

1

Motivatie Drijfveren als aanloop tot gedrag

Drs. Hans J.H.J.M.Vossenaar ofm, MA
Pastor, theoloog en psycholoog
Nuenen

"Als je niet weet waar je naartoe wilt, maakt het ook niet uit welke afslag je neemt. Besluit daarom allereerst wat je wilt bereiken."

uit: Alice's adventures in Wonderland

Deze lezing is gepubliceerd in Felix de Jong ed., Motivatie, de drijvende kracht (serie Bridging voice professionals), Bernhoven 2017, pp 7-35.

1. INLEIDING EN BEGRIPSBEPALING

Hoop als drijfveer

Václav Havel (1936–2011) verwierf grote bekendheid als de laatste president van Tsjecho-Slowakije en de eerste van Tsjechië. Maar was politiek ook zijn eerste liefde? Zelf zei hij ooit dat hij sinds zijn vijftiende geboeid was door poëzie. Literatuur was zijn passie. Hij werkte in verschillende theaters: eerst als toneeltechnicus, later ook als toneelschrijver.

Na de beëindiging van de Praagse Lente in 1968 kreeg Havel een publicatieverbod opgelegd omdat zijn geschriften de overheid onwelgevallig waren. De Tsjecho-Slowaakse overheid beschouwde hem als gevaarlijk. Vanaf deze tijd waren zijn activiteiten veel meer politiek gericht. Tussen 1970 en 1989 zat hij drie maal, in totaal vijf jaar, gevangen. Intussen kreeg hij in het westen steeds meer bekendheid als dissident.

Havel was in 1977 een van de grondleggers van Charta '77, een beweging die aandacht vroeg voor mensenrechten, vrijheid van meningsuiting en democratie in het voormalig communistische land. In deze tijd schreef hij een gedicht over hoop. Ik citeer enkele verzen:

‘Hoop is ergens voor werken, louter en alleen omdat het goed is,
en niet alleen omdat het kans van slagen heeft.

Hoop is niet hetzelfde als optimisme,
ook niet de overtuiging dat het goed zal aflopen.

Hoop is wél de zekerheid dat iets zinvol is.
Ongeacht de afloop,
ongeacht het resultaat.’

Václav Havel

Hoop was Havels drijfveer, of zoals we tegenwoordig zeggen: zijn *drive*. Hoop zette hem in beweging. Hij wilde iets doen, niet zozeer om het doel zelf als wel om de intentie. Hij wilde iets doen, omdat het goed was, omdat het zinvol was.

Hoop als drijfveer. Uit bovenstaand gedicht, dat Havel schreef in gevangenschap, blijkt dat hij realistisch genoeg was om te weten dat je een politiek systeem niet zomaar verandert. Hij beseftte dat zijn werk voor Charta '77 wellicht geen 'kans van slagen' had en dat het 'niet goed zal aflopen'. Maar toch: hij geloofde er in en hield hoop. En hoop doet leven. Maar is hoop hetzelfde als motivatie? Hoop en motivatie overlappen elkaar, maar zijn ze helemaal hetzelfde? De hoop was zijn intentie, een sterk emotionele kracht die hem dreef. Motivatie is breder: datgene wat een individu tot bepaald gedrag stimuleert. Motivatie heeft invloed op de initiatie, richting, intensiteit en volharding van het menselijk gedrag.

De weg en het doel

Een ander voorbeeld. In 1865 schreef Lewis Carroll, pseudoniem van de Engelse wiskundige Charles Lutwidge Dodgson, het boek *Alice's Adventures in Wonderland*. Alice zit aan de oever van een meertje samen met haar zus, die een erg saai boek aan het lezen is. Ze verveelt zich. Wanneer er een pratend wit konijn langs rent, volgt Alice het tot in zijn konijnenhol. Na een lange val blijkt ze zich in de vreemde wereld 'Wonderland' te bevinden. Op haar tocht door Wonderland komt ze vele merkwaardige figuren tegen, zoals de Cheshire Cat, de Maartse Haas en de wrede Hartenkoningin – allen personages met wie ze verwarrende gesprekken voert. Aan het einde van het boek wordt ze wakker en blijkt alles een droom te zijn geweest.

Tot Alice's avonturen behoort ook het gesprek dat zij voert met de Cheshire Cat. Wanneer Alice op een splitsing aankomt, vraagt ze aan de grijnzende kat in de boom welke kant ze op moet (Fig. 1). De kat vraagt: 'Waar moet je naartoe?' Alice zegt 'Ik weet het niet.' Waarop de kat terecht antwoordt: 'Als je niet weet waar je naartoe wilt, maakt het ook niet uit welke afslag je neemt. Besluit daarom allereerst wat je wilt bereiken.'

De Cheshire Cat zegt tegen Alice 'Bepaal wat je wilt, dan weet je ook wat je moet kiezen.' Je moet, anders gezegd, een doel hebben om te weten welke weg je moet gaan. Het doel zal je motiveren om je weg te kiezen.

Carroll wijst ons hiermee op een algemeen-menselijk gegeven, dat we in dit artikel zullen uitwerken: doelen zijn fundamentele handleidingen voor het menselijk gedrag. Sommige hebben een biologische oorsprong. Honger doet ons eten, dorst doet ons drinken en moeheid geeft de behoefte om te gaan rusten. Mensen willen zich immers comfortabel voelen. Andere doelen zijn eerder cultureel van aard. Mensen hebben

ambities, en om die te bereiken moeten zij studeren of er anderszins aan werken. Weer andere doelen zijn uniek voor het individu. De een heeft een ander doel dan de ander. Doelen zijn dus nodig om ons in beweging te zetten. Zij motiveren ons tot gedrag.



Fig. 1. Alice ontmoet de Cheshire Cat.

Goals versus motives

In de Sociale Psychologie doen wetenschappers onderzoek naar hoe (menselijke) gedachten, gevoelens en gedragingen worden beïnvloed door werkelijke of ingebeelde anderen. Zij houden zich onder andere bezig met intrinsieke en extrinsieke motivaties van mensen. Sociaal psychologen als Fishbach en Ferguson hanteren daarbij een onderscheid tussen doelen (*goals*) en motieven (*motives*).

Doelen (*goals*) zijn die dingen die mensen in het dagelijks leven doen, vaak onbewust of vanuit een zekere gewoonte. Zo eten mensen gewoonlijk wanneer zij een gevoel van honger ervaren. Maar mensen hebben daarnaast ook heel bewuste doelen die zij nastreven met een bewuste motivatie. Deze hogere doelen noemen zij 'motieven' (*motives*). Zo'n hoger doel kan 'gezond leven' zijn. Mensen eten dan bewust vis, groenten en salades, vermijden koolhydraten en zout, omdat ze menen op die manier gezond te eten en aldus hun *motive* te bereiken. Volgens Fishbach en Ferguson hebben *motives* vooral te maken hebben met sociale overleving zoals

gezondheid, status, familie-liefde, harmonie etc. Motivatie heeft dan betrekking op de *motives*, niet op de *goals*.

Hoe bereiken mensen hun *motives*? En wat is dan hun motivatie? Laten we ons wagen aan een definitie van motivatie. Motivatie is, vertaald uit het Amerikaans (Kenrick, D. T. e.a., *Social psychology: Unraveling the mystery* (2nd ed.)), 'de kracht die mensen beweegt zich te gedragen zodanig dat bepaalde uitkomsten verwezenlijkt kunnen worden'.

Havel dicht in bovenstaand citaat dat mensen iets doen louter en alleen omdat het goed is, en ze bovendien de zekerheid hebben dat het zinvol is. Zij willen doen wat nodig is om hun hogere doelen te bereiken. Let op: er staat expliciet 'willen doen'. Immers, wanneer we enkel over 'doen' spreken, dan hebben we het over daadwerkelijk gedrag. Motivatie is een aanloop tot gedrag, een 'drang', maar niet het gedrag zelf.

