

# Ressentiment

Ressentiment is een bijzonder soort emotie, die opvalt door felle vijandigheid. Voor buitenstaanders is dit vaak onbegrijpelijk. Onderling begrip, een compromis of een verzoening zouden toch mogelijk moeten zijn? Maar in situaties van ressentiment blijken vanzelfsprekende handreikingen vaak niet te werken. In dit artikel leest u hoe we deze emoties onderkennen, gevolgd door een antwoord op de vraag of de huidige maatschappelijke omstandigheden ressentiment oproepen en versterken. Ten slotte volgen enkele overwegingen over hoe ressentimentsituaties te verlichten en te verbeteren zijn.

AUTEUR: AD MAAS

## Ressentimenten

Ressentiment is een gevoel van vijandigheid wegens aangedaan of vermeend onrecht. Dit gevoel gaat vaak gepaard met wraaklust en openlijke vijandigheid. Rancune en teleurstelling, woede en haat kunnen zo diep zitten, dat de situatie onbespreekbaar is of lijkt. Er is sprake van gevoelens van gekrenktheid, vernedering, oneerlijkheid, onrecht, onderwaardering, machteloosheid en belediging. Soms worden deze omgezet in superioriteitsgevoelens, die al gauw niet of onvoldoende erkend worden. Dat verergert de zaak nog. Ook vormen van laaghartig gedrag kunnen ermee samengaan.

In de boeken van Nico de Jong (2015) en Marinus Knoope (2009), zijn vele woorden te vinden die passen bij ressentiment. Een 'rijk' bezit aan woorden, maar het is geen vrolijke wetenschap.

Ressentiment kan latent zijn, maar ook gecontroleerd tot uiting komen, of uitbarsten en leiden tot een onderlinge uitputtingsslag. Het kan ook onzichtbaar zijn, althans op het eerste gezicht. "Haat gaat gekleed als vreedzame mensen, in toga's, maatkostuums en corduroy. Haat ziet er heel gewoon uit. Haat tegen mensen gaat meestal verkleed in woorden van

liefde voor mensen," zegt Guido Vanheeswijck (2002). Daarmee geeft hij aan hoe vermomd ressentiment kan optreden. Sterker nog, het kan zich voordoen in de vorm van grote opofferingsgezindheid. In liefdevol gedrag voor de een – het is de vraag of dat dan onecht is – kan haat voor de ander worden gecommuniceerd.

Ressentiment komt voor bij:

- individuen (bijvoorbeeld door seksueel misbruik in de jeugdijaren);
- tussen personen (denk aan vechtscheidingen);
- in gezinnen (bijvoorbeeld in het geval van ouders die het ene kind bevoordelen boven het andere);
- in families (zoals bij de deling van een erfenis en bij de zorg voor ouders);
- in bedrijven en organisaties (een baas met veel plezier in machtsuitoefening);
- tussen organisaties (voetbalsupportersclubs of groepen motorrijders);
- tussen taalgebieden en moedertalen (Vlaams en Waals);
- tussen bevolkingsgroepen (de islam en het Westen, maar ook rijk en arm);
- tussen nationaliteiten (Israël en de Palestijnen) en bij etnische groepen.

In situaties van ressentiment zijn er direct betrokkenen, die zeggen er wel of niet mee te zitten, en indirect betrokkenen, die van de situatie al of niet persoonlijk last menen te hebben. Ressentiment kan ook op anderen worden geprojecteerd: mensen die te hard rijden en een boete krijgen, gaan politieagenten negatief bejegenen, tegenwerken en zelfs met geweld reageren. U kunt zelf allerlei situaties noemen die met ressentiment te maken hebben. In dit artikel beperk ik me tot ressentiment tussen personen, dus tot zware en uitzichtloze intermenselijke conflicten.

