurlijk een aangetrouwd lid wordt. In elk geval is het zo dat als je in een groep zit en je vertoont een afwijking, ja, dan spring je er een beetje uit. En kinderen weten dat automatisch! Vroeger maakten wij weleens een uitje met de kinderen, bijvoorbeeld naar Blijdorp. En dan liep ik in de haaiengang en riep "HOEOEOE!" en dan riep mijn dochter: "Pap, doe toch normaal!!" Ik moest normaal doen, want als ik niet normaal deed dan hoorde ik niet bij het gezin. Dan wou zij er niet bij horen. Alsof ze wilde zeggen 'ik hoor niet bij die man hoor!'

Zo kan het dus ook zijn als je een nevus hebt, vooral wanneer je daar onzeker over bent. Wanneer je door je gedrag toont onzeker te zijn, dan kan het zijn dat anderen zeggen "jij mag niet met ons spelen, want jij bent vies", of zoiets. De kans is helemaal niet zo groot, maar ik kan u wel verzekeren, dat als het gebeurt, dat ieder mens daarvan diep droevig en ongelukkig

wordt. Als je buitengesloten wordt door een groep waar je eigenlijk bij wilt horen, dat is een verschrikkelijk iets. Dat is niet leuk. Heel veel mensen hebben daar mooie dingen over gezegd. Een Amerikaanse komiek heeft ooit eens gezegd: "Een club die iemand als ik als lid zou willen hebben, daar hoef ik niet bij te horen".

Als een club jou niet wil hebben, dat kan heel vervelend zijn. Maar als het wél lukt, dan is het heerlijk. Dan is het heel erg leuk. Mensen vinden het heel leuk om ergens bij te horen, of het nou een familie is, of een gezin, een vereniging, of Hyves. Al dat soort dingen behoren tot dat 'erbij horen'. Als je nu op de een of andere manier afwijkt, dan kan het zijn dat dat moeilijk is, dat de afwijking meespeelt. De kans is niet zo heel groot, want mensen zullen dat eigenlijk nooit doen (iemand buitensluiten om zijn afwijking - red.) maar áls ze het doen is het heel vervelend.

Dieren hebben dat ook. Als een schaap even los is van de kudde, begint het meteen 'bèèèh' te roepen, want het wil er weer bij. En dan rent het naar die andere toe.

34

Het tweede punt is status. Dat heb je ook bij dieren! Ik heb u al verteld over de kippen en de honden. In elke groep heb je altijd mensen die 'het gemaakt hebben', die zo'n beetje de baas zijn, of het meest populair zijn. En je hebt mensen die het heel moeilijk hebben en die het niet zo goed gaat.

Als iemand nu een afwijking heeft, bijvoorbeeld hij is scheel, hij is mank, hij stottert, of hij is heel klein, dan kan het zijn dat je op grond daarvan niet voor vol wordt aangezien en dat je daardoor moeite hebt om omhoog te komen in de dominantie. Met name kleine mensen hebben dat en die kleine mensen ervaren dat al vanaf hun kindertijd. Die leren dan allerlei truuks om tóch voor vol te worden aangezien. En dan worden ze op een gegeven moment de Napoleons, of... hoe heten ze allemaal... ik heb straks nog een hele lijst van allemaal kleintjes die toch heel beroemd zijn geworden ondanks hun kleinheid, omdat ze er tegenin zijn gegaan. Omdat ze van hun handicap juist een voordeel hebben gemaakt. Dat kan dus.

Maar in principe is het zo, dat als je iets hebt waardoor je niet helemaal normaal bent, wat het ook maar is, dan kán het zijn dat mensen denken "Die zal wel niet zo goed kunnen... ehh... zeilen, want die heeft... ehh... weet-ik-veel-wat... ehh... zes tenen!" Overigens, wist u dat 2% van de Nederlanders zes tenen heeft? Je hebt ook speciale schoenen, het zesteens model. 2% is één op de vijftig, dus er moet hier iemand zitten met zes tenen. (Een jongen in de zaal steekt een vinger op en Hans zegt lachend:) "Ben jij dat?" (hij bedoelt 'ben jij diegene met zes tenen?' maar de jongen stelt onver-

stoorbaar een vraag:) “Missen ze er dan vier, of hebben ze er twee bij?” (Dit leidt tot grote hilariteit in de zaal, maar Hans antwoordt tenslotte heel serieus: “Ze hebben er twee bij”. Aan elke voet dus zes tenen. Je kunt dus in de betere schoenwinkel ook een zesteens model kopen. Ik heb een beetje een brede voet. Ik heb geen zes tenen, maar ik heb wel een paar schoenen van zo’n zesteens model.

