



FREUD IN NEDERLAND

Perdu

Schaamte

De Stichting Breukvlakken organiseert in nauwe samenwerking met Stichting Perdu, in vervolg op de series over 'Angst' en 'Woede' vier avonden rond het thema 'Schaamte'

Je moest je schamen.

Ieder mens kent schaamte: het is een normaal gevoel. Terwijl je het liefst zou willen verdwijnen, word je jezelf juist intens gewaar, je hebt te kampen met een overmaat aan prikkels, met blozen, met zweten, met slecht afgegrensde woede, kortom je voelt je overmand door gewaarwordingen.

Schaamte als emotie wil je zo vlug mogelijk kwijt, het gevoel doet pijn. Daarvoor gebruik je de klassieke afweermechanismen als ontkennen, afwijzen, verdringen, verschuiven en het rationaliseren van schaamte, het goed praten.

Schaamte is sociale pijn. Wat er nog van je over is, voelt zich onmachtig, object van minachting, verlamd, passief geteisterd door pijnlijke autonome reacties. Wanneer je je schaamt heul je, tegen beter weten in, emotioneel met de vijand die jou waardeloos vindt. Er is geen ruimte meer voor begrip voor jezelf.

Het zijn de ogen van de ander die je beschamen. De blik van de ander begint bij de moeder, vader, verzorger, opa's, oma's, de gemeenschap: door hun blikken en woorden leer je hoe je je moet gedragen om erbij te horen. Wat je kan zeggen en waarover je moet zwijgen.

Schaamte fungeert als olie in een samenleving. Het houdt mensen op hun plaats. Maar er kunnen kenteringen komen in wie de macht heeft wie te beschamen. # Me-too is een voorbeeld hoe machts-en beschamingsverhoudingen kunnen veranderen.

De schaamteloosheid kan een afweer zijn waardoor iemand de schaamte die anders ondragelijk is, zelf niet voelt, maar bij omstanders oproept, "de plaatsvervangende schaamte."

Hoog tijd om ons te verdiepen in Schaamte

Met deskundigen, de psychoanalyse en cultuur gaan we de 'schaamte' te lijf.

De vier donderdagavonden vinden plaats in Perdu en zullen tegelijkertijd via een livestream te volgen zijn. Het programma duurt van 20.00 tot 22.00 uur.

Donderdag 21 december 2023

Een introductie op Schaamte

Prof. Dr. Frans Schalkwijk

De fenomenologie van schaamte

Schaamte is een emotie die heel lichamelijk is; je knikt door de knieën, je wordt rood, je hart klopt, in je maag ontvouwt zich een gat, je wil door de grond zakken en soms dood en er nooit meer zijn. Schaamte is op zich een “normale” sociale emotie die ontstaat in kindertijd. Soms al voor er woorden zijn. Het is ook wel zo dat schaamte niet erkend hoeft te worden: je kunt je schamen zonder te weten dat het over schaamte gaat. In sommige gevallen wordt de schaamte chronisch en vult het gehele zelfgevoel: dan spreken we over *toxische schaamte*. Dan voel je geen schaamte. Je bent nul, niets, minderwaardig. Wat daar de oorzaak van is, komt aan de orde.

Prof. dr. Frans Schalkwijk is bijzonder hoogleraar gewetensontwikkeling aan de Universiteit van Amsterdam. Het merendeel van de week werkt hij als psychotherapeut/psychoanalyticus in eigen praktijk. Hij is docent in meerdere postmasteropleidingen en auteur van populairwetenschappelijke boeken als *Onvolmaakt tevreden. Omgaan met je innerlijke criticus* (2016) en *Narcisme* (2018).

Nelleke Nicolai

Toxische schaamte na misbruik

Natuurlijk is een mild geweten prettig, dan gaat schaamte ook weer voorbij. In de therapeutische praktijk zien we regelmatig dat mensen geplaagd worden door schaamtegevoeligheid als een karaktertrek. Nelleke Nicolai schetst haar ervaring met getraumatiseerde mensen na seksueel misbruik en hoe schaamte toxisch kan worden. Ze is dan een emotie die de identiteit bij de wortels aantast: *Ik ben een slecht mens*. De schaamte gaat dan over in lichamelijke reacties en bewegingspatronen en wordt subjectief niet meer gevoeld als schaamte, maar als schuld.

