

GEDESIDOLISEERD



Idols-finale 2003. Jamai wordt gefeliciteerd door de andere kandidaten. Jim Bakkum (rechts) wordt tweede.

Elfjaar geleden werden de eerste Idols-finalisten in een klap beroemd. Wat doet die instant roem met je leven en carrière?

Jim, Jamai, Dewi, Hind, Marieke, Yuli, Zosja, Joel, Bas en David werden in 2003 op slag beroemd als finalisten van *Idols*. Nu, elf jaar later, blikken ze terug op de dag dat hun droom uit kwam en de roerige periode die daar op volgde. *U kunt nog stemmen* is een documentaire over de verslavende werking van roem en de macht van media. Drie psychotherapeuten leggen uit wat er met je gebeurt als je van de ene dag op de andere beroemd wordt.

Jan Derksen universitair hoofddocent psychodiagnostiek aan de Radboud Universiteit Nijmegen, hoogleraar psychodynamische psychotherapie aan de Vrije Universiteit Brussel en narcisme-expert bij *Psychologie Magazine*. 'We leven in een tijdperk waarin narcisme is toegenomen. Dat past bij de huidige samenleving, want in een ingewikkelde maatschappij heb je meer narcisme nodig om te overleven. Dat begon in de jaren 60. De zuilen en religie werden losgelaten en ouders voedden hun kinderen veel vrijer op en beloonden hen vaker. De net-naoorlogse ouders waren trots op hun kinderen, maar zeiden dat nooit. Het kroost

zou maar naast hun schoenen gaan lopen. De generatie ouders daarna is massaal hun kinderen gaan bewonderen. Komt een kind uit school met een tekening dan woont er direct een Miro'tje in huis. De generatie achterbankkinderen – geboren in de jaren 80 en 90 – heeft daardoor een narcistische beleving: ik ben eigenlijk al goed genoeg. Meedoen aan programma's als *Idols* roept hun grootheidsfantasiën op. Heel Nederland ziet dat ik kan zingen!' 'Nu ze na tien jaar bij elkaar komen, zullen veel van die fantasiën zijn stuk gelopen. Er kwam kritiek, ze werden afgewezen bij een volgende auditie en de aandacht van het publiek richtte zich op iemand anders. Meestal leidt dat tot woede en depressie. Mensen worden inactief, kunnen niet meer genieten, zijn somber, eten en slapen slecht en relaties gaan uit. Of ze worden heel agressief. Vertonen *acting out* gedrag, destructief

handelen zonder rekening te houden met de gevolgen, wat je bij een posttraumatische stressstoornis ook ziet. Ze raken aan de verslavende middelen en verstoren hun relaties. Ik vermoed dat ze dat niet in een tv-programma zullen zeggen, maar als je de ex-*Idols*-finalisten psychologisch zou testen of indringende psychologische gesprekken met ze zou voeren, denk ik dat je ernstige narcistische krenkingen krijgt te horen.'

'Jongeren zitten in hun formatieve jaren, een erg kwetsbare fase. Je moet je weg vinden in de samenleving, je identiteit vormen. Alles wat je in deze periode meemaakt, is bepalend voor hoe je later bent en functioneert, carrière-gewijs. Deelnemen aan een talentenjacht trekt dat proces scheef. Jongeren kunnen zelfs karakterveranderingen ondergaan. Denk aan popsterren die op hun 27ste zelfmoord hebben gepleegd. Zoals Amy Winehouse, haar identiteitsvorming is totaal overhoop gehaald. Als zij van begin af aan goede psychologische begeleiding had gehad, zouden we nog van haar zangstem kunnen genieten.'

Frans Schalkwijk psychotherapeut, psychoanalyticus en schrijver van het boek *Dit is psychoanalyse, dat handelt over de innerlijke drijfveren van de mens*. 'Vergelijk het met verliefdheid. Iemand verklaart je de liefde en dat is heerlijk. Korte tijd verkeer je in de veronderstelling dat je helemaal fantastisch bent. Normaal gesproken weten de meeste mensen dat ze niet perfect zijn en hun onhebbelijkheden hebben, maar tijdens een verliefdheid verkeren we in een fantasiewereld. Zoals we die als kind hadden: eigenlijk ben ik heel bijzonder. "Je zult zien," denkt het meisje, "straks word ik ontdekt als prinses!" Het jongetje weet zeker dat hij gescout wordt voor het Nederlands voetbalelftal en de winnende goal zal maken. Dat zijn heel normale gedachten met een troostrijke functie: plotseling zijn we belangrijk. En dan doet een jongere mee aan *Idols*! Even is er niets meer te wensen over. Hij leeft in zijn grootheidsfantasia. Ouders herhalen nog eens dat hij al vanaf zijn derde jaar zo goed zingt en de programmamakers geven hem het gevoel dat hij heel belangrijk is. Vertellen dat dit de kans is om heel Neder-