Je hebt ook mensen met zes vingers. Die zijn er wel af te halen (Hans bedoelt dat er één vinger van de zes te verwijderen valt - red.) Dokters zijn daar dol op, het is een makkelijke operatie. Daarbij halen ze er gewoon een vinger uit en zetten de boel weer aan elkaar. Je ziet het niet zo heel erg. Met zes vingers is natuurlijk lastig met handschoenen bijvoorbeeld.

Als je door een groep afgewezen wordt, is het helemaal niet zeker dat je daardoor ongelukkig wordt. Het is wel vervelend maar je hoeft niet ongelukkig te worden. Maar de kans dat je geluk op langere termijn daalt, die wordt net wat groter. Het is altijd een kwestie van kansen. En die kansen worden beïnvloed door hoe jij dat opvat.

Bij status is het net zo. Je wilt graag omhoog, je wilt graag gehoord worden, je wilt graag dat mensen je voor vol aanzien, je serieus nemen. En als mensen dat niet doen, dan daalt je kans op geluk wel een beetje.

Een derde punt is lichaamsverzorging. Dieren doen aan lichaamsverzorging. Als ze een wondje hebben, gaan ze dat likken. Poezen likken zich helemaal om schoon te worden. Honden krabben hun vlooiën. Vogels wassen zich in fonteintjes. U kent dat allemaal wel.

Mensen hebben daar een gigantische uitvergroting van gemaakt. Er is een hele lichaamsverzorgingsindustrie. Er zijn geloof ik meer soorten shampoo dan soorten broodbeleg.

(Op dit moment gaat de mobiele telefoon van mevrouw Van de Sande en loopt zij haastig de zaal uit. Hans zegt “Wat ben ik toch blij dat ik haar bij me heb” en er is even gelach in de zaal).

Mensen zijn ontzettend op hun uiterlijk gesteld. Vandaar dus dat mensen, en vrouwen meer nog dan mannen, schatten uitgeven om er goed uit te zien. Als u nou straks in Rotterdam loopt en u ziet al die Rotterdammers, dan moet u zich eens voorstellen dat al die Rotterdammers dat wat ze dragen ooit hebben uitgekozen als het mooiste dat er te krijgen was! Mensen hebben heel veel geld over om er goed uit te zien. Ze vinden dat zó belangrijk. En waarom vinden ze dat zo belangrijk? Omdat ze willen dat anderen hen voor vol aanzien, wat eigenlijk weer erg veel te maken heeft met status! Als je heel goed aangekleed bent, en je ziet er heel goed uit, dan stijgt je daar-

door in status. Dan kun je topmodel worden. 'Hollands volgende topmodel' is geloof ik zelfs een TV-programma.

Als het niet lukt om het uiterlijk van jou helemaal goed te krijgen, dan vermindert dat misschien wel de kans op geluk. Heel veel mensen laten zich dan opereren door een plastisch chirurg. Die mensen kopen dan wat God niet gegeven heeft. Die laten alles afzuigen. Dat had ik ook kunnen doen voordat ik hier kwam (Hans klopt veelbetekenend op zijn buik - red.).

Die mensen zijn er kortdurend heel tevreden mee. Maar op de lange duur is het effect van dat soort operaties, psychologische gezien, helemaal niet zo groot. Daar is van alles over te zeggen. Als het mis gaat (en dat gebeurt natuurlijk nogal eens) dan worden ze er zelfs goed diep ongelukkig van, en met reden!

Maar toch stappen tegenwoordig soms jonge mensen er maar gewoon in. Het is soms net als broodjes bij de bakker. Mensen hebben daar geweldig veel voor over. En ze verwachten er van alles van maar eigenlijk krijgen ze er niet zoveel voor, behalve een tijdelijk goed gevoel. Het goed gevoel van een nieuwe bloes (dat houd ik mijn vrouw altijd voor, maar tevergeefs, moet ik zeggen) duurt pakweg veertien dagen. Daarna moet er toch wel weer een nieuwe komen; dat weet u zelf ook wel. Dat is met al die dingen zo.

Wat mensen ook allemaal willen, dat is onze omgeving kennen. Als u ooit verhuisd bent en u heeft een kat, dan zult u gemerkt hebben dat die kat na de verhuizing twee, drie dagen op speurtocht gaat tot hij het hele huis kent, tot in alle hoeken en gaten. Pas dan kan hij rustig worden, kan hij zich gaan wassen, kan hij aan andere dingen gaan denken. Dat verkennen is ontzettend belangrijk.

