

Taal der waarden

Bene agere et nil timere.
(Doe goed en vrees niet.)

Taal der waarden

Over barbarij en bildung

Jacques Soonius



uitgeverij

SWP

Taal der waarden

Over barbarij en bildung

Jacques Soonius

ISBN 978 90 8560 180 7

NUR 735

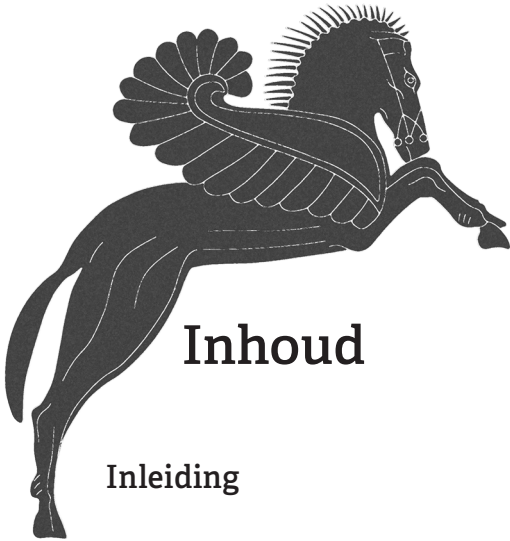
THEMA QDTQ/QDHH

BISAC PHIo10000/PHIo05000

DOI 10.36254/978-90-8560-180-7

© 2022 Uitgeverij SWP Amsterdam

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



Inhoud

Inleiding	9
1 Waardenleer	23
Inleiding	23
Deontologie en utilisme	23
Waarden	27
<i>Autonomie</i>	27
<i>Privacy</i>	29
<i>Vrijheid</i>	30
<i>Respect voor de natuur</i>	32
<i>Respect voor de mens</i>	35
<i>Welzijn</i>	38
<i>Gezondheid</i>	46
<i>Veiligheid</i>	47
<i>Rechtvaardigheid</i>	48
<i>Constructieve communicatie</i>	51
<i>Democratie</i>	58
<i>Vertrouwen</i>	64
Verticale en horizontale transcendentie	69
2 De socratische methode	77
Inleiding	77
Casuïstiek	78

3	Morele ontwikkeling	90
	Inleiding	90
	Levensloop Lawrence Kohlberg (1927-1987)	90
	Onderzoek	92
	Morele ontwikkeling Kohlberg	97
	A. <i>Preconventioneel niveau (amoreel/egocentrisch niveau)</i>	97
	1. <i>Straf- en gehoorzaamheidsoriëntatie</i>	97
	2. <i>Hedonistische oriëntatie</i>	98
	B. <i>Conventioneel niveau (heteronoom niveau)</i>	100
	3. <i>Goed meisje- of goede jongenoriëntatie</i>	101
	4. <i>Orde- en wetoriëntatie</i>	109
	C. <i>Postconventioneel niveau (autonoom niveau)</i>	110
	5. <i>Sociaalcontractoriëntatie</i>	110
	6. <i>Ethisch-principiële oriëntatie</i>	111
	Evaluatie theorie Kohlberg	119
	7. <i>Sociaal-integratieve oriëntatie</i>	131
4	Psychologische ontwikkelingen	135
	Inleiding	135
	Private of brede moraal	139
	Menselijke tekorten	143
	<i>Liefdeloos bestaan</i>	146
	<i>Valse sociale cognitie</i>	154
	<i>Vervreemding</i>	165
	<i>Matig empathisch vermogen en verwerkingsproces</i>	171
	<i>Afweer</i>	180
	<i>Gering incasservermogen</i>	186
	<i>Ontbreken communicatieve en gedragsvaardigheden</i>	188
	<i>Geen impulscontrole</i>	207
	<i>Irrationeel denken</i>	209
	<i>Overintellectualisatie</i>	213
	<i>Economisering samenleving</i>	221
	<i>Criminalisering samenleving</i>	227
	Het moreelquotiënt	235

5. Emotie en rede	239
Inleiding	239
Emotiemodel	240
Psychotherapie en levensgeluk	258
6 Geluk	267
Inleiding	267
Geluksonderzoek	269
7 Preambules bij wetten – publieke moraal	282
Preamble mensenrechten (UVRM)	286
Preamble Wet medisch-wetenschappelijk onderzoek met mensen (WMO)	290
Preamble Wet op de geneeskundige behandelingsovereenkomst (WGBO)	294
Gedragscodes	299
8 Complexe keuzes	302
Inleiding	302
Zoekproces	303
Dilemma's	318
Groepsberaad	321
Besluit	326
Literatuur	329
Personalialia	339



