

## **Verslag van de bij- en nascholing over de film Shame, op 26 januari 2019** door Francis Oudenampsen.

Met een groep van 12 deelnemers volgden we deze interessante nascholing. Goed om de theorie van schaamte en verslaving op te frissen aan de hand van een intrigerende film, waarin je aanvoelt dat het dramatisch gaat aflopen met de hoofdpersoon.

De film Shame, van regisseur Steve Mc Queen, werd ingeleid en nabesproken door drs. Gerdine Veen. Zij is psychotherapeut en psychoanalyticus en docent bij het PPCH. In dit verslag beantwoord ik de vragen die Wanda ons vooraf mailde.

De film Shame in het kort:

We zien de knappe New Yorkse zakenman Brandon, die voor de buitenwereld een gewoon leven leidt. In het geheim is hij de hele dag (tijdens en na zijn werk) bezeten van seks. Elke spanning of onrust die hij voelt, probeert hij in de kiem te smoren met anonieme seks. Hij kan geen diepgaande emotionele relaties aangaan en beleeft geen plezier aan het masturberen, webcam seks, callgirls etc. Brandon houdt zich staande in dit systeem van geheime seksverslaving, totdat zijn zusje Sissy zijn appartement en ook zijn (binnen) leven binnenkomt. Zij is wèl (obsessief) op zoek naar echte liefde en intimiteit....

*Gaat deze film over schaamte?*

In de film wordt het woord verslaving niet genoemd. In Engeland is een film over seksverslaving niet geaccepteerd en in de VS staat zo' n film laag op de ranking. Het is een taboe om een film over seksverslaving te maken. Een taboe heeft dus zeker met schaamte te maken. Het mag niet gezien worden.

*Hoe ontstaat schaamte?*

Schaamte is een heel diep gevoel, nl. het gekwetst zijn van het Zelf. Het ontstaat al vroeg in het leven en het voelt als controle verlies. Iemand voelt zich bekeken. Met de ogen van een ander kijkt iemand naar zichzelf vanuit de idee niet belangrijk te zijn, voor de ander en voor zichzelf.

Woede en razernij worden te groot als er te veel schaamte is. Als deze emoties keer op keer niet goed worden opgevangen, kan het de heftigheid niet sussen. Men gaat dan een manier zoeken, onbewust, om deze pijnlijke schaamtegevoelens af te weren. Dat kan bijvoorbeeld door de ander te controleren. Zo blijft iemand ver uit de buurt van gevoelens van schaamte over zichzelf. Er ontstaat een bevroren gevoelsleven. Een krampachtig opbergen van 'zichzelf'. Op deze manier gaat iemand zijn eigen diepere verlangens uit de weg.

*Hoe kan seksverslaving begrepen worden?*

Seksverslaving heeft te maken met: doen en het gedrag. De spanning en onrust wordt in de kiem gesmoord. Naast elkaar kan het bestaan: het gewone leven en de verslaving. Wat er naar buiten gedaan wordt heeft geen relatie met de binnenwereld. Brandons gevoelsleven is versteend. Voor Brandon zijn de momenten van hulpeloosheid en controleverlies erg pijnlijk. Bekeken worden keert hij om. Hij maakt geen echt (oog) contact met de dames; hij commandeert en vernedert hen zonder dat hij daar plezier aan beleeft. Seksverslaving is dus de macht hebben en controle houden.

In de verhouding van Brandon met zijn zus Sissy wordt deze controle verstoord. Brandon wordt angstig. En hij verliest zijn evenwicht.

*Is het niet zoals met alle symptomen (van verslavingen) een poging tot zelf-herstel en het vermijden van psychisch lijden?*

Ja dat klopt. Alle symptomen van verslaving hebben als oorzaak de schaamte. Het gevoel dat je iemand zichzelf niet waardevol genoeg vindt voor de ander en zichzelf. Als dat diepe gevoel geraakt wordt, geeft dat onrust, woede of machteloosheid. Om deze gevoelens niet te hoeven voelen, kan je iemand afleidingen zoeken in roken, drank, eten, kopen, gokken, seks enz.

Zus Sissy laat Brandon naar zichzelf kijken met één zinnetje: 'Wij zijn geen slechte mensen, maar we komen uit een slechte plek'.

Bij zus Sissy is de schaamte en de woede of machteloosheid verpakt en destructief tegen zichzelf gericht. Ze automutileert en met een aanklampend, hunkerend gedrag levert ze zich uit aan mannen. Uiteindelijk belt ze (tevergeefs) om de hulp van haar broer.

Onder het genot van een drankje en versnaperingen konden we bijpraten en werd deze bijscholing afgesloten.