



Schaamte en schuld

Inleiding

Deze trendmail gaat over schaamte en schuld. Van oudsher heeft West-Europa een schuldcultuur. Dat verandert, schaamte wordt steeds belangrijker. En dat heeft gevolgen voor evangelisatie en discipelschap.

Auteur: drs. Jan Gerrit Duinkerken. Hij werkt als onderzoeker bij st. Agapè en richt zich onder andere op trends in onze samenleving. Een belangrijke motivatie is dat onderzoek doen naar bewegingen in onze maatschappij getuigt van liefde en respect voor de mensen met wie je van hart tot hart wilt communiceren.

St. Agapè, februari 2007

Schuld

Als we denken aan het evangelie en evangelisatie, dan komen gegarandeerd begrippen als schuld, bekering, verlossing en vergeving bij ons naar boven. We denken aan de kloof en dat mensen een probleem hebben welke zonder Jezus niet opgelost kan worden. De mens staat schuldig ten opzichte van God. En we proberen op allerlei manieren deze boodschap en de oplossing (Jezus) te verkondigen.

Een belangrijke reden voor deze insteek is de bijbel zelf natuurlijk. Jezus stierf voor onze zonden. Mattheus 2:21 zegt het: Hij kwam om zijn volk van de zonde te redden. Dus zo raar is het niet. Maar er is denk ik ook een tweede reden.

Van oudsher heeft West-Europa een schuldcultuur. En ook dat heeft zijn invloed op de manier waarop wij het evangelie lezen en verkondigen. Centraal staat daarin dat we ons schuldig voelen en weten, omdat we wetten (van God) overtreden. De oplossing is vergeving, van God en andere mensen. Herkenbaar?

Jezus en schande

Wat we uit het oog zijn verloren is dat Jezus ook de schande van het kruis heeft gedragen (Hebr.12.2). Naast verlossing van onze schuld, heeft Jezus ook alle schaamte voor ons gedragen.

Een citaat¹:

Weet je hoe Jezus houding was wanneer hij beschaamd werd, tot voorwerp van schaamte gemaakt werd?

Toen Jezus in de steek werd gelaten door zijn vrienden?

Vals beschuldigd werd van Gods lastering door zijn aanklagers.

Geslagen werd met een stok

Publiekelijk belachelijk werd gemaakt

Toen ze hem al zijn kleren uitdeden en Hij daar naakt stond

Geslagen werd met een zweep

¹ <http://www.reaction.nu/print.php?plugin:content.10>, 8 april 2007



Toen hij publiekelijk gemarteld werd
Toen Hij gemaakt werd tot een belachelijke gek toen hij op het kruis gehangen werd?

Ze lachten hem uit terwijl Hij aan het kruis hing en zeiden:
“Jij die anderen gered hebt redt nu eens jezelf”

Jezus werd tot schande gemaakt en Hij droeg deze, zodat wij ons niet meer hoeven te schamen.

Van schuld naar schaamte

Laatst las ik artikel van Bruce Nicholls in een oude Idea met als titel: Schaamte en schuld: twee kanten van één medaille. Nicholls betoogt dat ‘doorsnee westerlingen zonder kerkelijke binding zich weinig kunnen voorstellen bij begrippen als zonde, schuld en de noodzaak van bekering en rechtvaardiging door het geloof’. Dat heeft volgens hem te maken met postmodernisme.

Toen ik dit las, herkende ik dit. Ook vanuit een ander perspectief. Ik heb de profielen van de acht segmenten² van TNS-Nipo goed bestudeerd en wat is het opvallende? De waarde (van de in totaal 36) die over het geheel het laagste scoort is: vergeving. En relevant voor ons, in het segment waar vermoedelijk de meeste leiders en trendsetters te vinden staat op nummer 35: gehoorzaamheid. Kortom, vergeving en het overtreden van regels en/of wetten, en in het verlengde daarvan schuld, is voor veel mensen niet echt belangrijk.

De psychologische profielen wat nader bekeken, wordt duidelijk dat voor de midden tot oudere groepen geldt dat zij enigszins tot heel gezagsgetrouw zijn. De zijn meer of minder geneigd gezag te gehoorzamen en aan regels te voldoen, vanuit verschillende motieven. De jongere groepen zijn juist meer of minder geneigd deze regels en wetten te overtreden.