Inleiding

Het leven kent vele momenten: gewone, vreugdevolle en onprettige. Wanneer waarden als gezondheid, rechtvaardigheid, autonomie, vrijheid, welzijn en veiligheid er altijd zijn vallen ze nauwelijks op en vinden we ze heel normaal, zoals warm water uit de kraan komt. Maar wanneer we ziek zijn hebben we opeens nog maar één wens. Ook wanneer we onrechtvaardig behandeld worden of niet meer vrij zijn te zeggen en te doen wat we willen.

Er zijn redenen genoeg waarmee mensen aangeven niet gelukkig te zijn: ik word niet gerespecteerd, ik word niet eens gehoord, ik krijg alleen maar kritiek, ik word voortdurend belachelijk gemaakt, ik word niet begrepen, ik word achtergesteld, voortdurend vernederd, je wordt zomaar als een stuk vuil aan de kant gezet, ik voel me gebruikt, ik word bedreigd, mijn grenzen worden geschonden, ik kan niet tegen roddel, er is geen respect voor privacy, ik ben gewoon belazerd, alles willen ze van me afpakken, ik voel druk vanuit de omgeving, er is geen vertrouwen, er is geen enkele steun, ik hoor alleen maar kritiek, ik krijg overal de schuld van, je hebt niets in te brengen, al de woede richt zich op mij. Wanneer de redenen terecht zijn, worden steevast waarden geschonden. Uit deze waardenschendingen kunnen verschillende klachten voortkomen, zoals angst, onzekerheid, stress, cynisme, depressie of burn-out. De tegenkracht hiervoor is in een veilige, open, warme en eerlijke omgeving het bespreekbaar maken van de teleurstellingen en vervolgens het zoeken naar de juiste manieren ermee om te leren gaan, zoals later wordt beschreven. Het geeft maar aan hoe sterk de krachten bij afwezigheid en aanwezigheid van waarden zijn.

Zelf vorm geven aan de waarden in elk sociaal contact dat wij hebben met mensen om ons heen is niet altijd eenvoudig. Laten wij anderen wel vrij? Zijn we zelf wel democratisch en rechtvaardig? Voelen personen zich veilig bij ons gedrag? Oordelen wij niet te makkelijk over anderen? Ervan uitgaand dat de toepassing van waarden in de praktijk veelal anders kan zijn dan wat we van de morele leer verwachten, behoedt ons dat voor te hoge verwachtingen. Waarden worden dikwijls geschonden en daarmee kwetsen we anderen of leren we incasseren.

In deze monografie over levenskunst (*ars vivendi*) aandacht voor waardenleer en psychologische ontwikkeling die beide voor goed leven staan en ons weerbaar maken tegen een meedogenloze praktijk.

In hoofdstuk 1 worden waarden (*principes*) beschreven en geprezen aan de hand van vele citaten uit de filosofie en de religie, zoals autonomie, privacy, vrijheid, respect voor leven, zelfrespect, veiligheid, gezondheid, liefde, rechtvaardigheid, constructieve communicatie (contact), democratie en vertrouwen. Het is een aanzet tot het concreet vormgeven van ons waardenstelsel. In veel ethische inleidingen worden daartoe geen pogingen gedaan uit vrees wellicht subjectief in de keuze te zijn en door een relativisering of zelfs weerstand tegen eigen culturele waarden (*oikofobie*), omdat het elders op de wereld of onder bevolkingsgroepen heel anders kan zijn. Kunneman (2015) citeert Gianni Vattimo: 'De feitelijke, pluralistische wereld waarin wij leven kan niet meer worden geïnterpreteerd door een denken dat haar tot elke prijs wil unificeren in naam van één uiteindelijke waarheid.' Het valt niet te ontkennen dat velen hun eigen waarheid hebben en standpunten onoverbrugbaar blijven, ondanks verwoede pogingen. In dit werk wordt niettemin het standpunt verdedigd dat een uitwerking van een waardenleer wel degelijk bijdraagt aan een scherper beeld op het goede leven dat wij allang intuïtief kennen en daarmee iets aan de bescherming van verworven waarden in onze cultuur kunnen doen. Wat bij ons vanzelfsprekend is kan in andere landen anders liggen waar regimes heersen die niets met democratische waarden en mensenrechten ophebben. Vaak bij lijden door afwezigheid van een waarde beseffen wij pas de kracht ervan. Uit het kwaad komt het goede voort (*ex malo bonum*). Eenmaal ontdekt kunnen we ervoor kiezen ze alle-

maal expliciet als vaste waarden te blijven omarmen en ze vorm te geven in elk sociaal contact dat wij met elkaar hebben. Waardenleer is een levensvisie. Alleen al de toepassing van constructieve communicatie doet wonderen, omdat deze alle waarden raakt.

