

# De psychische tol van d

## Paul Verhaeghe en de kritische psychologie in neoliberale tijden

In september reisde ik naar Berlijn voor de zomeruniversiteit Kritische Psychologie. In mijn rugzak zat het nieuwste boek van de Belgische psychoanalyticus Paul Verhaeghe, *Identiteit*. Het waren twee ervaringen die elkaar versterkten. Want zowel de kritische psychologen als Verhaeghe benadrukken dat psychische problemen alles te maken hebben met de wereld waarin wij leven. Maar de huidige psychologie en psychiatrie richten zich vooral op het individu met zijn vermeende ziektes. Zo gaan ze voorbij aan de kern van de problemen en pogen ze hun cliënten aan te passen aan een ziekmakende cultuur.

**D**e kritische psychologie probeert al sinds de jaren zeventig een alternatief te bieden voor de individualiserende blik van de psychologie. Ze stelt dat het voor een goed begrip van het individu en diens problemen nodig is vanuit het individuele subject de blik te richten op de omringende wereld en haar betekenis. In Berlijn spraken bijna achthonderd deelnemers, vooral studenten, vijf dagen lang over theorie, onderzoek en praktijk van deze subjectwetenschap.

In 2009 publiceerden de Engelse onderzoekers Richard Wilkinson en Kate Pickett de resultaten van een grootschalig onderzoek naar de samenhang tussen gezondheid en inkomensverschillen. In redelijk welvarende landen blijkt maatschappelijke ongelijkheid te leiden tot meer gezondheidsproblemen: van kindersterfte tot drugsgebruik, van psychiatrische problemen tot obesitas. Ook op sociaal gebied leidt ongelijkheid tot problemen: meer criminaliteit, geweld, analfabetisme, minder sociale mobiliteit en minder aandacht voor het milieu. Opmerkelijk is dat het bij minder ongelijkheid met alle leden van de samenleving beter gaat, en niet alleen met het armste deel.

Dit onderzoek werd vaak aangehaald in Berlijn, als harde evidentie voor de waargenomen gegroeide psychische malaise. Ook Verhaeghe schrijft erover. Dankzij het neoliberalisme nemen de laatste decennia tegelijk met de ongelijkheid de psychische sores toe: angsten, depressies, eetstoornissen, verslaving, ADHD, autisme en veel identiteitsproblemen of persoonlijkheidsstoornissen.

### Verwend of verlaten?

Het is een bekende intro van cultuurkritische beschouwingen: nog nooit had de mens het zo goed en nog nooit voelden we ons zo ellendig. Voor deze paradox zijn grofweg twee verkla-

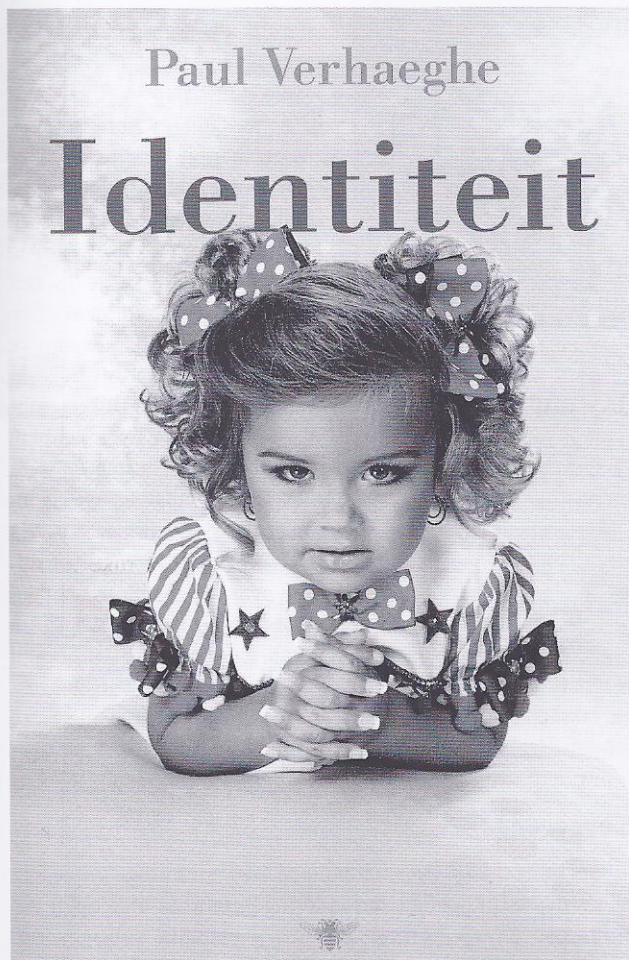
ringen in omloop. De eerste stelt dat wij in het rijke Westen verwend zijn geraakt door de verzorgingsstaat. De populaire psychiater en schrijver Theodore Dalrymple zit op dit spoor. Schuldigen zijn voor hem de antiautoritaire beweging van 1968 en in het kielzog daarvan alles wat links, feministisch of anderszins maatschappijkritisch was.

