

De plamoen in de hulpverlening

Over de grenzen van emotionele betrokkenheid

In een prachtig verhaal van Marten Toonder, *De gezichtenhandel*, komt een figuur voor die mij van grote betekenis lijkt voor het denken over hulpverlening en sociale interventie. Het gaat om een plamoen. Een plamoen is een wezen dat overgevoelig is voor de angsten van anderen. Hij is iemand die de – meestal onbewuste – angsten van anderen rechtstreeks overneemt. Daardoor ziet degene die een plamoen aankijkt datgene waar hij zelf het meest bang voor is. Het laat zich raden dat de aanblik van een plamoen iets verschrikkelijks is. Hoewel wij waarschijnlijk allemaal iets anders zullen zien bij een plamoen, afhankelijk van wat ieder van ons de grootste angst inboezemt, is zijn aanblik zo schokkend dat wij – althans in het beeldverhaal van Toonder – letterlijk ons gezicht verliezen. Ontredderd blijft men dan achter. Wie gezichtloos verder door het leven moet, durft zich vaak niet meer aan anderen te vertonen, zodat men is overgeleverd aan eenzaamheid. Maar een plamoen is meestal zelf ook erg eenzaam. Wie wil er immers graag omgaan met iemand in wie men zijn diepste angsten weerspiegeld ziet?

In het genoemde verhaal van Marten Toonder heeft een zekere plamoen, gedreven door eenzaamheid, een verbond gesloten met een magister in de zwarte kunsten. In ruil voor een bizarre tegenprestatie mag hij in een schitterend gelegen kasteel een grote staat voeren en gasten ontvangen. Elke gast die komt wordt onthaald met trompetgeschal en een uitgebreide maaltijd. Maar als de gastheer zich bij de gast aan tafel voegt, draagt hij een kap over zijn hoofd, waardoor hij niet mee kan eten. Dit brengt de gast natuurlijk in verlegenheid. Steevast vraagt hij dan ook aan de gastheer of hij zijn kap niet liever af wil zetten. Deze waarschuwt nog dat hij een zeer afstotend gelaat heeft, maar de gast wuift zijn bezwaren grootmoedig weg. Dan zet de plamoen zijn kap af, waarop de gast zo hevig schrikt en ontzet raakt dat hij zijn gezicht verliest.

Als tegenprestatie voor de staat van kasteelheer die de plamoen mag voeren, komen de verloren gezichten van zijn gasten de magister toe. Hiermee kan deze een even bizarre als kwalijke handel drijven

in gezichten en persoonlijkheden. Aan deze handel en aan al dit gezichtsverlies komt pas een einde als de laatste bezoeker, die de intrige doorziet, de gastheer niet rechtstreeks aankijkt maar via een meegebrachte spiegel. Overigens ziet de plamoen daardoor ook voor het eerst zichzelf. Beiden zien via de spiegel echter alleen maar gapende leegte. Nu is het de beurt aan de plamoen om te schrikken. Hij krijgt wroeging over het gezichtsverlies dat hij bij anderen heeft veroorzaakt (en wroeging is heel erg voor zo'n overgevoelig wezen). Het verhaal eindigt als de plamoen met afgezette kap de magister tegemoet treedt, waarop ook deze zijn gezicht verliest en wegvlucht.

Projectie

Toen ik dit verhaal voor het eerst las dacht ik: deze plamoen lijkt wel een doorgeschoten hulpverlener. Hij beschikt over een enorm inlevingsvermogen, wat voor een hulpverlener die met cliënten of patiënten werkt een onontbeerlijke eigenschap is en bovendien een van zijn kwaliteitskenmerken. Een plamoen leeft zich echter zo sterk in dat hij de diepste gevoelens van de ander, zelfs de onbewuste, overneemt. In het verhaal van Marten Toonder zijn dat vooral angsten, maar in mijn interpretatie van de plamoen als doorgeschoten hulpverlener kan het om allerlei emoties gaan: zowel prettige ('positieve') als nare ('negatieve') emoties. Hoe krijgt een plamoen dat voor elkaar, en waarom doet hij dat? En wat is de betekenis van deze *plamoeniteit* voor hulpverleningsrelaties? Ziedaar de vragen die ik in dit artikel wil bespreken.

Het overnemen van emoties kennen we in bepaalde situaties allemaal. Wie heeft er niet ooit eens in een gezelschap de slappe lach gehad? Dat vreemde verschijnsel waarin men elkaar aansteekt en ophitst in een collectieve lach die steeds sterker wordt, ter-

wijl de aanleiding vaak allang niet meer duidelijk is. En wie heeft niet de ervaring van een gedrukte stemming die, als zij ergens hangt, zich van je meester kan maken. Zo kunnen ook verontwaardiging, woede en zelfs verdriet worden overgenomen. Denk aan wat er gebeurt tijdens de diverse marsen die recentelijk zijn gehouden naar aanleiding van dodelijke slachtoffers in het straat- en uitgaansgeweld. Ik kom daar aan het eind nog op terug. Verder kennen we natuurlijk de spreekwoordelijke paniek die overslaat. Sommige emoties hebben iets aanstekelijks, waardoor zij enigszins los komen te staan van hun oorspronkelijke aanleiding, de gebeurtenis waardoor de emotie werd opgeroepen of veroorzaakt.