In hoofdstuk 2 worden lastige keuzes voorgelegd waarbij het heel moeilijk is trouw te blijven aan waarden. Hierbij wordt gebruikgemaakt van de socratische methode. Het blijkt dat wij onder dezelfde omstandigheden niet dezelfde keuzes maken. Vermijding van pijn of verleiding door genot kan ons een andere kant doen opdrijven dan waar onze waarden voor staan. Dikwijls moeten we strijden en lijden om toch op onze ideale bestemming te komen.

In hoofdstuk 3 worden de morele ontwikkelingsfasen van de psycholoog Lawrence Kohlberg beschreven. Het belang van de waarden te doorzien is in zijn theorie het hoogst haalbare, wat slechts voor een minderheid van de mensen bereikbaar is. De weg naar bewustwording van de waarden, waar we in goede tijden nauwelijks om malen, kan lang zijn en zelfs onbegaanbaar wanneer we verstrikt raken in egoïsme, opportunisme, macht en blinde volgzzaamheid.

Onze morele ontwikkeling wordt toegelicht met experimenten in de psychologie die, bedoeld of onbedoeld, licht werpen op sociale krachten tussen mensen. De theorie wordt ook kritisch besproken, met name het ontbreken van psychologische vaardigheden bij het moreel functioneren en de eenzijdige nadruk op cognitie. Vernieuwend is de herinterpretatie van de cognitieve fasen tot morele attitudes waarbij emoties en gedrag tevens van belang zijn, waardoor de weg vrij wordt gemaakt om een 'sociaal-integratieve' fase 7 toe te voegen aan de theorie van Kohlberg. Wie uiteindelijk de betekenis van waarden eenmaal weet te doorgronden wacht nog een heel ontwikkelingsproces voor ze in de praktijk daadwerkelijk uit te kunnen dragen en bij conflicterende belangen de meest verstandige keuzes te maken. Zelfkennis, mensenkennis en levenservaring zijn van belang. Daarmee is de morele ontwikkeling niet af in de adolescentie, zoals Kohlberg beweerde, maar zal doorgaan tot ver in de volwassenheid.

Psychologische vaardigheden om de taal van waarden te leren begrijpen en te kunnen vertalen in gedrag worden in hoofdstuk 4 genoemd. Dit levert een andere kijk op zowel psychologie als op ethiek, want beide zijn veel meer met elkaar verweven dan de huidige scheiding van disciplines veronderstelt. Het veld van de private moraal wordt beschreven, waarin wij veelal de betekenis van waarden voor het eerst ontdekken en wij zelf verantwoordelijk zijn voor het vormgeven van waarden. De waarden enkel kennen is niet voldoende. Een breed arsenaal aan vaardigheden op cognitief, emotioneel en conatief gebied (*conor* = streven, handelen) speelt hierbij een belangrijke rol. Wanneer daar wat aan ontbreekt, wreekt dat zich door een schending van een of meer waarden, en dus op geluk voor jezelf en/of voor anderen. Dramatisch zijn bijvoorbeeld de gevolgen van een liefdeloze jeugd. Onverwerkt verdriet draagt niet bij tot verdraagzaamheid en warmte. Oppervlakkig oordelen over personen en cultuurverschillen leiden gemakkelijk tot allerlei vooroordelen en vormen van intolerantie. Door een natuurlijke afkeer van angst kijken we dikwijls een andere kant op, waardoor wreedheden niet worden gezien en gewoon door kunnen gaan. Ook door sociale druk vanuit de omgeving kan de betekenis van waarden worden verdraaid waardoor vervreemding ontstaat. Naast emotionele tekorten kunnen communicatieve en sociale beperkingen evenzeer schade aanrichten bij onszelf en anderen. De invoering van het nieuwe begrip 'ambidexter gedrag' verduidelijkt waarom vaste handelingsgewoonten lang niet altijd geslaagd zijn om in totaal wisselende omstandigheden of systemen het goede te doen. Het superioriteitsaura rond het intellect in de wetenschap kan elk gevoel als subjectief afdoen en daarmee wortel en bloesem van het leven aantasten. Omstandigheden als de toenemende economisering van onze samenleving versterkt bepaald niet de sociale band die wij met elkaar kunnen hebben. En criminaliteit al helemaal niet. Financiële wetten zijn anders dan menselijke wetten.