Dat geldt niet alleen voor hoe een huis is, maar ook voor 'hoe iets werkt'. Bijvoorbeeld bij zo'n nevus, dat is een raadsel. Je denkt "Hoe komt dat daar nou? Wat is dat nou? Hoe heb ik dat nou gekregen?" Mensen gaan dan van alles lezen. Als je allerlei informatie gaat verzamelen, dan ben je dus bezig met verkennen. En door het verkennen kun je op een gegeven moment het idee krijgen "Nu weet ik zo'n beetje wat er aan de hand is".

(Op dit moment komt mevrouw Van de Sande de zaal weer in en is het even onrustig. Iemand merkt luid op "Kijk, een nieuw bloesje", waarop het gelach even onbedaarlijk is. Daarna gaat Hans verder).

Wanneer je nou over zo'n nevus, hoe je eraan komt, wat je eraan kunt doen, je gaat informeren... dat is niet een kwestie van feitjes die je kunt lezen of zo, nee, dat is een kwestie van vakkennis; dat is een professioneel iets. Je moet

daarvoor in wezen medicijnen gaan studeren. Als je medicijnen studeert, krijg je een heel ander idee van hoe de dingen in elkaar zitten dan wanneer je dat als amateur doet.

Het zou zomaar kunnen dat een heleboel mensen die zoiets hebben een navenante keuze maken. Een goede vriend van mij had astma en die is longarts geworden. Weer een andere vriend had een bril van min zes en die is oogarts geworden. Zo zou je dus heel goed huidarts kunnen worden als je een nevus hebt, wat eigenlijk een heel goed idee is omdat je van binnenuit weet hoe zoiets is, hoe het is om zoiets te hebben. Dat betekent dus dat je niet alleen die fysieke, die biologische kant ervan kent, maar dat je ook van de psychologische kant wat af weet. En dat mankeert er nogal eens aan bij dokters. Ik weet wel wat van dokters en ik ga daar straks ook wel wat over vertellen (ik houd veel lezingen voor ze, bijvoorbeeld) maar het mankeert ze nogal eens aan psychologische kennis.

(Een vrouw in de zaal stelt een vraag:) Kun je ook niet juist ongelukkig worden van de dingen die je vindt? (...als je je gaat informeren over het hoe en wat van een nevus, bedoelt de vraagstelster - red.)

Hans: Ja, dat kan. Omdat je niet helemaal goed kunt beoordelen wat je leest, of het waar is of niet, kan het zijn dat je gauw iets gelooft. Dus het zou bijvoorbeeld kunnen zijn dat je gelezen hebt dat een nevus een straf is van de Lieve Heer voor de zonden der vaderen. Bijvoorbeeld een heel gereformeerde dominee zou zoiets kunnen zeggen. En als je dat gaat geloven, dat is natuurlijk niet leuk. Het kan ook zijn dat je leest, of gehoord hebt, dat iemand die een nevus heeft kans heeft om andere ziekten te krijgen. En als je dat zelf niet heel goed kunt beoordelen, omdat je niet professioneel opgeleid bent, dan kan het heel gauw zijn dat je daar geloof aan gaat hechten en er ongelukkig van wordt.

Het laatste punt waarvan je gelukkig of ongelukkig kunt worden is kinderopvang. Dat geldt natuurlijk voor de ouders. Iedere mens die een kind krijgt, vindt automatisch zijn kind het mooiste van de wereld. In damesbladen had je vroeger altijd één bladzij met 'de mooiste baby van de week'. In de Margriet bijvoorbeeld, en in de Libelle. Iedereen mocht een foto opsturen van de pasgeboren kleine en dan ging het erom wie de mooiste van de week was. Ik kan u wel vertellen: die ouders hebben echt helemaal geen zelfkritiek. Die baby's waren echt monsters. Verschrikkelijk, dat wil je niet weten, zulke lelijke kinderen! Maar die ouders waren ervan overtuigd dat hun kind het mooiste was. Je eigen kind is altijd het mooiste van de wereld. Dus daar zit

het probleem niet, maar het is wel zo dat als er op je eigen kind een grote zwarte vlek zit.....

(Iemand in de zaal merkt op dat het dan nog steeds de mooiste van de wereld is, wat door Hans beaamd wordt en waar de zaal instemmend op reageert).

Dat is wel zo, maar dan denk je al gauw "Ja, ik vind het niet erg, maar wat zullen die anderen ervan vinden?" Die gedachte hebben ouders, en dan gaan ze meteen denken "Ik moet nu voor dat kind beslissen." Dus die ouders gaan al gauw voor dat kind van alles beslissen.