Kunnen mensen leren om gemotiveerd te zijn? En hoe kunnen zij leren om hun intenties om te zetten in daden waarmee ze hun *motives* kunnen bereiken? Gedragspsychologen laten mensen leren door bijvoorbeeld imitatie (leren van het gedrag van anderen). Of door *trial and error*, waardoor mensen proefondervindelijk leren. De psycholoog Pavlov werd hiermee bekend. Hij conditioneerde in het laboratorium ratten door middel van beloning en straf. De beloning resulteert in een motivatie om volgende keer evenzo te doen. Het omgekeerde geldt natuurlijk ook voor straffen: men laat dingen om niet weer gestraft te worden. Dit model kan gemakkelijk op mensen worden toegepast. Mensen kunnen door conditionering gedrag aanleren. Pavlov, en andere gedragspsychologen, keken dan vooral naar het gedrag van mensen en beweerden dat alle gedragingen te verklaren zijn aan de hand van externe factoren.

Maar - zeggen onder andere cognitief psychologen - mensen zijn ook begiftigd met rede. Die stelt hen in staat om - behalve door conditionering - te leren door inzicht. Dat gebeurt in hun innerlijk, door sommigen de menselijke *black box* genoemd. Door zelfinzicht kunnen mensen zich bewust worden van hun bedoelingen en drijfveren, en zo weten waarheen zij onderweg zijn in hun leven (*motive*). In contact met

anderen kunnen zij deze inzichtelijk maken. Zo kunnen andere mensen zowel helpen gedachten en gevoelens te verwoorden als deze te leren kennen.

Kortom: waar ons gedrag grotendeels geconditioneerd wordt door externe factoren, vormen we onze gedachten en gevoelens - en dus onze *motives* - voornamelijk zelf, en ook bewust, namelijk met behulp van onze rede en in interactie met anderen.

Intrinsieke en extrinsieke motivatie

We maken het nog iets ingewikkelder. We noemden zoëven al dat sociaal psychologen onderzoek doen naar de gedachten, gevoelens en gedragingen van mensen, en hoe hun motivatie 'van buitenaf' kan worden opgelegd of juist ontstaat 'van binnenuit'. Een vaak gehanteerd onderscheid van verschillende soorten bronnen van motivatie is dan ook dat tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie. Het onderscheid lijkt helderder dan de theoretische afbakening tussen deze twee begrippen feitelijk is. Extrinsieke motivatie ontstaat vanuit een externe bron, bijvoorbeeld het vooruitzicht op een beloning of een straf bij een bepaalde handeling. Bij intrinsieke motivatie komt de motivatie vanuit de persoon zelf. Deze handelt niet om een externe beloning te bemachtigen of om aan straf te ontkomen, maar omwille van de intrinsieke waarde van de activiteit op het moment zelf of voor het behalen van een doel of *motive* in de toekomst. Metaforisch beschreven: bij extrinsieke motivatie winnen we de knikkers, bij intrinsieke motivatie bepalen we het spel.

Naast een verschil in de bron, zijn er ook verschillen in de werking van intrinsieke en extrinsieke motivatie (Fig.2.). Mensen die in een situatie handelen vanuit een intrinsieke motivatie zijn vaak creatiever, hebben een grotere inzet, hogere gevoelens van zelfcompetentie en trots en bovendien meer plezier in hun taakuitvoering. Extrinsieke motivatie kan de intrinsieke motivatie verdringen, bijvoorbeeld doordat mensen elkaar iets opdragen (orders) of hen belonen met geld.

Een voorbeeld ter verheldering

Een jonge man verliet zijn ouderlijk huis. Hij ging studeren en had drie dromen: hij wilde dat ooit zijn naam met grote letters overal in de stad te zien was (hij wilde beroemd worden), hij droomde ervan om in een echte Rolls Royce te rijden en vooral wilde hij trouwen met de mooiste vrouw. Toen hij vijfendertig was geworden, had hij alle drie deze dingen bereikt. Was hij trots? Neen, hij was buitengewoon depressief.

Al zijn creativiteit was weg. Hij had zijn doel bereikt, maar wat moest hij met de rest van zijn leven?

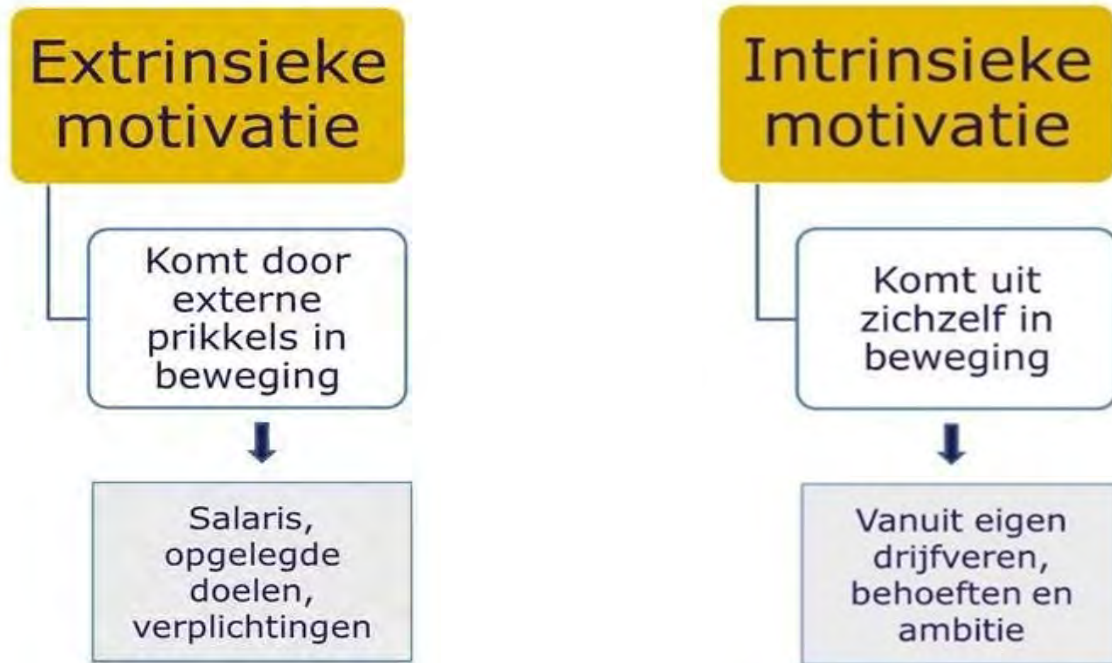


Fig. 2. Extrinsieke vs. intrinsieke motivatie (genomen van de website van De Steven, een-op-een coaching).

Wat was er nu aan de hand? Sociaal psychologen zouden hem hebben kunnen vertellen dat de drie wensen alleen maar *goals* waren geweest. Hij had zich doelen gesteld waarvan hij dacht dat ze hem gelukkig zouden maken. Maar geluk is nooit een doel, slechts een bijproduct! Had de jonge man ingezet op *motives*, dan had hij gewerkt aan gelukkig worden. Want gelukkig worden is een proces waarmee hij zijn leven lang bezig mag zijn. In dat geval zou zijn zoektocht geen eindpunt hebben en kon hij blijven zoeken naar zin in zijn leven en naar de zin van het leven. Kortom: hij had *goals* gehad, maar geen *motives*. Daarom had hij geen motivatie meer toen hij zijn *goals* had bereikt, want hij had zijn *goals* aangezien voor *motives*.

***Motives* raken nooit uitgeput, *goals* wel.**

Motivatie als proces

Motivatie is een kracht die mensen beweegt zich te gedragen zodanig dat bepaalde uitkomsten verwezenlijkt kunnen worden. Zij willen bewust doen wat nodig is om hun *motives* te bereiken. Zo bezien zijn mensen zelf verantwoordelijk voor het behalen van hun *motives*. Wij zullen het zelf moeten doen.

