



[www.DirectieveTherapie.nl](http://www.DirectieveTherapie.nl)

## Dank voor uw download

U kunt er natuurlijk uit citeren, graag zelfs, maar dan wel met bronvermelding. U mag dit artikel ook ruimhartig verspreiden mits het niet voor commerciële doeleinden is. In die gevallen pas na onze schriftelijke toestemming.

Opname in bloemlezingen en readers moedigen wij aan, maar wel graag eerst even overleggen.

Alle rechten van de artikelen liggen bij  
**de Stichting Cognitie en Psychose.**

Voor alle vragen:  
[info@gedachtenuitpluizen.nl](mailto:info@gedachtenuitpluizen.nl)

## Over het bijten van Suarez en andere vreemde neigingen

KEES HOOGDUIN

Luis Suarez beet op het WK voetbal 2014 zijn tegenstander Georgio Chiellini in de rug. Hij had dat eerder gedaan. In 2010 zette hij zijn tanden in Otman Bakkal, speler van PSV, in de wedstrijd tegen Ajax. Hij werd voor zeven wedstrijden geschorst. In 2012 beet hij tijdens de wedstrijd Liverpool-Chelsea Branislav Ivanovic. Hiervoor kreeg hij tien weken schorsing. Voor de beet tijdens het WK werd hij voor negen weken geschorst met daarbij een verbod om gedurende vier maanden deel te nemen aan welke voetbalactiviteit dan ook en een geldboete van 82.000 Euro.

Het is interessant om te zien hoe de hele wereld over Suarez heen viel. Als je kijkt naar de verwonding gaat het nergens over. Deze bestaat uit een afdruk van zijn tanden zonder dat de huid beschadigd is. De verwonding ontstaat als gevolg van het bijten van Suarez is relatief mild in vergelijking met de verwondingen die ontstaan als gevolg van andersoortige overtredingen op het voetbalveld: gebroken ledenmaten, kapot geschopte enkels en ontwrichte knieën worden als normale 'bedrijfsrisico's' gezien.

Zelfs over de elleboogstoot praten de voetbaldeskundigen genuanceerd. 'Hij maakte zich breed, het gebeurde onbedoeld.' Klets-koek natuurlijk; de meeste elleboogstoten met verwondingen zijn min of meer opzettelijk. Natuurlijk niet met de intentie de oogkas te verbrijzelen, maar wanneer elleboogstoten worden uitgedeeld, dient de dader zich te realiseren dat hij een collega ernstig kan verwonden. Het is merkwaardig dat de wereld zo verschillend reageert op de beet van Suarez in vergelijking met een kapot geslagen oogkas na een elleboogstoot. Die verwondingen zijn veel erger, maar schop en elleboogstoot lijken maatschappelijk meer geaccepteerd dan bijten. Bijten is 'dierlijk', het is een 'kortsluitingreactie'. We zien dat terug in de strafmaat. Een elleboogstoot wordt bestraft met twee tot vier wedstrijden schorsing, een beet met acht of negen wedstrijden en hoge boetes.

Bijten wordt vrijwel niet gezien op de sportvelden. Kinderen bijten op jonge leeftijd nog wel eens. De reacties van de omgeving

hierop zijn in de beschaafde wereld meestal fel. Bijten doe je niet en de meeste kinderen stoppen er snel weer mee. Naarmate men zich maatschappelijk ontwikkelt, wordt duidelijk dat zulk gedrag ongewenst is en wordt afscheid genomen van dit soort agressieve uitingen. Men leert dat het voordelen biedt voortaan geschillen met een gesprek op te lossen. Suarez groeide op in een sloppenwijk. In een dergelijke omgeving worden bijten en andere gemene agressieve uitingen minder streng aangepakt en mogelijk jaren aangewend om nare ruzies en vechtpartijen te beslechten. Met als gevolg het risico dat dergelijk gedrag inslijpt en min of meer als geautomatiseerde reactie in een als bedreigend beleefde context manifest wordt. Dat Suarez problemen heeft met het beheersen van zijn agressieve impulsen bleek de laatste jaren al vaker, onder andere uit het opsteken van de middelvinger naar het publiek en het discriminerend uitschelden van een donker gekleurde tegenspeler. Dit terwijl — zeggen de mensen die hem goed kennen — hij in het gewone leven een lieve vader en een aardige, maatschappelijk aangepaste echtgenoot is.

