

Presteer je gek, dan doe je al normaal genoeg

In zijn essay *'De Vermoeide Samenleving'* (2014) betoogt Byung-Chul Han dat we in een tijdperk leven waarin er niet zozeer sprake is van een gebrek - oftewel in Han's woorden (2014, p. 11) -, van negativiteit of van het vreemde dat bij ons dreigt binnen te dringen en waar wij ons immunologisch voor proberen af te weren (Han, 2014, pp. 10-11), maar dat er eerder sprake is van een overmaat aan positiviteit (Han, 2014, p. 9). Anders dan het negatieve (of de negatie van het vreemde) komt dit voort uit een teveel van het gelijke (Han, 2014, p. 13, 16). Dit krijgt zijn beslag in wat hij duidt als een vorm van geweld wat het resultaat is van *"overproductie, overprestatie of overcommunicatie"* (Han, 2014, p. 13). Deze vorm van geweld noemt Han exhaustief, dat wil zeggen: het put uit (Han, 2014, p. 15). Dit geweld is systematisch-immanent en leidt tot hyperactiviteit door het massaal geworden positieve (Han, 2014, p. 16). Dit uit zich volgens Han in allerlei neurale infarcten en stoornissen (Han, 2014, p. 9).

Door deze invloeden laat onze maatschappij zich niet langer typeren als een commandosamenleving, maar eerder als een prestatie maatschappij, bewoond door prestatiesubjecten, en niet langer door louter gehoorzaamheids subjecten (Han, 2014, p. 17). Het prestatiesubject is het subject dat al is gedisciplineerd en in die hoedanigheid niet zozeer gedwongen wordt tot presteren, maar presteren tot een zelfopgelegde noodzakelijkheid maakt, dat wil zeggen: de opdracht om te presteren internaliseert en als gevolg daarvan zichzelf onderwerpt aan zelfuitbuiting (Han, 2014, pp. 17 – 19). De prestatiedruk die deze subjecten vanuit zichzelf voortbrengen door *"de vrijwillige dwang om zijn prestatie te maximaliseren"* leidt tot uitputtingsdepressies en een *"vermoeidheid van werken en kunnen"* (Han, 2014, p. 20).

Wanneer we de actualiteitenrubrieken erop naslaan zien we inderdaad een toename in het aantal burnouts, zeker onder jongeren (SCP, 2014). Volgens genoemde bron komen burnouts voornamelijk voor onder laagopgeleiden, namelijk 1 op de 6 in de leeftijdscategorie 26 tot 30 jaar, wat neerkomt op 1 op de 8 werknemers in deze groep (SCP, 2014). Tevens is er onlangs een boek gepubliceerd *'Stop met Stressen'* van Annemiek Ruggenberg en Lotte Stegeman over burnouts bij (vooral hoogopgeleide) middelbare scholieren. Ook deze auteurs laten zien dat de middelbare scholieren die ze hebben onderzocht en hebben geïnterviewd vooral het overdadige presteren aan zichzelf opleggen, vanuit perfectionisme en de ambitie om te excelleren. Weinig van hen zegt druk vanuit de omgeving te ervaren, zoals bijvoorbeeld vanuit de ouders. Hierin lijkt wederom het gelijk van Han te worden beklonken.

Overmatig presteren en de neurale effecten die dit genereert heeft ook de aandacht getrokken van Sara Domogala wie er een documentaire over maakte: *'Alles wat we wilden'*. Ze volgt hier een aantal jongeren die zich, Han's terminologie ter handen nemend, als prestatiesubjecten laten typeren. Het zijn immers jongeren die de schijn geven te handelen vanuit een intrinsiek, eigen verlangen om te presteren en vooral ook om uit te blinken in die prestaties.

We krijgen jongeren te zien wie continenten afreizen, niet om uit te rusten, maar voor een nieuw initiatief, een nieuw project, met andere woorden: een nieuwe prestatiemogelijkheid. Deze jongeren worden dus inderdaad geleid door projecten, initiatieven en motivatie (Han, 2014, p. 18). Het is in die zin inderdaad dat het vreemde niet meer bedreigend is, maar exotisch waarin prestatiesubjecten de toerist uithangen (Han, 2014, p. 10). Het vreemde beangstigt niet meer, maar wordt een object van mogelijke consumptie of een nieuwe prestatiemogelijkheid. De jongeren gaan als gevolg hiervan lijden aan ervaringsbesitas, dat wil zeggen, ze worden ervaringsbees, hun CV en leefwereld gaat lijden aan een vorm van zwaarlijvigheid, een overdaad aan positiviteit (vgl. Han, 2014, p. 13).