Motivatie is dus een proces. Nogmaals geven we sociaal psychologen het woord. Zij spreken in dit verband over een onderzoeksfase (*deliberate phase*) en een beslissingsfase (*implemental phase*) (Tabel 1). Deze woorden geven exact weer wat de Cheshire Cat Alice aanraadde: besluit eerst wat je wilt bereiken en neem dan de goede afslag.

Tabel 1. De twee fasen van het motivatieproces.

<i>Deliberate phase</i>	Mensen bezien verschillende doelen en maken een keuze voor een doel.
<i>Implemental phase</i>	Mensen maken een <i>mindset</i> om ook werkelijk te doen wat zij willen doen.

Tussenconclusies

- Mensen zijn gemotiveerde wezens: ze doen dingen omdat ze de 'drang' ertoe voelen deze te doen om hun doelen te bereiken. Doelen nastreven is soms automatisch en onbewust (*goals*), maar gebeurt soms ook bewust en vereist dan concentratie en aandacht (*motives*).
- Motivatie kan geconditioneerd zijn van buitenaf (extrinsiek) of van binnenuit komen en zo ook een eigen afweging eisen (intrinsiek).
- Motivatie is altijd een proces waarin eigen, vaak bewuste gedachten, gevoelens en interactie met anderen, leiden tot een *mindset* om iets te doen.

2. MOTIVATIE EN RELIGIE

Zomaar wat vragen

In zijn boek *Niets meer te wensen en toch niet gelukkig, op zoek naar de zin van het leven* schrijft rabbijn Harold Kushner over verschillende vragen die aan mensen gesteld kunnen worden.

Vraag bijvoorbeeld aan iemand wat belangrijker is: geld verdienen of veel aandacht aan je gezin besteden? Degene aan wie de vraag gesteld wordt, zal vaak niet begrijpen waarom hem deze vraag wordt voorgelegd. Waarom? Omdat de mensenziel simpelweg niet hongert naar luxe, macht of rijkdom. Ze hongert naar betekenis en zin: naar het gevoel zó te leven (intrinsiek) dat wij, mensen, van betekenis zijn (*motive*).

En vraag aan een ander: 'Wat betekent meer voor je: de goedkeuring van buitenstaanders of de genegenheid van je naasten?' En ook dan zal diegene niet begrijpen waarom hem dit wordt gevraagd. Waarom? Als ons gevoel van eigenwaarde afhangt van onze populariteit en andermans mening over ons (extrinsiek), dan zullen wij altijd afhankelijk zijn van die anderen. Zij zullen te allen tijde de macht hebben om de grond onder onze voeten weg te slaan.

En, omgekeerd: als mensen menen dat het doel (*goal*) van hun leven 'winnen' is, dan worden ze daardoor gedwongen om anderen als concurrenten te beschouwen. Dat is een bedreiging voor het proces van gelukkig worden (*motive*). Want anderen zullen moeten verliezen, willen wij kunnen winnen. Er is dan geen verbinding meer, geen samen.

Carl Gustav Jung: motivatie en archetype

Carl Gustav Jung (1875–1961) was een Zwitsers psychiater en psycholoog. Ook hij hield zich intensief bezig met de vraag wat mensen in hun leven stimuleert en drijft. Hij zocht naar de oerdrijfveren van de mens. Deze zouden volgens hem behalve door het persoonlijk bewustzijn ook (grotendeels?) gevormd worden door wat hij het 'collectief onbewuste' noemde. Jung noemde deze combinatie van twee drijfveren 'archetypen'. Net zoals het lichaam bij de geboorte eenzelfde basisvorm vertoont, is ook de psyche op een bepaalde wijze gestructureerd. De structuren van het collectieve onbewuste en van de archetypen, zijn als het ware ingegroefd in de psyche door de gelijkaardige ervaringen van alle mensen van alle tijden. Zoals

instincten dieren aanzetten tot gelijkaardig, automatisch gedrag, zo worden mensen door zogenaamde archetypen gedreven tot een automatisch gedachten- en gevoelspatroon.

Zo zijn er onder andere 'de Moeder' en 'het Kind': archetypen die mensen meedragen omdat wij, mensen van alle tijden te maken hebben gehad met moeders en kinderen. In de intensiteit van onze ervaring overstijgt het archetype echter de reële moeder. Archetypen zijn als het ware overgeleverde, maar functionele oerdrijfveren, die de persoonlijkheid van de mens structureren. Archetypen zijn mogelijkheden of neigingen om ons op een bepaalde manier te ontwikkelen. Zij drukken zich uit in beelden die veelvuldig te vinden zijn in onze dromen, maar evenzeer in sprookjes en mythen, en vormen het ervaringsmateriaal van elke religie. Jung gebruikte nooit het woord *motive*, maar met zijn archetypen komt hij aardig in de richting. Als psychiater behandelde hij veel patiënten en vroeg hen naar hun drijfveren. Hij kwam tot een opmerkelijke conclusie. Ongeveer een derde van zijn patiënten leed niet aan een klinisch omschrijfbare neurose, maar aan de zinloosheid en de leegheid van hun bestaan. De afwezigheid van een *motive* zou beschouwd kunnen worden - zo schreef hij - als 'de algemene neurose van onze tijd'. Blijkbaar een moderne diagnose! Niettemin schrijft hij dit in 1928!

Zinvragen als religieuze vragen

Kushner en Jung brengen ons bij vragen naar de zin van het leven (*motive*) en hoe die zin te bereiken (motivatie). De vraag of het leven zin heeft en of onze afzonderlijke levens werkelijk iets te betekenen hebben, is een *religieuze* vraag, niet omdat deze te maken heeft met geloofszaken of het bijwonen van erediensten, maar omdat deze te maken heeft met essentiële waarden en datgene waar het leven uiteindelijk om draait. Het woord *religieus* wordt vaak misverstaan. Daarom eerst een kleine uitleg van de oorsprong en zo de grondbetekenis van het woord.

Het woord 'religieus' komt van het Latijnse werkwoord *religare*. De eerste twee letters *re* duiden in het Latijn vaak een wederkerigheid aan. Denk maar aan bijvoorbeeld het woord 'relatie' (een over en weer tussen twee mensen) of 'restitutie' (waarbij de een aan de ander iets teruggeeft). In de volgende zes letters *ligare* zit ons woord 'liga', wat verbond betekent. Het woord 'religieus' geeft dus een wederzijdse verbondenheid aan. Mensen verbinden zich met elkaar. Wanneer we dan de vraag naar de zin van het leven een religieuze vraag noemen, zeggen we daarmee dat

deze vraag te maken heeft met de zaken waarmee mensen zich bezig moeten houden als ze alles geleerd hebben wat er te leren valt en alle problemen hebben opgelost waarvoor een oplossing bestaat. De vraag helpt derhalve mensen te zoeken naar, en zich vervolgens te concentreren op, een doel dat zó zinvol is (*motive*), dat zij hun leven zin geven door zich daarop te richten. Zinvragen onderscheiden zich van therapieën. Deze laatste kunnen zinvol en waardevol zijn, zeker wanneer ze gericht zijn op aanpassing aan het bestaande leven. Ze kunnen knopen en kluwens van emoties ontwarren waarin mensen verstrikt zijn geraakt. Ze kunnen obstakels verwijderen die het menselijk geluk in de weg staan. Ze kunnen ervoor zorgen dat mensen zich minder ellendig voelen. Maar... kunnen ze hen ook zicht geven op zin en betekenis (*motive*)? Neen, die moeten wij zelf zoeken. In die zoektocht kunnen we weliswaar bondgenoten vinden in andere mensen, die zich immers tot dezelfde vragen moeten verhouden. Dat neemt niet weg dat het volgende plaatje goed weergeeft hoe mensen die weg gaan (Fig. 3).