Nelleke Nicolai was psychiater, psychotherapeut, en psychoanalyticus. Ze was supervisor en docent aan meerdere opleidingen vooral over trauma en hechting. Ze schreef onder anderen *Empathie* (2016), *Emotieregulatie, de kunst van het evenwicht* (2016) en *In levenden lijve: het lichaam in de psychotherapie* (2020).

moderator

Koen Hilberdink

met bijdragen van de zussen Rosa en Donna Braber – poëzie en dans

Donna Braber (1996, NL) is afgestudeerd aan Codarts, University of the Arts en is werkzaam als danser, maker en docent in Rotterdam en Wenen. In 2019 maakte zij de voorstelling ‘Planet Sis’ met haar zus Rosa Braber (acteur, schrijver en theatermaker) in coproductie met theaterhuis Dschungel Wien in Wenen. Deze voorstelling werd genomineerd voor de *Stella-award 2020*. Na dit succes richtten zij samen het theatercollectief: ‘Wolf Collective’ (gevestigd in Wenen) op en produceerden meerdere voorstellingen die in theaters en op festivals spelen. Donna onderzoekt in haar werk de samensmelting van verschillende kunstdisciplines en nieuwe ontmoetingen tussen makers.

Rosa Braber (1989, NL) studeerde in 2012 af aan de performance opleiding van de Toneelacademie Maastricht. Ze maakt voorstellingen en werkte met verschillende theater- en performancegroepen in Nederland, België en Oostenrijk. In 2013 publiceerde ze haar eerste dichtbundel en droeg ze haar gedichten voor op literaire festivals. In datzelfde jaar verhuisde ze naar Wenen, waar ze nog altijd woont en werkt. Van 2015 tot 2020 maakte ze deel uit van het Bernhard Ensemble. In de zomer van 2019 werkte ze als *poet in residence* aan de Jan van Eyck Academie in Maastricht. Vorig jaar maakte ze samen met Donna het performance concert *God is a band – a reconstruction of life*, waarin ze poogden het leven en menselijk gedrag te reconstrueren aan de hand van de Griekse mythologie. Hun nieuwste voorstelling *WO-MAN – a revolutionary rave*, een techno rave waarin ze de structuur van het patriarchaat onder de loep nemen en op revolutionaire wijze bevragen, gaat in februari 2024 in première in Wenen. Daarnaast is Rosa in het seizoen 2023/2024 als regisseur bij het Wiener Konzerthaus werkzaam. Volgend jaar herfst bijt ze zich vast in de monoloog *Girls & Boys* van Dennis Kelly, die ze bij het Weense **Theater am Werk** zal spelen.

Donderdag 18 januari 2024

Uitsluiting en Schaamte

Wouter Gomperts

Beschaamd verzwegen? Over etnische verschillen in de psychoanalytische behandelkamer

Etnische verschillen worden in een moderne samenleving als de onze veelal óf beschaamd verzwegen óf op een grove manier tot uiting gebracht. Sinds meer dan honderd jaar zoeken psychoanalytici naar manieren om met moeilijke gedachten, gevoelens en impulsen op een andere, betere manier om te gaan dan ze weg te werken of destructief uit te leven. Nu staan we voor de uitdaging in de therapiekamer naar manieren te zoeken om met een zekere vrijmoedigheid te praten over de beschamende gevoelens die etnische verschillen met zich mee kunnen brengen. Wat kunnen we dan tegenkomen? Wouter Gomperts gaat aan de hand van drie klinische vignetten ('Aziza', 'David' en 'Els') na wat zich in en tussen de patiënt en therapeut voor kan doen als zij in etniciteit verschillen, en hoe je daar als analyticus mee om kan gaan.

Dr. Wouter Gomperts (1951) werkte jarenlang bij de Universiteit van Amsterdam en het Nederlands Psychoanalytisch Instituut. Nu werkzaam als psychoanalyticus, leertherapeut en supervisor in eigen praktijk.

Maggie Eybrechts **psychotherapeut, psycholoog, psychoanalyticus i.o.**

Schaamte in de ogen kijken.