Ik heb op een website gekeken van een Amerikaanse organisatie. Daar zie je een foto van een kindje - dat kindje had het helemaal nog niet zo erg. Ik zal het u even laten zien...

(Hans zoekt in zijn presentatie naar een foto en zegt terloops:)

Dit moeten we allemaal nog doen. Nou, dat krijgen we natuurlijk nooit af.

(Hilariteit in de zaal) - (Hans toont de foto)

Dit kindje. Die had alléén zo'n arm. En dát kindje (op een andere foto - red.) heeft het heel erg. Maar deze heeft alleen die ene arm. Daar is een serie foto's van. Dan zie je dus hoe dat kindje in handen is gevallen van kundige huid-artsen. Wat hebben die gedaan? Dat hebben ze kennelijk al eerder gedaan: ze hebben die huid weggehaald. Dan hebben ze een lap huid van de rug losgemaakt, de arm erop gezet en de huid er weer overheen. En dan zie je dus dat dat kind aan zichzelf is vastgebonden door zijn eigen huid. Het is een kunststuk van opereren, dat wel natuurlijk. Uiteindelijk wordt dat natuurlijk weer losgesneden. Daar gebeurt nog van alles mee, een heel ingewikkelde situatie. En dan komt dat kind er uiteindelijk uit en dan zie je dat: hier... zit nog een heel groot litteken. Maar dat gaat wel weer over; dat kunnen ze ook wegopereren. Die artsen zijn dan toch gauw dertig- tot veertigduizend dollar rijker geworden, het kind is deze nevus kwijtgeraakt.

En dan zie je op de laatste foto, die bedoeld is als de gelukkige afloop, dat kind. En dat is wel zo belachelijk aangekleed... verschrikkelijk! Met zo'n raar hoedje op - dat ziet er niet uit. Dan denk ik: was dat nou allemaal nodig? Weet je wat ik weleens denk? Als je zoiets nou hebt... er zijn mensen die hebben nog véél ergere armen, maar dat hebben ze laten doen door een tatoeageman (hilariteit in de zaal). Een goed kunstenaar die kijkt ernaar en zegt: "Hé, daar zit een leuk landschapje in". Waarom maak je er niet een kunstwerkje van? Als je nou zo'n groot ding hebt, dan kan een kunstenaar er iets hartstikke moois van maken! En dan heb je ineens een kunstwerk op je arm. Is dat weleens gedaan? Ik weet dat niet.

(Verschillende mensen in de zaal reageren maar alle uitspraken klinken door elkaar en ik kan die niet afzonderlijk verstaan - red.)

Ik weet wel dat op allerlei andere lichaamsdelen die kleuren hebben, zoals tepels, daar worden heel rare dingen omheen getatoeëerd, zoals bloemetjes om de tepels. Dat gebeurt. Al voorbereidend bedacht ik me 'waarom zou je dat niet met een nevus kunnen doen?' Daar zou je een prachtig landschap van kunnen maken. Dan kun je op de kermis gaan staan en nog veel meer mee doen.

Maar daar gaat het nu natuurlijk niet over. We moeten nu wat anders doen.

Ik ga u eens even laten zien wat ik allemaal nog voor u in petto heb – het is veel teveel. Dat krijgen we nooit af. (Hans stoeit even met zijn power point presentatie, wat gelach in de zaal veroorzaakt)

Ik kan u iets vertellen over Freud. Een interessante man, die alles vertelde over de ontwikkeling van het kind. Maar die kunnen we ook overslaan... (nog meer geworstel met de PPP)

Het mondt er allemaal in uit dat ik zeg dat een handicap ook een stimulans kan zijn. Dat is wat Freud ook zei: als mensen een probleem hebben, dan gaan ze dat altijd te lijf. Niet alleen in de praktijk, maar ook in hun hoofd. Dus je kunt het 'verdringen'. Je kunt zeggen "Ik heb helemaal geen probleem" Of je kunt het 'omkeren': een probleem? Ik heb juist iets hartstikke moois!

Je kunt ook zeggen: ik heb zoiets wel, maar kan ik daar niet van leven. Bijvoorbeeld: kan ik niet huidarts worden? Met die interne kennis die ik heb, iets doen voor medemensen die ook zoiets hebben. Dan 'sublimeer' je het probleem.

Je kunt allerlei dingen doen. Wat je hier dus ziet, is dat problemen bij veel mensen een stimulans kunnen zijn. Dat is zo met moedervlekken, maar ook met wijnvlekken. Ik ken twee mensen die een heel grote wijnvlek hebben en heel succesvolle mensen zijn. Gorbatsjov had er ook een; die had Zuid-Amerika op zijn hoofd, geloof ik. Die heeft het ook tamelijk ver geschopt. Dat zou ik u allemaal kunnen laten zien, maar als we dat nou niet doen dan kunnen we het nog hebben over... oorzaken en schuld... of over hypes...