Iets dergelijks speelt ook een rol in het fenomeen plamoeniteit, dat ik hier wil bespreken. Al valt het nog te bezien of het hier gaat om het overslaan of besmet worden door andermans emoties, dan wel om het actief overnemen of zelfs afnemen ervan. Hoe dan ook, plamoeniteit lijkt waarschijnlijk nog het meest op wat in psychologische studies wel *vicarious emotional arousal* heet, een overgedragen of plaatsvervangend beleefde opwinding die optreedt op basis van een of andere vorm van identificatie (Bandura 1986). Wat moeten we ons daarbij voorstellen, willen we dit begrijpen? Ik wil het verschijnsel plamoeniteit in eerste instantie langs een omweg benaderen, en wel door het te contrasteren met het schijnbare tegendeel ervan, namelijk met wat in de psychoanalyse *projectieve identificatie* heet, en wat in ons alledaagse zelfverstaan onder de noemer *projectie* gemeengoed is geworden. Overigens ook geen onbekende in hulpverlenersland. Kort gezegd is projectie een beweging van mij naar de ander: al projecterend draag ik gevoelens, wensen of gedachten over op een ander. Andersom is plamoeniteit juist een beweging van de ander naar mij: ik neem bepaalde emoties van een ander over.

Met betrekking tot projectie gaat de psychoanalyse ervan uit dat het 'ik', het zichzelf besturende en organiserende deel van het subject, redenen heeft om bepaalde gevoelens op anderen te projecteren. Harry Stroeken geeft het voorbeeld van iemand die zich onzeker voelt in zijn werk en dit gevoel op een naaste collega projecteert, zijn gevoel om zo te zeggen bij deze collega onderbrengt. Vervolgens kan hij tegenover deze collega de rol van zelfverzekerde aannemen die leiding en advies geeft. Projectie is

hier een manier om een (bedreigend of anderszins beladen) gevoel af te weren en via een ander te beheersen (Stroeken 1994). Projecteren geschiedt veelal onbewust, waardoor het vaak niet als zodanig wordt opgemerkt maar waardoor het des te werkzaam is. De twee collega's in het voorbeeld van Stroeken hebben waarschijnlijk geen van tweeën door wat er gebeurt. Het valt tenminste aan te nemen dat althans degene die in de projectie 'gebruikt' wordt het proces anders wel een halt zou toeroepen. Meestal zullen het onprettige ('negatieve') emoties zijn die afgeweerd worden door projectie. Zo kan ik in ernst menen dat men jaloers of afgunstig op mij is, en dienovereenkomstig handelen, terwijl het mijn eigen jaloezie en afgunst zijn, die ik onbewust op anderen projecteer. Ook schuldgevoelens laten zich graag op anderen projecteren – een bekend en veel voorkomend verschijnsel, waarmee pijnlijke zelfkritiek wordt vermeden. Hoe pijnlijker de zelfkritiek zou zijn, indien niet afgeweerd, hoe heftiger de beschuldigingen en verwijten zijn die projecterend naar anderen worden geuit. Maar ook 'positieve' gevoelens van blijdschap of trots kunnen zodanig met schuld of schaamte beladen zijn dat iemand geneigd kan zijn deze op anderen te projecteren.

Psychoanalytici gaan ervan uit dat in de meeste menselijke communicatie enige mate van projectie optreedt. Dit hoeft niet per se lastig, verwarrend of schadelijk te zijn, mits men zich van deze processen bewust kan worden. Dat laatste geldt natuurlijk bij uitstek voor hulpverleningsrelaties. Deze zouden hopeloos verkeerd lopen als hulpverlener en cliënt onbewust allerlei op elkaar blijven projecteren of, erger nog, in elkaars projecties zouden meegaan. In de psychoanalytische hulpverlening zelf wordt projectie, mits bewust gemaakt, een therapeutisch middel bij uitstek. Wanneer ik als analysand van mijn analyticus een vaderfiguur maak (overdracht) is het precies vanuit deze bewust gemaakte projectie dat de analyticus mijn gevoelens, gedachten, fantasieën en dromen kan duiden. Als hij mijn projectie onbewust zou laten, zou er therapeutisch niets gebeuren. Als hij, wat erger is, in mijn projectie zou meegaan en van mij een 'zoon' maken (tegenoverdracht), dan zouden wij vast komen te zitten in een neurotische relatie, die minstens voor de analysand heel schadelijk kan zijn.

