

'De angst van mensen voor elkaar is groter in ons land dan in Irak. Dat is toch ongeloflijk?' **Psychoanalyticus Paul Verhaeghe** (57) houdt zijn hart vast voor onze samenleving. Op een generatie tijd heeft hij het onbehagen en de eenzaamheid om zich heen zien grijpen.

'We willen het allemaal en onmiddellijk'

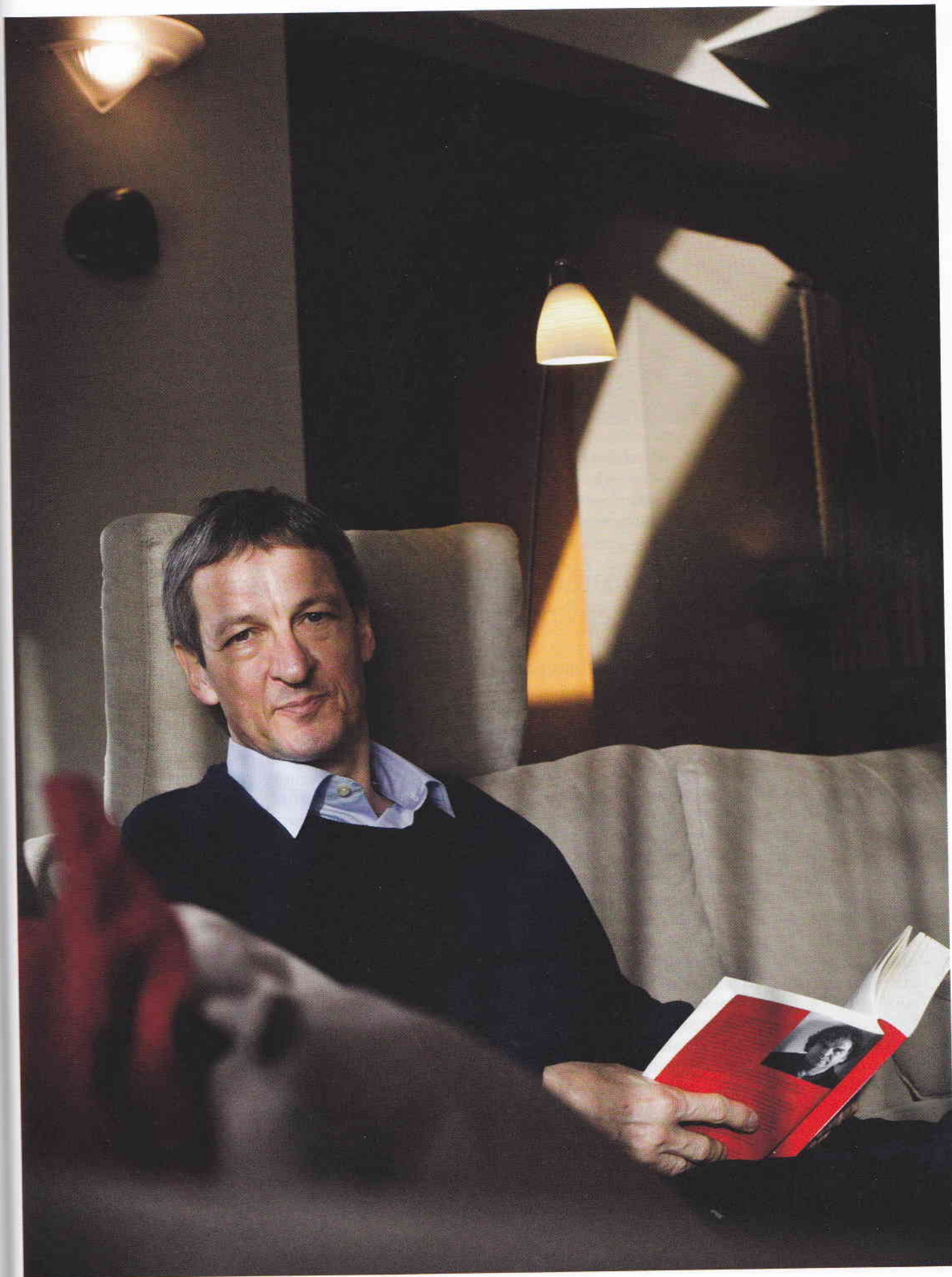
TEKST **RIA GORIS** - FOTO'S **FRANK TOUSSAINT**

