



DIRK DE WACHTER



BOND
ZONDER
NAAM
VANUIT HET HART

“WE ZIJN CONSUMENTEN GEWORDEN IN DE LIEFDE.”

Dirk De Wachter is psychiater-psychotherapeut en diensthoofd systeem- en gezinstherapie aan het Universitair Psychiatrisch Centrum van de KU Leuven, campus Kortenberg. Hij is opleider en supervisor in de gezinstherapie in verschillende centra in binnen- en buitenland. Onlangs publiceerde hij het boek 'Borderline Times' - uitg. Lannoo Campus

LEGER LOSERS

Achter het masker van succesvolle mensen tref je eenzaamheid en de angst om alleen te zijn, relationele instabiliteit, impulsiviteit, gevoelens van leegte en zinloosheid. Individualisering en individuele vrijheid beschouwen we echter als ons hoogste goed. Er is immers enerzijds het streven naar individualiteit, de vanzelfsprekendheid van een individueel te bepalen levenslot, en anderzijds de blijvende hunkering naar geborgenheid. Die vrijheid resulteert in eenzaamheid.

We leven in een tijdperk dat als verplicht levenscrescendo aan elk individu meegeeft 'zichzelf te ontplooien' en 'zichzelf te realiseren'. Dat beschouwen we als een verworvenheid, maar we betalen ook de prijs van de 'alleen-heid'. Wanneer die opdracht tot 'zelfrealisatie' minder goed lukt, wordt de confrontatie met de eenzaamheid groot. Je had immers alle kansen, en als het niet gelukt is, is dat alleen je eigen schuld. Jij alleen bent verantwoordelijk voor je eigen falen. Zo creëer je een leger losers.

SHOPPERS FOR LOVE

In onze hele maatschappij is eenzaamheid een gigantisch en groeiend probleem, onder meer als gevolg van het wegvallen van

sociale netwerken. En van de toenemende relationele instabiliteit. Uiteraard moeten mensen die elkaar niet graag meer zien, niet tot elkaar veroordeeld blijven. Maar we zijn consumenten geworden in de liefde. Voldoet een relatie niet meer op alle vlakken, dan gaan we op zoek naar een andere partner. We verdragen niet langer de verveling die eigen is aan het leven en aan elke relatie.

VELCRO-ouders

Klasse publiceert brieven van ouders met als titel: 'Wat als mijn kind zijn hobby nu al beu is?' Misschien is de vraag hier op zijn plaats wie in dit verhaal de grootste angst heeft om uit de boot te vallen, de kinderen of de opvoeders. Geluk kan uw kinderen schaden, schrijft De Standaard en omschrijft onze jongeren als de applausgeneratie. Het gaat over de 'fopspeenrelatie' die ouders met hun kinderen hebben, hoe kinderen opgroeien in een 'fluwelen koninkrijk' en speelbal worden van de verwennerij door velcro-ouders.

Onze verbrokkelde samenleving toont kinderen die hechting kwijtspelen omdat ze speelbal zijn van gescheiden ouders en nieuwe partners. Als je niet meekrijgt wat hechting is, wordt het moeilijk om te herstellen.

Als onze scholier vijf dagen op bosklassen gaat, willen we elke avond online-verslaggeving. Als onze tiener twee dagen gaat fietsen, verwachten we minstens één sms-je per stopplaats. Gaat ie in het buitenland studeren? Skypen is een must om de afstand in ruimte en tijd draaglijk te maken. Het lijkt wel of we met zijn allen zijn blijven steken in een kinderlijke verlatingsangst. Vanuit een gebrek aan basic trust?



DIRK DE WACHTER



**BOND
ZONDER
NAAM**

VANUIT HET HART

LEEGTEVULLERS

'L'enfer, c'est les autres', zei Sartre. Maar zou in deze tijd 'L'enfer, c'est le manque des autres' niet even waar kunnen zijn? Een meerderheid van alle Britten mist nog liever zijn toilet dan facebook. Gelukkig zij die kunnen consumeren, want zij voelen niet dat zij eenzaam zijn. Gelukkig zij die zich drie keer per jaar een exotische vakantie kunnen veroorloven, want zij merken niet dat ze daarmee hun eigen leegte verbergen. Gelukkig zij met een massa vrienden op facebook, want zo kan iedereen zien hoe geliefd ze wel zijn. Het credo 'Ik denk na, dus ik ben' heeft plaats moeten ruimen voor 'Ik deel, dus ik ben... online'.

Het gaat om illusoir opvullen van leegte, het pareren van je eigen eenzaamheid. Ach, het aantal facebookvrienden is betekenisloos. Het zegt hoogstens iets over iemands verzamelwoede, behoefte aan publiek, zijn populariteit of generositeit en enthousiasme voor het medium an sich.

PILLENSLIKKERS

We leven in een maatschappij waarin niet toevallig het aantal mensen met een psychiatrische diagnose hallucinante proporties aanneemt. Eén op vier Belgen krijgt ooit te maken met een depressie. We slikken meer antidepressiva, slaap-en kalmeermiddelen en andere psychofarmaca dan ooit.

Misschien moeten we ons afvragen wat er aan de hand is met een samenleving die zo'n explosie aan psychische problemen kent? Gewone levensverschijnselen worden steeds vaker gepsychiatriseerd. Paul Verhaeghe is net als ik een notoire tegenstander van het vandaag

heersende geloof, als zouden alle psychische problemen - ADHD, depressie, burnout, persoonlijkheidsstoornissen - hersenziektes zijn, of gevolgen van erfelijke afwijkingen en met medicijnen te bestrijden zijn. Tekenend: wie langer dan zes maanden rouwt, komt tegenwoordig in aanmerking voor behandeling.

DE TIRANNIE VAN GELUK

Onze maatschappij kent wat ik 'de tirannie van het geluk' noem. Alles moet altijd fantastisch zijn, zomaar goed is niet goed genoeg. En we lijken er niet meer tegen bestand als dat niet zo is. We moeten onze kinderen leren dat af en toe een beetje ongelukkig zijn bij het leven hoort. En dat je daarvoor niet naar de psychiater hoeft.

LICHT IN DE DUISTERNIS

There is a crack in everything, that's how the light gets in. Er is hoop. Literatuur en kunst kunnen ons hierbij helpen. Ik beroep me sterk op de visie van de filosoof Levinas. Het gaat om het opnemen van de verantwoordelijkheid voor de ander.

Concreet resulteert dat in burgerzin. De oplossing zal moeten komen van die vele kleine initiatieven en van hechting, engagement, solidariteit en gemeenschapszin. We moeten proberen om weerwerk te bieden aan de dreigende verbrokkeling, impulsiviteit en zinloosheid.