Het spreekt vanzelf dat in kringen van hulpverleners, en ook in de diverse opleidingen voor hulpverlenende beroepen, veel aandacht bestaat voor de aard, de mogelijkheden en de gevaren van projectie. Merkwaaardig genoeg is er voor het 'omgekeerde' verschijnsel – niet het overdragen door mij van mijn gevoelens naar de ander, maar het overnemen of opzuigen door mij van gevoelens van een ander – veel minder aandacht, hoewel het wel degelijk voorkomt. Er is bij mijn weten zelfs geen woord voor. De psychoanalytische term introjectie is in elk geval niet toepasselijk. Want die term verwijst naar het internaliseren van normen en waarden, terwijl het hier gaat om gevoelens en emoties. Met mijn (aan het verhaal van Marten Toonder ontleende) terminologie van plamoen en plamoeniteit hoop ik in deze lacune te voorzien. Het is in de geschiedenis van geneeskunde en therapie wel vaker voorgekomen dat iets niet werd opgemerkt of niet serieus werd genomen zolang er geen woord voor was. Anderzijds heeft de introductie van een nieuwe term ook vaak overbelichting en overdiagnostisering tot gevolg: opeens lijkt een bepaald ziektebeeld heel veel voor te komen (leesblindheid, anorexia nervosa), en worden allerlei verschijnselen eronder gerangschikt. Het valt te hopen dat dit laatste met plamoeniteit niet zal gebeuren. Echte plamoeniteit is ernstig genoeg. Ik realiseer me echter dat niet alleen het verschijnsel plamoeniteit gevaarlijk is, maar dat ook het woord *plamoen* zelfiets gevaarlijk aantrekkelijks heeft. Door zijn literaire herkomst enerzijds en door de combinatie van vreemdheid en vertrouwde klank anderzijds (het is duidelijk een Nederlands woord maar het staat niet in het woordenboek), leent het zich bij uitstek om gemakkelijk in de mond te worden genomen.

Plamoeniteit

Met plamoeniteit bedoel ik dus het 'omgekeerde' van projectie. Het is niet het overdragen van *mijn* gevoelens op een ander, maar het overnemen van *andermans* gevoelens door mij. Zelf ben ik me het verschijnsel voor het eerst bewust geworden als slachtoffer. Toen ik een paar jaar geleden in heftige relatieproblemen verwickeld was, raakte ik op een avond in gesprek met een kennis, een oude schoolvriendin van vroeger, die mij blijkbaar helemaal

begreep – iets waar ik op dat moment een enorme behoefte aan had. Alle verwarring en emotionele verscheurdheid waaraan ik de laatste tijd was blootgesteld leek zij perfect aan te voelen en te begrijpen. Sterker: zij was zichtbaar geraakt door mijn verhaal, ik zag haar lijden aan mijn verscheurdheid. Haar medeleven gaf mij eerst een geweldig bevredigend gevoel van erkenning en gezien worden. Maar vervolgens leek ook mijn intense gevoel van bevrediging op haar over te gaan, zo zag ik althans in haar ogen. Op dat moment werd ik overvallen door een vreemde aarzeling: moet ik nu me heel gelukkig voelen over deze gedeelde gevoelens en erkenning, of klopt er iets niet? Een vreemde aarzeling, alsof je tussen twee stemmingen zou kunnen kiezen. Even later volgde de desillusie, toen zij over mijn situatie en mijn emoties, inclusief het gevoel van erkenning, sprak alsof het de hare waren. Ik had het gevoel dat zij er met iets van mij vandoor was gegaan, en ik bleef een beetje leeg en ontredderd achter.

Ik zou aan deze ervaring niet zoveel betekenis gehecht hebben, als ik deze kennis (die ik hier Mireille zal noemen) een paar maanden later niet opnieuw ontmoet had en bij die gelegenheid hoorde dat zij in de hulpverlening werkzaam was. Wat haar functie precies was weet ik niet. Ik weet alleen dat zij in het kader van een zorginstelling regelmatig individuele gesprekken voerde met cliënten. Op mijn vraag wat voor haar het aantrekkelijke en bevredigende in dit werk was antwoordde zij direct dat dit de emotionele kant van haar werk was. Zij vond het heerlijk om met mensen mee te leven in hun emoties. Als het gesprek met een cliënt naar haar bevinding te vlak bleef, te weinig emotioneel, kon zij door het gesprek te sturen bij de cliënt bepaalde emoties oproepen. En dat deed zij dan ook graag. Zo bleek zij zelfs bepaalde 'methodes', althans in mijn interpretatie, te hanteren om cliënten aan het huilen te krijgen. Waarom deed zij dat? Ondanks een spontane weerzin tegen wat zij mij vertelde – ik had sterk het gevoel dat zij haar cliënten misbruikte – begon ik mij, waarschijnlijk mede door mijn eigen ervaring met haar, voor Mireille te interesseren. Ik kreeg het vermoeden van een bepaald patroon in haar emotionele omgang met cliënten. Ik werkte in die tijd aan een proefschrift over inlevingsvermogen (Duyndam 1997), en het leek mij, intuïtief, dat het gedragspatroon van Mireille daar iets

mee te maken had. Zoiets als een te veel aan inlevingsvermogen.

Ik besloot haar in mijn onderzoek te betrekken. Niet officieel, alsof zij proefpersoon zou zijn voor interviews in een kwalitatief sociaal-wetenschappelijk onderzoek. Mijn promotieonderzoek was niet empirisch maar filosofisch. Doel was het fenomeen in kaart te brengen: te begrijpen wat er gebeurt wanneer iemand zich in een ander inleeft, wat emoties zijn zodanig dat zij voor anderen inleefbaar zijn, en wat de morele betekenis van compassie is. Voor dit laatste, de morele betekenis, leek me het door mij veronderstelde over-inlevingspatroon van deze vrouw van belang. Het is namelijk een berucht vooroordeel in de moderne ethiek dat wanneer iets moreel goed is, je er niet genoeg van kunt hebben. Hoe meer hoe beter. Of het nu gaat om geluk, wijsheid, gezondheid, welvaart, rechtvaardigheid – even los van wat men zoal onder deze begrippen kan verstaan – er is in onze feitelijke samenleving altijd te weinig van, en vanuit moreel standpunt is daarom meer van dit goede steeds wenselijk. Dat zou dus ook voor medeleven gelden, ervan uitgaande dat medeleven moreel goed is.