Hij woont nabij Gent, tussen velden en landerijen. 'Vergis je niet, het is hier drukker dan in hartje stad met alle kettingzaag- en maaimachines.' Op de boekenplank in zijn werkkamer prijken prikkelende titels als *Pleidooi voor de zonde* en *De rede en haar monsters*. Hij werd zelf een bestsellerauteur met *Liefde in tijden van eenzaamheid*, een boek dat vraagtekens zet bij onze manier van omgaan met relaties. Paul Verhaeghe heet conservatief te zijn als het gaat om opvoeding, maar is even links als in zijn studententijd wanneer hij de gevolgen van doorgedreven neoliberal denken hekelt.

Wat drijft je als mens en als therapeut?

Paul Verhaeghe: 'Een gevoel van engagement dat gaandeweg gegroeid is. Ik groeide op in een

dorpje in de buurt van Roeselare. De wereld was klein, een uitstap naar zee was al een heel avontuur. Mijn vader, een schoenmaker, verwachtte dat ik een stiel zou leren. In die tijd deden priesters de ronde in de dorpen om de ouders van de slimste leerlingen te overtuigen om hun kind op internaat in de stad te sturen. Ik was het slimste jongetje van de klas. Ook het pas opgestarte psychomedisch sociaal centrum (PMS) raadde aan dat ik zou verder studeren. Zo kwam ik al op mijn twaalfde in een internaat terecht. Voordien deed ik in het dorp een ervaring op die een sterke invloed gehad heeft. Vanuit onze lagere school gingen we geregeld spelen met kinderen van Dominiek Savio, een vlak bij gelegen instelling voor gehandicapte polio- en softonkinderen, en die maakten een diepe indruk op mij. Ik koos in eerste instantie voor orthopeda- >>>



>>> gogiek vanuit het idee dat ik met de kinderen in die instelling zou kunnen werken. In die tijd leek het nog logisch dat je terug zou keren naar je dorp, daar werk zou zoeken en een gezin zou stichten. Tijdens mijn studies verschoof mijn belangstelling naar klinische psychologie.'

Hoe was het om als jongetje ineens op internaat te zitten?

PV: 'Een shock. Tot dan was ik elke middag thuis gaan eten, de school lag tegenover ons huis, mijn ouders waren altijd in de buurt, op straat kende ik iedereen. En plots was dat allemaal weg. De eerste jaren op internaat waren hard, vooral 's nachts alleen in bed, maar na verloop van tijd vond ik er toch mijn plaats. Intellectueel gezien kreeg ik door het internaat een opening naar een ruimere wereld

wijzelf, en van Lacan had haast niemand gehoord. Toen de legendarische prof Leo Apostel vernam dat mijn toenmalig lief en ik op eigen houtje Lacan lezen nodigde hij ons bij hem thuis uit om samen die teksten te lezen. In die jaren waren er veel minder studenten en de sfeer van mei '68 waarde nog rond op de campus. Als je iets psychologisch met diepgang wilde lezen was er overigens niet veel anders dan Freud en Lacan. De complete editie van Freud die hier staat heb ik toen bij elkaar gespaard door af te wassen in Mister GB. Gaandeweg heb ik me ook verdiept in andere stromingen. Wat in de ene richting ontbreekt, heeft de andere te veel maar uiteindelijk komen ervaren therapeuten uit verschillende scholen in de praktijk tot dezelfde kernpunten: de werkzaamheid van psychothera-

