

Word je gelukkig van selfies maken?

Is de selfie de optimale uitingsvorm van een ego-centrisch en narcistisch Ik? Veel jongeren van nu lijden aan een overdosis aan zelfoverschatting. Maar zouden er ook nog andere verklaringen kunnen zijn voor deze stortvloed van egodocumenten die online worden gezet?

Ik ken jou niet dus ik groet je ook niet.... lul.

In 1980 kocht ik "De cultuur van het narcisme" van de Amerikaanse historicus Christopher Lasch. Als een van de eersten beschreef hij de geobsedeerdheid bij jongeren met zichzelf: onmiddellijke behoeftebevrediging, het ontbreken aan zelfdiscipline, zich niet kunnen binden, altijd een deurtje openhoudend naar iets beters, op zoek naar (een betere) liefde, zelfbevestiging zoekend en eeuwig behoefte aan zelfbevestiging. En deze opvattingen bij een nieuwe generatie gingen ten koste van de gezinsmoraal: opoffering, traditionele sociale binding aan het gezin, gemeenschapszin en zelfdiscipline. Gisteren (2018!) groette ik hardop een jonge twintiger, die sinds een klein jaar in mijn straatje een paar huizen verder woont (ik keek hem aan op ongeveer 1 ½ meter afstand) en hij keek me aan en zei niets. Lege ogen, gevangen in zijn eigen wereld. Ik moest denken aan dat boek uit 1980. [noot 01]

De psycholoog Jan Derksen beschrijft het zo mooi: "Leerkrachten merken ook op dat het heel veel kinderen ontbreekt aan structuren en regels; ouders lijken steeds minder grip op de kinderen te hebben en deze gaan meer hun eigen gang. (...) de ouders, hoewel erg druk met zichzelf, hun werk en hun persoonlijke leven, vinden het van groot belang dat alle vaardigheden en talenten van hun kinderen tot ontplooiing komen. Om dit te bereiken, worden ze met de auto van hot naar her gebracht. Indien er aan deze kinderen iets lijkt te schorten, worden ze -op de achterbank- naar opvoedkundigen, testbureaus en andere begeleidende instanties vervoerd." [noot 02] Kinderen mag het aan niets ontbreken en als ze het zelf niet kunnen dan helpen we ze.

In de psychologie noemen we dat enerzijds 'primaire narcisme' en 'secundair narcisme'. Narcisme is op zich niet slecht want geeft ook een gevoel van 'ik kan dit!'. Maar als in de vroege jeugd geen goede hechting met de ouder(s) heeft plaats gevonden (de afwezige ouders) dan is dit primaire narcisme een verdedigingsmechaniek van het kind: als ik niet krijg wat ik wil, creëer ik het zelf want de wereld draait immers om mij (en dan doet die lelijke buitenwereld niet meer

pijn) Ik ben dat kleine (verwende) Godje. Goed gehechte mensen hebben dat primaire narcisme overwonnen en stappen over naar de fase van het secundaire narcisme. Zij kunnen goed omgaan met de frustraties in hun leven (want die horen erbij en je krijgt niet alles voor elkaar) en realiseren zich dat niet alles om henzelf draait. Zij kunnen naar andere mensen kijken zonder direct op zoek te zijn naar zichzelf. [noot 03]

De bekende grap: "genoeg over mijzelf, nu ben jij aan de beurt! Zeg, wat vind je van mij?" Dat is de mens die is blijven hangen in dat primaire narcisme. Onze huidige samenleving versterkt het idee dat 'alles maakbaar is' (want dat denkt dat verwende Godje want z'n ouders stimuleerden hem in alles, zonder tegenspraak). De titel van het boek van Jeffrey Wijnberg vind ik misschien wel de mooiste ooit verzonnen: "Dit is niet het leven dat ik heb besteld". Dit is de opvatting van veel jongeren van nu. [noot 04] Helaas blijkt uit recent onderzoek dat narcisme onder jongeren wereldwijd sterk groeiende is. Er staat ouderen nog heel wat te wachten in de toekomst. [noot 05]

De selfie als uiting van dit nieuwe narcisme.