Dit laatste is trouwens niet onomstreden. In de westerse filosofiegeschiedenis is medeleven, zeker in de beperktere vorm van *medelijden*, zeer wisselend gewaardeerd. Martha Nussbaum spreekt zelfs van een positieve en een negatieve *Mitleidstradition* (Nussbaum 1993). Tot de positieve rekent zij denkers als Aristoteles, Augustinus, Thomas van Aquino, David Hume, Adam Smith, Jean-Jacques Rousseau, Arthur Schopenhauer en Max Scheler, die het medelijden waarden als belangrijke deugd of als fundamentele menselijke eigenschap. Tot de negatieve *Mitleidstradition*, die het medelijden beschouwt als nutteloos, zwak of zelfs schadelijk, behoren Socrates, Plato, de Stoa, Thomas Hobbes, Spinoza en natuurlijk Friedrich Nietzsche, wiens verguizing van het medelijden beroemd en veelgeciteerd is. In het algemeen gaat het hier om medelijden, een beperkte vorm van medeleven die slechts gericht is op andermans ellende en narigheid. In mijn opvatting is medeleven een veel ruimere categorie, die ook op medeleven met ‘positieve’ emoties betrekking heeft.

Maar ook als men – zoals ik – positief tegenover medeleven staat, moet men bedacht zijn op wat ik

zo-even het modern-ethische vooroordeel van hoe-meer-hoe-beter noemde. In oudere ethieken, zoals die van Aristoteles, is wat moreel goed is niet een kwestie van meer en beter, maar staat het goede juist in een moeilijk evenwicht tussen een te veel en te weinig. Te weinig (moed, vrijgevigheid, rechtvaardigheid) is niet goed, maar te veel daarvan evenmin. Overmoed, spilzucht, pietluttige regelzucht heten niet voor niets doorgeschoten overdrijvingen. Het gaat om de juiste maat. Dat lijkt mij ook te gelden voor medeleven, en de over-meelevende Mireille kwam als een levend voorbeeld daarvan op mijn weg. In die zin heb ik haar in mijn onderzoek betrokken.

Behalve iemand aan het huilen maken bleek zij ook mensen te kunnen opjagen tot een geweldig opgewekte, zeg maar opgefokte stemming. Om hen een beetje vrolijkheid te geven in hun tamelijk uitzichtloos bestaan, zei zij aanvankelijk op mijn vragen naar wat haar hierin bewoog. Maar jij zelf dan? – was de inzet van mijn verdere vragen. Waar kwam haar sterke behoefte aan meeleven met de emoties van anderen vandaan? Het antwoord kwam een paar weken later, toen zij me vertelde dat (en vooral hoe) ze bij een cliënt woede en verontwaardiging had opgewekt. Niet dat zij iets had gedaan dat de cliënt kwaad op haar had gemaakt. De woede van de cliënt was helemaal niet op haar gericht, maar op bepaalde toestanden in de buurt waar hij woonde. Mireille, die van deze toestanden wist, had heel geraffineerd het gesprek op deze gebeurtenissen gebracht, en had hem wat zogenaamd nieuwe informatie daarover gegeven, hetgeen heel veel oude boosheid en verontwaardiging bij hem naar boven had gebracht. Deze diepe en intense emoties van de man, die tijdens hun gesprek geruime tijd duurden, hadden haar op een vreemde manier bevredigd. Bijna opgelucht, zei ze. Ik vroeg haar of er kort daarvoor iets was gebeurd, iets in haar eigen leven, dat haar zelfkwaad of verontwaardigd had gemaakt. Nee, zei ze, ik kan me niets herinneren. Wat heb je bijvoorbeeld de vorige dag gedaan, vroeg ik, de zondag voor het contact met deze cliënt? Het voert te ver om in allerlei details te treden, maar wat toen bleek was dat zij die dag tijdens een familie-bijeenkomst door bepaalde familieleden zeer vernederend behandeld was. Men had haar met woorden gekwetst, getreiterd en de spot met haar gedreven. Zij was echter in het

geheel niet kwaad geworden, eerder lamgeslagen en apathisch, en zij had het gebeurde gelaten over zich heen laten komen.