De laatste keer dat hij beet, deed hij dat ondanks dat hij een training had gevolgd om beter te leren omgaan met frustratie en agressie. Dat heeft hem klaarblijkelijk onvoldoende geholpen. Suarez heeft laten zien dat beheersing van zijn impulsen hem soms slecht afgaat. Het is onwaarschijnlijk dat de hiervoor genoemde incidenten de enige keren zijn geweest dat hij zijn zelfbeheersing verloor. Welnee, neem maar aan dat schoppen, knietjes uitdelen, elleboogstoten, schelden, provoceren en zich opzettelijk laten vallen na een minimale overtreding tot zijn dagelijkse repertoire behoren.

Die vreselijke voetbalwereld heeft een grens getrokken: schoppen, elleboogstoten, schelden, knijpen, haartrekken, het is allemaal geaccepteerd. Middelvinger opsteken, iemand voor neger uitmaken en bijten mag niet.

Suarez valt dus mogelijk terug op gedragspatronen die hij heeft geleerd in de sloppenwijk: bijten, vals spel, collega-voetballers proberen verbaal te raken. Gedrag dat in bepaalde maatschappelijke klassen vaker voorkomt naast het steken met messen, slaan met honkbalknuppels en het gebruikmaken van vuurwapens.

Duidelijk is dat Suarez moet leren op te houden met dat bijten. Wanneer hij gefrustreerd is en tot het uiterste getergd zal hem dat minder goed lukken. Beter kan men hem leren situaties die eerder hebben geleid tot bijten te herkennen en in die situaties gedrag te ontwikkelen dat het optreden van bijten niet langer mogelijk maakt.

Binnen een bepaalde context — op een voetbalveld, met de druk om als spits te moeten scoren, met tegenstanders die provoceren met

kleine gemene overtredingen — ontstaat af en toe een situatie waarin beheersing van agressie niet altijd even gemakkelijk is. Een elegante manier om meer controle te krijgen is het aanleren van een zelfcontroletechniek waarbij met behulp van een zogenaamd 'delictscenario' de keten van gebeurtenissen, gedachten, gevoelens en gedrag die leiden tot een incident in kaart wordt gebracht. Vervolgens wordt de persoon geleerd hoe deze keten te onderbreken. Belangrijk is dat hij de verschillende onderdelen van de keten leert herkennen, om vervolgens zo vroeg mogelijk in die keten in te grijpen en het bijten te voorkomen. De keten die bij Suarez tot bijten zou kunnen leiden zou er als volgt uit kunnen zien:

gedachten (als ik niet scoor, verliezen we) → gespannen gevoel → tegenstander schopt en provoceert → gedachte 'ik ga er ook hard in' → gaat er hard in → scheidsrechter fluit en geeft een gele kaart → frustratie: hij vindt dat de scheidsrechter ten onrechte de kaart geeft → tegenstander provoceert en zuigt en maakt opnieuw een overtreding → woede en agressieve impulsen nemen toe → het andere elftal scoort tweemaal en staat op winnen → spanning om zelf te scoren neemt toe en zijn doelpogingen mislukken → tegenstander provoceert en maakt misselijke opmerkingen → Suarez gaat onnauwkeuriger spelen, de spanning neemt toe → zondebok wordt gezocht en gevonden in provocerende tegenstander → lichamelijk contact rond de bal → agressieve reactie → bijten

De zelfcontroleprocedure is erop gericht om in deze keten zo vroeg mogelijk in te grijpen. Het voorkomen van het gedrag is dan vaak nog relatief eenvoudig. Zo zal Suarez door niet deel te nemen aan de wedstrijd altijd voorkomen iemand te bijten. Dat is natuurlijk geen realistische interventie. Wanneer Suarez verder in de keten is aangeland en een bepaalde speler door zijn provocerend gedrag een belangrijke factor is geworden, dan zal Suarez de keten die mogelijk gaat leiden tot het bijten moeten onderbreken. Hij zou bijvoorbeeld deze speler kunnen proberen te ontlopen door een andere tegenstander op te zoeken en daar enige tijd bij te gaan lopen. Ook kan hij alle spelconfrontaties met de speler uit de weg gaan door steeds de bal snel naar een medespeler te spelen. Een enkele keer, wanneer die speler hem hinderlijk blijft sarren, zou hij, wanneer hij merkt dat hij woedend en agressief wordt, ten slotte inderdaad een blessure kunnen voorwenden en zich laten vervangen.

Ongetwijfeld hebben in het verleden therapeuten geprobeerd Suarez te helpen zich beter te beheersen. Tot nog toe echter zonder succes. Dat is niet zo verrassend. Controle leren krijgen over min of

meer automatisch verlopende handelingen stelt hoge eisen aan die persoon.