Wat tevens opvalt is dat de prestaties zich uitspreiden over meerdere projecten en initiatieven, het prestatiesubject flexibiliseert waardoor ervaringen fragmentariseren. De prestatie wordt een soort fastfoodmiddel. Dit valt te relateren aan wat Han noemt: bindingsarmoede (Han, 2014, p. 19). Volgens Han ondermijnt deze fragmentarisering onze contemplativiteit en is multitasking de tegenhanger van de contemplatieve aandacht. Er is eerder sprake van hyperaandacht. We raken zo verloren in de hectiek waarin niets nieuws zou worden geschapen, maar louter van alles gereproduceerd en zou datgene versneld raken wat er al is (Han, 2014, pp. 22-23). Wanneer we echter onze creatievere prestatiesubject beschouwen, zouden we wellicht ook kunnen stellen dat een teveel aan het creëren van nieuwe dingen ook leidt tot een overmaat aan presteren. Doch is goed terug te zien in de documentaire dat er bij de jongeren sprake is van hyperaandacht, door gerichtheid op meerdere projecten.

Volgens Han is er ook sprake van een gemis door het besef van de vergankelijkheid van het leven, wat onzekerheden en onlusten oplevert (Han, 2014, p. 28). In de documentaire zien we dit ook terugkomen in uitspraken van jongeren dat ze bang zijn er niet toe te doen, niet onthouden of gezien te worden, dat alles voor niets geweest zal zijn, dus vergankelijk. Door het overmatige presteren is in de documentaire tevens te zien dat jongeren aan nervositeit gaan lijden, depressiviteit (wat Han duidt als ik-vermoeidheid (Han, 2014, p. 39) en dwangneurosen. Het repetitieve presteren verwordt tot een neurose. Om dit te kantelen, zien we dat de jongeren naar medicijnen grijpen. Dit bevestigt het punt van Han dat de prestatiesamenleving verwordt tot een dopingsamenleving (Han, 2014, p. 43). Een jongen stelde zelfs de medicijnen te gebruiken juist omdat het werk eronder ging lijden. Zo zien we dat medicijnen gebruikt worden als het werk onder druk staat, waardoor het prestatiesubject weer kan werken. Met andere woorden: als de prestatiemachine hapert, wordt deze geolied door doping voor het brein, zodat de prestatiemachine weer gaat draaien.

Han spreekt, blijkens uit bovenstaande, over de opdracht tot presteren. Maar waar komt deze daadwerkelijk vandaan? Leggen we dit onszelf op, of is dit louter schijn? En hangt het feit dat prestatiesubjecten dit zichzelf opleggen dan helemaal niet veel meer samen met externe factoren dan Han stelt? Is het wel echt zo dat net als Kants autonome wil de drang tot presteren volledig spontaan vanuit zichzelf wordt voortgebracht, dus diens eigen causaliteit kent en dat het presteren verloopt via zelfopgelegde wetten, idem als bij Kants ethiek? Het feit dat we prestatiesubjecten zijn geworden, wordt wellicht juist het grote succes van de neoliberalisering in beklonken wie een vorm van zelfmanagement bij ons heeft weten teweeg te brengen (McNay, 2014, p. 59). Han stelt dan wel dat het prestatiesubject een continuering is van het gedisciplineerde subject (Han, 2014, p. 18), maar het is de vraag of daarom disciplineren wel helemaal weg te denken valt als afkomstig uit externe factoren. We leven immers ook in een maatschappij waar wordt verwacht dat we veel presteren, blijkens ook uit het feit dat er tegenwoordig CV-formulieren zijn waarin je schrijfruimte krijgt geboden waarin je dient te verantwoorden waarom, indien dat het geval is, er een gat is in je CV. Leggen we wel daadwerkelijk het presteren onszelf op met ons hyperactief ego? Of komt dit door externe druk tot presteren? Als we zien dat burnouts statistisch gezien oververtegenwoordigd zijn in bepaalde beroepssectoren zoals bijvoorbeeld het onderwijs (CBS, 2010), zou dit wellicht het argument sterken dat er naast zelfopgelegde druk toch wel degelijk sprake is van externe druk, of men zou moeten willen betogen dat vooral prestatiesubjecten met een hyperego zich tot deze sectoren voelen aangetrokken.