Een tekort aan emotionele, cognitieve en sociale competenties kan de morele dissociatie verklaren waardoor een grote kloof aanwezig is tussen theorie en praktijk (*moral gap*). Ethiek bedrijven zonder kennis van psychologie is een *mission impossible*. Niet noodzakelijkerwijs door slapheid of onbetrouwbaarheid maar door een onvermijdelijk onvermogen omdat we op jonge leeftijd nog niet alles kunnen en weten wat de volwassenheid zich aan ons zal

ontvouwen. De natuur maakt geen sprongen (*natura non facit saltum*). We blijven elke dag, elk moment, leren van onze successen en fouten wanneer we voortdurend reflecteren op onze vaardigheden om geluk en contact met onze naasten eigenstandig te bevorderen. Dit proces van persoonlijke en morele vorming is een wezenlijk onderdeel van het oude begrip 'bildung', dat voorheen historische en culturele kennis omvatte, maar hier verengd wordt toegepast in psychosociale zin. Een nieuw begrip, 'moreelquotiënt', wordt door mij geïntroduceerd waarmee de maat wordt aangegeven in hoeverre iemand benijdenswaardige eigenschappen succesvol eigen heeft gemaakt waarin waarden tot uiting komen. Onderliggende processen als realiteitszin (naast vakbekwaamheid, weinig afweer, vervreemding en vooroordelen), emotievaardigheden, waardenleer en sociaal vermogen dragen in een complex geheel bij aan karaktervorming met eigenschappen als moed, altruïsme, oplossingsvermogen, zelfvertrouwen, oprechtheid, empathie, vriendschap, rationaliteit, harmonie, kracht en authenticiteit waarover iedereen wel zou willen beschikken. Met de huidige psychologische en morele inzichten, die bijdragen aan zelfvervolmaking (*eudaimonia*) en wijs handelen, wordt de deugdleer van Aristoteles enorm verrijkt.

Hoofdstuk 5 is gewijd aan de historische verhouding tussen het emotieve en het cognitieve in onze samenleving. De beoordeling is sinds de klassieken binnen onze cultuur in het voordeel van het rationele leven. Dat maakt ook meteen duidelijk dat niet iedereen de betekenis van waarden in haar volledigheid doorziet. Naast intellectueel inzicht bepaalt emotioneel inzicht de inhoud en diepgang die waarden hebben. Sterker nog, uiteindelijk is in ethiek het geluksgevoel van onszelf én de ander de toetssteen voor 'goed leven'. Een ontwikkelingsmodel verheldert hoe de emotieve, cognitieve en handelingscompetenties uit voorgaand hoofdstuk complementair op elkaar ingrijpen om het proces naar zelfvervolmaking met een hoog moreelquotiënt te beschrijven. Het betekent dat persoonlijke vorming naast respect voor waarden van de mens een beter mens maakt.

Hoofdstuk 6 gaat over geluksonderzoek naar wat mensen zelf ervaren en biedt also empirisch zicht op prettig leven. Door de internationale benadering hiervan wordt cultuurbias gereduceerd zodat wij niet zomaar onze

eigen visie boven die van anderen plaatsen. De invloed op geluk door eigen toedoen is net zo groot als erfelijkheid en omstandigheden tezamen. Zelfontwikkeling, positieve psychologie en onderhoud van sociale relaties voeden levensgeluk. Bij genoemde sleutels voor geluk worden vaardigheden en inzichten genoemd die onafhankelijk, onbedoeld en verrassend de hypothese van een zevende sociaal-integratieve fase in de volwassenheid lijken te bevestigen. De bijdrage van psychologie casu quo psychotherapie aan geluk in de samenleving vindt empirische ondersteuning. Omdat nadruk op economische groei in ontwikkelde landen weinig meer bijdraagt aan welzijn is van toename van aandacht voor bildung, waar morele en psychologische vorming een essentieel onderdeel van is, in de toekomst veel te verwachten. Uit onderzoek blijkt dat met de leeftijd en de geestelijke ontwikkeling levensgeluk toeneemt.