Wat vindt u mooi? Over oorzaak en schuld heb ik het al even gehad, maar daar zit nog meer aan vast. We kunnen het ook hebben over hypes en over hoe gevoelig mensen zijn voor een foute voorstelling van hoe het allemaal is. Als we dat doen, dan zijn we meteen een heel eind verder. Laten we dat maar doen.

Hypes en angsten!

Dit begint ook met een citaat van iemand uit de vereniging. In het Forum schreef iemand: 'Al enige tijd zit mijn zoon op zwembles. Ik begin me er steeds meer aan te ergeren dat er kinderen zijn in het zwembad die tegen hem zeggen "jij bent vies!" Mijn zoon vindt het ook niet leuk dat die kindertjes dat zeggen.'

Laten we eens kijken: wat zit daar nu allemaal aan vast? Eerst gaan we het over hypes hebben. Als je in het Engels woordenboek kijkt, dan vindt je dat 'hype' vroeger een woord was voor 'reclame'. Als je in de reclame zei "met ons wasmiddel wordt uw was zóo wit", als het helemaal overdreven was en sensationeel, dan noemden ze dat een hype. Die term is later veel uitgebreider geworden en in de media zijn hypes een doel op zich geworden. Als de media er achter komen dat een bepaald iets ook maar een heel kleine verhoging op een bepaald soort griezelige ziekte geeft, dan zullen ze niet nalaten om meteen luid op de trom te slaan, enzovoort enzovoort, want daar leven ze van. Mensen zijn daarin geïnteresseerd, want – ik zei het u al – mensen willen verkennen. En met name wanneer er gevaar dreigt, dan raken mensen onmiddellijk wakker. Alert worden ze; even kijken wat er aan de hand is, want het kan weleens dat het relevant is voor mij!

Hypes zijn verwant aan geruchten. En geruchten zijn goed onderzocht. Wat we in mijn vak gevonden hebben over geruchten, is uitermate verbazend. Hypes worden verteld in de krant of op de TV, maar eigenlijk lijken ze erg op geruchten want ze zijn meestal nogal overdreven. Zodra er iemand komt met sensationeel nieuws, dan staan er altijd veel mensen klaar om dat te herhalen en te versterken. Dus wanneer er ergens wordt verteld: "Heb je het al gehoord, dat als je verkouden bent dat je dan een blindedarmontsteking kunt krijgen?" (ik noem maar even iets onwaarschijnlijk), dan zeg je "O, o, nee dat wist ik niet" en even later zeg je "Heb je het al gehoord? Van verkoudheid kun je darmontsteking krijgen!" En iemand die vangt wat op en die zegt even later "Heb je het al gehoord? Als je hoest dan kun je darmkanker krijgen!". Als zo'n verhaal in de vorm van een gerucht zich voortplant, dan verandert het voortdurend en het wordt steeds een klein beetje aangedikt. En daarna komt dat verhaal weer terug bij de krant. En dan kan het zijn dat die krant dat verhaal weer oppikt en zo blijft het aan de gang.

Heel veel mensen willen graag sensationeel nieuws verder vertellen, net zo goed als mensen ook graag roddelen. Als u weet dat uw buurvrouw het houdt met de man van een ander... – zelf bent u natuurlijk allemaal veel te netjes om dat door te vertellen, maar die andere mensen doen dat maar al te graag. (Als u hoort dat uw buurvrouw het houdt met uw eigen man, dan vertelt u

het natuurlijk niet door maar dat is weer een heel ander verhaal.)

Wat we bij geruchten vonden dat is: hoe vreemder het verhaal, hoe eerder het geloofd wordt! Als je heel gewone dingen vertelt, denken de mensen 'ja, dat kan wel zo wezen'. Dat begrijpen ze, want dat ligt binnen dat wat ze kennen. Maar als je ze iets vertelt dat heel erg raar is, dan denken ze "Dat is zo vreemd; dat kunnen ze nooit verzonnen hebben. Dus dat moet wel waar zijn." Zo werkt de menselijke geest kennelijk. Dat is een flink aantal keren gevonden, dus dat is een betrouwbaar effect.

Ook is het zo, dat als je een verhaal van veel verschillende kanten krijgt, dan denk je "Zoveel mensen zeggen het; dan zal het wel waar zijn". "Het is waar, want iedereen zegt het!" Nou, als er één reden is waarom je iets moet wantrouwen is het wel dat heel veel mensen het zeggen, maar veel mensen zien dat als een valide argument. Daar zit dus een probleem.