Het zelfportret bestaat al lang. Begonnen als poging om iets te leren over het eigen lichaam of compositie. De 'mimesistheorie' (afbeeldingstheorie) definieerde een relatie tussen het kunstwerk en het origineel. Latere theorieën lieten het onderscheid los tussen origineel en afbeelding (het schilderij). De afbeelding zelf werd het uitgangspunt, los van het origineel. Het beeld gaat een eigen leven leiden en poogt iets toe te voegen aan de afbeelding. De selfie van nu is eigenlijk een hoogtepunt want in een selfie gaat het ook niet om een relatie tussen beeld en origineel. Nee, de selfie "laat mij toe om het vertrouwde beeldonderwerp (mijn sociale zelfbeeld) bij te sturen. Ik maak een inscenering van mezelf binnen de 'ideële ruimte' van het beeld. Daarvan hoop ik dat deze meer en meer met mijn reële leven gaat overeenstemmen. (...) Zo kan de schone schijn op sociale media even goed een masker zijn, dat helemaal niet met de realiteit overeenstemt." [noot 06]

Vanaf 1600 werd het zelfportret een middel om je status te laten zien: de kunstenaar en zijn grootse ambachtelijkheid, daar ging het om. Rembrandt van Rijn heeft honderden zelfportretten gemaakt. Zie mij! In het boek "Selfie (hoe we zo bezeten zijn geraakt van onszelf, en wat het met ons doet)" zoekt de schrijver Will Storr naar de psychologische verklaring voor onze voorkeur voor de Selfie. "In 2010 verscheen de eerste

iPhone met een camera gericht naar de gebruiker. Die was eigenlijk bedoeld voor videogesprekken, maar 'wij, het volk' verrasten de techneuten door er overwegend wat anders mee te doen. Tegen 2014 werden er alleen al op Android-toestellen iedere dag drieënnegentig miljard selfies gemaakt. (...) en om erbij te horen en vooruit te komen in deze nieuwe, van 'jou' verzadigde arena van de sociale media, moest je een betere jij zijn dan al die andere jij's door wie je plotseling werd omringd. Je moest onderhoudender, origineler en aantrekkelijker zijn, meer vrienden hebben, grappiger zijn in je uitspraken, verhevener in je meningen, en dat alles liefst stijlvol gekleed op een interessante locatie en in schitterend licht aan een gezond en heerlijk ontbijt." [noot 07] Storr verklaart deze fixatie op onszelf door de opkomst in de jaren zestig van o.a. de Gestaltpsychologie en de opvattingen van Carl Rogers, Abraham Maslow e.a.. Het idee is, dat je geboren wordt met alle mogelijkheden om gelukkig te worden maar dat de samenleving die mogelijkheden onderdrukt. Daarom moeten we op zoek gaan naar ons 'authentieke' zelf.

De selfie als onderdeel van ons verhalende Zelf.

Storr ziet het 'Ik' veel meer als een neurologische verhalenverteller die de werkelijkheid zo interpreteert dat die hanteerbaar is voor de persoon. Eigenlijk zoals het verhaal op de linkerpagina van Mandeville en Goffman. Wij zijn niets anders dan de verhalen die wij over onszelf verzinnen en waarvan we hopen dat anderen die onderschrijven. En vanuit evolutionaire redenen vertel ik die verhalen om bij een groep te kunnen horen. Van nature is ons Ik dus meer geneigd tot altruïsme dan tot het ego-centrische van de moderne samenleving waarin het om jouw individuele positie gaat.

De selfie als bevestiging dat je ergens bij hoort.

"De Brits-Poolse socioloog Henri Tajfel deed jarenlang onderzoek naar (...) groepsidentiteiten. Hij concludeerde dat er achter alle groepen, ondanks hun verscheidenheid, in feite toch een basismotief schuilt, namelijk de ontwikkeling van een 'positief en onderscheidend zelfbeeld'. Dat wil zeggen dat groepsvorming grotendeels egocentrisch van aard is. Mensen associëren zich met gelijksoortige anderen om positieve bevestiging te krijgen van zichzelf." [noot 08] En hij zet zich af tegen diegenen die niet tot zijn groep hoort. En dat is precies wat er met 'volgers' op internet gebeurt. Je kiest waar je bij wil horen en je wijst af wat niet bij jouw 'Ik' hoort.