Onzin, stelt Verhaeghe. De verzorgingsstaat die Dalrymple verantwoordelijk acht voor alle ellende die hij in zijn Engelse therapeutische praktijk tegenkomt, was in Groot-Brittannië al in de jaren negentig afgebroken. En de Verenigde Staten, die Dalrymples ideaal van 'sociaal beleid' het dichtst benaderen, kampen met veel meer psychische problemen en geweldsdelicten dan welk Europees land ook.

De tweede verklaring stelt dat mensen vroeger steun vonden in 'grote verhalen': religie en ideologieën die antwoorden gaven op existentiële vragen over leven en dood, de inrichting van de maatschappij en een zinvol leven. Tegenwoordig zouden we zulke verhalen ontberen.

Ook dit berust volgens Verhaeghe op een misvatting: in weerwil van het verklaarde 'einde van de ideologie' stoelt ook de huidige samenleving op een – alomvattende – ideologie, die zich net als haar voorgangers als de enige waarheid voordoet. De ggz zou er goed aan doen deze ideologie onder de loep te nemen, want wie we zijn en welke problemen we hebben is nauw verbonden met de maatschappij waarin we leven. Onze identiteit ligt niet verborgen in de tijdloze diepte van onze hersenen en genen, schrijft Verhaeghe, maar in het verschuivende beeldscherm van de buitenwereld, dat als spiegel voor onze identiteit fungeert. Diezelfde spiegel bepaalt ook wat normaal is en wat afwijkt van de norm – die sociaal bepaald is. Hoe diep we ook in de hersenen kijken, biologische markers voor psychische afwijkingen zullen we niet vinden.

# De vrije markt over onze identiteit



## Neoliberale norm

Het nieuwe verhaal vertelt dat de vrije markt onze samenleving kan en moet regelen en onze levens aansturen. Het vertelt dat de mens nu eenmaal egoïstisch is en het beste gedijt in een sfeer van strijd en competitie. Het schreeuwt ons vanaf billboards en beeldscherm toe hoe we moeten zijn, mooi, flexibel en succesvol, en wat we belangrijk horen te vinden: consumeren, genieten van mooie, lekkere en vooral dure dingen, 'omdat ik het waard ben'. En het vertelt ons dat de sleutel tot succes, die ons toegang geeft tot al dat moois, enkel en alleen bij onszelf ligt. Wie geen succes heeft, is slecht, lui, dom of ziek. Niet voor niets is loser een veelgehoord scheldwoord, ook op onze schoolpleinen. Succes, aantoonbaar door materieel bezit, is de nieuwe norm.

Dat deze nieuwe ideologie niet herkend wordt, komt omdat we er middenin zitten. Bovendien zegt zij, in tegenstelling tot vroegere ideologieën, weinig over de politieke sfeer, die er in

*In het huidige neoliberalisme  
gaat groeiende ongelijkheid  
hand in hand met toenemende  
psychische sores*

het neoliberale wereldbeeld steeds minder toe doet. 'De verkozen politici dansen kleurloos op de maten van een beursgenoteerde economie,' schrijft Verhaeghe. De boodschap richt zich niet tot burgers die verantwoordelijk zijn voor de samenleving, maar tot consumenten die 'het moeten maken', ieder voor zich, in een maatschappij die steeds harder wordt.