Over schaamte en schaamteloosheid in machtsverhoudingen bij etnische verschillen. Schaamte kan, mits het dragelijk is, ons in toom houden, ons brengen tot meer menselijkheid en empathie. Schaamteloosheid kan daarentegen tot zonden, gewetenloosheid en ongeremd gedrag aanzetten. De bruisende levendige overmoed staat zelfreflectie in de weg. Wat op zijn beurt weer juist diepe (onbewuste) schaamte kan

voeden. Is het gewicht van schaamte om deze aan te gaan dan te groot?

Maggie Eybrechts gaat, met een psychoanalytische blik, op zoek naar de destructieve kanten van schaamte en schaamteloosheid in contact tussen mensen op maatschappelijk niveau.

Maggie Eybrechts studeerde zowel organisatiepsychologie, klinische psychologie en deed een opleiding tot psychotherapeut. Ze heeft werkervaring opgedaan in de psychodiagnostiek en verslavingszorg. Momenteel is ze in opleiding tot psychoanalytica bij de Nederlandse Psychoanalytische Vereniging.

moderator

Martine Groen

met bijdragen van Valentijn de Heer en Hava Güveli

Valentijn de Heer (1986) is schrijver en zorgmedewerker. Hij schrijft voor *Het Parool* en publiceerde korte verhalen in onder andere *De Optimist* en *Papieren Helden*. *Beste mevrouw Eva* is zijn debuut.

Hava Güveli (Deventer, 1980) schrijft proza poëzie. Zij won in 2006 de El Hizra Literatuurprijs. Haar poëzie is beeldend en melodieus. Haar Turks-Nederlandse achtergrond schemert door de inhoud. In 2019 studeerde ze af aan de Academie voor Schrijfdocenten, Dactylus in Amersfoort. Les geven aan volwassenen en kinderen vindt ze leuk. Eind 2020 verscheen van haar de bundel 'Alles wat ik vergeet is mooi meegenomen', uitgebracht door Uitgeverij Van Groningen. Momenteel werkt ze aan haar volgende bundel met als titel *Zachte vuisten*.

Donderdag 14 maart 2024

Schaamte op de werkvloer

Eric Koenen

De werking van schaamte in organisaties.

Eric Koenen zal ingaan op de vraag hoe schaamte een nieuwe bestuurscultuur en collectieve wijsheid in de weg kan zitten.

Eric Koenen is o.a. oprichter Doorwerthgroep en de Academie voor interventiekunde

Aukje Nauta

De werkplek als disfunctioneel gezin

Aukje Nauta zal ingaan op de positieve kant van de schaamte-medaille. Immers: als je je schaamt, dan denk je slecht over jezelf. Maar dát je je schaamt bewijst dat je ernaar verlangt een beter mens te zijn. Daarom kan juist schaamte ervoor zorgen dat bestuurders van organisaties betere, duurzamer keuzes gaan maken, mits ze goed met schaamte leren omgaan.

Aukje Nauta is spreker, schrijver en psycholoog. Haar jongste boek heet 'Nooit meer doen alsof. Denk je schaamte om en maak het je kracht'. Eerder schreef ze managementboeken als 'Tango op de werkvloer' en 'Anders Werken'. Ze is bijzonder hoogleraar organisatiepsychologie aan de Universiteit Leiden. Tot 2022 was ze partner van Factor Vijf Organisatieontwikkeling. Werkte bij TNO en Randstad en was vier jaar lang kroonlid van de SER.

Moderator

Christien Brinkgreve

Met bijdragen van Elke Geurts en Luan Buleshkaj

Elke Geurts (1973) schrijft romans, columns en verhalen voor kranten en tijdschriften. Zij publiceerde de verhalenbundels *Het besluit van Dola, Korstjens* (2008) en *Lastmens* (2010/2015) en de romans *De weg naar zee* (2013), *Ik nog wel van jou* (2017) en *Wie is die vrouw?* (2022). Het leverde haar nominaties op voor onder andere De Gouden Boekenuil, de BNG Literatuurprijs en de Anna Bijns Prijs.

Luan Buleshkaj is een woordkunstenaar in de breedste zin van het woord en een gevestigde naam in de spoken word-scene in Nederland. De geboren en getogen Amsterdammer met Kosovaars-Albanese roots maakte daarvoor vooral naam als battlerapper (L-Deep) bij het platform 'Punchout Battles'.