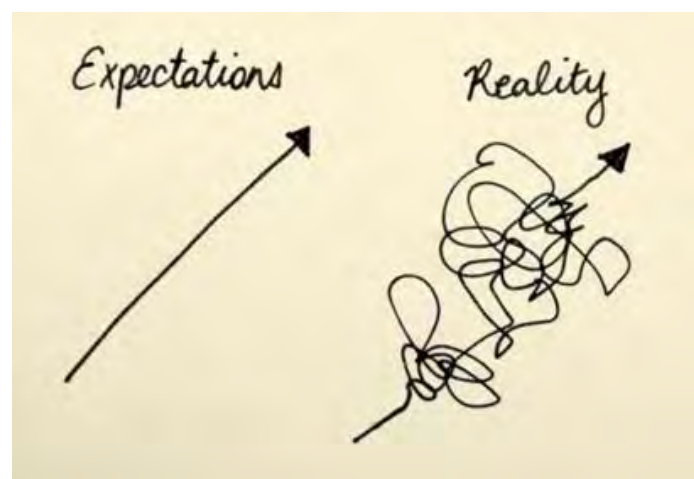


Fig. 3. De weg door het leven.

Religie en verbinding met de A/ander

We hernemen in het kader van religiositeit de woorden motivatie en *motive*. Religieus is hier de drang van de mens om zich te verbinden met anderen of met doelen (motivatie). Die drang leidt tot (het herstellen van) de oorspronkelijke verbinding van een mens met anderen (*motive*). We spreken uitdrukkelijk van de 'oorspronkelijke' verbinding van een mens. Een mens staat namelijk altijd in verbinding, per definitie met twee anderen door wie hij geworden is: een vader en een moeder. Zonder die twee is hij niet te denken. Zonder die twee was hij nooit geboren. Dat is iets anders

dan dat mensen soms los van hun ouders leven, bijvoorbeeld wanneer ze geadopteerd zijn of wees.

Deze oorspronkelijke verbinding is een biologische. Uit deze verbinding kunnen andere verbindingen tot stand komen, bijvoorbeeld de emotionele. En deze twee kunnen de intrinsieke motivatie van mensen versterken. Vanuit hun eigen behoefte aan contact en met eigen drijfveren om hun *motive* te bereiken, kunnen mensen - psychologisch gezien - tot een sterke innerlijke motivatie komen.

Religie is in dit verband de kracht van elke mens om zich te verbinden met anderen, omdat hij hoort bij mensen en omdat zijn aanwezigheid ertoe doet (*motive*). Daarom zoekt elke mens naar de zin van zijn leven door te vragen 'hoe word ik menselijk, hoe krijg ik het gevoel dat ik meer ben dan een mot die een ogenblik leeft en dan verdwijnt?' (motivatie).

Zo gauw mensen begonnen te begrijpen dat het leven meer inhoudt dan overleven, zochten zij hun toevlucht tot religie, in de hoop dat die een gids zou zijn naar het goede leven. Religie heeft mensen met elkaar in verbinding gebracht. En waarschijnlijk vanaf het begin hebben mensen dan ook verbindingen gelegd naar een hogere macht die boven alle partijen staat. Hier komt godsdienst in beeld. Godsdienst bouwt dus verder op het religieuze gevoel van mensen en probeert rondom die hogere macht (een Godheid) een wijde en onbeheersbare wereld te bouwen die minder dreigend lijkt (bijvoorbeeld het Nirwana, het koninkrijk der hemelen). Dat liep vaak op een teleurstelling uit, toen mensen elkaar gingen dwingen te leven door wat in de godsdienstige tradities zoal geschreven zou staan. Die tradities zeggen immers een aantal heel wijze en ware dingen, maar ze hebben een zekerheid over zich die wij vaak niet meer delen. Dit geldt voor alle vormen van levensbeschouwing en godsdienst.

Weer enkele tussenconclusies

- Elke mens is verbonden met minstens twee andere mensen en via hen met alle mensen (biologisch).
- Essentieel voor een mensenleven is dat de mens vanuit die verbondenheid nadenkt over de betekenis van zijn eigen leven in relatie tot de anderen ('doe ik ertoe?').

- Elke mens zal zich daarmee in beweging zetten om zin te geven aan zijn leven ('ik doe er toe' – *motive*).
- Elke mens creëert daarom een betekenis (*motive*) in het leven en zoekt wegen om deze tot stand te brengen (motivatie).
- Er zijn mensen die de zin en betekenis van hun leven ook relateren aan hun verbinding met een hogere macht, die absoluut is en zo de weg opent naar gelijkwaardigheid tussen mensen (zingeving/godsdienst).

3. MOTIVATIE ALS NIEUW PARADIGMA VOOR DE GEZONDHEIDSZORG

'Positieve gezondheid' - motivatie hoort bij mensen

Het is een levenskunst je te kunnen richten op de vormgeving van je eigen leven en dat van anderen. Levenskunst houdt zich bezig met vragen als: hoe kan ik mijn leven leiden? Wat geeft voor mij het leven zin? Wat zijn verstandige keuzes? Hoe geven mensen zelf hun leven gestalte vanuit hun *motive*?

Een voorbeeld ter verheldering

Een goede gezondheid is voor veel mensen een *motive*. Van alle kanten worden ze gemaand gezond te eten, te bewegen en zich niet in te laten met overmatig gebruik van alcohol of rookwaren. U kent de vele reclames die dagelijks voorbij komen op het televisiescherm.

Is dat voldoende? Arts-onderzoeker Machteld Huber spreekt over 'positieve gezondheid'. Centraal daarin staat het vermogen van mensen om zich aan te passen en zelf regie te voeren over hun leven. Voor haar als arts zijn een aantal kernvragen van belang. Vragen als 'Heb ik de regie over mijn leven, nu ik ziek ben? En kan ik toch een zinvol bestaan hebben? Kan ik nu nieuwe doelen stellen wanneer een ziekte mij overvalt?' (*motive*) Wat is mijn *self-management* waardoor ik leer omgaan met de nieuwe situatie? Met andere woorden: pas ik me aan en leef ik mijn leven verder zonder dat de ziekte overheerst? Huber concludeert dat mensen naast hun ziekte vaak nog een enorm potentieel aan gezondheid hebben. Die motivatie wil zij versterken, waardoor mensen minder last van die ziekte hebben (dit wordt de motivatie voor de *motive*).

Al deze vragen bieden medici een ander paradigma van waaruit zij mogen denken. Het is niet meer de arts die mensen geneest, maar veeleer degene die hen de verantwoordelijkheid voor hun eigen leven teruggeeft (*motive*). In plaats van te zorgen voor mensen moet de arts meer streven naar het managen van gezondheid en ziekte door mensen zelf. De arts moet mensen motiveren hun eigen doel te bereiken.

De vier Q's: motivatie als holistisch proces

Het begrip holistisch is heden ten dage een veelgebruikt begrip in de gezondheidszorg. Wat bedoelen we ermee? De oorsprong ligt in het Grieks, waar *holon* een eenheid aanduidt. Met 'holistisch' bedoelen we dat een mens een geheel vormt van lichaam, psyche en - zo u wilt - ook een ziel. Psychologen onderstrepen dat mensen gedachten en gevoelens hebben die bepalend zijn voor hun gedrag. We zouden - om iedereen tevreden te stellen - kunnen zeggen, dat de mens één geheel is met verschillende deelgebieden. We spreken daarom ook van verschillende intelligenties en menen dan dat mensen optimaal presteren als elk van die gebieden afzonderlijk en in samenhang met de andere gebieden in balans is.

Welke zijn deze deelgebieden? Spreken we over intelligentie, dan hebben we het over IQ (mentaal). Hebben we het over emotie, dan schrijven we EQ (emotioneel). Doelen we op lichamelijke conditie, dan staat er FQ (fysiek) en tenslotte is er ook nog een spirituele dimensie SQ (spiritueel).

Mentaal (IQ) Bij het mentale niveau gaat het met name om overtuigingen, de kracht van gedachten, focus en motivatie. Mentale intelligentie is onze capaciteit om te analyseren, te rationaliseren, abstract te denken, taal te gebruiken, te visualiseren en te begrijpen.