Ook in de documentaire horen we jongeren spreken over verwachtingen van buitenaf, over beoordeeld worden vanuit de omgeving en tevens gaf een jongere aan dat de dwang tot presteren een diepgewortelde notie is in de maatschappij. Als hij gelijk heeft, dan zouden we moeten stellen dat de disciplineren niet compleet vervangen is door zelfdwang, maar dat er nog altijd een dominant discours is dat ons maant tot presteren.

Dit blijkt ook wel wanneer we bedenken dat een gat in het CV niet wordt geaccepteerd en wanneer we hedendaagse vacatures ter hand nemen waarin men voor veel functies niet louter diploma's vraagt, maar ook vrijwilligerswerkervaring, ervaring in het buitenland en minimaal vijf jaar werkervaring in een bepaalde discipline, met andere woorden: een veelvoud aan prestaties.

We leven inderdaad in een tijd waarin alles moet kunnen, maar vooral ligt er ook een druk op ons om van alles te *willen*. Het willen wordt immers als voorwaardelijk geponeerd voor het kunnen. Het willen gaat dus aan het kunnen vooraf. Dit willen is helaas niet onbegrensd, willen moet je immers ook maar kunnen en wilskracht en discipline zijn als spieren die we tot uitputting kunnen drijven. De dwang tot het willen vindt diens uiting in geboden zoals: "je kunt alles bereiken, als je maar wilt" en "waar een wil is, is een weg". Dit past ook in het positieve schema van de prestatie wat Han als huidig paradigma onderscheidt (Han, 2014, p 18). Echter is dit niet louter een zelfopgelegd willen, maar komt deze, blijkens uit de genoemde geboden, ook deels van buitenaf. Deze wil wordt vooral gedwongen zich te richten op bepaalde dingen, zoals overprestatie, overconsumptie, overcommunicatie (vgl. Han, 2014, p. 13).

Met Han kunnen we stellen dat prestatiesubjectiviteit leidt tot neurale stoornissen en wellicht ook dat we dit tot op zekere hoogte over onszelf afroepen, maar daarmee gaat hij toch voorbij aan het feit – wat ook blijkt uit de documentaire – dat de druk nog altijd ook deels van buitenaf lijkt te komen. Inderdaad is arbeid geïndividualiseerd tot een bedrijvige prestatiesamenleving, maar dit heeft het individu niet uit zichzelf voortgebracht (Han, 2014, p. 28), maar is ook het effect van externe druk in de vorm van disciplineren vanuit de neoliberale ideologie (vgl. McNay, 2014, p. 59). Disciplineren en zelfdwang gaan in dit geval hand in hand en versterken elkaar. Han bevestigt dit wanneer hij stelt dat de prestatiesamenleving nieuwe vormen van dwang in het leven roept (Han, 2014, p. 30). In Han zijn woorden: "*In deze dwangsamleving draagt ieder zijn eigen werkkamp in zich mee.*" De dwingende externe factor is hier de samenleving, de internalisering en zelfdwang blijkt uit het feit dat men zijn eigen werkkamp met zich meedraagt.

Geraadpleegde literatuur

Centraal Bureau voor de Statistiek (2011). *Meer werknemers met burn-outklachten*. Verkregen op 25-03-2015 van

<http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/arbeid-sociale-zekerheid/publicaties/artikelen/archief/2011/2011-3493-wm.htm>

Han, B.C., vert.: Schuitemaker, F. (2014). *Drie essays. De vermoeide samenleving. De transparante samenleving. De terugkeer van Eros*. Amsterdam: Van Genneep.

McNay, L. (2014). *The Misguided Search for the Political*. Verenigde Staten: Polity Press.

Ruggenberg, A. & Stegeman, L. (2014). *Stop met stressen. Handleiding voor jongeren met een (bijna) burn-out*. Houten: Lannoo Campus.

SCP (2014). *Burn-out: verbanden tussen emotionele uitputting, arbeidsmarktpositie en Het Nieuwe Werken*. Verkregen op 25-03-2015 van

http://www.scp.nl/Publicaties/Alle_publicaties/Publicaties_2014/Burn_out_verbanden_tussen_emotionele_uitputting_arbeidsmarktpositie_en_Het_Nieuwe_Werken