'Onze maatschappij promoot graag de maakbare mens: je kan het maken, maar wel ten koste van de ander'

die ik anders nooit gehad zou hebben. Mijn moeder en vader zijn warme ouders. Ze zorgden voor een goed nest voor mij en mijn jongere zussen, maar boeken kopen beschouwden ze als geldverlies. Wel kreeg ik van hen plezier in het werk mee. Hard werken en eerlijkheid waren belangrijk voor hen. Nog belangrijker: mijn zussen en ik kregen ook een verregaande vorm van vertrouwen mee, iets wat je tegenwoordig veel minder ziet. Wanneer ik uitging kreeg ik nooit een uur opgelegd en op mijn vijftiende mocht ik alleen voor een paar dagen met een leeftijdsgenoot naar Londen. Ze vertrouwden erop dat ik zelf mijn gezond verstand zou gebruiken, en dat vertrouwen maakte net dat ik het niet wilde schaden. Ik herken hun waarden nu ook bij mezelf. Mijn vrouw zegt wel eens dat ik te veel vertrouwen heb in mensen ...'

Je werd psychoanalyticus, tegenwoordig een minder populaire therapievorm dan bijvoorbeeld cognitieve gedragstherapie. Wat inspireerde je daartoe?

PV: 'Pedagogie en psychologie vormden nog één richting toen ik aan mijn studies begon, pas geleidelijk aan raakte de klinische psychologie ingeburgerd, om van psychoanalyse nog maar te zwijgen. De prof die dat doceerde stond nauwelijks enkele hoofdstukken verder in de lectuur van Freud dan

pie hangt af van een goede therapeutische verhouding, van de mate waarin de patiënt zelf actief kan deelnemen aan de therapie en van de erkenning die hij ervaart. En laat dat nu net de aspecten zijn die in een analytische praktijk centraal staan. De klassieke vorm werd oorspronkelijk ontwikkeld voor mensen met neuroses, maar het publiek van nu is totaal veranderd.'

Welk soort cliënten zie je nu in je praktijk?

PV: 'Ik zie mensen met een langdurige traumatische geschiedenis, mensen met heel weinig vertrouwen in zichzelf en in anderen. Je kan de identiteitsontwikkeling niet los zien van de samenleving waarbinnen ze gebeurt. Van een maatschappij met een zeer sterke, rigide structuur en duidelijke autoriteit zijn we geëvolueerd naar een samenleving waarin steeds meer grond onder de voeten van mensen wordt weggemaaid. Het kerngezin valt almaar meer uit elkaar. Koppels scheiden en er wordt veel vaker verhuisd dan vijftig jaar geleden. Bovendien moeten kinderen zich al op babyleeftijd aanpassen aan het werkritme van volwassenen. Ze krijgen daardoor minder rust, minder voorspelbaarheid en daarnaast ook nog minder autoriteit dan ze nodig hebben. Als kinderen zich niet in een voorspelbare omgeving en op hun eigen ritme kunnen hechten aan een paar vaste vertrouwens-

figuren krijg je een generatie die weinig vertrouwen heeft in anderen. Mensen met sociale angst. Onze volledige samenleving kenmerkt zich volgens mijn collega Dirk De Wachter door borderlikenmerken: instabiele relaties, eenzaamheid en verlatingsangst, innerlijke chaos en een gebrek aan gelaagdheid. Je ziet dat laatste bijvoorbeeld aan de manier waarop DSM, de bijbel van de psychiatrie, met diagnoses omgaat: ADHD leidt volgens DSM tot aandachtsstoornissen in de klas, maar de definitie van ADHD is wel "attention deficit hyperactivity disorder". Beschrijving en oorzaak worden op één lijn gesteld. Dat gebeurt ook met andere diagnoses. Voor de onderliggende oorzaken is er geen aandacht.'

Wat is daar volgens jou de reden voor?