Afneemmechanisme

Het beeld dat zich nu in mijn interpretatie van haar verhaal vormde werd scherper, en het deed me tegelijkertijd pijn. Het is het beeld van iemand die, om welke reden dan ook, sommige emoties niet heeft; die sommige emoties niet zelf kan voelen; die in een bepaalde bandbreedte van het emotionele spectrum dooflijkt. Precies die ontbrekende emoties worden dan, bij gelegenheid, overgenomen van anderen. Zoiets leek ook met Mireille aan de hand te zijn. In een situatie waarin iemand normaal gesproken kwaad zou worden en boosheid zou voelen, als terechte reactie op een ondergane vernedering, voelde zij niets. Ze kon alleen boosheid voelen door die van een ander over te nemen, zoals zij in dit geval de volgende dag deed. Blijkbaar had zij na haar vernedering wel zoiets als een *behoefte* aan boosheid, ervoer zij (waarschijnlijk onbewust) het uitblijven van woede in die situatie als een gemis. Want de volgende dag bracht zij haar cliënt met manipulaties tot boosheid, zodat zij die van hem kon overnemen. Dankzij de woede van haar cliënt kon zij iets voelen wat zij uit zichzelf niet kon voelen. Zij voelt de woede van de ander *alsof* het de hare is.

Merkwaardig genoeg is het voor zulk overnemen kennelijk geen belemmering dat de woede van de cliënt op iets heel anders betrekking heeft dan de ontbrekende woede van Mireille. Het object of de aanleiding van de kwaadheid van de cliënt werd gevormd door bepaalde gebeurtenissen bij hem in de buurt, de (ontbrekende) woede van Mireille had de familie-leden die haar vernederden moeten betreffen. Net als bij de eerder gegeven voorbeelden van slappe lach en overslaande paniek is ook hier de emotie los komen te staan van haar object of aanleiding. Deze emoties zijn, om zo te zeggen, objectloos. Of objectloos geworden. In mijn dissertatie, die mede het resultaat is van het onderzoek waarvan ik hier verslag doe, probeer ik dit verband tussen emotie en object te plaatsen in het kader van een voorgestelde emotie-theorie. Het gaat het bestek van dit artikel te buiten om daar nu op in te gaan. Hier volstaat de vaststelling dat het verband tussen

emotie en object los genoeg is om de emotie zonder bijbehorend object te kunnen overnemen.

Het is moeilijk om in algemene zin iets over de redenen of oorzaken van een dergelijke doofheid in het emotionele spectrum te zeggen. Net zoals bij projectie iedereen zijn eigen redenen heeft om bepaalde gevoelens af te weren en op anderen over te dragen, zo heeft ook bij plamoenteit iedereen mogelijk verschillende eigen redenen om bepaalde emoties van anderen over te nemen. Niettemin kan men zeggen, zoals Stroeken bijvoorbeeld doet, dat projectie vaak een afweerfunctie heeft. Niet alle projectie is afweer – men projecteert bijvoorbeeld ook verlangens en wensfantasieën op anderen – maar projectie is niettemin een veel voorkomend en effectief afweermechanisme. Zoiets kan ook worden gezegd van plamoenteit, al gaat het daarbij niet om een *afweermechanisme* maar om een *afneemmechanisme*. Afnemen in de zin van aftappen of afpakken. Men zou kunnen zeggen dat een plamoen een emotie van iemand afneemt. Maar dan zonder het bijbehorende object. Dat wil zeggen: zonder de aanleiding die voor de betrokkene zo emotionerend was. Daardoor heeft een plamoen de emotie niet ten volle, ervaart hij die emotie niet in alle hevigheid, maar in een afgevlakte *alsof*-modus. Mireille nam wel de woede van haar cliënt over maar niet de bijbehorende toestanden in de buurt die voor de cliënt het object en de aanleiding van zijn woede waren. Daarom is haar overgenomen woede in zekere zin onecht, en daarom spreek ik van een *alsof*-modus.

Dat het voor iemand nodig of van belang is om bepaalde gevoelens af te weren en op anderen te projecteren is vrij gemakkelijk voorstelbaar. Projectie is een algemeen bekend verschijnsel en het woord projectie is allang in onze gewone omgangstaal doorgedrongen. Maar waarom zou het voor iemand nodig kunnen zijn om te 'plamoeneren'? Het is denkbaar dat als het voor iemand, om welke reden dan ook, moeilijk of onmogelijk is om bepaalde zware of onbestemde gevoelens te ervaren, het voor zo iemand gemakkelijker of veiliger is om dergelijke gevoelens via een ander op een *alsof*-manier, in een *als-het-ware* modus te beleven. Bij zware en moeilijk te verdragen emoties denkt men natuurlijk in eerste instantie aan angst, pijn, afgunst en dergelijke, maar als het waar is dat men 'hoogtepunten' als

vreugde en levenslust slechts kan beleven in de mate dat men ook 'dieptepunten' als angst en pijn kan ervaren, kunnen ook deze 'positieve' gevoelens overweldigend, onbestemd en onverdraaglijk zijn. Wanneer zulke gevoelens voor iemand zélf (zoals gezegd: om welke reden dan ook) onverdraaglijk zijn, dan kan het zijn dat ze voor zo iemand draaglijker zijn in de afgevlakte, hypothetische vorm van de alsof-modus, zoals die optreedt bij plamoeniteit.