> Kernbegrip op dit niveau is *visie*: men bereidt zich voor op de toekomst en heeft de verwachting dat wat men wil, ook haalbaar is.

Emotioneel (EQ) Het emotionele niveau heeft betrekking op het herkennen en hanteren van gevoelens, het omgaan met spanningen, relaties,

samenwerking, aandacht en waardering. Het reguleert onze sociale gevoeligheid, onze empathie en de mogelijkheid om succesvol met anderen te communiceren.

> Kernbegrip op dit niveau is *passie*: het vuur, de wens, de kracht van de overtuiging en tevens de motor die ervoor zorgt dat mensen de discipline kunnen opbrengen om hun visie te realiseren. Passie ontstaat als een behoefte gecombineerd wordt met talent.

Fysiek (FQ)

Bij het fysieke niveau gaat het vooral om het onderhouden van je lichaam. Dat hebben mensen voor een groot deel zelf in de hand. Denk maar aan beweging, roken, alcohol, voeding en ontspanning. Fysieke intelligentie is het vermogen om ons lichaam - een ongelooflijk complex systeem - aan te sturen en om allerlei processen plaats te laten vinden.

> Kernbegrip op dit niveau is *discipline*: de prijs die mensen moeten betalen voor het omzetten van visie in realiteit. Discipline ontstaat als visie samengaat met toewijding. En let op: het lichaam heeft een belangrijke signaalfunctie.

Spiritueel (SQ)

Het spirituele niveau staat met name voor wie de mens werkelijk is. Door zich af te vragen wat hij echt belangrijk vindt in het leven, komt de mens tot de kern van wat hem drijft. En daarmee tot een innerlijke krachtbron die de prestaties zeer ten goede komt. Spirituele intelligentie gaat over onze behoefte aan betekenis en over onze diepere wens om iets na te laten.

> Kernbegrip op dit niveau is *geweten*: het morele zintuig dat weet wat goed en slecht is. Het is de motor achter betekenis geven en ertoe doen. Het is derhalve de leidende kracht achter visie, discipline en passie.

Schematisch overzicht

Wanneer we deze begrippen nu gebruiken om het proces van motivatie voor onze *motives* te beschrijven, komen we tot het volgende schema (Tabel 2):

Tabel 2. De verschillende intelligenties in relatie tot het proces van motivatie.

De mens...		
analyseert en beslist	▶ IQ	= <i>deliberate phase</i>
houdt rekening en communiceert met anderen	▶ EQ	
doet wat hij kan	▶ FQ	= <i>implemental phase</i>
neemt verantwoordelijkheid	▶ SQ	

4. MOTIVATIE EN MENSBEELD

Op weg naar een mensbeeld

Hoewel mensen meestal op een vanzelfsprekende manier leven en gewoon doen wat ze doen, komt er altijd een moment waarop ze even stilstaan. Denk maar aan de belangrijke momenten in een mensenleven: de geboorte van een kind, de ontmoeting met 'de ware', het sterven van een naaste etc. Allemaal momenten die niet zomaar aan iemand voorbij gaan. Dan kunnen mensen ineens niet meer mechanisch en gewoontegetrouw handelen, maar vragen ze zich af wat ze eigenlijk aan het doen zijn. Die gedachte voert hen naar de vraag naar de zin van het leven en hangt sterk samen met hun besef van eindigheid en de onvermijdelijke dood. Het zijn momenten waarop ze hun leven overzien en nadenken over de toekomst. Ze denken zodoende na over hun *motives*.

We bevinden ons hiermee midden in het gebied van de religieuze vraag. Zoals eerder aangegeven stelt iedere mens zich dit soort vragen. Daarmee begeeft de mens zich richting een levensvisie of levensovertuiging. Kan deze behulpzaam zijn bij het maken van een keuze? Met andere woorden: kan de *motive* daadwerkelijk motiverend zijn? Het antwoord op deze vraag hangt samen met het mensbeeld dat wij hebben en van waaruit we leven.

Een mensbeeld is een doordachte en samenhangende voorstelling van wat het betekent om mens te zijn. Meestal draait een mensbeeld om deze drie vragen: wat is de bedoeling van het mensenleven hier (vgl. de eerste vraag uit de oude catechismus: 'Waartoe zijn wij op aarde?')? Wat moet de mens doen hier op aarde? En waarheen is de mens op weg? Mensbeelden zijn verbonden met historische bepaalde filosofische, levensbeschouwelijke en religieuze overtuigingen van waaruit deze vragen beantwoord worden.

De mensbeelden van de westerse beschaving zijn eeuwenlang sterk gedomineerd door het christendom. De verlichtingsidealen die opkwamen in de achttiende eeuw en de denkbeelden van denkers als Karl Marx, Charles Darwin en Sigmund Freud hebben een belangrijke invloed gehad op de ontwikkeling van post-christelijke mensbeelden.

We bespreken hier twee voorbeelden: een christelijk mensbeeld en een humanistisch mensbeeld.

Een christelijk mensbeeld

Ontwikkeling van het christelijk mensbeeld

Een christelijk mensbeeld gaat uit van het principe dat de mens geschapen is naar Gods beeld en daarmee een uniek individu is. Dit betekent tegelijk de principiële gelijkwaardigheid van alle personen, die immers allen schepselen zijn van dezelfde Schepper-God.

Voorts deelt dit mensbeeld de mens talenten toe, die hem gericht doen zijn op die God en waarmee hij kan handelen naar diens plan voor de mens in de wereld. De mens is hierbij in staat om goede en slechte (zonde) keuzes maken.

En tenslotte plaatst het de mens in een wereld waarin hij onderweg is met uitzicht op een 'beloning' in een wereld hierna (verlossing).

Tussen 1962 en 1966 vond in Rome het Tweede Vaticaans Concilie plaats. In deze grote bijeenkomst van bisschoppen met de paus werd nagedacht over de plaats van de mens in deze wereld. Op uitnodiging van de bekende paus Johannes XXIII dachten de concilievaarders met steun van theologen ook na over welke plaats de kerk in de samenleving van de twintigste eeuw kon hebben. Dit plan werd het *aggiornamento* genoemd, vrij vertaald: 'de kerk aanpassen aan de vragen van de tijd van nu'. Verschillende documenten werden uitgegeven.

Zo ook de Pastorale Constitutie *Gaudium et Spes*. In hoofdstuk 12 lezen we: 'De mens is immers in het diepst van zijn wezen sociaal en zonder band met anderen kan hij niet leven noch zijn talenten ontplooiën.'

Daarmee had het concilie een mensbeeld geformuleerd. Natuurlijk vanuit het christendom en derhalve vanuit de idee dat de mens door God in deze wereld is geplaatst. Van die God mag de mens zijn plaats in de wereld hebben, samen met alle anderen. Het plaatje geeft goed weer hoe de mensen verbonden zijn rondom een centrum, dat hen verlicht. Zo staat God midden tussen mensen, staat centraal in het leven (Fig. 4).



Fig. 4. Het mensbeeld van *Gaudium et Spes*. (Bron: True colors).

Inhoud: God wordt mens

De visie van christenen op de mens - het christelijke mensbeeld - wordt gevormd vanuit een geloof in een scheppende God. Scheppen betekent dat God de mogelijkheid geeft tot bestaan. Niets is zonder God. De mens en het leven worden door God tot bestaan geroepen. Ze zijn *gave*. Daardoor krijgen de mens en het leven een oneindig grote waarde: ze zijn zinvol. De waardering voor leven en mens komen het best tot uiting in de persoon, het leven en de boodschap van Jezus. In Jezus wordt God in de mens zichtbaar. In Jezus wordt God 'vlees' (Joh. 1:14): krijgt God handen en voeten.

In Jezus wordt God in de mens zichtbaar. Hij overwint wat wij in ons leven als zinloos en absurd ervaren - in één woord: de dood. De dood krijgt niet het laatste woord. God is immers een bevrijdende God. God spijkt niemand vast op zijn verleden, opent altijd nieuwe toekomst hier en nu, en over de grens van leven en dood heen. Kortom: iedere mens is oneindig waardevol en verdient de volledige erkenning van zijn persoon.