In hoofdstuk 7 is er aandacht voor verweer tegen een vernietigende praktijk door het invoeren en volgen van mensenrechten, wetten en beroepscodes. Wordt de geest van de wet en gedragscodes niet door personen begrepen, dan zijn wetten strikte gedragsvoorschriften (normen) waaraan ieder zich dient te houden om een veilige en vreedzame samenleving te bevorderen. Gewezen wordt op het belang de ontstaansgeschiedenis of noodzaak van wetten in preambules te formuleren zodat de band tussen recht en psychologie verhelderd wordt en wat het voor de burger als individu betekent. Een aanzet wordt gedaan voor mensenrechten (UVRM), de Wet medisch-wetenschappelijk onderzoek met mensen (WMO) en tot slot twee aspecten van de Wet op de geneeskundige behandelingsovereenkomst (WGBO), te weten de voorlichtingsplicht en het toestemmingsvereiste. Het gaat hier om rechten, vrijheden en plichten waar iedere burger mee te maken heeft in de gezondheidzorg en de samenleving om barbaarse toestanden te bestrijden.

In hoofdstuk 8 is er aandacht voor lastige keuzes waar we in de praktijk mee worden geconfronteerd. Dat kwam ook al naar voren in hoofdstuk 2. In complexe zaken kunnen onmogelijk alle waarden en wensen tegelijk optimaal gerealiseerd worden. Dikwijls moet hiertussen een balans worden gevonden en dat vraagt om zorgvuldige besluitvorming. Er wordt een strak analyseschema gepresenteerd om dilemma's te ontwarren wanneer

wensen, waarden en wetten onderling of met elkaar moeilijk tegelijk te verenigen zijn (incompatibel). Hierbij is nodig: het verzamelen van de feiten, hanteren van heldere definities, oog hebben voor alle betrokkenen en belangen, zicht hebben op waarden, wetten en beroepscode. Aanvullend een creatief zoeken naar handelingsopties om daarna de beste gedragskeuze te maken met argumenten omkleed. Een casus over gebruik van geweld wordt uitgewerkt omdat in de regel mijns inziens ongenueanceerd over dit thema wordt gesproken. Tot slot worden competenties beschreven voor actoren die verantwoordelijkheid dragen bij te nemen besluiten en daarmee de beste keuzes kunnen maken. De taal der waarden komt dan volledig tot haar ontwikkeling.

Wanneer we ons richten op goed samenleven dan komt dat neer op werken aan waarden en aan onszelf. Het leven vraagt dagelijks of wekelijks een meditatief moment; stilstaan bij wat we zelf of anderen de afgelopen tijd in gedrag aan waarden hebben bijgedragen. Hierdoor zetten we de levensfilm even stil die anders te snel door blijft gaan zonder nog iets op te kunnen nemen. Even pas op de plaats, een moment van heilige stilte (*otium sanctum*), een onthaasting om bij jezelf te komen. Dit vraagt moed, want ervaringen waarmee we geconfronteerd worden kunnen heel onprettig zijn. De voorstelling van zaken kan heel anders zijn dan wat we daarvoor verwachtten. Achteraf gezien hadden we misschien anders kunnen oordelen of reageren. Door die vertraging leren we beter wat vreugde en verdriet voortbrengt bij onszelf of anderen. Van kijken naar jezelf of anderen kunnen we veel meer leren dan van wat in boeken staat. Het belangrijkste leerboek ben je zelf. Door zelf- en mensenkennis kunnen we onze denk- en handelwijze bijstellen om het persoonlijk verkeer in gewenste banen te houden. We gaan situaties overzien en betere keuzes maken. Wanneer we dat niet doen denderen we almaar voort in een trein, zonder ergens een plaats aan te doen of zelfs nog een bestemming te hebben.

