

Op zoek naar werkelijke motieven

Heeft u zich wel eens afgevraagd hoe het komt dat mensen niet doen wat zij zeggen en niet zeggen wat zij doen? Dan doet u er goed aan het nieuwste boek *Verborgen agenda's* van psycholoog, schrijver en columnist Jeffrey Wijnberg te lezen.

Elk mens heeft een verborgen agenda, aldus Wijnberg. Daar zijn twee varianten van te vinden: de agenda die verborgen blijft voor de persoon zelf en de agenda die verborgen moet blijven voor anderen. De eerste heeft meestal te maken met angst en is vooral onbewust. Men weet niet waarom men bepaalde dingen doet of gevangen zit in bepaald gedrag. De tweede gaat over de wil tot macht en kan het daglicht niet verdragen omdat de persoon in kwestie dan zou moeten toegeven dat hij anderen manipuleert uit winstbejag en eigenbelang.

Wij hebben diverse vermijdingstechnieken, schrijft de psycholoog. Zo kan iemand die aan zichzelf twijfelt zich arrogant voordoen om zijn onzekerheid te camoufleren, een pessimistische levenshouding aannemen om

intieme relaties te ontlopen of anderen voortdurend kritiseren om zelf niet ter discussie te hoeven staan.

In zijn praktijk ging Wijnberg er vroeger nog van uit dat cliënten met oprechte bedoelingen zijn behandelkamer inliepen. Nu weet hij dat zij meestal heimelijke motieven hebben voor hun bezoek. Zo was er een cliënt die zich had gemeld met klachten van overspannenheid. Na de eerste sessie kwam een brief van de bedrijfsarts dat de cliënt voor het komende halfjaar arbeidsongeschikt was verklaard en gebruik kon maken van een uitkering. Bij de eerstvolgende sessie gaf de cliënt te kennen genoeg therapie te hebben gehad. 'Ja, het geld is binnen, nu hoeft je dus niet meer mooi weer te spelen', reageerde Wijnberg. Na enig aandringen gaf de cliënt toe er weinig voor te voelen om aan zichzelf te werken, maar dat je wel blij moest geven van medewerking door je aan te melden bij een psycholoog. 'Mensen zullen meer dan eens veinzen dat zij zich willen verbeteren als zij daarmee hun hachje kunnen redden', schrijft de psycholoog. Hij is bijzonder

wantrouwig tegenover het mannelijke geslacht, vooral als mannen zich presenteren met de mededeling dat zij aan zichzelf moeten werken. Dat zeggen mannen volgens hem meestal alleen als zij door hun vrouwen zijn gestuurd. Het werkelijke motief is de vrouw mild te stemmen en daarmee de relatie te redden. Zij willen niet aan zichzelf werken en vinden ook niet dat er iets mis is.

Angst voor afwijzing is de moeder aller angsten, aldus Wijnberg. Vaak komen cliënten met een heel scala aan vage klachten, terwijl zij vooral op zoek zijn naar één ding: erkenning of goedkeuring.

Het lijkt tegenwoordig wel mode om een negatief zelfbeeld te hebben, vindt de therapeut. Daarmee kunnen wij ongegeneerd vissen naar complimenten en dient het maar al te vaak als excuus om allerlei verantwoordelijkheden te ontduiken. Bindingsangst? Ik moet eerst van mezelf leren houden. De term faalangst is volgens Wijnberg meestal eerder angst voor succes. Als je laat zien dat je het wel kunt, gooi je de deur dicht om te



Toegankelijkheid ★★★★★

Toepasbaarheid ★★★★★

Toegevoegde waarde ★★★★★

Jeffrey Wijnberg schreef een toegankelijk en bovenal herkenbaar en vermakelijk boek over de menselijke motieven en opmerkelijk gedrag. Een aanrader

kunnen ontsnappen.

Elk gedrag dient een duidelijk doel, benadrukt de psycholoog. Mensen doen nooit zomaar iets. Het onbewuste zorgt ervoor dat iemand komt waar hij wil zijn. Iemand kan wel zeggen dat hij angst heeft om zich te binden, maar tegelijkertijd zorgt deze angst juist voor bewegingsvrijheid en een hoop lusten zonder de lasten.

Het boek is niet alleen pijnlijk herkenbaar, het is buitengewoon vermakelijk en toegankelijk geschreven. Door de dialogen en Sigmund-illustraties van Peter de Wit is het boek weliswaar humoristisch, maar wordt nergens flauw. Het relativeringsvermogen van Wijnberg wordt ook wel duidelijk als hij zijn eigen vakgebied omschrijft. 'Het werk van een psycholoog is als dat van een loodgieter: wat werkt, dat werkt. En wat niet werkt, moet gerepareerd worden.'

'Verborgen agenda's. Waarom mensen niet doen wat ze zeggen en niet zeggen wat ze doen'. Auteur: Jeffrey Wijnberg. Uitgever: Scriptum. ISBN 9789055945603, €17,95.