Samenvattend kunnen we dus stellen:

- dat de mens in verbinding staat met anderen (sociaal/religieus);
- die hem/haar door God gegeven zijn (schepsel-zijn);
- dat hij zich richt naar een God die absoluut is en onder wie wij (Zijn schepselen) broeders en zusters van elkaar zijn (gelijkwaardig);
- dat hij met talenten begiftigd is (de mens is wezenlijk lichaam en ziel, m.a.w. met zijn lichaam en geest zijn vermogens die hij kan gebruiken om te handelen (rede, vrije wil, geweten);
- dat hij als medeschepper, beeld van God, geroepen is om anderen leven te geven, te bevrijden, in woord en daad, om te helpen voltooien wat onaf is, om te vergeven wat fout loopt, om te helen wat gekwetst is (gericht op toekomst, groei).

Een mens heeft in het godsdienstig denken dus altijd een dubbele gerichtheid: enerzijds op God die hem het leven gaf en die hem als persoon in liefde volgt (hemelse Vader) en anderzijds op de wereld waarin hij leeft en die hij geacht wordt met zijn medemensen vorm te geven naar Gods plan (aarde, moeder aarde).

Motivatie vanuit het godsdienstig mensbeeld

Binnen het bestek van dit artikel, waarin de motivatie tot *motives* centraal staat, gaat het om:

- mensen in relatie tot God en degenen die Hij de mensen gegeven heeft (*goal*);
- een bestaan dat getekend wordt door het leven met de talenten die de mens gegeven zijn ten bate van anderen en de hoop hierin bevestigd te worden (verlangen naar zin, *motive 1*);
- waardoor hij kiest om dit leven zo goed mogelijk te leven en daardoor in de hemel te komen (*motive 2*).

We hebben hier twee *motives* genoemd. Deze hangen in de godsdienstige, en vooral in de christelijke levensvisie nauw samen. De oude catechismus postuleerde dit al toen zij op de eerste vraag van het boek antwoordde 'Wij zijn op aarde om God te dienen en daardoor hier en in het hiernamaals gelukkig te worden.' Zij houdt mensen voor, dat zij hier op aarde al moeten werken aan het gelukkig worden. En als antwoord op de vele levensvragen die dat oproept, leert zij dat er een verrijzenis is uit dit leven naar een hiernamaals. Immers: was er geen verrijzenis, dan zou veel van het leven zinloos schijnen.

Wat zou de christelijke kat zeggen tegen Alice als ze zegt dat ze niet weet welke richting ze moet kiezen? Waarschijnlijk dit: als je weet waar je naartoe kan, maakt het uit welke afslag je neemt. Besluit daarom allereerst wat je wilt bereiken.

Een humanistisch mensbeeld

Albert Camus en de ervaring van het absurde

De in Frans-Algerije geboren schrijver en filosoof Albert Camus (1913-1960) werd al op jonge leeftijd - hij was pas 17 - getroffen door tuberculose. De ziekte heeft veel van zijn leven bepaald. Hij moest, onder andere, zijn studie in deeltijd voortzetten. Ook tobde hij met de politieke situatie in zijn land. Hij werd lid van de communistische partij, maar om zijn deelname aan de activiteiten van de Parti du Peuple Algérien werd hij later uit de partij gezet. Zowel zijn fysieke toestand als de miskennis van zijn inspanningen voor zijn volk, maakten hem van tijd tot tijd zwaarmoedig. Met beide heeft hij zijn leven lang gevochten.

In zijn werkzame leven was Camus journalist en schrijver van romans, essays en toneelstukken. Hij ontving in 1957 de Nobelprijs voor de Literatuur. Camus' kenmerkende bijdrage aan de filosofie was zijn idee van het absurde, dat inhield dat het leven geen betekenis of bedoeling heeft. Hij legt dit uit in *De mythe van Sisyphus* en nam het op in vele van zijn andere werken.

Volgens het absurdisme zijn mensen fundamenteel irrationeel en is bijgevolg het menselijk lijden het resultaat van vergeefse pogingen door individuen om rede of betekenis te vinden in een redeloos en zwijgend universum. Voor Camus is de botsing tussen het menselijk verlangen naar eeuwigheid, duidelijkheid en zin (*motive*) aan de ene kant en een universum dat koppig en onrechtvaardig zwijgt aan de

andere kant, het meest treffende aspect van de menselijke existentie. Hij vraagt ons om deze situatie bewust te beleven, zonder te vluchten in gemakkelijke uitwegen, dogmatische zekerheden, of ontkenning in dagelijkse gewoontevorming.

De vraag 'Hoe moet ik leven als ik me nergens op kan beroepen?' bespreekt Camus in het bovengenoemde werk *De mythe van Sisyphus* (1941). Het filosofische probleem dat Camus hierin voorlegt, begint met een ervaring die vermoedelijk iedereen wel kent: de ervaring van het absurde. De wereld zoals die is, komt niet tegemoet aan het verlangen van mensen naar zin. Zij stellen vragen, maar er komt geen antwoord. Temidden van deze absurde situatie hebben mensen twee opties: ofwel ze ontkennen de absurditeit en maken een religieuze sprong, ofwel ze ontkennen hun eigen bestaan en plegen zelfmoord.

Camus werkt dit uit met behulp van een persoon uit de Griekse mythologie. Sisyphus is de sterveling die in opstand kwam tegen de goden. Van hen kreeg hij de meest ernstige straf denkbaar opgelegd: zinloosheid. Hij is gedoemd eeuwig een rots de berg op te duwen, te zien hoe deze weer naar beneden rolt om vervolgens weer opnieuw te beginnen - het absurde (Fig. 5). Maar Sisyphus laat zich niet kennen. Hij doet het keer op keer opnieuw. De goden zullen hem niet hebben!

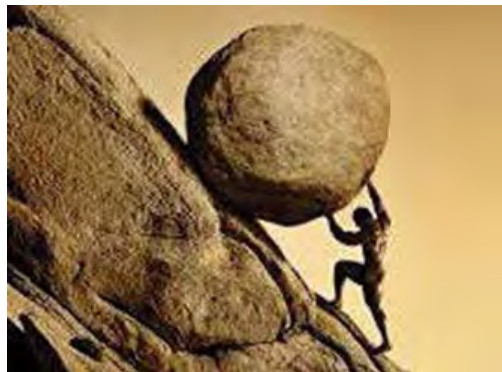


Fig. 5. Sisyphus en de rots.

'Vivre sans appèl': de overwinning van Sisyphus

Voor Camus is Sisyphus de ultieme absurde held. Hoewel zijn arbeid zwaar, nutteloos en oneindig is (met andere woorden: zijn *goal* is onhaalbaar), vraagt Camus ons in te beelden dat Sisyphus rustig de berg afloopt, zijn steen achterna. Naar beneden wandelend, wordt hij zich bewust van het absurde van zijn situatie. Hij

wil daar niet aan toegeven (*motive*). Precies dit moment van helderheid en inzicht is tragisch en kwellend, maar het is tegelijkertijd Sisyphus' overwinning. Daarom sluit Camus zijn essay af met de opmerking 'Il faut imaginer Sisyphe heureux': 'We moeten ons Sisyphus voorstellen als een gelukkig mens'.

De mythe van Sisyphus is niet alleen humanistisch omdat de menselijke mogelijkheden centraal staan en het bestaan van iedere vorm van eeuwigheid wordt ontkend. Camus' filosofische essay is ook - of vooral - humanistisch omdat het de menselijke ervaring (die zinloos en hartstochtelijk, eindig en trots is) zo treffend verwoordt.