Foto © Elijah-o-Donnell

De selfie als 'utopische' wending.

Waar de ouders van jongeren in de jaren zestig nog geloofden in een utopische samenleving, daar is dat bij jongeren verschoven van het politieke naar het persoonlijke. "Het leven is kneedbaar, als je maar de juiste keuzes maakt. Die fantastische baan ligt ook op jou te wachten, als je maar hard genoeg werkt. (jongeren) moeten hun weg vinden in een samenleving die veel complexer is geworden. (...) Omdat onze identiteit niet meer vanzelfsprekend is moeten we haar construeren. (...) Als we 'niet meer zijn wat we zijn, maar wat we van onszelf maken', kunnen we eindeloos aan lichaam en ziel blijven verbeteren. (...) In een democratische samenleving moet echter ieder zijn plaats bevechten, met alle stress van dien." [noot 09] De selfie is het perfecte symbool van deze permanente maatschappelijke competitie.

De selfie als voorbereiding op onze dood.

Schrijfster Elize de Mul concludeert in "De wereld in selfies" dat onze moderne techniek een versnelling van de tijd veroorzaakt. Iets nieuws is morgen al oud geworden. Maar techniek heeft een Januskop: zij belooft ook een vorm van vastigheid want in selfies stollen we de tijd. Onze angst voor de eindigheid die ieder mens van nature heeft, wordt aangewakkerd door razend snel elkaar opvolgende technische uitvindingen. "Selfies (...) maken het bijvoorbeeld mogelijk om jezelf door de tijd heen te zien veranderen, jezelf te ervaren als een veranderend en vergankelijk subject. (...) Selfies conditioneren de mens eerder naar zichzelf te kijken als naar een object, dan dat zij aanmoedigen tot zelfreflectie. Selfies betekenen in dat opzicht 'afstand nemen van het zelf'. (...) Foto's en film hebben een directe relatie met de dood; het afgebeelde subject wordt op den duur onvermijdelijk een 'voetafdruk' van een persoon die niet meer bestaat. Beeld heeft daarmee altijd een spookachtige kwaliteit. (...) dat ook selfies misschien een vorm van troost kunnen bieden, bij-

voorbeeld door onszelf en de wereld prematuur te balsemen, zodat er ook na het einde iets van ons achterblijft, of door de illusie op te roepen van een veilige haven." [noot 10] Wat had ik het boek van De Mul graag uitgebreider willen bespreken. Maar bovenstaande geeft hopelijk genoeg stof tot nadenken over de Selfie, de Selfie die we haten en die we in duizendtallen omarmen!

Reageren?

rikroelfzema@gmail.com



Noten

- Noot 01: Christopher Lasch De cultuur van het narcisme (1979)(1980)
 Noot 02: Jan Derksen Het narcistisch ideaal [opvoeden in een tijd van zelfverheerlijking] (2009), pag. 22 + 80
 Noot 03: Ton van Strien Narcisme. Hoofdstuk 23 in Psychoanalyse anno nu (2006)
 Noot 04: Jeffrey Wijnberg Dit is niet het leven dat ik heb besteld (2018). In dit boek benoemt hij de eigenschappen van de moderne narcist: zelfoverschatting, arrogantie, verlaagde frustratietolerantie, zondebokken zoekend (want het ligt nooit aan mij) en als laatste is hij een dwingelandij.
 Noot 05: Elliot Aronson e.a. Sociale psychologie (2018), pag. 159 e.v.
 Noot 06: Thomas Crombez Kunnen machines kijken? [aanzet voor een nieuwe filosofie van de fotografie] (2018), pag. 40
 Noot 07: Will Storr Selfie [hoe we zo bezeten zijn geraakt van onszelf, en wat het met ons doet] (2018), pag.262
 Noot 08: Stine Jensen e.a. Dus ik ben [een zoektocht naar identiteit] (2010), hfst 5: Ik hoor erbij, dus ik ben
 Noot 09: Peter Giesen Laat me feesten [het eeuwige misverstand over jongeren] (1999), hfst. 4
 Noot 10: Elize de Mul e.a. Onszelf voorbij [kijken naar wat we liever niet zien] (2018), pag. 55 t/m 111