Nog zo'n voorbeeld: wie herinnert zich niet die onverantwoorde kopstoot van Zinédine Zidane voor het oog van de camera's op de borst van Marco Materazzi (WK finale 2006). Ook dit incident had een speciale aanloop. In deze wedstrijd scoorde Zidane na zeven minuten, terwijl Materazzi tien minuten later gelijk maakte. Materazzi was, zeg maar, een nare verdediger. Bastian Schweinsteiger vat, vijf jaar na het incident van Zidane, het gedrag van Materazzi nadat hij een wedstrijd tegen hem gespeeld had, als volgt samen: 'Ik begrijp hoe Zidane zich gevoeld moet hebben. Hij haalde me het bloed onder de nagels vandaan. Nog voor de wedstrijd, in de catacomben, begon hij al te provoceren. Ook na de match kwam hij naar me toe en beledigde me.' Hierna moest de assistent-trainer Schweinsteiger tegenhouden omdat ook hij Materazzi te lijf wilde gaan.

Bij het incident met Zidane trok Materazzi aan het shirtje van Zidane, die gezegd zou hebben: 'Als je mijn shirtje zo graag wil hebben geef ik het je wel na de wedstrijd.' Daarop zou Materazzi gezegd hebben: 'Ik heb liever je zus, die hoer' (Wikipedia). Zidane — afkomstig uit Algerije — groeide als kind eveneens op in een achterstandswijk in Marseille (La Castellane) met hoge criminaliteitscijfers en grote werkloosheid.

Ook hier ging het bij deze vriendelijke, beschaafde man mogelijk om een plotseling geautomatiseerde agressieve reactie uit vroeger tijden. De gedachte dat iemand van in de dertig plotseling voor het eerst van zijn leven een kopstoot uitdeelt, is niet aannemelijk. Ook dit gedrag is ooit aangeleerd. Er hoeft ook in dit geval geen twijfel te bestaan dat Zidane net als Suarez woedend was; in zijn geval op Materazzi. Meestal kunnen zij zich beheersen, maar soms niet.

Veel mensen kennen neigingen, verlangens om iets te doen waarvan ze weten dat toegeven aan die neiging onverstandig is. Voorbeelden zijn: bonbons en chocolade eten, eetbuien, het toegeven aan bepaalde gewoonten zoals nagelbijten, haar uittrekken, risicovolle seksuele gedragingen, alcoholgebruik, ziekelijk gokken of zelfbeschadigend gedrag. Deze neigingen hebben gemeenschappelijk dat het bevredigen ervan met enige lust gepaard gaat. Na het gedrag zijn er vaak negatieve gevoelens en spijt.

Ook bij de beroemde golfspeler Tiger Woods handelde het, toen hij in opspraak raakte, om het bevredigen van bepaalde verlangens, wat hij beter na had kunnen laten. Door zijn vrouw belaagd met een golfclub (sic) vluchtte hij zijn SUV in en veroorzaakte in dezelfde straat een botsing. Direct daarna werd duidelijk dat deze beschaafde, rustige golfer vele buitenechtelijke seksuele contacten

had. Te verwachten was dat een dergelijke schatrijke, aantrekkelijke man relaties zou hebben met aantrekkelijke vrouwen of desnoods dure callgirls regelde, maar dat bleek niet het geval. In de nasleep van de publiciteit rond de echtelijke rel en het ongeluk meldde zich een aantal vrouwen met verhalen over hun ervaringen met Tiger. Het opvallendste was dat het daarbij ging om een bepaald type vrouw (zie *De Groene Amsterdammer*, 15 april 2010). Cocktailserveersters, pornoactrices, discomeisjes en exotische danseressen, vrouwen dus die in enige mate schurken tegen de zelfkant van het leven. Van wie bovendien kon worden aangenomen dat ze ervaren waren in seksuele relaties en mogelijk daardoor ook relatief minder grenzen hadden dan andere vrouwen. Hij had dus een neiging contacten aan te gaan met 'verkeerde' vrouwen. Hij verklaarde zijn gedrag (aldus vermeld in *De Groene Amsterdammer*), met: 'Ik wist dat wat ik deed verkeerd was, maar ik overtuigde me ervan dat de normale regels niet op mij van toepassing waren.'

