

A hand is shown holding a white envelope, positioned in the lower right quadrant of the frame. The background is a blurred image of the Greek flag, featuring horizontal stripes of blue and white. The overall scene is set against a light, overcast sky.

In dit artikel wordt een nieuwe toepassing van persoonlijke toekomstverbeeldingen besproken, namelijk als prospectief reflectie-instrument in een politieke context. De casus hiervoor is het Griekse Referendum van 2015. In de dagen voorafgaand aan dit Referendum werden via een online survey 124 brieven vanuit de toekomst van 99 Griekse potentiële kiezers verzameld over een gewenste toekomst na een ja- of een nee-uitslag van het Referendum. De brieven laten een zeer divers beeld zien, maar hebben als overeenkomst dat het Referendum door potentiële kiezers als een ambigue en onzekere situatie wordt beschouwd. Aan de hand van een brief analyseren we diepgaand hoe de toekomstige identiteitsconstructie van een potentiële kiezer functioneert als waardebeoordeling voor het heden.

De casus van het Griekse Referendum in 2015

Persoonlijke toekomstverbeelding als prospectief reflectie-instrument

■ Anneke Sools, Sofia Triliva, Eva Fragkiadaki & Emmanouil Tzanakis

Politieke toepassing van mogelijke zelden.

Het psychologische onderzoek naar zogeheten mogelijke zelden (possible selves) vormt een gedegen wetenschappelijk onderbouwde en empirisch getoetste benadering van persoonlijke toekomstverbeelding. Het concept mogelijke zelden werd in 1986 gemunt door Hazel Markus en Paula Nurius, die dit concept baseerden op voorgaand onderzoek naar identiteit, motivatie, doelen stellen en toekomstverbeelding. Zij definieerden mogelijke zelden als "ideeën van individuen over wie ze zouden kunnen, willen en vrezten te worden". Ze theoretiseerden dat mogelijke zelden de link vormen tussen motivatie en gedrag en onderscheidden twee centrale functies van mogelijke zelden:

- 1) motiverende functie, door gewenste zelden na te streven en ongewenste zelden te vermijden;
- 2) evaluatieve functie, door een interpretatieve context te vormen voor het huidige zelf. Beide functies veronderstellen een relatie tussen toekomst en heden. Afhankelijk van de valentie van het toekomstige zelf, zal het huidige zelf ernaar streven dit toekomstige zelf te bereiken of te vermijden. Het toekomstige zelf krijgt betekenis vanuit doelen en waarden die relevant zijn voor

belangen van het huidige zelf (Markus & Nurius, 1986; Dunkel & Kerpelman, 2006) en kan daarom behulpzaam zijn om betere beslissingen te nemen in het heden, en om waarde en richting te bepalen (Sools & Mooren, 2012; Sools, Tromp & Mooren, 2015).

Het oorspronkelijke werk van Markus en Nurius heeft navolging gekregen in domeinen variërend van gezondheid, tot carrièrecoaching en bij doelgroepen variërend in etniciteit, leeftijd en geslacht (Dunkel & Kerpelman, 2006). Het is echter een nieuwe toepassing in de politieke context van stempraktijken, die aan actualiteit wint nu burgers steeds vaker worden geraadpleegd via een Referendum. Omdat burgers soms een grote kloof tussen politiek en hun eigen, dagelijks leven ervaren, kan het verbeelden van de consequenties van politieke stemmingen voor het persoonlijke leven uitkomst bieden. Dit geldt zeker voor de vaak abstracte formuleringen van Referenda, waarvan de betekenis en implicaties zelfs voor experts lang niet altijd duidelijk zijn.