Hulpverleningsituaties bieden daartoe vaak gevaarlijk de gelegenheid. Iemand met emotionele behoeften in de alsof-modus is weliswaar zeer gevoelig voor de emoties van anderen – en in die zin lijkt hij zo op het oog geschikt voor de hulpverlening – maar deze (over)gevoeligheid komt bij hem voort uit een eigen tekort, honger of leegte. Zo iemand heeft een cliënt niets te bieden. Geen houvast, geen erkenning, geen emotionele steun. Zo iemand helpt alleen zichzelf, en waarschijnlijk zelfs dat niet. Hij graait in het gemoed van de cliënt (Gelauff 1995), zuigt zijn emoties op en laat de cliënt ontredder alleen – ook al is het helemaal niet zeker dat de cliënt dit zo ervaart en is het zeer waarschijnlijk dat de hulpverlener dit alles onbewust doet. Ik ga er althans van uit dat hij van goede wil is en meent het beste met de cliënt voor te hebben.

Wat er zo gebeurt lijkt inderdaad precies het omgekeerde van projectie. In plaats van de cliënt als spiegel te gebruiken voor de eigen (afgeweerde) gevoelens, maakt de plamoeneske hulpverlener zichzelf tot spiegel van de gevoelens van de cliënt. Hij zal diens gevoelens ongestileerd en in zekere zin meedogenloos weerspiegelen – meedogenloos, omdat er geen enkel houvast geboden wordt zoals bij echte inleving. De cliënt ziet alleen maar zichzelf, hij ziet een soort dubbelganger. Wat hij precies ziet zal afhangen van de behoeften van de plamoeneske hulpverlener, dus van wat die zoal van hem overneemt, maar ook van zijn eigen projecties. Zeer waarschijnlijk ziet hij niet zijn fraaie zelf, het zelf dat hij gewend is 's ochtends tegen te komen bij het scheren en bij het strikken van zijn das, maar het zelf dat hij liever niet ziet en daarom (onbewust) wegprojecteert, het zelf waarvan hij misschien wel niet eens wist dat hij het was. De cliënt staat zo werkelijk tegenover een plamoen. Hij ziet slechts het ergste van zichzelf weerkaatst en is daarmee aan zijn lot overgelaten. Toch kan het zijn dat hij zich in eerste

instantie niet eens ontredder en alleen gelaten voelt maar juist in de waan verkeert dat hij helemaal gezien en gekend wordt. Dat overkwam mij tenminste bij mijn eerste ontmoeting met Mireille. Ik zag slechts mezelf en dacht: eindelijk iemand die mij echt begrijpt! Misschien een beetje narcistisch van me.

Meeleven: beleven alsof

Ik heb in mijn beschrijving hierboven plamoeniteit steeds afgezet tegen projectie, als de 'omgekeerde' beweging, niet een afweer- maar een afneemmechanisme. Heeft men bij projectie emoties 'te veel', die men daarom op anderen overdraagt, bij plamoeniteit heeft men emoties 'te weinig', zodat men die van anderen overneemt. Toch hangen beide waarschijnlijk ook samen, op een manier die ik zelf nog niet helemaal begrijp. In concrete situaties lijken ze namelijk vaak tegelijk voor te komen. Een mooi voorbeeld daarvan vond ik bij Anna Freud. In haar klassieker *Das Ich und die Abwehrmechanismen* (1936) geeft zij voorbeelden van projecterende afweer, die mijns inziens ook vanuit een plamoen-perspectief gezien kunnen worden. Zo had zij eens een jonge kinderverzorgster in analyse, die op het eerste gezicht een onopvallende en pretentieloze indruk maakte. Tijdens de therapie was zij nog niet getrouwd en had zij geen kinderen. De schijnbare afwezigheid bij haar van eierzucht, jaloezie en seksuele interesse verhinderde haar niet het liefdesleven van haar vriendinnen en collega's met grote belangstelling te volgen. Zij was een enthousiast koppelaarster en werd bij veel liefdesaffaires in vertrouwen genomen. Haar onverschilligheid voor haar eigen kleding ging gepaard met een warme belangstelling voor de kleding van haar vriendinnen. Terwijl zij zelf geen kinderen had, was zij vol toewijding voor de kinderen van anderen, hetgeen ook in haar beroepskeuze tot uitdrukking kwam. Ondanks haar eigen terughoudendheid was zij eierzuchtig voor haar vrienden en volgde zij hun carrières op de voet. Het leek wel alsof alle verlangens en interesses uit haar eigen leven verdwenen waren; zij besteedde al haar energie aan het meeleven met de ervaringen van haar vrienden. Zij leefde met anderen mee, in plaats van zelf iets te beleven.

Toen zij dertien jaar oud was, was zij een poesje

heimelijk verliefd op een vriend van haar oudere zuster. Zij fantaseerde erover, dat hij haar boven haar zus zou verkiezen en hoopte op een bewijs van zijn liefde. Maar in werkelijkheid werd zij afgewezen. Op een keer kwam de jongen onverwacht 's avonds langs om haar zuster mee uit te nemen. Zij herinnerde zich duidelijk, in de analyse, hoe haar aanvallend verlamme teleurstelling omsloeg in plotselinge bedrijvigheid. Zij ging van alles halen dat haar zus mooi kon maken voor het uitje en hielp haar er zo leuk mogelijk uit te zien. Daarbij raakte ze in een gelukzalige stemming en vergat volkomen dat het niet zijzelf, maar de ander was die uitging. Zij had haar eigen behaagzucht en verlangen naar liefde geprojecteerd op haar concurrente en genoot van de vervulling ervan door zich te identificeren met het object van haar afgunst. (Freud 1980: 100-108)