land zijn of haar talent te tonen. Kortom hij wordt ingebed in een fantasiewereld, waarin het heerlijk toeven is.' 'In werkelijkheid worden de kandidaten gebruikt. Programmamakers hebben hen nodig voor het programma, dat is hun voornaamste drijfveer. Waarschijnlijk laten ze de deelnemers vallen zodra ze hen niet meer kunnen gebruiken. Ik heb een begaafde zwemmer behandeld. Hij zwom in de jeugdselectie, werkte keihard om zijn droom waar te maken. Totdat hem op een dag plompverloren werd medegedeeld dat hij niet goed genoeg was en weg moest. Dat is het punt waarop de fantasiewereld in stort. Vaak volgt dan een rouwperiode, die al naar gelang je karakter meer of minder heftig is. De een wordt kwaad en

'Die visie botst met de huidige ik-cultuur

DIE GERICHT IS OP COMPETITIE EN DE EIGEN OVERLEVING.'

beschuldigt de programmamakers, bijvoorbeeld van bedrog. Een ander verwijt het zichzelf: zie je wel, ik wist van te voren dat ik niks kon. Ik ben heel benieuwd hoe de ex-finalisten daarmee om zijn gegaan. Ik vermoed dat er weinig ex-deelnemers zijn die zeggen dat het gewoon een leuke tijd was en dat het prima is dat het niet meer is geworden dan dat.'

Liesbeth Eurelings-Bontekoe bijzonder hoogleraar aan de Universiteit van Leiden en klinisch psycholoog 'Je bent een gewoon mens en je streeft ergens naar en opeens vallen roem en

beroemdheid op je dak. Als je zelfgevoel in orde is zie je dat als een tijdelijk gebeurtenis. Als een van de vele belevenissen in je leven. Iets leuks om van te genieten. Het gaat mis als je zelfgevoel zwak is en je je bestaansrecht en zelfwaarde aan dat ene moment ophangt. Heb je een stevige basis, dan zie je het leven als een proces, waarvan deelnemen aan een talentenjacht een onderdeel is. Mooi als dat roem oplevert en wie weet lukt het om die roem te bestendigen. Als dat niet zo is, ga je door met je leven en iets anders doen. Je weet ook dat het leven geen wedstrijd is en dat er per definitie weinig ruimte is aan de top. De meeste mensen zijn gewoon, doorsnee en daar is niets mis mee.'

'Die visie botst met de huidige ik-cultuur die gericht is op competitie en de eigen overleving. Kinderen moeten presteren, bijzonder zijn, beter zijn dan anderen. Ouders ontlenen vaak zelfwaarde aan wat hun kinderen presteren, wat de druk op kinderen opvoert. Het is tegenwoordig *not done* om een *loser* te zijn. Ons zelfbeeld wordt vooral bepaald door hoe mén vindt dat we moeten zijn, daardoor leven we in een ingewikkelde tijd die niet bevorderlijk is voor de ontwikkeling van een basaal goed zelfgevoel.'

'Deelnemers aan talentenshows verkeren in hun vormende jaren. Ze zijn zoekende naar wie ze zijn en moeten daarom psychische begeleiding krijgen die hen helpt om te gaan met wat er allemaal met hen gebeurt. Begeleiding die in kaart brengt wat narcistische fantasiën van de kandidaten precies inhouden en die hen daar bewust van maakt, zodat ze niet volledig onderuitgaan als hun zangcarrière om welke reden dan ook stopt. En – heel belangrijk – begeleiding die let op de manier waarop de kandidaten met hun bestaande relaties om gaan, want dat geeft aan in hoeverre ze nog met beide benen op de grond staan.' ←

3DOC: U KUNT NOG STEMMEN
ZATERDAG, NPO 3, 21:55 UUR

Documentaire waarin de finalisten van de eerste editie van *Idols* terugkijken op deze roerige periode in hun leven.