In het geval van het Griekse Referendum komt daarbij nog de grote onzekerheid en angst voor de toekomst gezien de mogelijke grote sociaal-eco-

Referendum of the 5th of July 2015

Should the plan of agreement be accepted, which was submitted by the European Commission, the European Central Bank, and the International Monetary Fund in the Eurogroup of 26.06.2015 and comprises of two parts, which constitute their unified Proposal? The first document is entitled "Reforms For The Completion Of The Current Program And Beyond" and the second "preliminary Debt Sustainability Analysis."
NOT ACCEPTED/NO ACCEPTED/YES

nomische en politieke consequenties van zowel de ja- als de nee-stem. Vastgelopen onderhandelingen tussen de Griekse regering en de Europese Unie waren de aanleiding voor het Referendum, waaraan al enige crisisjaren van toenemende werkloosheid, sociale instabiliteit, bezuinigingsmaatregelen en een nagenoeg bankroete staat aan vooraf waren gegaan. Het Referendum werd onder grote tijdsdruk in tien dagen georganiseerd door premier Tsipras, die aangaf dat een overtuigende nee-uitslag hem zou helpen om de impasse in de onderhandelingen te doorbreken (Katsanidou & Otjes, 2015). In deze spanning verhogende context, werden kiezers geconfronteerd met de volgende ambigue en ondoorgrondelijke formulering van de Referendumentekst:

In die gespannen situatie, waar de toekomst van Griekenland in de handen van de bevolking werd gelegd, en waarin geldopnamen bij banken aan strikte banden was gelegd, ontwikkelden we een online survey waarin we Griekse potentiële kiezers vroegen een persoonlijke toekomst na het Referendum te verbeelden. Onze gedachte was, dat die verbeelding hen kon helpen positie te bepalen, afstand tot een door angst geregeerd heden te scheppen, en kon helpen om keuzes over stemgedrag te maken. Deze aanpak past in de roep voor een meer reflexieve samenleving en burgerbetrokkenheid.

Brieven vanuit de Toekomst

Voor het doeleinde van het personaliseren van de consequenties van een abstracte toekomst na een Referendum, en het creëren van een reflectieve afstand tot het heden, lijkt een narratief instrument om mogelijke zelden te meten (Brieven vanuit de Toekomst) bij uitstek geschikt. Dit prospectief-reflectieve instrument (Sools, Tromp & Mooren, 2015; Sools & Mooren, 2012) vraagt namelijk om op een open wijze naar de betekenisverlening aan het gewenste toekomstig zelf te kijken, waarbij de samenhang en dynamiek tussen verschillende aspecten van het zelf zichtbaar worden. Daarnaast biedt het narratieve instrument een gecontextualiseerde beschrijving van het toekomstig zelf.

Hierin verschilt een narratieve benadering van toekomstige zelden via meetinstrumenten die op kwantificerende en gedecontextualiseerde wijze (via een lijst) vragen naar de relevantie van vooraf bepaalde zelden (op het domein van werk, privé, enzovoort).

Het instrument *Brieven vanuit de Toekomst* komt oorspronkelijk uit de gezondheidsbevordering (Bohlmeijer et al., 2008), en kan naast interventiemiddel voor individuen en groepen (Sools, Tromp & Mooren, 2013) ook als kennisinstrument in onderzoek ingezet worden (Sools, Tromp & Mooren, 2015; Sools, Borgmann & Kleine, 2016). Voor dit onderzoek werd de instructie aangepast aan de Griekse context en vertaald vanuit het Engels naar het Grieks door tweetalige onderzoekers van het internationale onderzoeksteam. Deelnemers werden geworven via een combinatie van werving uit de netwerken van de onderzoekers gevolgd door de sneeuwbalmethodode. De steekproef bestond voor ongeveer 70% uit vrouwen en 30% mannen met een gemiddelde leeftijd van 35 jaar (SD=25). NEE-brieven werden bijna twee keer zo vaak geschreven als JA-brieven. Hoewel 65% van de deelnemers hoger onderwijs had genoten, was de meerderheid momenteel zonder inkomen of uit de laagste inkomenscategorieën (tot € 15.000,- op jaarbasis). Ongeveer 30% had een fulltimebaan in loondienst, ongeveer 30% was werkloos, ongeveer 10% werkte parttime en de overige ruim 10% werkte als zelfstandige.