Maar dat onverlet dat overall het beeld is: vergeving (schuld) scoort het laagste als waarde. En in de toekomst, als de jongeren ouder worden, zal dit alleen maar sterker worden.

Kortom, onderzoek onder de Nederlandse bevolking bevestigt: schuld speelt steeds minder een rol, zeker in de groep waar de meeste leiders en trendsetters te vinden zijn (naar verwachting); de zakelijken. Wim Rietkerk ziet dat ook. Hij komt ‘nauwelijks nog mensen tegen die geplaagd worden door schuldbesef’³. Maar waar gaat het dan wel om bij veel mensen?

Wat houdt schaamte in?

Ik en anderen als Nicholls en Rietkerk denk dat het steeds meer om schaamte gaat en zal gaan. Bij schaamte staat centraal dat je denkt; ik ben fout. Het gaat over

² TNS-Nipo heeft de autochtone bevolking van Nederland ingedeeld in 8 groepen op basis van socio-economische gegevens (opleiding, leeftijd, inkomen, woonplaats) in combinatie met waardepatronen. Zie TNS-Nipo Winmodel uit 2004.

³ Schuld of Schaamte?, Wim Rietkerk in Groei.



het niet voldoen aan je eigen (onbewuste) maatstaven. En dat je als gevolg daarvan jezelf minderwaardig acht, status verliest. Je voldoet niet, je vindt dat je anders moet zijn. Met andere woorden, 'je slaagt er niet in je ideaalbeeld dat je van jezelf hebt te verwerkelijken'⁴. Het gaat om een 'onbesproken karakter en een integere levensstijl'. En het gaat om angst je gezicht te verliezen tegenover je familie, vrienden en andere belangrijke mensen⁵.

Zoals je merkt zijn schuld en schaamte zeer met elkaar verbonden en niet te scheiden. Schuld roept schaamte op en omgekeerd. Maar toch is het zo dat vaak of het één of het ander een dominante rol speelt. In bijvoorbeeld veel Aziatische, Latijns-Amerikaanse, Afrikaanse en Arabische culturen is schaamte belangrijker dan schuld. Een voorbeeld is dat als een moslim christen wordt, zijn/haar familie dat als een schande ervaart/ziet.

Niet elke schaamte is verkeerd, vaak is zij gezond. Het vormt je geweten, is goed voor een gezonde bescheidenheid en vormt je geweten. Maar er is ook een soort schaamte, ook wel toxic shame genoemd, die dodelijk is voor het zelfbeeld en eigenwaarde van een persoon.

Achterliggende maatschappelijke ontwikkelingen

Er zijn talloze oorzaken aan te wijzen dat iemand een soort (on gezond) schaamte denkpatroon ontwikkelt: misbruik, genetische aanleg (depressie), familie, opvoeding en bepaalde relaties. Deze wil ik allen buiten beschouwing laten. Ik wil me in deze mail kort focussen op twee maatschappelijke ontwikkelingen die ook een rol kunnen spelen in de groeiende invloed van schaamte in ons denken, namelijk:

- Individualisering; (mensen willen los zijn van elke autoriteit en zelf keuzes maken),
- Globalisering: Aziatische normen en waarden

Individualisme en schaamte

Ik beluisterde een interessant interview⁶ waarin Hessel Zondag⁷ het verband uitlegde tussen individualisme, narcisme en schaamte. In een individualistische samenleving wordt narcisme versterkt. Narcisme is dat je met jezelf bezig bent, je zelfbeeld probeert op te poetsen. Niet dat je verliefd bent op jezelf. Narcisten kunnen een zeer slecht zelfbeeld hebben. Maar goed, je bent zo druk met jezelf bezig, omdat je de hele dag door beslissingen moet nemen en als individu moet bedenken wat je wilt. Dat vraagt om constante reflectie. De link naar schaamte is als volgt. Vroeger schaamden veel mensen zich voor sexueel gedrag. Heden ten dage schamen mensen zich als ze het niet gemaakt hebben. Niemand wil een loser zijn en het maakt niet uit op wat voor gebied. Want, is de redenering, je maakt je eigen keuzes (individualistische opvatting) en dus is het eigen schuld, dikke bult. Je hebt zelf de verkeerde keuze gemaakt. Volgens mij zit hier ook nog de gedachte achter dat het leven maakbaar is. Dus je kunt het goed doen en succes hebben. Dat

⁴ Schuld of Schaamte?, Wim Rietkerk in Groei

⁵ Schaamte en schuld: twee kanten van één medaille, Bruce Nicholls in Idea

⁶ Aangaande schaamte, <http://www.vpro.nl/programma/madiwodo/afleveringen/12409912>, 25 januari 2007

⁷ Toendertijd als psycholoog verbonden aan de universiteiten van Tilburg en Nijmegen



blijkt in de praktijk natuurlijk tegen te vallen en dus mislukken dingen. En dat maakt dat mensen zich schamen, omdat het ten koste gaat van het zelfbeeld, onder invloed van andere van hen vinden.