Deze gevalsbeschrijving komt uit een reeks van voorbeelden van gevend, zorgend, hulpverlenend en zelfs altruïstisch gedrag waaronder, volgens Anna Freud, een projectieve identificatie werkzaam is. Iemand die dwangneurotisch geremd is geld voor zichzelf uit te geven, kan plotseling met geld smijten als het om cadeaus voor anderen gaat. Een man met vlieg angst doet een ander enthousiast een reisje cadeau. Iemand die voor zichzelf nooit salarisopslag zou durven vragen, komt heftig en agressief op voor de rechten van een collega. Ik kan de praktijkgevalen van Anna Freud vanuit haar beschrijvingen uiteraard niet volledig beoordelen, maar reeds bij oppervlakkige kennisname lijkt mij dat er in deze voorbeelden ook sprake is van plamoeniteit. Het in extreme mate meeleven door de kinderverzorgster met de liefdesaffaires, de ambities en de frustraties van haar vrienden, met de opgewondenheid van haar zus die uitgaat, het 'met anderen meeleven in plaats van zelfiets te beleven', zoals Anna Freud zegt, zou ik interpreteren als het beleven van andermans gevoelens *alsof* het de eigen gevoelens zijn. Het is een beleving in de alsof-modus, omdat een echte beleving waarin men zelf subject is van de eigen emoties (en van de objecten waarop de emoties betrokken zijn) om welke reden dan ook niet mogelijk is. Omdat dat onverdraaglijk is, of te heftig, of beladen met schuld of verbod. Kortom, om misschien wel dezelfde redenen waarom het ik deze emoties volgens Freud zou wegprojecteren. Misschien komen projectie en plamoeniteit soms, of zelfs vaak, samen

voor: iemand projecteert bepaalde zware, onverdraaglijke of beladen gevoelens op een ander, om ze vervolgens via diezelfde ander in de alsof-modus te beleven.

Stille marsen

Ik wil deze uiteenzetting eindigen met een heel ander voorbeeld van plamoeniteit. Recentelijk hebben in Nederland enkele massale uitingen van medeleven plaatsgevonden. Ik doel op de marsen en manifestaties die zijn gehouden naar aanleiding van slachtoffers van geweld in het uitgaansleven. Iedereen kent de namen: Joes Kloppenburg (Amsterdam), Meindert Tjoelker (Leeuwarden), Marianne Roza en Froukje Schuitmaker (Gorinchem), en de lijst is natuurlijk nog veel langer. In Gorinchem hadden de Spoorwegen tevoren aangekondigd extra treinen te zullen inzetten, en inderdaad kwamen uit het hele land onbekende Nederlanders daarheen – onbekenden van de slachtoffers vooral – om in een stille tocht uiting te geven aan hun verdriet. Om gezamenlijk te rouwen. Natuurlijk had de mars ook een protestkarakter en toonde zij verontwaardiging over het 'zinloze geweld', maar verdriet vormde toch het hoofdmotief. Protesttochten maken meestal meer lawaai, en deze was uitdrukkelijk bedoeld en aangekondigd als een stille tocht.

Het gaat me nu niet om de vraag of dergelijke tochten goed of verkeerd zijn, zinvol of even zinloos als het geweld waar ze een reactie op zijn. Het gaat me om wat er emotioneel gebeurt. Ik zie in wat daar gebeurt ten minste drie ingrediënten. Ten eerste is het denk ik inderdaad verdriet wat de deelnemers aan zo'n mars voelen. Ik zou dat althans niet willen betwijfelen, en ik doe dan ook niet mee met de suggestie die toen wel gehoord werd dat het allemaal huichelarij zou zijn. Maar het is verdriet met een nogal verafgelegen object. Voor de meeste deelnemers zijn de overledenen immers volstrekt onbekenden. Het verdriet dat in zo'n mars beleefd wordt is in hoge mate objectloos. Dat is toch iets anders dan wanneer je eigen kind, of je broer of zus is omgekomen. De actualiteit van het gevoel is anders.

Dat brengt me op het tweede punt. Het gevoel van de deelnemers kan in belangrijke mate worden gekarakteriseerd als *potentieel verdriet*. Het verdriet wordt weliswaar actueel gevoeld, maar het is naar

zijn aard potentieel. Deze term kan worden verklaard door te verwijzen naar het besef: dit kan mij, respectievelijk mijn kinderen, óók overkomen. Nu zijn het Meindert en Froukje (actueel), maar de volgende keer kan ik het zijn, of mijn kinderen (potentieel). Dat in dit besef angst meespeelt vormt een extra argument voor het door mij veronderstelde potentiële karakter van het verdriet in de mars. Angst kan immers begrepen worden als potentiële pijn. Niet alle angst, want er zijn vele soorten angst, maar sommige angst, en ik denk in elk geval de angst die onderhuids aanwezig is wanneer wij meeleven met het leed en de ellende van anderen, die angst kan worden gekarakteriseerd als potentiële pijn ten opzichte van de actuele pijn van degenen met wie we meeleven.