Voor het bestek van dit artikel beperkt de analyse zich tot een (naar het Nederlands vertaalde) brief, die inzicht geeft in een mogelijke manier om de brief vanuit de toekomst te gebruiken, namelijk als voorbereiding op het stemmen *tijdens* het Referendum. Deze brieffunctie vormt een uitzondering in ons onderzoek, omdat de meeste brieven betrekking hadden op levenskeuzen *na* het Referendum. De brief is ook uitzonderlijk in de mate waarin de bewustzijnsstroom van de schrijver expliciet wordt gemaakt. De rationale achter deze zogeheten 'extreme case selectie' is om de grenzen van het bereik, in dit geval van toekomstbrieven als identi-

Mijn beste zelf,

1. Ik ben in de slaapkamer waar ik als kind sliep, het is bedtijd en ik ben moe [...]. Zoals
2. wel vaker gebeurt de laatste tijd, wordt mijn geest overspoeld door gedachten uit het
3. verleden, oude angsten en dilemma's. Hoe ben ik hier beland? [...] En het belangrijkste,
4. waar ga ik naartoe vanaf hier? [...] Ik was er vanaf het eerste moment van overtuigd
5. dat ik NEE zou stemmen. De propaganda via tv-kanalen, de mensen die de JA-stem
6. promootten en de manier waarop zij dat deden, duwden me consequent richting een
7. NEE-stem. Ik verzette me, worstelde, ik wilde graag kiezen voor risico in plaats van in
8. een vreselijke situatie blijven zitten door lafheid. Ik maakte reclame voor NEE, ik vocht
9. ervoor en die zondagochtend werd ik wakker met dezelfde vastberadenheid om te
10. stemmen. Ik was nooit een fanaticus waar het politieke zaken aanging, maar het was
11. te ver gegaan [...] Ik ging naar het stemlokaal, en betrad besluitvaardig het stemhokje.
12. Ik had de stemkaart in mijn hand, het zou niet al te lang duren, ik had mijn ouders
13. verteld op me te wachten zodat we allemaal tegelijk zouden kunnen vertrekken.
14. Ik neem de pen in mijn hand en ik stop 'm bijna in de NEE stembus. Maar ik doe het
15. niet. Het enige wat ik me herinner is dat ik mijn uitgebrachte stem in de bus doe, en
16. dat het een JA-stem is. Wat is er gebeurd? Hoe kon dit gebeuren? Hoeveel tijd er ook
17. overheen gaat, ik zal altijd terugreizen naar dat moment dat alles voorbijging zonder
18. te begrijpen waarom. Ik herinner mijn paniek. Ik herinner mijn trillende hand. Ik
19. herinner gecompliceerde gedachten. "Je gaat ertegenin gewoon om tegen te zijn", "Je
20. maakt geen geïnformeerde keuzen", "Je denkt niet aan degenen die veel meer te
21. verliezen hebben", "Ben je er klaar voor om het risico te nemen terwijl de anderen
22. aanwezig zijn?" [...] Het was het moment dat iets in mij veranderde. Ik realiseerde me
23. dat ik niet de persoon was die ik dacht te zijn. Ik was geen rebel. Zeer moeilijke dagen
24. zouden voorbijgaan... en ik verdiende ze. [...] de belangrijkste reden dat ik hier
25. terechtgekomen ben in de slaapkamer van mijn jeugd zonder hoop en droom, was niet
26. de politieke situatie. Het was mijn stem, het gewaarworden van mijn angst. Het was
27. het moment dat me altijd zal blijven achtervolgen. Want we zijn onze beslissingen. En
28. ik koos voor angst, daarom zal die me altijd blijven vergezellen in mijn leven.
29. Mijn beste zelf, die dit alles aan het lezen is, ik doe geen beroep op je om NEE te
30. stemmen [...] maar ik adviseer je om na te denken over de persoon die je wil worden
31. [...] temidden van de chaos die bestaat in je brein, probeer van de angst af te komen.
32. Word geen lafaard. Word niet mij [...].

teitsreflectie-instrument in een politieke context, te verkennen (Polkinghorne, 2005). De kwalitatieve analyse van deze brief richt zich op het identificeren van mogelijke zelden, hun ontwikkeling en hun evaluatieve functie.