Stefan Paas zegt in het verlengde daarvan in zijn artikel 'Mensen van Nu'⁸:

'Tradities geven rust: je weet waar je aan toe bent. Als je er alleen voor staat, kun je je alleen vergelijken met je burens. Dit maakt mensen voortdurend onzeker. We kunnen hier spreken van statusangst: de voortdurende vraag of je wel geliefd genoeg bent in de ogen van anderen. Dit maakt mensen van de weeromstuit weer kribbig, extreem gevoelig voor kritiek en druk in de weer met pronkgedrag en andere pogingen om indruk te maken.'

Vroeger lag je toekomst vast als kind. Als je vader boer was, werd jij ook boer. Dat is nu dus totaal anders. Door de ontzuiling zijn de kaders grotendeels verdwenen dat kan mensen onzeker maken.

Tegelijk wordt hiermee duidelijk dat onder al dit gedrag de doodgewone behoefte aan erkenning en acceptatie schuilgaat. Hessel Zondag noemde als voorbeeld Edwin de Rooij van Zuydewijn die toendertijd zichzelf enorm opblies. Hij kon van alles en was zeer succesvol. Dat is een agressieve manier om erkenning af te dwingen.

Individualisering en schaamte zijn dus met elkaar verbonden. We zijn bang te mislukken op wat voor manier dan ook en bang voor wat anderen dan van ons zullen vinden.

Globalisering: Aziatische normen en waarden

Zoals Geert Hofstede in zijn boek 'Allemaal Andersdenkenden' (2005) zegt, verreweg de meeste landen in onze wereld hebben in meer of mindere mate een schaamtecultuur. Zo ook de Aziatische landen. Denk aan China en India. Dit zijn landen met sterke economieën, waarvan wij als klein dienstenland in toenemende mate afhankelijk worden. En zoals ik al eerder heb betoogd, de culturen van sterkere economieën beïnvloeden de culturen van landen met minder sterke economieën. Voor ons land geldt dat ook en wel in nog iets sterkere mate. Dat heeft te maken met het feit dat Nederland een klein land is, met veel hoogopgeleiden, pragmatisch van instelling en een niet al te sterke nationale identiteit. We zijn snel geneigd ons aan te passen⁹. Dat blijkt ook uit het 21minuten.nl rapport van 2006. Nederlanders (70%) 'blijven ook onverminderd kiezen voor groei meer internationale handel als dit leidt tot meer welvaarts groei en zijn bereid hiervoor de identiteit van Nederland te laten vervagen'. Dit houdt in dat onze Nederlandse cultuur ook van Aziatische kant bewogen wordt richting een schaamtecultuur.

⁸ Stefan Paas, *Mensen van nu*, Lezing symposium ZvK, 14 september 2005; <http://www.zvk.nl/Generalinfo.asp?intNav=&intID=20>

⁹ Zie mijn trendmail over Internationalisering, februari 2006



De vraag is vervolgens: wat kunnen wij daarmee? Hoe gaat de bijbel om met schaamte? Is schaamte een issue voor God?

Bijbelse voorbeelden

Wat zegt de bijbel over schaamte? Aardig wat. Volgens Wim Rietkerk komt het begrip 'beschaamd staan' 127 keer voor in het OT en gaan 15 van de 150 Psalmen over schaamte (zie bv Psalm 31)¹⁰. En belangrijk, volgens Wim Rietkerk vragen schuld en schaamte verschillende benaderingen: bij schuld gaat het om vergeving, maar bij schaamte om schuilen (bij God). Als je mensen die worstelen met schaamte benadert als mensen met schuld, bewerk je vaak alleen maar dat ze zich nog meer schamen. Het lost niets op, ze komen niet dichterbij God. Mooi is dat God zelf de mens vol schaamte ziet en tot hem/haar spreekt. Zie de volgende gedeelten en opmerkingen.