Het derde kenmerk van de stille marsen lijkt mij het sterke verlangen dat de deelnemers beweegt om *gezamenlijk* verdriet te beleven. Of algemener: om *gezamenlijk* emoties te beleven. Dergelijke marsen vormen een ritueel dat het mogelijk maakt, en tegelijkertijd legitimeert, om *gezamenlijk* en *massaal* verdriet te ervaren. Om zich over te geven aan een openbaar verdriet dat voorhanden en beschikbaar is; dat niet ieder voor zich hoeft uit te vinden, te maken en te continueren, maar dat uitnodigend aanwezig is en waarbij men, om met een artikel in *HP/De Tijd* te spreken, kan inhaken en meehuilen. Het is zoiets als een warm bad. Even kan men zich met elkaar verbonden voelen. Iets dergelijks zagen we ook bij de verdrietexplosie na het overlijden van prinses Diana.

Afgezien van het tweede kenmerk, het potentiële karakter van dergelijke beleving, lijkt wat er in dergelijke massaal gedeelde emoties gebeurt een hoog plamoengehalte te hebben. Het gaat immers om objectloos geworden emoties die men gretig van elkaar overneemt. En het is verdriet dat voorhanden en beschikbaar is, waarbij men maar hoeft aan te sluiten om mee te doen. Dat veel deelnemers aan zo'n mars ook een eigen agenda hebben, zoals uit verschillende persberichten na de mars in Gorinchem bleek, doet hier niets aan af. Ik doel op het feit dat veel deelnemers ook een eigen reden of object hadden voor verdriet, een ziekte of sterfgeval in de familie, of wat dan ook. Desondanks, of juist daardoor, kan er een behoefte zijn om het eigen verdriet aan te vullen met objectloos geworden verdriet van anderen.

Voor zover echter de emoties in de mars een potentieel karakter hebben, voor zover de deelnemers niet alleen opgaan in actueel verdriet – het objectloze verdriet dat voorhanden is, en eventueel het eigen actuele verdriet vanwege iets in het eigen leven – maar potentieel verdriet hebben over wat de aanleiding was van de mars, de vermoorde meisjes, in die mate is er mijns inziens sprake van echt medeleven. Want echt medeleven of compassie is het potentieel ervaren van wat degene met wie men meeleeft actueel ervaart (Duyndam 1997). In de stille mars zijn dus beide aanwezig: echt medeleven en het óver-medeleven van de plamoen. In dit opzicht zijn de stille marsen als het leven zelf.

Summary

The *plamoen*, a character created by the famous Dutch author Marten Toonder, is someone who empathizes with other people so radically and thoroughly that he seems to take over the other's emotions. In this respect, 'plamoonity' can be considered to be the opposite of the projection mechanism, well known both in psychology and in assistance practices, which implies the transference of a subject's emotions to others. In my interpretation, presented in this paper, the plamoen is a kind of a bolted practitioner who feeds himself with the emotions of his clients and patients.

Literatuur

- Bandura, A. (1977) *Social learning theory*. London [etc.]: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986) *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs N.J.: Prentice-Hall (Met dank aan Jan Hein Mooren)
- Duyndam, J. (1997) *Denken, passie en compassie: tijdreizen naar gemeenschap*. Kampen: Kok Agora.
- Freud, A. (1980) *Het Ik en de afweermecanismen*. Baarn: Ambo. Vertaling van *Das Ich und die Abwehrmechanismen* [1936].
- Frijda, N. (1988) *De emoties: een overzicht van onderzoek en theorie*. Amsterdam: Bert Bakker.
- Frijda, N. (1993) *De psychologie heeft zin*. Amsterdam: Prometheus.
- Gaylin, W. (1979) *Feelings: Our Vital Signs*. New York: Harper & Row.
- Gelauff, M. (1995) *Op basis van betrokkenheid: algemeen maatschappelijke werk en ethiek van zorg*. Utrecht: SWP.
- James, W. (1884) 'What is an emotion?', *Mind* 9: 188-205.
- Kenny, A. (1994) *Action, Emotion, and Will* [1963]. Bristol: Thoemmes Press.
- Nussbaum, M. (1993) 'Mitleid und Gnade: Nietzsches Stoizis-

- mus', *Deutsche Zeitschrift für Philosophie* 41: 831-858.
- Pott, H. (1992) *De liefde van Alcibiades: over de rationaliteit van emoties*. Amsterdam: Boom.
- Ritter, J. en K. Gründer (eds.) (1980) *Historisches Wörterbuch der Philosophie*. Band 5: L-Mn. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Sartre, J.P. (1987) *Magie en emotie: schets van een theorie van de gemoedsbewegingen*. Meppel: Boom. Vertaling van *Esquisse d'une théorie des émotions* [1939].
- Scheler, M. (1931) 'Wesen und Formen der Sympathie: Phänomenologie der Sympathiegefühle', in Max Scheler, *Die Sinnsetze des emotionalen Lebens*. Bd I. Bonn: Friedrich Cohen Verlag.
- Schuyt, Th. (1993) *Hoe U voor de liefdadigen*. Deventer: Stafleu.
- Stroeken, H. (1994) *Psychoanalytisch woordenboek*, Amsterdam: Boom.
- Toonder, M. (1996) *De gezichtenhandel*. Amsterdam: De Bezige Bij.