Filosofie en psychologie zijn sinds de Oudheid sterk met elkaar verweven geweest maar in de twintigste eeuw geheel gescheiden disciplines geworden met eigen faculteiten, bibliotheken, tijdschriften, werkmethode, taalspelen, mores en mindsets. Psychologen houden zich buiten de voorgeschreven

gedragscode over het algemeen weinig bezig met ethiek en laten het onderwijs geheel over aan filosofen en theologen. Ook het geloof is bij hen veelal niet in trek. Van alle academici zijn sociale wetenschappers, met name psychologen, het meest ongelovig. Visies van Marx en Freud over kerk en God hebben het heilig gezag gereduceerd tot gewone sociale instituten en vaderprojecties. Van systeemverbetering en zelfanalyse wordt meer verwacht om onze leefomstandigheden te verbeteren dan alleen van bidden. Baker heeft het eens zo geformuleerd (Spilka, Hood & Gorsuch, 1986): 'Toen psychologie zich afsplitste van de religie verloor zij haar ziel, toen zij zich losmaakte van de filosofie verloor ze haar geest en toen zij zich richtte op het behaviorisme verloor ze haar bewustzijn.'

Psychologie die zichzelf profileert als wetenschap wil harde kennis, toetsbare theorieën en is sterk gericht op het individu in relatie met zijn omgeving. Psychologen staan niet bekend om hun conformisme. Ze zijn in de regel wel bijzonder aardig en hebben scherp oog voor het ontstaan van vreugde en het bestrijden van ellende. Mensen gaan tegenwoordig dan ook voor hun geluk naar de psycholoog. Die positie is inmiddels in een moderne samenleving verworven. Als gedragswetenschapper wordt beroep gedaan op evidence-based handelen gebaseerd op empirische en praktische kennis. Filosofen houden zich ook bezig met goed leven, maar meer contemplatief op maatschappelijk en politiek niveau naast bestudering van literaire, wijsgerige, theologische en juridische geschriften die een schat aan kennis en inzichten van onze voorouders bevat (*studia humanitatis* of *humaniora*). Kohlberg wist ethiek in de jaren zestig bij de Amerikaanse psychologie weliswaar weer naar binnen te halen, maar daar staat zijn morele ontwikkelingstheorie nu al bijna vijftig jaar als helder baken volledig geïsoleerd. Ethici kunnen of doen er weinig mee en in de psychologie kent het tot vandaag de dag nagenoeg geen vervolg. Het ontwikkelingsmodel is later nog alleen door anderen intercultureel gevalideerd. Die twee volstrekt gescheiden werelden binnen de universiteit is begrijpelijk, maar totaal ongewenst, want psychologie en ethiek richten zich beide op goed en gelukkig leven en hebben elkaar veel te bieden.

Het werk *Ethica Nicomachea* van Aristoteles (384-322 v.Chr) wordt algemeen door filosofen als een van de beste boeken geprezen. Als *homo universalis* werden wetenschapsleer, biologie, pedagogiek, recht, politiek en filosofie als disciplines niet gescheiden en nog geïntegreerd als natuurlijk geheel. Met zijn deugdleer wijst hij op het belang om 'uitersten te vermijden' waarbij de gouden regel geldt: 'niets te zeer' of 'het juiste midden'. Niet gierig zijn maar ook niet verkwistend, niet laf zijn maar ook niet overmoedig. Het weerstaan van begeerten en verdragen van angsten voorkomt dat wij ons in hen verliezen. Door de vier Platoons-Ciceroonse deugden (lees: karaktereigenschappen; handelingsrichtlijnen) verstandigheid of voorzichtigheid (*sophia* of *prudentia* is in zijn leer de belangrijkste), matigheid (*sophrosune* of *temperantia*), moed (*andreia* of *fortitudo*) en rechtvaardigheid (*dikaios* of *iustitia* als de volmaakte deugd die als enige ook handelt in het belang van de ander), kan het juiste worden gedaan om tevredenheid, innerlijke rust of geluk te verkrijgen. 'De deugd is de manier om zichzelf optimaal te verwerklijken, en zo te lukken oftewel: gelukkig te worden' (Van Tongeren, 2008, cit. Aristoteles). Andere beminlijke eigenschappen in zijn werk zoals vrijgevigheid, grootmoedigheid, het vermogen om gevoelens te hebben, zachtmoedigheid, vriendelijkheid, dankbaarheid, humor en vriendschap dragen daartoe ook bij. 'Zonder vrienden zou niemand kiezen voor het leven ook al zou hij verder alles bezitten.' Vele kwaliteiten dus die we nodig hebben om goed te leven en tevreden te zijn. Over naastenliefde (*caritas*) heeft Aristoteles het niet, ook al was bekend dat hij voor zijn slaaf goed was. Dat kwam driehonderd jaar later door Christus en navolgers.