PV: 'Onze neoliberale meritocratie promoot zo graag de maakbare mens: je kan het maken, het is allemaal je eigen verdienste, maar wel in concurrentie met en ten koste van de ander. Gemeenschapszin, solidariteit en diversiteit worden opgeofferd voor de hang naar individueel succes. In onze maatschappij is falen ook altijd de eigen schuld, of - in geval van kinderen - de schuld van de mama. Vandaar dat we het veel liever op rekening van een label schrijven: dat is minder pijnlijk, het is een "stoornis". Niet perfect zijn is verboden, mislukken kan al helemaal niet. Dat is geen ontkenning van de problemen bij onze kinderen, integendeel, zij leven in een heel kindonvriendelijke maatschappij. Maar die problemen labelen schept de illusie dat we het begrijpen, en dat is niet het geval. Ik vind het bijvoorbeeld erg eigenaardig dat een verondersteld neurobiologische aandoening als ADHD eind juni bij de meerderheid van de kinderen plots verdwijnt en begin september massaal weer uitbreekt. Iedereen - dus ook kinderen - moet optimaal produceren. Doen ze dat niet dan hebben ze een stoornis. Die eis tot maximale productie en consumptie is een rechtstreeks gevolg van het neoliberalisme. Alleen winst telt. Lees de studie van Wilkinson, *The Spirit Level*: West-Europese landen zoals Groot-Brittannië met de grootste verschillen qua inkomen - een gevolg van het neoliberalisme - hebben het grootste aantal psychosociale en medische problemen, van



1955
Geboren in Roeselare
1978
- Licentiaat psychologie UGent
- CGGZ Sint-Niklaas, psychodynamisch psychotherapeut
1980-1981
Bijzondere jeugdzorg, Eeklo
1985
Doctoraat psychologie, UGent
1991
Hoofddocent, vakgroep psychoanalyse
1997
Hoogleraar, vakgroep psychoanalyse
1998
Liefde in tijden van eenzaamheid
2003
Gewoon hoogleraar, vakgroep psychoanalyse
2009
Het einde van de psychotherapie
2011
Herwerkte uitgave Liefde in tijden van eenzaamheid

mentale stoornissen over criminaliteit tot mislukkingen op school en zelfs diabetes.'

Heeft die manier van kijken ook invloed op hoe we met relaties omgaan?

PV: 'Heel zeker. Het economische vertoog heeft ook zijn intrede gedaan in relaties. De druk om carrière te maken overheerst alles. Ik zie dat in de omgeving van mijn volwassen kinderen en hoor het ook in het verhaal van een jongere collega die een poos aan Harvard University werkte. Verschillende van zijn vrouwelijke collega's werden aangetrokken door een foto van zijn baby op zijn bureau. "Bij ons is het of kind of carrière. Beide gaat niet", zeiden ze. Geëmancipeerde vrouwen staan nu onder bijzonder hoge druk, en thuisblijven met een goed diploma creëert al snel een gevoel van schaamte. Dat zijn effecten van het dwingende neoliberale denken. Alles moet perfect zijn, invulbaar, beantwoordbaar. Vandaar dat nogal wat jonge koppels na enkele fikse ruzies uit elkaar gaan. We evolueren van het kerngezin, eenoudergezinnen en latrelaties naar wat mijn assistenten wel eens de AAP-relatie noemen: alleen als het past. In relaties investeer je, dat is een economische term, en als de investering niet meer rendeert ga je het best over naar een volgende investering, toch?'

Je bent zelf nog samen met de moeder van je kinderen. Wat is het geheim van een blijvende relatie?

PV: 'Conflicten kan je niet vermijden. Elke langdurige relatie krijgt ermee te maken. Maar het gewicht dat je daaraan geeft verschilt naargelang je een basis van vertrouwen in jezelf en in anderen ontwikkeld hebt. Als die basis er is kan je je gerust een ruzie permitteren. Je relatie zal daar niet aan kapotgaan. Als mijn ouders al eens ruzie hadden