Heel veel mensen die een verhaal hebben, zouden met hun verhaal graag bij Pauw en Witteman komen. Nou, dat kan. Als u maar een voldoende sensationeel verhaal heeft. Als u bijvoorbeeld zegt: 'Man krijgt vette baan als voorzitter van de PTT niet, omdat hij een reuzennevus heeft', dan bent u zeker dat u bij Pauw en Witteman komt. Maar ja, dat gebeurt helaas niet. Zo werkt het natuurlijk niet. Maar iedereen wil dat wel graag en dat heeft een Amerikaans kunstenaar ooit eens bedacht. Die zei "In onze moderne wereld heeft ieder mens recht op vijftien minuten beroemdheid". Weet je hoe hij heette? Die man van die soepblikjes, hoe heette die nou? Andy Warhol! Die zei dat. Vijftien minuten beroemdheid en daarna niet meer.

Je had vroeger zo'n programma, dat heette 'Big Brother'. Daar had je een aantal mensen en dat werden beroemdheden. Ik weet niet eens meer hoe ze heten. Willem was er geloof ik bij en....

En die waren ineens nationale beroemdheden. Die lui van dat programma kwamen bij mij met de vraag of ik daar psycholoog wou worden. Ik heb gezegd dat ik dat niet wou, maar dat ik wel met ze wilde praten over een paar aspecten ervan. Ik vond het verschrikkelijk wat ze van plan waren. En een van de dingen die ik zei, was: "Die mensen die daar optreden in dat huis, die moet je tot zeker vier jaar nadat ze daar geweest zijn op de een of andere manier begeleiden." Want die mensen zijn niks, en die worden uit dat niks omhoog getild tot een soort nationale figuur. En daarna, als ze eruit gegooid worden dan zakken terug in het niks. Nou, als er één ding erg is, dan is dat wanneer je iemand éven de hemel laat zien en hem daarna weer teruggooit in de hel en zegt "Red jezelf maar". Dan had hij veel beter er nooit uitgetild kunnen worden. Dat snapt u natuurlijk zelf ook wel. En dat

hebben ze toen ook wel gedaan. Een paar van die mensen hebben ze wat langer begeleid. Maar het is, voor zover ik dat gehoord heb, niet goed afgelopen met die mensen.

Dus die vijftien minuten beroemdheid die wil iedereen wel, en dat heeft ook te maken met de hype-wereld waarin we leven. Die gaat heel erg over 'schijn'. Die gaat niet zozeer over de echte wereld.

Hier heeft u dan de man die dat eigenlijk allemaal al tachtig jaar geleden heeft bedacht. (Hans toont een foto). Deze meneer heet Thomas (een Engelse achternaam - red.). Hij heeft gezegd: "Dingen waarvan mensen geloven dat ze echt zijn, die zijn echt in hun gevolgen". Dus wanneer u denkt dat tovenarij echt bestaat, en iemand vertelt u "ik heb jou betoverd en jij zult volgende week een ernstige ziekte krijgen" dan is de kans dat u volgende week een ernstige ziekte krijgt zeer groot. En in landen als Afrika, waar de mensen ernstig geloven in tovenarij, daar is het zo, dat als je tegen mensen zegt: "Jij bent betoverd door die-en-die en jij gaat dood" dan gebeurt dat ook. Daar sterven mensen puur door te weten dat ze betoverd zijn. En die dood houdt dat geloof in de tovenarij weer wakker.

42

Nou, dat idee, dat als je maar gelooft dat iets echt is, dat dan de gevolgen daarvan ook echt zijn, dat is eigenlijk een gedachte die heel modern is. Voor die tijd geloofden mensen altijd alleen in waarheden, maar dat is helemaal niet nodig. Waarheid is nooit onomstotelijk. Waarheid, en dus ook feiten, is voor iedereen anders.

Wat bepaalt nu eigenlijk of we iets 'waar' vinden? Eigenlijk vooral: de consequenties. En er zijn twee dingen die dat vooral doen, en dat zijn: angsten en wensen.

Wanneer we ergens bang voor zijn, dan geloven we heel veel van wat ons daarover verteld wordt. Als dat die angsten bevestigt, of ook wel als het die angsten wegneemt. Bijvoorbeeld: een bank vertelt u dat als u bij die bank belegt, dat uw geld dan eigenlijk nooit minder waard kan worden. Dan nemen ze dus die angst weg. In werkelijkheid is het natuurlijk zo, dat uw geld niet minder waard kan worden, maar u kunt het wel allemaal kwijttraken. En wel aan die lui van die bank natuurlijk, maar daar gaat het niet om.