#### **Maatschappelijke omstandigheden**

Er zijn diverse soorten conflicten, maar bij ressentiment gaat het niet (meer) om verschillen in inzicht bij vragen naar hoe iets aangepakt

moet worden of hoe verschillende belangen min of meer bevredigend op elkaar af te stemmen zijn. Er is sprake van een soort existentiële verstoring van de relatie tussen concrete personen. In literatuur wordt geopperd dat dit soort verstoringen toeneemt in een maatschappij die wel vrijheid en gelijkheid in het vaandel heeft staan, maar met broederschap minder goed overweg kan. Democratie heeft dan een zekere prijs. Gedachten over gelijkheid en gelijkwaardigheid leiden tot meer emoties, positief, maar ook negatief. Een zekere hiërarchie heeft praktische voordelen. Spanningen kunnen bijvoorbeeld worden weggestructureerd door een ingreep van bovenaf. Daardoor ontstaat een werkbare situatie. En dat kan al stevig opluchten.

De netwerkmaatschappij verheft, volgens Guido Vanheeswijck (2002), het horizontalisme tot wereldbeeld. Horizontalisme kan niet overweg met functionele ongelijkwaardigheid, dus ook niet met vormen van te rechtvaardigen autoriteit en gezag. Het aantal mensen dat niet langer de behoefte voelt aan een morele begrenzing van hun eigenbelang, lijkt te stijgen. Vooral ook omdat het een trend lijkt te worden dat juist dit gebrek aan beschaving en menselijkheid bewonderd wordt. Kunnen we voorkomen dat de huidige markteconomie perverteert tot een marktmaatschappij, waarin alles een prijs heeft, maar niet echte waarde? Is dat het fundamentele ressentimentsthema van de komende tijd? Het nieuwste boek van Ad Verbrugge (2014) geeft hier zoveel te citeren, dat ik er maar niet aan begin.

Sybe Schaap laat in zijn boek 'Het rancuneuze gif' (2012) zien dat er vormen van voorgewende rancune bestaan, omdat een dergelijk toneel politieke en/of economische winst oplevert. Maar ook geeft hij aan dat we op moeten passen met het reduceren van ressentiment tot jaloezie. De goedpratere van erg grote verschillen in welvaart doen dat graag. Aan de hand van vele voorbeelden maakt Schaap duidelijk hoe rancune het samenleven kan ontwrichten. Het gaat hier om resenti-

ment dat in stand moet worden gehouden om belangen te maskeren en onbespreekbaar te houden, zodat de gevestigde belangen, of de kansen op beoogde belangen, juist in stand blijven.

### Werken met het mogelijke

Ressentimentsgif infecteert tal van onderlinge verhoudingen tussen personen. Rancuneus gedrag dreigt zelfs normaal te worden en zich zonder schaamte te mogen uiten. Als de remmen wegvallen, kan dit tot gevaarlijke uitwassen leiden, zoals het afwentelen van opgekropte boosheid op gehele bevolkingsgroepen. Het spookbeeld van de jaren dertig komt weer boven. Een oeroude angst doemt op: het zwakkere bestaat bij gratie van het sterkere. Schiet die balans te veel door, dan volgt een opstand van de onderdrukte(n).

Ook boze burgers willen doorgaans geen ver doorgevoerde gelijkheid, maar ze willen wel gehoord worden. Gebeurt dat niet, dan ontstaat ressentiment. En daar zit meteen ook de kans: mensen kunnen leven met verschillen, zelfs in kritische situaties, maar ze moeten wel het duurzame gevoel hebben dat er geluisterd wordt en dat met de verschillen iets gebeurt.

Mensen vergelijken zich voortdurend met anderen. Inderdaad, afgunst zet aan tot ijver en vlijt en scheidt daardoor steeds – juist door dit gedrag – subjectieve schaarste, die anderen ook begeren en die dus de economie opvoeren. Als de ‘rijkdommensen’ de ‘niet-rijkdommensen’ verwijten dat afgunst hun drijfveer is, vergeten ze dat rijkdom zelf vaak een product is van afgunst. Er is immers de drijfveer om anderen in materiële rijkdom te overtreffen of te evenaren. Aanspraak op een kunstmatige schaarste kun je dan zien als een menselijke behoefte, maar dan wel een die nooit te vervullen is. De mens wordt zo een onbegrensd cluster van behoeften, die losstaan van werkelijke schaarste. Hij wordt

