

## 'Een veilige samenleving vol angst'

Maartje Somers

27 november 2012



Paul Verhaeghe / Foto: Roger Cremers, NRC Handelsblad

De samenleving is ziek, betoogt psychoanalyticus en psycholoog Paul Verhaeghe in zijn nieuwe boek *Identiteit*. De westerse mens had het nog nooit zo goed, maar voelde zich nog nooit zo slecht. Vandaag in de bijlage Mens& van NRC Handelsblad essayeert schrijver en filosoof Jan Drost over het boek. Dit interview met Verhaeghe stond in september in de krant.

De ideale mens rijdt voor u op de snelweg, of hij staat naast u in de lift. Hij of zij ziet er goed uit, voorzien van koffiebeker, laptop, smartphone. Hij is druk druk druk, moet racen van professioneel succes naar bruisend sociaal leven. Hij twittert en facebookt en is misschien alleen tussen zes en acht offline: kindertijd. En hij geniet zich suf. Hij is reuze flexibel, efficiënt, dynamisch, snel.

En behoorlijk neurotisch. Want gaat hij over zijn eigen of maatschappelijke grenzen, dan treft Paul Verhaeghe, hoogleraar psychodiagnostiek aan de Universiteit van Gent, hem of haar in zijn spreekkamer en in zijn statistieken. Dat is de volwassene met een depressie, een burn-out of een angststoornis. Dat zijn de kinderen die in zichzelf snijden of last hebben van ADHD, ODD of een eetstoornis. En dat zijn er nogal wat; afgaande op de cijfers van de Stichting Farmaceutische Kerngetallen. Meer dan één miljoen recepten werden er in 2011 uitgeschreven voor ADHD. Tussen 1996 en 2011 steeg het gebruik van antidepressiva in Nederland met 230 procent.

Zijn er zoveel zieken? Of zijn al deze stoornissen exponenten van een zieke samenleving? De Vlaamse psychoanalyticus en psycholoog Verhaeghe denkt dat laatste. Ter verklaring van de problemen in de spreekkamers wijst hij naar onze maatschappij, ongeveer zoals Freud in *Het onbehagen in de cultuur* (1930) een

verband legde tussen de strikte Victoriaanse zeden en seksuele neurosen en hysterie, en zoals er bij voormalige Oost-Duitsers na vier decennia communisme gesproken werd van een Mauer im Kopf.

Op het omslag van Verhaeghes boek over dit onderwerp, *Identiteit*, staat een foto van een Amerikaanse kleuter, Savanha. Ze is opgetuigd voor een schoonheidswedstrijd, met mascara, oogschaduw, lipgloss en kunstnageltjes. De foto symboliseert, begrijpen we, de waarden die we volgens Verhaeghe geïnternaliseerd hebben: competitiedwang, een fixatie op het uiterlijk – en een diepe verlorenheid.

### **Eenzaamheid is het grootste probleem van deze tijd, heeft u gezegd. Niet angst of stress of ADHD.**

„Eenzaamheid is de grootste gemene deler van al die andere diagnoses.”

### **Het lijkt me ook iets van alle tijden.**

„Natuurlijk is eenzaamheid een wezenskenmerk van de mens. We hebben nu eenmaal twee biologisch ingebakken tendensen: de trek naar de groep en de individualistische neiging. Aan beide behoeften moeten we tegemoet kunnen komen. In dictaturen schreeuwt het ego om bevrijding, maar als het heersende discours is dat je moet slagen ten koste van alles en dat falen geheel je eigen verantwoordelijkheid, ja zelfs je eigen schuld is, dan wordt elk ander een concurrent, met angst en eenzaamheid tot gevolg.”