## Bonus of bons

Voor een goed begrip van de huidige psychische problemen is naast de ideologie natuurlijk ook de maatschappelijke praktijk van belang. Een extreem maar treffend voorbeeld van de neoliberale praktijk was het personeelsbeleid van het Amerikaanse Enron, een energiebedrijf dat in de jaren negentig spectaculair groeide, om daarna even spectaculair in te storten. Jaarlijks werden alle medewerkers geëvalueerd; de besten kregen flinke bonussen en degenen die het laagst scoorden kregen de bons. 'Rank and yank' heet dat, in managerstaal. Onderlinge competitie, wantrouwen en grootschalige fraude waren het gevolg.

Elementen van deze ellende zien we op vele plekken in onze samenleving terug: tijdelijke contracten en zzp-werk nemen toe, en daarmee de onderlinge concurrentie om te mogen blijven of een nieuwe opdracht binnen te slepen. Dat maakt het verleidelijk de eigen prestaties mooier voor te stellen dan ze zijn. Voortdurende 'kwaliteitsmetingen' moeten dat verhinderen en moeten zorgen voor 'effectiviteit en efficiëntie'. Daarbij goed scoren is belangrijker dan het werk goed doen, tot onvrede en frustratie bij de mensen die hart hebben voor hun taken.

Niet alleen het bedrijfsleven, maar ook onderwijs en zorg werken volgens dit stramien. Universiteiten moeten meetbare 'output' produceren. Maar met de groei van deze 'productie' op papier nemen ook afgunst en onvrede toe. Wederom maakt de abstracte kwaliteitsmeting fraude zeer verleidelijk. En sinds de zorg een speler op de markt is, dreigen ziekenhuizen taken af te stoten die weinig opleveren. Men streeft naar ruimere winstmarges door te bezuinigen op personeel en materiaal, en verricht onnodig onderzoek en onnodige behandelingen zolang ze vergoed worden. Wat wederom richtlijnen en toetsingen nodig maak.

Voor de maatschappij als geheel leidt het neoliberale bestel tot groeiende ongelijkheid tussen de toplaag en de rest, afnemende sociale mobiliteit en een middenklasse die dreigt te verdwijnen. Een groeiende onderklasse in de maatschappij houdt nauwelijks nog het hoofd boven water. Voorzieningen om hen (en hun kinderen) vooruit te helpen verdwijnen; wie het niet gemaakt heeft, zal het ook niet meer gaan maken. De boodschap is dat maatschappelijk succes je eigen verantwoordelijkheid en falen je eigen schuld is. Het resultaat: gevoelens van vernedering, wanhoop en rancune. En zo nu en dan uitbarstingen van 'zinloos geweld'.

## 'Rank and yank' in ggz

Verhaeghe verbaast zich erover dat de felle kritiek die dertig jaar geleden op de psychiatrie geuit werd, nagenoeg is verstomd. Het aantal labels stijgt met elke editie van de DSM, net als het aantal mensen dat zo'n label opgeplakt en psychofarmaca voorgeschreven krijgt. De psychotherapie, die ons in de jaren zeventig wilde uitdagen onszelf te ontdekken, is verworpen tot aanpassings- en disciplineringsstechniek; inzichtgevende psychotherapie is wegbezuinigd en de therapeuten van nu spreken zonder gêne over gewenst dan wel ongewenst gedrag.

De ggz is doorgeschoten in een richting die destijds terecht bekritiseerd werd. Ook in het medisch model: symptomen worden tot ziekte gebombardeerd en afkortingen zorgen ervoor dat we dat vergeten. ADHD zegt niet méér dan wat we zien: kinderen die druk zijn en zich niet kunnen concentreren. Vervolgens denkt men dat een kind druk is omdat het ADHD heeft, of dat iemand last heeft van stemmingswisselingen omdat hij een bipolaire stoornis heeft. De onderliggende oorzaak wordt ondanks naarstig zoeken niet gevonden; onderzoeksresultaten spreken elkaar tegen, maar niemand lijkt ervan wakker te liggen, alle wetenschappelijke pretenties van de biologische psychiatrie ten spijt.