In het stemhokje

In deze brief blikt de schrijver, een 22-jarige man, vanuit een moment drie jaar na het Referendum

terug op zijn stemgedrag in het stemhokje.

Aan het begin van de brief wordt een piekerende zelf geïntroduceerd (r.1-3), waarna een reflecterend zelf zich afvraagt: Hoe ben ik hier beland? Waar ga ik naartoe? De rest van de brief geeft meer inzicht in wat met 'hier' wordt bedoeld, door in detail verslag te doen van de feitelijke gebeurtenissen maar ook van wat de schrijver hiervan vindt,

en in welke emotionele ruimte de briefschrijver zich bevindt.

In de aanloop (r.4-11) naar de centrale gebeurtenis (het daadwerkelijk uitbrengen van de stem, verteld in de tegenwoordige tijd in r.11-15), wordt een zelf zichtbaar dat in een proces verwickeld zit van overtuigd raken van een NEE-stem. Hoewel overwegend de overtuiging als een feit wordt gepresenteerd, wordt ook melding gemaakt van verzet en worsteling (r.7-8) en van geduwd worden (r.6-7). Dit overtuigende zelf staat in sterk contrast met het zelf dat gepresenteerd wordt als degene die de stem uitbrengt, namelijk een onverwacht JA-stemmend zelf (r.14-16) dat uit de herinnering gewist lijkt. Hier keert het reflecterende zelf terug (r.16). De onbegrijpelijke daad staat voor "altijd" (r.16-18) in zijn geheugen gegrift. Stukje bij beetje wordt de herinnering ingevuld zodanig dat de lezer inzicht krijgt in de complexe overwegingen die een rol speelden bij de besluitvorming (r.18-22).

Het zich herinnerende en reflecterende zelf brengen de schrijver naar een ongemakkelijke conclusie over zijn identiteit (r.23): een lafaard, die koos voor angst en zich daar schuld bewust over toont (r.23-28). Het is deze ongewenste identiteit die het piekerende zelf voedt ("zal me altijd blijven vergezellen" r.28). De brief sluit af met een adviserend zelf dat vanuit de ervaring van een eeuwig piekerend, schuld bewust en angstig zelf het huidig zelf toespreekt. Het adviserend zelf doet een beroep op het reflecterend zelf "om na te denken over de persoon die je wil worden" (r.31). Het is geen advies over de stem op zich, maar over de gewenste identiteit.

Hier wordt zichtbaar hoe toekomstverbeelding functioneert als waarde bepaling voor het heden. Meer specifiek wordt een functionele samenhang van verbeelde mogelijke zelden zichtbaar: het reflecterende zelf zet het zich-niet-herinnerende zelf aan tot herinneren wat tot gewaarwording van een ongewenst angstig, laf en schuld bewust zelf leidt. Deze gewaarwording activeert een tweede ongewenst zelf, namelijk een piekerend

zelf. Als oplossing wordt door het adviserende zelf weer een beroep gedaan op het reflecterende zelf. Hoewel de instructie van de brief gericht was op gewenste zelden, gaat een groot deel van de brief dus over ongewenste zelden. Deze worden echter in gesprek gebracht met het gewenste reflecterende (en geïmpliceerd moedige) zelf.