Veel waardevolle eigenschappen (assets) dus om goed samenleven mogelijk te maken. Natuurlijk heeft de huidige psychologie c.q. psychotherapie, door de enorme vlucht in de vorige eeuw, als een moderne deugdleer veel meer te vertellen dan Aristoteles over aard, herkomst en ontwikkeling van nobele eigenschappen om dat algemeen begerenswaardige doel van zelfvervolmaking, geluk en tevredenheid te verkrijgen. Aandacht voor het intrapsychische leven en psychosociale vaardigheden geeft aan hoe wij in onze persoonlijke vorming hoger kunnen komen. We spreken nu over 'ontwikkeling van competenties' of 'gedragsvaardigheden' die in opleidingen, trainingen, coachingtrajecten en psychotherapie geoefend worden om samenleven en

samenwerken te stimuleren en onze weerbaarheid tegen waardenschendingen te vergroten. Denk-, gedrags- en emotievaardigheden in combinatie met waarden dragen bij aan de vorming van persoonlijke kwaliteiten (bildung) die meer van het samenleven en geluk maken. Dit vormt de kern van deze handleiding voor levenskunst. Sommigen gaan daarin heel ver en verkrijgen daarmee een hoog moreelquotiënt. Het valt hierbij sterk aan te bevelen dat oude banden tussen ethiek en psychologie weer worden aangehaald, zodat meer afstemming ontstaat tussen emotie en rede, gedrag en idealen, wensen en realiteit. Het is mijn persoonlijke ervaring dat psychologen uitstekend geschikt zijn om morele ontwikkeling te doceren. Wanneer voortschrijdend inzicht daartoe noopt moeten grenzen tussen disciplines overschreden worden. Helemaal niet in de betekenis van ethiek als onderdeel van filosofie een sociale vaardigheidstraining te maken of deze te psychologiseren, eerder door reflectie over eigen gedrag, gedachten en gevoelens te stimuleren om waardenleer als morele attitude dichterbij de eigen persoon te brengen. Begerenswaardige eigenschappen ontstaan niet zomaar. We worden er niet mee geboren, ook al kan aanleg en een goede opvoeding bevorderlijk zijn. Het vraagt zelfbewustwording en persoonlijkheidsvorming waarbij een batterij aan vaardigheden essentieel is. Psychologie kan aanvullend door experimenten en empirisch onderzoek precies de vinger leggen op sociale en vormende krachten en daarmee verdienstelijk invulling geven aan het morele vacuüm dat is ontstaan door de secularisering van de samenleving en niet alleen door theoretische ethiek kan worden opgevuld. Psychologie helpt mensen die in een pokkenzooi zijn vastgelopen en daardoor gekwetst, moedeloos, verweesd en zoekend zijn geworden. Ook gewone reflectiemomenten over onze dagelijkse besognes zijn daarvoor behulpzaam. Een scheidslijn tussen psychologie en ethiek kan in het academisch milieu door wetenschappelijke eisen als operationaliseerbaarheid en behavioral evidence weliswaar te rechtvaardigen zijn, in onze levenswereld, die aanzienlijk groter is, kunnen of moeten beide disciplines toch weer samenkomen. In sociale competenties schuilen impliciet de waarden die beter leven bevorderen.

De formulering van menselijke tekorten of natuurlijke zwakten in het gedrag en de overwinning ervan kan gezien worden als een rijke aanvulling op de morele ontwikkelingsleer van Kohlberg. Werkelijk begrijpen dat de waarden