>>>

>>> dacht ik nooit "oei, die gaan misschien uit elkaar". Kinderen die tegenwoordig conflicten tussen hun ouders meemaken zijn heel snel ongerust dat ze gaan scheiden. Het vertrouwen is weg want alles moet perfect zijn. Dat is een heel belangrijke verschuiving. Eeuwenlang hebben we geleefd met een vertoog waarin het tekort centraal stond en heel normaal was: je moest werken voor een beloning die later kwam, en het verschoof altijd. Je moest bijvoorbeeld je best doen voor Sinterklaas. In het katholieke discours lag de ultieme beloning zelfs in het hiernamaals. Religie heeft afgedaan, wat op zich niet erg is. Het dramatische is dat de nieuwe generatie gelooft dat elk tekort invulbaar is via consumeren, en wel onmiddellijk. We verdragen geen uitstel meer. Na het vroegere verbod op genot

een vorm van disciplineren: wie niet past in ons maatschappelijk bestel, bijvoorbeeld ADHD'ers, moeten we proberen er opnieuw in te voegen - en liefst snel. In plaats daarvan pleit ik ervoor om dat maatschappelijk bestel zelf in vraag te stellen. Willen we meegaan met die verplichting tot produceren en consumeren, met de illusie dat iedereen perfect kan zijn als hij maar genoeg zijn best doet? Dat we de mislukten eruit moeten lichten, labelen en behandelen? Als het even kan wil men dat zelfs al op voorhand, via vroegdetectie. Ik huiver van die ontwikkeling. Hulpverleners en leerkrachten voelen zich ook opgejaagd door een prestatiegerichte cultuur met nadruk op efficiëntie en evaluaties. Psychotherapie moet renderen, liefst binnen zessien sessies. We moeten de illusie van onze almacht

'Relaties zijn economie geworden: als de investering niet meer rendeert ga je over naar een volgende, toch?'

zien we nu het omgekeerde: we *moeten* genieten. Lukt dat niet binnen deze relatie dan moeten we die maar verbreken en onze hoop stellen op een volgende - die ook niet perfect is, dus op naar de volgende, enzovoort.'

Hoe kunnen we onze kinderen realistische verwachtingen meegeven?

PV: 'We hebben hen te veel de pap in de mond gegeven, te veel onmiddellijk tegemoetgekomen aan hun vragen, te weinig leren omgaan met frustratie en uitstel. Ik wil zeker niet met modder gooien naar de ouders, want ook zij zijn het product van een bepaald maatschappelijk model met een dwingende manier van denken. Tussen haakjes: het idee dat het vroeger beter was klopt niet, het is zeker niet de bedoeling om terug te keren. Maar de moeite die veel jongeren en jongvolwassenen hebben om hun identiteit te ontwikkelen maakt mij wel duidelijk dat kinderen en jongeren meer structuur en autoriteit nodig hebben. Precies dat geeft veiligheid. Je moet niet de vriend van je kind willen zijn.'

Veel hulpverleners en leerkrachten lijken te worstelen met de dwingende vraag om remediëring die aan hen gesteld wordt. Een flink deel kampt met burn-out. Heb je advies voor hen?

PV: 'Psychotherapie is samen met onderwijs een risicoberoep geworden. Men verwacht van ons

opgeven want dat is het startpunt van alle ellende. Daarnaast investeren we het best opnieuw in ons sociaal draagvlak: we moeten ons gedragen voelen door anderen in plaats van bang te zijn voor hen. Tegenwoordig zie ik overal teambuildingevents de kop opsteken, liefst zelfs op survivalweekend. Dat zegt toch genoeg?'

Hoe ga je zelf om met de stress van je beroep?

PV: 'Als ik nu kijk naar het begin van mijn loopbaan moet ik lachen om mijn naïviteit. Ik was nog groen achter mijn oren toen ik op mijn vijftiende psycholoog werd, of dacht dat ik dat was. Ook al ervaarde ik toen onrust en leefde ik al erg mee met mijn patiënten, toch kon ik als jongvolwassene beter tegen de miserie dan nu. De laatste tien jaar kruipen sommige verhalen dieper onder mijn huid, misschien omdat het verhalen van zwaar verlies zijn. Ze hebben een cumulatief effect. Op een bepaald moment is de emmer vol. Het gebeurt dat ik na zo'n therapieessie tegen mijn vrouw zeg "laat me nu maar even met rust". Wat helpt is mijn gezinsleven en veel lezen. Muziek niet. Ik zoek liever de stilte op als we reizen: zo vinden we het zalig om door lege delen van Namibië te trekken. Lezen, wandelen of langeafstandslopen, dat geeft rust.'