### **Is het werkelijk zo erg met ons gesteld? We leven in één van de gelukkigste landen ter wereld.**

„Nooit had de westerse mens het zo goed, dat is waar. Maar nooit voelde hij zich zo slecht. In de laatste 25 jaar zien we een paar opvallende ontwikkelingen. Depressies bij volwassenen komen in veel mindere mate voort uit jeugd of relatieproblemen, en juist vaker uit ontslag, voortdurende stress op het werk of arbeidsconflicten, kortom dingen die met het werk van doen hebben. Ook opvallend is de toename van angststoornissen. Ga na, we leven in één van de veiligste samenlevingen ter wereld en toch is er veel sociale angst, dus angst voor de ander. Maar het meest onrustbarend is in mijn ogen het hoge medicijngebruik bij kinderen en de vele stoornissen waarmee ze gediagnosticeerd worden. Onze kinderen zijn de kanariepietjes in de kolenmijn. Maar in plaats van naar het mijngas te kijken, stoppen we de kanariepietjes vol met pillen.”

### **Waarom komen onze kinderen in de problemen?**

„Opvoeden is vermoeiend, maar eigenlijk heel simpel. Ouders moeten veiligheid, grenzen en autoriteit bieden. Zodra kinderen goed gehecht zijn, en de grenzen aan hun gedrag geïnternaliseerd hebben, grofweg vanaf hun vijfde, zesde levensjaar, kun je ze voorzichtig gaan loslaten. Momenteel zie je te vaak het omgekeerde gebeuren. Kinderen worden in de eerste levensjaren juist totaal losgelaten. Het wordt als vermoeiend, tijdrovend en ingewikkeld ervaren om grenzen te stellen, mede doordat er over grenzen en autoriteit geen maatschappelijke helderheid meer bestaat. Vervolgens worden kinderen, als ze tussen de tien en twaalf jaar zijn en grenzeloos gedrag gaan vertonen, opeens ingesnoerd, of in het ergste geval met een stoornis gediagnosticeerd.

„Een andere oorzaak is dat kinderen zich voor hun identiteitsvorming vroeger alleen spiegelde aan hun ouders en hun naaste omgeving. Terwijl het aantal prikkels nu veel talrijker is, en de boodschap op het flatscreen voortdurend luidt: je kunt alles hebben, je kunt perfect zijn, nu meteen, en zonder dat je je hoeft in te spannen. Als dat je niet lukt? Pech gehad, eigen schuld. Ik ontmoet zoveel jongeren die heel jong al het gevoel hebben nutteloos, kansloos te zijn. Kinderen op het schoolplein schelden elkaar uit voor loser. In mijn ogen is dat zeer tekenend voor onze tijd.”

Paul Verhaeghe is een rustige man met donkere ogen en diepe lijnen in zijn gezicht, alsof hij sterk vermoeid is. Maar zijn toon is strijdlustig en begaan. In een tijd dat Freud langzaam maar zeker naar de geschiedenisboeken wordt verwezen, bedrijft hij in zijn boeken wat je met een gerust hart psychoanalytische cultuurkritiek kunt noemen. Leg de maatschappelijke nadruk op autonomie en zelfontplooiing, en het onderhouden van een langdurige liefdesrelatie wordt moeilijker (*Liefde in tijden van eenzaamheid*, 1998). Vervang een langdurige gesprekstherapie door ‘afvinkdiagnoses’, behandelprotocollen en een berg pillen, en je degradeert de psychiatrie tot symptoombestrijding (*Het einde van de psychotherapie*, 2009).

In het nieuwe boek graaft Verhaeghe de aardlagen van ons normstelsel af, van de innerlijke wijsheid die de Oude Grieken nastreefden tot de notie van vooruitgang uit de Verlichting. Resultaat is een felle kritiek op de economische mode van de laatste dertig jaar, in de traditie van de arbeidskritiek van de socioloog Richard Sennett, de filosofen John Gray en Hans Achterhuis die het neoliberalisme als utopie ontmaskerden en recenter de politicoloog Michael Sandel, die de economisering van het leven bekritiseert en zalen vol zakenlieden traint in moreel besef. Het boek past dus in de tijdgeest van de mondiale kater die is gevolgd op de economische

euforie van de jaren negentig. Greed is helemaal niet goed, maar leidt uiteindelijk tot een samenleving die, om met een zinnetje uit het blad Wired te spreken, niets meer is dan „een conglomeraat van autisten”.