En wensen. Iedereen wil van alles. En als je dus mensen dingen vertelt die ze graag willen, dan slikken ze alles. Wat wij in Nederland 'bedriegers' noemen, weet u hoe dat in Amerika heet? In Amerika heet dat 'confidence men', of ook wel 'con men'. Een confidence man is iemand die zo goed kan praten dat hij andere mensen vertrouwen inboezemt. En hoe! Al die confidence men en die zwendelaars die zijn natuurlijk véél geïnterviewd door de Panorama en

de Nieuwe Revue en weet-ik-niet-wat. En die zeggen allemaal hetzelfde: het enige wat je hoeft te doen, is mensen uitzoeken die heel graag rijk willen worden. Want als ze niet heel graag rijk willen worden, als ze die wensen niet hebben, dan geloven ze je niet. Maar als ze graag rijk willen worden, of als ze graag met je willen trouwen, dan is de bodem er om ze te bezwenden. Dus dat idee, die basis van het bedrog heeft hier mee te maken. En dat is dus met de media net zo. Media kijken ook naar 'wat beangstigt ons' en dáár gaan ze over publiceren. En ze kijken ook naar 'wat willen de mensen nou eigenlijk' en daar gaan ze programma's over maken. Dát gaan ze doen.

Ik wou u ook nog iets vertellen over de geest van de trap. De geest van de trap is een eh...h....

(Hier grijpt Jantijn in: "het is tijd". Hans zegt dat de geest van de trap een heel mooie afsluiting is)

'De geest van de trap' is een vertaling uit het Frans. In het Frans heet dat 'l'esprit de l'escalier' en dat betekent 'de geest van de trap'. Je bent ergens op bezoek geweest en daar is een leuke conversatie gevoerd, en je gaat weg. In die conversatie heb je van alles gezegd en je was niet helemaal tevreden. Maar als je weggaat, schiet je op de trap ineens te binnen: "Dit had ik moeten zeggen!" U herkent dat vast wel. Het is iets dat iedereen met een nevus ook overkomt. Iemand zegt iets tegen jou; je bent er door verrast, zoiets heb je nog nooit gehoord, en wat moet je nou terug zeggen? Dat lijkt mij een heel reëel probleem als je zoiets hebt als een nevus. Hoe moet je daar nu mee omgaan? Ik ben daarover eens aan het nadenken geweest. Iemand zegt iets vervelends tegen je en dan bedenk je pas na een uur wat je had moeten terugzeggen. Of na een kwartier, maar dan is het te laat. Het probleem is dus dat je te laat bent, en wat kunnen we daar aan doen?

We zouden kunnen zeggen: "ja, dan moet u vlugger zijn!" Daar heeft u natuurlijk helemaal niks aan. Dat is een waardeloze aanbeveling. Normaal bent u vlug genoeg, maar u hoort iets over iets wat u diep raakt en daardoor bent u even van uw stuk. En als u van uw stuk bent, ja, dan bent u niet meer zo ad rem. Terwijl, als u op uw stuk staat, dan bent u wel ad rem. U ziet dus al: u moet zorgen dat u op uw stuk blijft staan. Als iemand gewoon zegt "dan moet je sneller zijn", dat helpt niet.

Wat je ook zou kunnen zeggen: "Dan moet je zeggen dit-en-dat-en-dat". Dat is wat ouders vaak doen. Dan moet je zeggen "kijk naar jezelf" of zo. Je kunt allerlei standaard-antwoorden bedenken en die kunnen zo leuk zijn als wat, maar het gekke is: die standaard-antwoorden gaan over standaarddingen. En dan red je je er wel mee. Maar het gaat juist altijd over dingen die

helemaal nieuw zijn, waar je niet op had gerekend. En als zoiets gebeurt, hoe moet je daar dan mee omgaan?

Wat iemand ook zou kunnen zeggen: "Als iemand zoiets tegen u zegt, dan moet u daar geen probleem van maken. Dan zegt u: 'Gut, wat leuk bedacht door jou' of zo". Zoiets kan ook natuurlijk. Je legt het probleem niet bij jezelf, maar je legt het bij die andere, waar het ook vandaan komt, met een houding van 'och, het raakt me niet'. "Wat leuk dat je aan me dacht. Wat charmant" of zo. Zoiets zou je ook kunnen doen.