Volslagen onzin natuurlijk. Neemt u maar aan dat hij geen interne dialogen voerde of het hem toegestaan was toe te geven aan deze impulsen. Welnee, hij voelde sterke aandrang tot dit gedrag en zijn belangrijkste gedachten waren: 'Kom ik ermee weg?' Dat lukte lange tijd, totdat hij vastliep. Toen volgde zijn pseudopsychologische prietpraat.

We zijn nu jaren verder. Denken we dat Tiger zijn lesje heeft geleerd? Het zou kunnen.

Interessant is dat bij bovenbeschreven impulscontroleproblemen de deskundigen over elkaar heen buitelen om het gedrag te verklaren. Er bestaat echter bijzonder weinig wetenschappelijke evidentie voor het feit dat de ene persoon wel last heeft van niet te beheersen impulsen, terwijl anderen daar helemaal geen problemen mee lijken te hebben. Sommige mensen bijvoorbeeld, hebben wel heel moeilijk te begrijpen, laat staan te verklaren neigingen. Een 40-jarige onderwijzer meldde zich aan met wat hij noemde een verslaving om vrouwen aan te kijken. Dit gedrag vertoonde hij overal waar hij vrouwen zou kunnen ontmoeten. Hij vertelde de omgeving te scannen naar mogelijkheden vrouwen zo dicht te benaderen dat hij ze in de ogen kon kijken. Hij wil de vrouw in de ogen kijken in de hoop dat zij terugkijkt en hem het gevoel geeft dat het klikt. Jarenlang heeft deze eigenaardigheid zijn leven bepaald. Hij besteedde het grootste deel van zijn vrije tijd met wandeltochten op nauwe paden om de kans te lopen vrouwen tegen te komen. Dit alles leverde echter weinig succes op. Slechts een enkele keer klikte het en dit gaf hem een extatisch gevoel. Zo leerde hij wel zijn partner kennen. Het klikte en ze werden een gelukkig paar. Ondanks de goede relatie heeft hij in de beginfase ervan grote spanningen

gekend omdat hij vooral op zaterdag en zondag hevig verlangde weer van die tochten te maken.

In de *Telegraaf* (29 november 2008) wordt verslag gedaan van een man, werkzaam in de groenvoorzienig, die in Emmen bekendstond als de 'lustkapper'. Hij had, toen hij aan het schoffelen was, zijn oog laten vallen op mevrouw de G. Hij was bij dit slachtoffer min of meer binnengedrongen. 'Hij pakte mijn hoofd en begon onmiddellijk met beide handen in mijn haar te kroelen en te wrijven.' En: 'Ik zag aan zijn blik dat hij duidelijk opgewonden was.' Aan de rechter verklaarde hij: 'Ik vind het gewoon mooi werk om te doen. Ik heb er helemaal geen seksuele gevoelens bij.'

Kolkhof en van Weel (2008) beschrijven een 17-jarig normaal intelligent meisje met een wel heel bijzondere eetstoornis. Ze heeft de neiging om schuimrubber te eten. Ze blijkt het gezin nogal op kosten te jagen: ze eet schuimrubber uit beha's, pantoffels, binnenvoering van de handtas van moeder, maar ook uit gym schoenen, eetkamerstoelen, hoofdkussens en ze heeft zelfs het halve matras van haar moeders bed opgegeten. Desgevraagd vertelt ze het prettig te vinden om op schuimrubber te kauwen en het daarna door te slikken. Als ze voldoende afleiding heeft, zou ze zich wel kunnen beheersen. Ze doet het vooral 's middags als haar vader werkt en haar moeder slaapt (de moeder heeft vaak nachtdiensten). Ze schaamt zich voor haar gedrag en vindt het erg vervelend dat ze de spullen van haar moeder kapotmaakt.

Voor het ontstaan van al die rare gewoonten bestaat geen afdoende wetenschappelijke verklaring. Ook nagelbijten, haar uittrekken en bonbons eten zijn niet op een verantwoorde manier te verklaren. Gelukkig is dat voor de behandeling ook niet nodig. Met een zelfcontroleprocedure zijn de meeste patiënten met succes te behandelen (van Minnen, Hoogduin, Keijsers, Hellenbrand & Hendriks, 2003).

#### Referenties

- Kolkhof, H.J. & van Weel, E.A.F. (2008). 'Mijn dochter eet mijn matras op!' Een patiënte met pica. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 50, 185-188.
- van Minnen, A., Hoogduin, C.A.L., Keijsers, G.P.J., Hellenbrand, I. & Hendriks, G.-J. (2003). Treatment of trichotillomania with behavioral therapy or fluoxetine: A randomised, waitinglist controlled study. *Archives of General Psychiatry*, 60, 517-522.