Conclusie en discussie

De gepresenteerde identiteitsanalyse van een brief vanuit de toekomst, geeft inzicht in een mogelijke toepassing van dit prospectief-reflectieve instrument. Door het zich levendig voorstellen van een belangrijk moment in de nabije toekomst vanuit mogelijke consequenties in de verre toekomst wordt waardengestuurd gedrag aangemoedigd (hier moet boven lafheid). Het genuanceerde spel dat zichtbaar werd tussen gewenste en ongewenste zelden, is een goed voorbeeld van het duale systeem dat volgens Wong (2011) kenmerkend is voor positieve psychologie 2.0. Hierin worden moeilijke leefomstandigheden en negatieve emoties erkend als wezenlijke onderdelen van de positieve psychologie (Bohlmeijer et al., 2013; Wong, 2011). ■

Anneke Sools is Universitair Docent aan de vakgroep Positieve Psychologie en Technologie van de Universiteit Twente. Ze is tevens programmadi-recteur van het Verhalenlab www.utwente.nl/ligs/ehealth/research/story-lab. Sools is gespecialiseerd in narratief onderzoek, en onderzoekt de rol van toekomstverhalen in de context van persoonlijke en sociaal-economische crisis en kwetsbaarheid.

Sofia Triliva is Universitair Hoofddocent aan de afdeling Psychologie van de Universiteit van Kreta. Haar onderzoek richt zich op hoe community benaderingen welbevinden vergroten door een dialoog die sociale, relationele en culturele condities bevaagd op een manier die leidt tot solidariteit en wederkerigheid binnen en tussen groepen.

Eva Fragkiadaki is Universitair Docent en hoofd van de psychologie-afdeling van de Hellenistisch-Amerikaanse Universiteit in Athene. Fragkiadaki traint

en begeleidt klinisch psychologen in opleiding. Ze doet kwalitatief onderzoek in internationale samenwerkingsprojecten op het gebied van psychotherapie, professionele en persoonlijke ontwikkeling, de impact van de Griekse crisis op de GGZ.

Manolis Tzanakis is Universitair Docent aan de afdeling Sociologie van de Universiteit van Kreta. Zijn onderzoek richt zich op sociologische aspecten van (geestelijke) gezondheid, en op epistemologische kwesties in de relatie tussen het psychologische, biologische en sociale. Hij is auteur van *Practices of Self and Mental Illness. A life history*.

Referenties

- Bohlmeijer, E. (2007). *De verhalen die we leven: Narratieve psychologie als methode*. Amsterdam: Boom.
- Bohlmeijer, E., Bolier, L., Westerhof, G., & Walburg, J.A. (2013). *Handboek positieve psychologie: Theorie, onderzoek en toepassingen* (pp. 91-103). Amsterdam: Boom.
- Dunkel, C., & Kerpelman, J. (2006). *Possible selves: Theory, research and applications*. New York: Nova Science Publishers.
- Katsanidou, A., & Otjes, S. (2015). How the European debt crisis reshaped national political space: The case of Greece. *European Union Politics*, 17(2), 262-284. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/1465116515616196>
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American psychologist*, 41(9), 954.
- Polkinghorne, D.E. (2005). Language and meaning: Data collection in qualitative research. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 137-145.
- Sools, A., Borgmann, T., & Kleine, E. (2016). De zin van vervreemdende toekomstverbeelding. *Tijdschrift voor Positieve Psychologie*, 1(3).
- Sools, A., & Mooren, J.H.M. (2012). Towards narrative futuring in psychology: Becoming resilient by imagining the future. *Graduate Journal of Social Science*, 9(2), pp. 203-226.
- Sools, A., Tromp, T., & Mooren, J.H.M. (2015). Mapping letters from the future: Exploring narrative processes of imagining the future. *Journal of Health Psychology*, 20, 350-364, doi:10.1177/1359105314566607
- Sools, A., Mooren, J.H., & Tromp, T. (2013). Positieve gezondheid versterken via narratieve toekomstverbeelding. In E. Bohlmeijer, L. Bolier, G. Westerhof, & J. A. Walburg (red.), *Handboek positieve psychologie: Theorie, onderzoek en toepassingen*. Amsterdam: Boom.
- Wong, P. (2011). Positive Psychology 2.0: Towards a Balanced Interactive Model of the Good Life. *Canadian Psychology*, 52(2):69-81.