dan voorgesteld als een unieke consument, die het recht moet hebben om uit veelheden te kiezen. Iedereen is eigenlijk ook rivaal van elkaar. Daarmee wordt een versplintering of atomisering in de maatschappij bereikt, waardoor gezamenlijke gedachten en krachten moeilijk van de grond kunnen komen. Bij echte schaarste verandert dat. Maar er zijn ook vele initiatieven om te komen tot een andere onderlinge economie: rijkdom en schaarste met elkaar delen.

Natuurlijk zijn er in ressentimentsituaties continu vele pogingen tot begeleiding en bemiddeling, maar regelmatig met teleurstellende resultaten. Alleen maar zeggen dat iedereen eigenaar is van zijn eigen ressentiment, lost meestal niets op, al sla je hiermee wel een spijker op de kop. In een toestand van ressentiment voelen de betrokkenen zich vrijwel

iedereen is rivaal  
van elkaar

altijd slachtoffer. Belangrijk is de vraag of het koesteren en het in stand houden van haat en rancune voor hen aantrekkelijker is dan het werkelijk schoon schip maken. Misschien ligt hier wel het verschil tussen sentiment en ressentiment. Het verlaten van de vicieuze cirkel van het ressentiment impliceert immers een andere oriëntatie in de persoon zelf en in de verhouding met de sociale omgeving. Er zijn bovendien factoren die een nieuwe opstelling belemmeren, zoals koppigheid, angst voor gezichtsverlies en dominant wantrouwen.

Bij betrokken hulpverleners, mediators en advocaten, maar ook bij toeschouwers, resten dan gevoelens van hopeloosheid en moedeloosheid. Mag een coach deze emoties laten blijken?

Gelukkig zijn interventies mogelijk met kansen op succes. Te sterk optimisme uitstralen werkt niet, omdat je dan onbedoeld voorbijgaat aan hoe mensen het probleem voelen. Uiteraard moet empathisch naar de inhoudelijke kant van het ressentiment worden geluisterd, maar niet te veel. Interesse bij de betrokkene mag niet leiden tot een interpretatie als zou hij het gelijk aan

zijn kant hebben. In principe, maar vaak ook in de praktijk, is het mogelijk om een manier van leven te vinden die er beter uitziet dan de uitgangssituatie. Soms is het al een goed resultaat dat de vijandigheid geparkeerd wordt en dat er een minimale omgangsvorm wordt afgesproken. En zo kan van het een het ander komen. Volgens mij kunnen coaches veel bijdragen aan de creativiteit om toestanden leefbaar en werkbaar te maken, maar er is vaak wel kunst- en vliegwerk voor nodig. ■

**Ad Maas** is redactielid van dit tijdschrift, werkte als docent verbale communicatie, opvoedkunde en onderwijskunde in lerarenopleidingen, als organisatieadviseur in de onderwijswereld en het bedrijfsleven, en publiceerde veel op de terreinen van taal- en letterkunde, opvoeding en onderwijs, organisatieontwikkeling en geschiedenis

*Dit artikel is tot stand gekomen met medewerking van Sijtze de Roos.*

#### Literatuur

- Vanheeswijck, G. (2002). *Voorbij het onbehagen: Ressentiment en christendom*. Leuven: Davidsfonds.
- Jong, N.H.L. de. (2015). *Het willen en zijn gevolgen: Over emoties, bewustzijn en psychose*. Breda: Papieren Tijger.
- Knoope, M. (2009). *De ontkenning: Over de helende rol van ongewenste emoties*. Nijmegen: KIC Uitgeverij
- Schaap, S. (2012). *Het rancuneuze gif: De opmars van het onbehagen*. Budel: Damon.
- Verbrugge, A. (2014). *Staat van verwarring: Het offer van liefde*. Amsterdam: Boom Uitgevers.