Camus zelf was atheïst, maar niet omdat hij niet in God kon geloven. Hij wilde het niet, omdat hij het oneerlijk vond. Hij kende het christendom eigenlijk alleen als een vorm van ontsnapping: een vlucht uit de menselijke conditie. Wie eerlijk (dat wil zeggen: bewust) wil leven - 'vivre sans appel' noemt Camus het - moet daarentegen zijn illusies willen afzweren. En dat betekent: beginnen bij het inzicht dat het leven absurd is, en je vervolgens afvragen of je het dan nog de moeite waard vindt om te leven.

Even terzijde

Camus wil teruggrijpen op de ervaring van zinloosheid. Die ervaring is een godsdienst niet vreemd. Heel duidelijk is die te vinden in het christendom. Op het kruis immers roept Jezus: 'God, mijn God, waarom heb je mij verlaten?' En dan komt er geen antwoord (zie hier het bovengenoemde dilemma van Camus).

Jezus roept dit God toe. Zelf wist hij toen niet dat zijn vader hem zou doen verrijzen; alleen wij kennen het verhaal al vanuit de afloop. Op het moment van het kruis echter was de dood zinloos. Immers, waarom moest Jezus sterven? Camus' verzet tegen elke vorm van de doodstraf lezen we in het essay *Réflexions sur la Guillotine* (1947).

Hier onderscheidt zich het christelijke van het humanistische mensbeeld. Door de verrijzenis van Jezus uit de doden wordt door God de dood teniet gedaan. Zij heeft niet het laatste woord. Dat heeft het leven, dat heeft Hij die mensen het leven geeft. Daarmee is niet gezegd, dat de verrijzenis de dood een zin

geeft, het geeft slechts een antwoord op de vele vragen die mensen stellen naar het waarom van lijden en dood.

Motivatie vanuit het humanistisch mensbeeld

Binnen het bestek van dit artikel, waarin de motivatie tot de *motives* centraal staat, kunnen we stellen dat het Camus gaat om:

- dat een mens zich ervaart als mens temidden van mensen in deze wereld (*goal*);
- dat zijn bestaan getekend wordt door een zinloosheid, waaraan de mens niet wil toegeven (verlangen naar zin - *motive*);
- waardoor hij kiest om dit leven zo goed mogelijk te leven en te genieten van wat het leven hier en nu biedt (motivatie).

Dat is precies wat de grijnzende Cheshire Cat vertelt aan Alice wanneer ze vraagt welke kant ze op moet: als je niet weet waar je naartoe wilt, maakt het ook niet uit welke afslag je neemt. Besluit daarom allereerst wat je wilt bereiken.

5. CONCLUSIES

Samenvattend

- Motivatie is een drijfveer als aanloop tot gedrag.
- Motivatie kan betrekking hebben op
 - *goals* - dan vaak automatisch en minder bewust.
 - *motives* - dan altijd bewust, omdat mensen hiermee een hoger doel hebben dat hun leven zin en betekenis geeft.
- Motivatie is derhalve een proces en kan van buitenaf of door de ander worden opgelegd (extrinsiek) of vanuit het zelf ontstaan (intrinsiek).
- Mens reguleren zelf hun doelen (*deliberate phase* en *implemental phase*), waardoor zij zelf verantwoordelijk blijven voor hun keuzes. (1)
- Motivatie is ten diepste ook een religieus proces, omdat het mensen verbindt met zichzelf, met anderen en de wereld om hen heen als hogere doelen (*motives*).
- *Motives* ontstaan bijgevolg altijd in relatie tot anderen, in het geval van religie tot een absolute Ander. (2)

- Mensen kunnen niet zonder motivatie. Dit aspect van het menselijk leven biedt nieuwe perspectieven op zowel gezondheid als gezondheidszorg.
- Motivatie duidt een holistisch proces aan waarin de mens met heel zijn wezen betrokken is (4 Q's). (3)
- Motivatie als proces van keuzes maken wordt gevoed door de levenshouding en levensopvatting van de mens, of het mensbeeld.
- Er bestaan verschillende mensbeelden, die ieder implicaties hebben voor wat als goed, waar en zinvol wordt beschouwd.
- Motivatie kan daarom gegrond worden in godsdienstige, humanistische, relativistische of nog andere levensbeschouwingen. Zij hebben derhalve alle gevolgen voor onze *motives*, evenals voor de manier waarop wij ons tot onszelf en anderen verhouden. (4)

Nog een derde mensbeeld

Het antwoord van de Cheshire Cat aan Alice besluit met een directe raad: als je niet weet waar je naartoe wilt, maakt het ook niet uit welke afslag je neemt. *Besluit daarom allereerst wat je wilt bereiken.*

De kat wil dus helpen, wil ook dat Alice haar uiteindelijke doel (*motive*) bereikt. Door dit op de splitsing van een weg te zeggen, wordt de raad concreet. Alice moet hier en nu kiezen welke afslag ze neemt. Door de keuze die ze maakt, kan - en moet - ze haar *motive* objectiveren.

Laten we nu die laatste zin ('besluit daarom allereerst wat je wil bereiken') weg en houden we het bij de constatering dat het niet uitmaakt welke afslag ze neemt, verzanden we in het hedendaagse relativisme. Deze term duidt de idee aan dat een bepaald concept (bijvoorbeeld waarheid, of goedheid) niet op zichzelf staat, maar afhankelijk is van iets anders. Meestal wordt dan bedoeld dat waarheid relatief is - in letterlijke zin: gerelateerd aan de perceptie door een subject. De waarheid van een uitspraak of theorie is dan niet absoluut, maar afhankelijk van de mens (het subject, de waarnemer) met zijn specifieke eigenschappen.

Dit zou betekenen dat geen systeem of waarheid méér waard is dan een ander, en dat er geen objectieve standaard bestaat voor waarheid. Het ontkent uiteraard dat er

een God is van absolute waarheid. Dit wordt in de filosofie ook wel relativisme genoemd.

Dit relativisme bestormt onze maatschappij, onze economie, onze scholen. Maar de maatschappij kan gedijen noch overleven in een klimaat waar iedereen doet wat recht is in zijn eigen ogen, waar de situatie de acties determineren; en als de situatie verandert, het acceptabel wordt te liegen en bedriegen, zolang u maar niet wordt 'gepakt'. Zonder een algemene grondslag van waarheid en absoluutheden zal onze cultuur zwak worden en versplinteren.

Wat is dan nog de *motive* voor Alice? Zomaar een keuze? Er is geen hoger doel waarmee zij haar keuze kan motiveren dan alleen dat wat zij op dat moment goed vindt. Maar zal de keuze die zij maakt, haar altijd een toekomst geven? Is haar keuze dan *goal of motive*?

Relativisme en de paradox van de autonomie in de gezondheidszorg

Jarenlang bestonden in ons land de ziekenhuizen op confessionele grondslag. Er waren katholieke ziekenhuizen, diaconessenhuizen, enzovoort. Hun signatuur was medebepalend voor het professionele beleid. Hun *motives* werden bijgevolg sterk bepaald door de moraal zoals die in de respectieve confessionele kringen vigeerde. Zo gebeurde het dat bepaalde medische ingrepen (zoals abortus en maagdenvliesherstelling) niet plaats konden vinden. Later hielpen humanistische zorginstellingen, gedragen door een groeiende adherentie, om de discussie over medisch-ethische onderwerpen maatschappij breed te voeren. Er kwamen veranderingen: er werden bijvoorbeeld abortusklinieken opgericht. *Motive* in deze humanistisch aangedreven emancipatie was dat de mens zijn leven zo goed mogelijk moest kunnen leven - ook als er geen zin gerelateerd kon worden aan een hogere macht.

Heeft het hedendaagse relativisme, het derde mensbeeld dat we beschreven, nu ook een dergelijke normerende functie? Brengt de idee dat de mens vooral dat moet doen wat op dat moment voor zijn leven goed is, hem verder? En vooral: kan uit deze persoonlijk getinte wensethiek een ethisch bewustzijn voortkomen dat geldend is voor allen?