Sinds Luan entree maakte in de poëziewereld stond hij al op vele gerenommeerde podia in Nederland. Luan staat bekend om zijn woordspelingen, taalvondsten, ritme en krachtige voordracht.

Donderdag 16 mei 2024

Schaamte en seksueel geweld

Nelleke Nicolai

Nelleke Nicolai zal meerdere traumatische schaamtes benoemen zoals de schaamte na geweld, de gevolgen van vernedering en de relatie met wraak en wrok, woede en haat. De geïnternaliseerde schaamte en schaamte over deze schaamte speelt een grote rol in de behandeling na seksueel geweld en seksuele grensoverschrijdingen. Schaamte kan tot verschillende vormen van gevoelens en gedrag leiden, zoals de blaam bij jezelf leggen, schuldgevoelens, maar ook walging van het eigen lichaam en zelfhaat. Dat leidt op haar beurt weer tot extreme vermijding of dissociatie van het lichaamsbeleven. Deze schaamte wordt permanent en doordrenkt het zelfgevoel. Het kan ook leiden tot familiale patronen, waarbij de schaamte intergenerationeel wordt en ingebed raakt in stilzwijgen. De relatie

tussen schaamte en zelfhaat wordt toegelicht aan de hand de van een aantal gevalsbeschrijvingen.

Nelleke Nicolai was psychiater, psychotherapeut, en psychoanalyticus. Ze was supervisor en docent aan meerdere opleidingen vooral over trauma en hechting. Ze schreef onder anderen *Empathie (2016)*, *Emotieregulatie, de kunst van het evenwicht (2016)* en *In levenden lijve: het lichaam in de psychotherapie (2020)*.

Martine Groen

Hoe zien de verschillen in schaamtepatronen eruit? Zijn in schaamte gedreven families heel verschillend of zijn er meer overeenkomsten na seksueel geweld? Schamen vrouwen zich meer dan mannen na geweld? Deze vragen zal Martine Groen samen met Nelleke Nicolai verder verdiepen en verkennen.

Drs. Martine Groen is klinisch psycholoog/ psychotherapeut, niet praktiserend. Zij heeft zich gespecialiseerd in gerumineerde familiesystemen. Zij werkte in de vrouwenhulpverlening en was tien jaar verbonden aan de politie en brandweer. Ook werkte zij tien jaar in voormalig Joegoslavië. Haar laatste publicatie *Intieme Oorlog* schreef ze samen met Justine van Lawick en kent inmiddels de achtste druk.

Moderator

Koen Hilberdink

Met bijdragen van Liesbeth Vreeburg en Manon Uphoff

Liesbeth Vreeburg is harpiste, componiste, muziektheatermaker en performer, actief in verschillende muzikale werelden. Ze combineert het ontwikkelen van haar eigen werk met het spelen van 18e, 19e en 20e eeuwse kamermuziek en het uitvoeren van gloednieuwe composities. Ze werkt graag op het snijvlak van disciplines, waar beeld, geluid en woord in elkaar overlopen.

Manon Uphoff (1962) is schrijver, scenarist en beeldend kunstenaar. *Begeerte*, haar debuut, werd genomineerd voor de AKO Literatuurprijs, de Anton Wachterprijs en de ECI-prijs. De roman *Gemis*, genomineerd voor de Libris Literatuur Prijs, werd bekroond met de Rabobank Lenteprijs voor Literatuur. Haar recent verschenen roman *Vallen is als vliegen* werd met grote lof overladen door recensenten, boekverkopers, schrijvers en lezers

Kaartverkoop: www.perdu.nl

De avonden beginnen om 20.00 uur en eindigen 22.00 uur, de bar is open tot 23.00 uur

Alle avonden zijn per livestream te volgen waarbij u betaalt voor een link.

De link ontvangt u twee uur voor aanvang van het programma.

Prijzen:

Normaal	€ 13,50 per avond	Passepartout voor 4 avonden	€48,50
Studenten, Stadspas en 65+	€ 11,00 per avond	Passepartout voor 4 avonden	€40,00
Livestream	€ 9,00 per avond	Passepartout voor 4 avonden	€32,50

Contact Stichting Breukvlakken

www.breukvlakken.nl

Ralph Levie

ralph@enlev.nl

Contact Stichting Perdu

www.perdu.nl

perdu@perdu.nl