NT

- Verloren Zoon: de zoon komt schuldbewust terug, de Vader staat op de uitkijk, rent naar hem toe, herstel hem in ere (ring, mantel) en geeft een feest.
- Zonen en dochters van God: Onze zonden worden vergeven en we krijgen het recht op een nieuwe identiteit: zoon of dochter van God. Ook dat is herstel.
- Erfgenamen: Zie zonen en dochters.

Ik ben niet uitpuittend, want dat is mijn bedoeling niet. Maar merk op dat een gezond beeld van je zelf (dus je niet ongezonder schamen) ook voor Jezus heel belangrijk was. Toen hij gedoopt werd door Johannes kwam er een stem uit de hemel: Jij bent de Geliefde, in wie Ik mijn welbehagen heb. Waarom moest God dat nog zeggen?

Mijn idee is dat God niet geheel toevallig dit deed voor de verzoeking in de woestijn. Ook Jezus had het nodig te weten wie Hij was en kon niet zonder een zeer sterke identiteit (in God). Ook dat maakte het dat Hij bestand was tegen de verleiding van macht, eer en wat dies meer. Hij hoefde geen schaamte te compenseren, hoefde niet bevestigd te worden door aanbidding maar had zekerheid in Zichzelf. Er was geen plaats voor ongezonder schaamte in Hem.

Kortom, God (en daarmee wij) heeft veel meer te bieden als vergeving. Daarmee wil ik niets afdoen de importantie van de schuldvraag, en tegelijk duidelijk maken dat we eenzijdig kunnen zijn. Veel mensen zijn bezig met schaamte, en 'toevallig' heeft God daar veel over te zeggen.

Vragen voor ons:

- Wat had Jezus met het begrip schaamte?
- Wat is het verband tussen schaamte en het Kruis?
- Wat houdt voorgaande in voor evangelisatie en discipelschap?

¹⁰ *Schuld of Schaamte?*, Wim Rietkerk in *Groei*



- Op welke manieren kunnen schaamte en relevantie van het evangelie aan elkaar gekoppeld worden?

Brainstormideeën

Hieronder twee ideeën over wat je met schaamte kunt, hoe je relevant kunt zijn als christen.

Link tussen schaamte en authenticiteit (weten wie je bent, acceptatie)

Dit geldt (wellicht vooral ook) voor leiders. Ik sprak Jan van de Linden (Krauthammer) een tijdje geleden en die zei het volgende over authenticiteit en leiders:

'Hoe zorg je er voor dat je authentiek blijft, je eigen identiteit zo helder mogelijk neerzet. De verleiding (en waarom christelijke leiders van hun voetstuk vallen) is macht. De uitdaging is leider te zijn naar de manier waarop God hun gebakken heeft...Bij authenticiteit gaat het ook integriteit. En de vraag: wat is je werkelijke basis van waaruit je handelt. Wat zijn je waarden, jezelf (bedrijf) helder positioneren (niet t.o.v. de ander, maar waar je zelf voor staat), wat vind jij belangrijk, vertaling van waarden naar acties, wat maakt je goed, visie, missie.

De topmensen bereik je op value-level: wat is je werkelijke basis van waaruit je opereert? Ik ben heel goed, maar hoe blijf ik lid van de club: integriteit (ivm hoge salarissen) en de discussie daarover.'

Authenticiteit is een belangrijk kenmerk van gezonde leiders. Maar authentiek zijn kan niet als je je schaamt. Als je druk bent met de vraag: voldoe ik, ben ik geliefd? Leiders die innerlijk onzeker zijn, gaan compenseren door bijvoorbeeld dingen te doen die niet bij hen passen, prestaties te benadrukken of te spelen op macht. Christelijke leiders kunnen dus relevant zijn door authentiek te zijn.

Link tussen schaamte en depressie

Depressie is vaak tegen jezelf gekeerde woede, omdat je niet voldoet aan je eigen maatstaven. Het is een vorm van ongezonde schaamte. Depressie is nu volksziekte nummer 2, maar de Wereldgezondheidsorganisatie [WHO] voorspelt dat het in 2020 op nummer één zal staan¹¹. Op elk willekeurig moment hebben 700.000 mensen last van een depressie. Daarnaast heeft 40-50% van deze groep last van terugkerende depressieve perioden¹². Andere cijfers: Vier miljoen Nederlanders tussen 16 en 90 jaar ontwikkelen jaarlijks een psychische stoornis (JG: depressie, angst etc.). In het WAO-bestand [900.000 mensen] zitten 360.000 mensen door psychische klachten. 35 procent van het ziekteverzuim is het gevolg van dezelfde problemen. Vooral vrouwen tussen de 25-40 jaar vormen een heel kwetsbare groep¹³.