In de gezondheidszorg van nu staat autonomie hoog in het vaandel. Autonome personen proberen zaken na te streven die voor hen belangrijk of waardevol zijn en

bewandelen op die manier ieder hun eigen levenspad. Hiermee wordt boven gestelde vraag actueel: is dat een *goal* of een *motive*? Een *motive* vraagt om gesprek, en ook om een kritisch kijken naar jezelf om vanuit die grondhouding, in dialoog met anderen, te bepalen welke zaken bijvoorbeeld goed of kwaad, zinvol of zinloos zijn.

Helaas wordt deze tweede stap vaak gezien noch gezet. Patiënten confronteren hun arts met een zelf gestelde of op internet opgediepte diagnose en willen dat de arts handelt zoals zij van hem eisen. 'Ik vraag en u draait voor mij.' Echter, wanneer Huber de patiënt de regie voor zijn of haar gezondheid wil geven, doelt ze daarmee op het gesprek dat de arts met de patiënt zou moeten voeren. Wanneer zij beiden - samen - tot de overtuiging zijn gekomen dat een bepaalde behandeling voor de patiënt in diens situatie het beste is, kan aan de patiënt de regie worden gegeven en zal de arts - trots - kunnen kijken naar hoe de patiënt zijn weg naar zijn *motive* (gezond zijn) gaat. Huber gaat derhalve niet mee in het hedendaagse relativisme, maar laat patiënten mee afwegen en bepalen wat voor hun gezondheid goed en zinvol is. Voor haar is waarheid 'relatief' louter in die zin, dat zij door de relatie patiënt-arts wordt bepaald. Huber bekritiseert met andere woorden het relativisme dat waarheid enkel aan een persoon, en dus niet aan een relatie, relateert.

Het zelf willen bepalen wat voor mij goed is (relativisme) heeft dan ook geleid tot soms grote onduidelijkheid. De kranten staan er vol van: mensen moeten zelf kunnen bepalen wanneer hun leven voltooid is. De *motive* lijkt hier te worden bepaald door wensgedrag zonder dat dat getoetst kan worden door - of samen met - anderen. Maar betreft het in dat geval een *motive* of slechts een *goal* (vanuit een bepaalde emotie weglopen voor iets onaangenaams)? Nog afgezien van de vragen of 'voltooid leven' een goede benaming is, en of mensen echt zelf kunnen bepalen of hun leven klaar is zonder daarbij te sterke emoties te hebben, dringt zich de vraag op of een wens altijd moet worden ingelost. Is de absolute autonomie van het individu wel een reëel uitgangspunt? Een mens is immers, zo zagen we, een sociaal wezen - en heeft in die zin dus een relatieve autonomie.

In dit verband is het goed te verwijzen naar het rapport van Paul Schnabel, *Voltooid leven*, waarin hij duidelijk onderscheid maakt tussen het individuele en relationele denken over autonomie: bij de hulpvrager, de hulpverlener en ook de staat. Ook

Schnabel bekritiseert via deze weg het relativisme waarin de een de ander vraagt hem te helpen het leven echt voltooid te maken. De commissie-Schnabel wijst er voorts op dat zelfbeschikking in het gezondheidsrecht een prominente plaats inneemt, maar dat de wetgever euthanasie en hulp bij zelfdoding niet in het stelsel van het gezondheidsrecht maar van het strafrecht heeft geregeld. Het is burgers rechtens niet toegestaan om iemand bij zijn zelfdoding in praktische zin behulpzaam te zijn. Om toch hulp te kunnen verlenen in geval van ernstig lijden, is in de Wet Toetsing Levens einde (de euthanasiewet WTL) een uitzonderingspositie voor artsen gecreëerd. Levensbeëindiging op verzoek (euthanasie) is daarin voorbehouden aan artsen die zich aan bepaalde, in de WTL neergelegde zorgvuldigheidseisen hebben gehouden en daarnaast van hun handelen melding hebben gemaakt. Er is dan sprake van een bijzondere strafuitsluitingsgrond.

Zowel Huber als Schabel staan dus kritisch ten opzichte van het hedendaagse relativisme. Beiden begrijpen wel de emotie van mensen die vragen om hulp bij het sterven. Ziekte en lijden gaan al te vaak samen met lichamelijke en psychische achteruitgang, en roepen vaak beelden van sterke afhankelijkheid op. Het lijkt de paradox van onze samenleving te zijn dat onze wensen tot autonomie en onafhankelijkheid gepaard lijken te gaan met een groeiende individualisering, die al te vaak juist leidt tot eenzaamheid. En wellicht is er ook deze paradox: mensen willen zo graag iets doen voor anderen, zeggen dat ook 'als ik iets voor je kan doen, dan zeg het maar', terwijl de gedachte dat anderen iets voor hen moeten doen, een doemscenario is. Welke motivatie zou hier een rol spelen?

De gezondheidszorg staat voor een goede gezondheid voor allen. Ook *van* allen? Biologisch - zo hebben we gezien - staan mensen altijd in relatie tot anderen. Die relatie is basaal voor ons gevoel van geborgen te zijn, van gedragen te zijn door anderen (*motive*). Die relatie ook kan zorgen voor een sterk intrinsieke motivatie. Moeten wij dan niet die geborgenheid en verbondenheid versterken en werken aan een cultuur van leven (motivatie)?

Motivatie vanuit het gerelativeerde relativistische mensbeeld

Alice wordt aangeraden: 'Besluit allereerst wat je wilt bereiken.' Ze is niet alleen. De Cheshire Cat spreekt haar aan. Samen komen ze tot een gesprek, mogelijk tot een

richting (*motive 1*). Dan kan zij haar weg vervolgen in de wetenschap gedragen te zijn door anderen (*motive 2*). Alice zal goed gemotiveerd wakker worden in de gewone wereld en het zal dan geen wonderlijke droom zijn geweest!

6. GERAADPLEEGDE LITERATUUR

1. Camus, A., De mythe van Sisyphus.
2. Carroll, L., Alice's adventures in Wonderland.
3. Du Cange, Glossarium mediæ et infimæ latinitatis, s.v. Religio, -are.
4. Fishbach, A. & Ferguson, M.F., The goal construct in Social Psychology, in Kruglanski, A.S.W. & Higgins, E.T., Social Psychology, handbook of the basic principles, pp 490-515.
5. Fries, H. Handbuch Theologischer Grundbegriffe (1962).
6. Huber, M, e.a. Heroverweeg uw opvatting van het begrip 'gezondheid', in NedTijdschrGeneesk (2016).
7. Huber, M., van Vliet, M., Giezenberg, M., Winkens, B., Heerkens, Y., Dagnelie, P.C., Knottnerus, J.A. (2016). Towards a 'patient-centred' operationalisation of the new dynamic concept of health: a mixed methods study - BMJ 2016.
8. Huber, M., Knottnerus, J.A., Green, L., Horst, H. van der, Jadad, A.J., Kromhout, D., Leonard, B., Lorig, K., Loureiro, M.I., Meer, J.W.M. van der, Schnabel, P., Smith, R., Weel, C. van & Smid H. (2011). How should we define health? BMJ 2011, 343(4163):235-237.
9. Huber, M. (2014). Towards a new, dynamic concept of Health. Its operationalisation and use in public health and healthcare, and in evaluating health effects of food. Proefschrift Universiteit Maastricht.
Zie ook <http://www.ipositivehealth.com/positieve-gezondheid/>
10. Jacobi, J., De psychologie van Carl G. Jung, een inleiding tot zijn werk (1992).
11. Jung, C.G., Psychologische typen (1953).
12. Kushner, H., Niets meer te wensen en toch niet gelukkig. Op zoek naar de zin van het leven (1986).
13. Ramsey, I.T., Religious Language (1969).
14. Schnabel, P., Voltooid leven. Over hulp bij zelfdoding aan mensen die hun leven voltooid achten (2016).
15. Veldhuijsen, P. e.a., Mensbeelden uit de geschiedenis van de filosofie (2001).