Onze huidige maatschappelijke mythologie bestaat volgens Verhaeghe uit economische noties (maakbaarheid, winnen als hoogste doel), gemengd met ideeën afkomstig uit exacte wetenschap en digitalisering, zoals de veronderstelling dat alles meetbaar en te standaardiseren moet zijn. Ziedaar het raamwerk van de vroeg 21ste-eeuwse ‘neoliberale meritocratie’ waarin het individu moet zien te overleven.

### **Een meritocratie verkeert altijd in zijn tegendeel, schrijft u. Waarom?**

„Elke samenleving maakt gezond én ziek, schrijf ik ook. Een meritocratie is aanvaardbaar, positief en het is zonder meer waar dat die het beste uit ons naar voren kan halen. Maar wij zijn daarin doorgeslagen. Veel terreinen in de samenleving, zoals de zorg en het onderwijs, zijn te veel geëconomiseerd. Kwantitatieve beoordeling, in cijfers en tabellen, heeft er de plek ingenomen van kwalitatieve beoordeling, gebaseerd op vertrouwen en gesprekken. De elite herschept de wereld met behulp van die matrixen naar zijn voordeel en doet vervolgens de deur dicht voor de rest. Dit zie je in allerlei maatschappelijke sectoren gebeuren, zoals het onderwijs, de zorg. Het werkt onderlinge concurrentie, wantrouwen en uiteindelijk fraude in de hand. De frauderende professor Diederik Stapel kun je zien als een exponent van deze cultuur: de druk om te slagen is groter dan de drijfveer om echt iets te ontdekken. Het verlangen om te scoren is groter dan de innerlijke voldoening van goed onderzoek. Succesvol zijn is belangrijker dan eerlijk zijn.”

### **Het kapitalisme is gebaseerd op primitieve drijfveren als competitiedrift en het najagen van eigenbelang. Past dat niet gewoon het beste bij ons reptielenbrein?**

„Ja, maar het neoliberalisme, de hardere, engere versie van het kapitalisme die sinds dertig jaar de overhand heeft, legt daar eenzijdig de nadruk op, ten koste van de ook aangeboren neiging van altruïsme, zoals die door primatoloog Frans de Waal veelvuldig is aangetoond. Ook latere stadia van evolutie zitten in ons ingebakken. Beeld je eens in wat er met ons gebeurd zou zijn als permanente egoïstische agressie inderdaad onze enige drijfveer zou zijn! Maar door het dominante idee van selfish gene zijn we bezig onszelf naar dit eenzijdige beeld te herscheppen. Ik maak me daar grote zorgen over.”

### **En velen met u. De roep om de terugkeer van normen en waarden klinkt alom. Al jaren.**

„Dat gaat terug op een misvatting, want normen en waarden belichamen wij zelf, die internaliseren we van jongs af aan door wat onze ouders en onze maatschappij ons voorspiegelen.”

### **Maar waar duidt die roep dan op?**

„In mijn ogen is het een symptoom. Onze waarden zijn in korte tijd heel erg veranderd, en we voelen ons daar duidelijk niet goed bij.”

### **De roep om normen en waarden komt meestal neer op: leg de ontketende burger aan banden. Terwijl u vooral wijst op allerlei vormen van maatschappelijke disciplineren.**

„Een grote verandering is de huidige verplichting om permanent te genieten, om grenzeloos te leven, iets wat ons van jongs af onophoudelijk via reclames en rolmodellen wordt ingeprent. Dit wordt gekoppeld aan de illusie dat perfectie mogelijk is, en dat er op elke vraag meteen een antwoord bestaat. Dit is anders dan het altijd geweest is. Alle grote ethische systemen, de grote religies en ideologieën, hebben een paar overeenkomsten: ik noem de noodzaak tot zelfbeheersing, het idee van een centraal tekort, het leren leven met onvervulde verlangens en uitgestelde behoeftebevrediging. Het ethisch raamwerk waarin we nu opgroeien propageert juist het omgekeerde; voor elk probleem is er een oplossing of een product, en er is overvloed, nooit meer een tekort. Het gevolg is dat er grenzeloosheid ontstaat, daar roept de maatschappij toe op. Maar in plaats van de oorzaken aan te pakken, zoals reclame, gaan we er toe over grenzeloosheid te bestrijden met disciplineren: controle, camera’s, medicijnen. In mijn ogen komt dat neer op symptoombestrijding.”