Dat gaat wel een beetje de goede kant op. Dát is het geheim van l'esprit de l'escalier. Je moet gewoon zorgen dat je niet van je stuk raakt. Ik kan alleen maar jou van je stuk krijgen wanneer je wat wankel staat. Dus je moet zorgen dat je stevig op je stuk staat. Denk maar aan een bokser. Een bokser gaat zo staan dat hij op alles voorbereid is. Ik heb vroeger gebokst. En dan zei die bokсмеester van mij (dat was een Groningse volksjongen, maar hij kon goed boksen en gaf les aan studenten), die zei: "Heren, als u nu op strèt stèt en d'r komt n keerl op u af en die keerl die wil iets, dan doet u gewoon net alsof u uw strik goed strikt." In die tijd droegen alle studenten nog een stropdas. Hij zei: "Maar dan stèt u ook al in de verdediging. Dus als ie dan wat doet, dan meteen: Poem."

Daar bedoelde hij mee: je moet altijd voorbereid zijn dat er iets gebeurt. En dat geldt heus niet alleen voor mensen met een nevus; dat geldt voor iedereen. Iedereen in het leven, of je nou wel of niet een nevus hebt, dat is helemaal niet belangrijk, iedereen komt dingen tegen waarvan hij achteraf denkt "daar had ik dit-of-dat moeten zeggen!"

Als je dus denkt 'ik laat me gewoon niet pakken door zo iemand' en 'ik sta sterk' dan ben je er eigenlijk al vanaf.

Wat je ook moet beseffen is, dat als er iemand is in jouw klas, of in je vriendenkring of zo, die zoiets zegt... en stel nu dat je iets tegen hem zegt, iets agresiefs terug, of weet-ik-wat je ook maar gaat doen, dan kan het zijn dat je die iemand daarmee een lesje leert. Maar wat er daarna gebeurt... daarna komt er altijd weer iemand die je nog geen lesje hebt geleerd! En die gaat dat wéér doen. Dus je kunt erop rekenen dat de aanvoer van nieuwe mensen, die jij nog niet manieren hebt kunnen leren, dat die eindeloos is.

En dit, dames en heren, is de bron van de ziekte die bekend staat als burn-out. Burn-out, zo'n moderne ziekte, komt heel veel voor bij mensen die een publieksfunctie hebben. Die lui uit het publiek die komen op je af en die doen allemaal vervelende dingen, die zijn brutaal en daar zeg je dan wat tegen en eindelijk, na heel veel moeite heb je die mensen dan in het gareel gekregen.

De volgende keer dat zo iemand komt, gedraagt hij zich wat netter. Een dokter kan dat hebben, of een secretaresse op een school, iedereen met een publieksfunctie. En dan verdwijnen ze en dan komen er weer nieuwe en die moet je het weer leren.

Dat houd je een aantal jaren vol, maar op een gegeven moment denk je "Ze kunnen me allemaal wat" en dan word je ziek. Daar moet je aan denken: als je andere mensen iets wilt afleren: dan kun je wel bezig blijven. Als er een probleem is, is het altijd veel makkelijker om wat aan jezelf te veranderen, want jezelf heb je in de hand. En als je jezelf eenmaal veranderd hebt dan blijf je ook veranderd. Dus het is veel efficiënter om iets aan jezelf te doen dan om iets aan een ander te doen. Vandaar dat ik dus zeg: zo moet u dat eigenlijk aanpakken. U moet zorgen dat u altijd zoveel mogelijk op uw stuk staat. U moet een goed judoka zijn.

Ik heb toch even nog een kleine tip voor als ze tegen u zeggen dat u vies bent. (Hans toont nu een dia met de teksten:

- Dat is chocola. Wil je even likken?
- Dat is het begin van een grote tattoo

Maar dat heeft u misschien zelf ook al bedacht.

Nou, dames en heren, u ziet wel: het heeft bijna geen zin om mij twee uur te geven (hilariteit in de zaal), dus over twee jaar hoop ik u drie uur te mogen onderhouden. Maar voorlopig is het wel genoeg geweest. Ik dank u allen zeer voor uw aandacht. Ik vond dat u een buitengewoon leuk publiek was. Met name ook de jongelui wil ik eventjes hartelijk bedanken voor hun prachtige inzichten. Heel goed, heel goed. Dat was het einde; ik hoop dat u er wat aan heeft.

*Jantijn van den Heuvel bedankt namens het bestuur Hans van de Sande.
(Jantijn overhandigt een cadeau en nodigt de toehoorders uit om in de
Haaienzaal nog wat te drinken en na te praten)*



DONATIES

zijn van harte welkom!

Rekeningnummer

Nevus Netwerk Nederland:

4431476



www.nevusnetwerk.nl