¹¹ http://voeding.web-log.nl/voeding/2006/10/depressie_bedre.html, 15 februari 2007

¹² <http://www.spreekuurthuis.nl/themapag.html?thema=Depressie&hfdstk=1>, 15 februari 2007

¹³ http://voeding.web-log.nl/voeding/2006/10/depressie_bedre.html, 15 februari 2007



De paradox is dat volgens de Volkskrant van 15 februari 2007 jongeren uit Nederland het meest gelukkig zijn, overall. Volgens het 21minuten.nl rapport van 2006 is 66% van de Nederlanders gelukkig en 8% ongelukkig. Dat hangt sterk samen met het hebben van werk (70% gelukkig) of niet (37% gelukkig; werkloos, WAO). En hoe hoger het netto inkomen, hoe meer mensen gelukkig zijn.

Tot slot een artikel in de Telegraaf van 5 december 2006 zegt dat 83% van de Nederlanders zich gelukkig voelt of zich gelukkig heeft gevoeld in november 2006. Samen met de Finnen zijn wij het meest gelukkige en energieke volk van Europa.

Als ik dit lees en combineer met de cijfers over depressie, tja, hoe verklaar je dat?

Laat ik een paar pogingen ondernemen:

- Velen zijn overall gelukkig, maar kennen minder gelukkige periodes. Ze komen daar echter weer uit.
- Inderdaad, verreweg de meeste Nederlanders zijn gewoon gelukkig. De rest heeft in meer of mindere mate last van depressie, angst, dwangneuroses etc.
- Ikzelf ben geneigd de cijfers over het aantal depressieve mensen serieuzer te nemen, omdat je er niet mee te koop loopt dat je niet gelukkig bent. Geluk is veel meer iets dat moet. Dus als ze je vragen of je gelukkig bent, zeg je snel ja. Verder zijn ze harder, want gebaseerd op feiten.

Een voorbeeld van deze ambivalentie is ook te vinden bij young professionals. Enerzijds worden ze neergezet als zelfverzekerd. Anderszijds hebben ze sterke behoefte aan complimenten en vinden ze snel dat hun prestaties over het hoofd worden gezien. Ze maken zich sneller druk om het feit dat ze niet de waardering krijgen die ze verdienen als andere groepen¹⁴. Michael Sack concludeert daarom ook dat young professionals een collectief minderwaardigheidscomplex hebben, gerelateerd aan de Nederlandse identiteit¹⁵. Uitdaging als christen: wees trots op wie je bent in Christus. Schaam je niet, maar wees relevant door met de borst vooruit christen te zijn. Dan heb je iets waar mensen op zoek naar zijn.

Verder denk ik aan genade, de onverdiende gift van een Vader die ons liefheeft. Aan de het lichaam van Christus als een gemeenschap. Waar het niet 'eigen schuld, dikke bult' is, maar waar men kan schuilen bij elkaar, verantwoordelijkheid draagt voor elkaar en het verhaal is; samen uit, samen thuis. Ook denk ik aan de omgekeerde volgorde; In plaats van 'wat je doet, beïnvloedt wie je bent', is het 'wie je bent, beïnvloedt wat je doet'. Ik weet zeker dat dit principe veel burn-out gevallen kan voorkomen.

Maar los van mensen met psychische problemen, ook voor mensen die gelukkig zijn en geen last hebben van 'toxic shame' is schaamte steeds relevanter. En ook aan hen kunnen we laten zien dat God betere oplossingen biedt om daarmee om te gaan dan zelfhulpboeken, trainingen etc.

¹⁴ *Mixers willen alles*, Jacco Kroon en Arno Beuken, Carp

¹⁵ *Cultural Insights*, Agapè Cultural Research, Michael Sack, 2002



Schaamte wordt steeds belangrijker in onze samenleving. Schaamte vraagt om dat mensen kunnen schuilen bij God. Geborgen, veilig, geaccepteerd. Welke ideeën heb jij om vanuit het evangelie hier mee om te gaan en relevant te zijn?

Tot zover, maar ik hoor graag meer van jou.

Groeten van Jan Gerrit