### **Maar rikt het niet naar de bevrijdingspsychologie van de jaren zeventig om voor de verklaring van stoornissen zo naar de maatschappij te wijzen?**

„Zeker, met dien verstande dat de disciplineringspsychologie van vandaag de dag is doorgeslagen naar de andere kant. En er is nog een verschil. In de jaren zeventig kwam de reactie heel sterk van de patiënten die bezwaar maakten tegen de medicalisering die hun werd voorgeschreven en de etiketten die hun werden opgeplakt. Nu vragen cliënten vaak om een diagnose en een label. Dat geeft als het ware een legitimatie voor het maatschappelijk falen.”

**Bent u niet veel te soft? Conservatieve cultuurcritici zoals uw Britse collega Theodore Dalrymple wijzen juist telkens naar de verlamrende werking van de verzorgingsstaat die mensen de impuls ontnemt zelf iets aan hun situatie te veranderen.**

„Ik begrijp niet waarom zijn boeken zoveel weerklank vinden. Dalrymples stellingen zijn zo gemakkelijk te weerleggen. Hij vertelt maar het halve verhaal. Natuurlijk zijn er mensen die ons sociaal systeem misbruiken, maar die vinden we ook aan de bovenkant van de samenleving. Over de plunderende middenklassejongeren in Londen heb ik twee jaar geleden gezegd: die doen precies hetzelfde als de bankiers in de City: graaien. Dat is de norm, ingebed in het verhaal van het neoliberalisme. Het heeft dus geen zin om ‘de maatschappij’ of ‘de markt’ als schuldige aan te wijzen. Het gaat hier om een evolutie die zich in ons allemaal heeft voltrokken. We kunnen er alleen iets aan doen door stuk voor stuk persoonlijk andere keuzes te maken.”

**Een groot deel van uw boek besteedt u aan het ontzenuwen van het neurobiologisch determinisme dat nu zo populair is. Wij zijn ons brein helemaal niet, schrijft u. Of beter: we zijn het tegelijk niet en wel, omdat behalve onze neurologische hardware onze persoonlijkheid ook sterk wordt gevormd door onze omgeving, cultuur, geschiedenis en de keuzes die we maken. Maar wat verklaart dan de populariteit hiervan?**

„Een belangrijk onderdeel van ons huidig normenstelsel is het dictaat van succes. Als je buiten de boot valt, is dat je eigen schuld. Een diagnose ontslaat je van die schuld, vandaar die populariteit.”

**Als onze stoornissen het gevolg zijn van het onbehagen in onze cultuur, hoe kunnen we er dan iets aan doen?**

„Verandering zal van onderaf moeten starten, bij elk van ons, daar ben ik van overtuigd. Iedereen zal keuzes moeten maken waardoor we ons echt beter voelen, maar waarvoor we ook zullen moeten inleveren. Maar deels zie je van zo’n verandering al tekenen: er is een behoefte aan initiatieven die mensen weer samenbrengen, van samen koken tot volkstuintjes en grootschalig vrijwilligerswerk. In Vlaanderen is TEJO, laagdrempelige gesprekstherapie voor jongeren gegeven door therapeuten op vrijwillige basis, een groot succes.”

**Heeft u niet gewoon last van een heel oude aandoening, cultuurpessimisme?**

„Mensen vragen me vaak of ik somber ben, en wanneer ik zelfmoord ga plegen. Maar het tegendeel is het geval. Als hoogleraar beschouw ik het als mijn maatschappelijke verantwoordelijkheid een diagnose te stellen wanneer ik problemen waarneem. En in mijn vakgebied is een diagnose het eerste teken van bewustwording, waarna de verandering kan beginnen.”

Paul Verhaege: *Identiteit*. De Bezige Bij, 256 blz, €19,90