Patiënten zelf zijn vaak opgelucht door de diagnose: ze denken dan te weten wat er met ze aan de hand is en hoeven zich niet meer schuldig te voelen voor ontbrekend succes; ze zijn immers ziek verklaard. Dit geldt misschien nog sterker voor ouders wier kind niet aan de hooggespannen verwachtingen voldoet. Immers, zij moeten het niet alleen zelf maken, maar er ook voor zorgen dat hun kind 'het gaat maken'. Op de huidige scholen wordt steeds meer en steeds vroeger gemeten, zodat kinderen die niet de gewenste prestaties vertonen al op jonge leeftijd opvallen. Voor ouders biedt een diagnose troost en eventueel de ondersteuning die zonder diagnose niet vergoed wordt. Gevolg is volgens Verhaeghe dat schoolklassen tegenwoordig bevolkt worden door hoogbegaafde en gestoorde kinderen.

### Nieuwe klachten

Vandaag de dag zijn angsten en depressies de meest voorkomende 'stoornissen' bij volwassenen, en autisme en ADHD bij kinderen. De vraag hoe deze samenhangen met de huidige maatschappij is niet met experimenten te beantwoorden, maar Verhaeghe noemt een aantal plausibele verbanden.

De meest voorkomende angsten van nu zijn faalangst en sociale angst: faalangst ligt voor de hand in een wereld waarin alleen succes telt en alles van je eigen prestaties lijkt af te hangen. En voor zover we anderen steeds meer als concurrenten zien, zijn sociale angsten ook zeer plausibel. We vrezen de an-

der als concurrent of beoordelaar en voelen ons steeds eenzamer. Teruggeworpen op onszelf voelen we ons verantwoordelijk voor ons falen, maar het lukt ons niet daar iets aan te veranderen. 'Machteloze maakbaarheid' noemt Verhaeghe dat, een bron van veel ellende, ook van depressie.

ADHD zou een doorgeschoten antwoord kunnen zijn op alle informatie die in hoog tempo en hapklare brokken op ons af-

komt. Deze wereld eist snelle en flexibele reacties; concentratie op één ding is eerder uitzondering dan regel, maar wordt wel van kinderen op school verwacht.

En dan het profiel van hen die het wel maken in deze maatschappij: beschikken over een vlotte babbler, goed kunnen netwerken, contacten onderhouden en mensen aan je binden zonder dat je je zelf betrokken bij hen gaat voelen, bereid en in staat zijn te liegen als het nodig is, emoties weten te gebruiken zonder er zelf last van te hebben. Het lijkt verdacht veel op wat beschreven staat in het handboek voor psychopathie. Wie zich hieraan spiegelt zonder over voldoende macht en geld te beschikken, loopt grote kans in aanraking te komen

met justitie. Er is, stelt Verhaeghe, geen wezenlijk verschil tussen graaiende bankiers en de plunderende jongeren die twee jaar geleden Londen opschrikten.

### Hoopgevende revival

Verhaeghe toont op overtuigende en lezenswaardige wijze aan dat de maatschappelijke veranderingen van de afgelopen decennia een gevaar vormen voor de geestelijke volksgezondheid. Er moet dringend iets veranderen, maar onze tragiek is dat we weliswaar klagen over het systeem en er vijandig tegenoverstaan, maar het tegelijkertijd door wat we zeggen en doen voortdurend bevestigen en uitbreiden.

De kritische psychologie noemt deze tragiek 'de strijdige functionaliteit van de restrictieve handelingsbekwaamheid': door binnen de gegeven verhoudingen te proberen het beste ervan te maken, bevestigen we die verhoudingen en geven we het onrecht dat we zelf ervaren zonder het te beseffen door aan anderen. Dit theoretisch kader stelt ons in staat te analyseren hoe wijzelf 'spontaan' dat doen wat onze problemen verergerd. De 'revival' van de kritische psychologie die ik in Berlijn mocht meemaken, stemt hoopgevend. Eindelijk weer belangstelling voor een niet-individualiserende benadering van psychische problemen en menselijke wanhoop.

Michi Almer

Paul Verhaeghe, *Identiteit*. Amsterdam: De Bezige Bij, 2012. 272 blz., € 19,90.



Foto DikkeBiggie, Flickr.com

*ADHD zou een doorgeschoten antwoord kunnen zijn op alle informatie die in hoog tempo op ons afkomt*