staan voor motivators voor geluk, en in wezen levensovertuigingen zijn, is in zijn theorie beslist een grote stap, maar het heeft nog een vervolg. Het staat verre van intriges, kliekvorming, roddel, jaloezie, kwaadsprekerij, leugens, verraad, onderdrukking en samenzwering waaraan we frequent worden blootgesteld omdat anderen enkel hun eigen voordeel willen behalen. Wordt het grote belang ervan wél begrepen dan wordt alsnog appel gedaan op vele competenties zoals incasseringsvermogen, empathisch contact, probleemoplossend gedrag, flexibiliteit, rationalisatie, realiteitszin, goed communicatievermogen en weerbaarheid om waarden in het dagelijks leven vorm te geven in feitelijk gedrag. Daarmee wordt wellicht de discussie over het wel of niet aanwezig zijn van een zevende morele fase eindelijk beslecht. Als psycholoog, docent en trainer heb ik mij tientallen jaren ingezet om genoemde vaardigheden in levens- en/of beroepshouding eigen te maken en aan cliënten, studenten en volwassenen over te dragen, en daarmee waarden impliciet of expliciet vormgevend in het sociaal functioneren, hetgeen bijdraagt aan gewenste kwaliteiten zoals mensvriendelijkheid, stressbestendigheid, vakbekwaamheid, eigenwaarde, doorzettingsvermogen, enthousiasme en vechtlust, waaruit weer arbeidsvreugde en levensgeluk voortkomen. De introductie van een *morele sociaal-integratieve fase 7* in deze monografie over waardevol en dus zinvol leven kan, naast de introductie van enkele andere concepten, worden gezien als de meest originele vondst in dit werk door het trekken van dwarsverbanden tussen persoonsvorming en waardenleer, waarbij het proces van bildung niet beperkt zal blijven tot kennisverwerking en denkprocessen alleen, want het vraagt in even sterke mate om emotionele en communicatieve competenties.

In filosofische teksten, buiten het werk van Aristoteles, mis ik dikwijls genoemde psychologische diepgang om het proces naar zelfverwerkelijking en geluk te beschrijven. Vandaar dit boek. Sterker nog, de heersende traditie sinds de Oudheid en met name Kant tijdens de Verlichting waarbij de rede absoluut boven de emotie wordt geplaatst, hindert zelfs de volle bewustwording van de inhoud die waarden hebben. Waarden zijn dikwijls gebaseerd op eigen ervaringen in onze vroege jeugd waarbij het abstracte denken nog helemaal niet tot ontwikkeling is gekomen. Het kan ook op latere leeftijd komen wanneer we voor het eerst met groot geluk of ongeluk

worden geconfronteerd. In dit werk wordt dan ook gepleit voor een harmonischer verhouding tussen de geestesvermogens verstand en gevoel. Hierbij past het wetenschappelijk onderzoek naar geluk, dat een basisemotie is, wat in de afgelopen drie decennia zo sterk opgang doet. 'Onderzoek naar geluk was lang de speeltuin van filosofische veronderstellingen en dat heeft niet voor een stevige bewijsgrond gezorgd' (Veenhoven, 2010). Gewerkt wordt nu vanuit de ervaringen en verhalen van mensen. Van bottom-up, wat gewone stervelingen zoals u en ik in het dagelijks leven meemaken, in plaats van top-down, wat grote denkers ooit voor de mensheid hebben bedacht. Geluksonderzoek op empirische basis lijkt veelbelovend mede richting te geven aan datgene waar iedereen naar op zoek is en veelal anderen toewenst. Iedereen kan van dat onderzoek de vruchten plukken, van de burger die zijn vaardigheden ontwikkelt, tot aan de bestuurder die de organisatie en het systeem wil verbeteren.

Objectieve maatstaven als rijkdom en bruto nationaal product (BNP) zijn in welvarende landen niet meer toereikend om goed leven van personen en de bevolking te bevorderen, wanneer basisbehoeften (bed, bad en brood) verzekerd zijn. Luisteren naar wat mensen vreugde en onvrede geeft is onmiskenbaar van belang om hen te begrijpen en iets voor hen te kunnen betekenen. Ook voor een samenleving met zoveel nadruk op prestatie, concurrentie en aanhoudende economische groei kan het inzicht komen dat toename van productie in ontwikkelde landen weinig meer bijdraagt aan geluk en dus om een andere insteek vraagt. Wanneer met succes armoede is verdreven, zou naast het bnp aandacht kunnen uitgaan naar een bng (bruto nationaal geluk) waarbij werkelijk belangstelling is voor de ander, er geduldig geluisterd wordt naar elkaar zodat begrip en verbinding kunnen ontstaan. Zoals het nu gaat vallen we door de wet van de markt, het snelle leven en de prestatiedwang makkelijk ten prooi aan oververmoeidheid, oppervlakkigheid, extreme eenzaamheid, leegte en doelloosheid. Regering en lokale overheden die regelmatig nagaan hoe het met het geluk van hun burgers is gesteld, en de verdeling ervan, kunnen tendensen in het oog houden, de belangrijkste noden identificeren en informatie verkrijgen waaruit een dieper inzicht over oorzaken van werkelijk geluk kan groeien (Layard, 2010). In de psychologie wordt dat al op micro- en mesoniveau gedaan. Het