

INTERVIEW

Henk Maassen

h.maassen@medischcontact.nl

[@medischcontact](https://twitter.com/medischcontact)

PSYCHIATER DIRK DE WACHTER IS KRITISCH OVER CULTUUR DIE ZIEK MAAKT

‘Ik pleit voor een beetje ongelukkig zijn’



HOLLANDSE HOOGTE

Volgens psychiater Dirk De Wachter voelt de moderne mens zich slecht omdat hij zichzelf uitperst, in een wereld die het uitpersen als doel heeft. 'Mensen zouden elkaar moeten helpen zonder diagnostisch etiket. Ook in de psychiatrie.'

Dirk De Wachter (56) is psychiater en als zodanig een Bekende Vlaming. In de media laat hij zich met grote regelmaat kritisch uit over allerlei maatschappelijke thema's. De inhoud van die uitlatingen maken hem tot een verre nazaat van Sigmund Freud en de antipsychiaters uit de jaren zeventig die zich ook uitspraken over de volgens hen ziekmakende cultuur waarvan zij en hun patiënten deel uitmaakten. De Wachter is inmiddels zo bekend dat het Gentse museum Dr. Guislain afgelopen zomer zelfs een tentoonstelling aan hem wijdde. In 2012 verscheen zijn boek *Borderline Times – Het einde van de normaliteit*, een onverwachte bestseller die inmiddels aan zijn dertigste druk toe is. De karakteristieken die de bekende persoonlijkheidsstoornis kenmerken, ontwaarde De Wachter ook in de gehele westerse samenleving: leegte en zinloosheid, instabiele en intense relaties, verlatingsangst, egocentrisme. Tegelijkertijd ziet hij een tendens dat gewone levensverschijnselen steeds vaker en ten onrechte worden 'gepsychiatriseerd'. Ook in zijn nieuwste boek, *De wereld van De Wachter*, dat een stuk filosofischer van aard en minder laagdrempelig geschreven is, laat hij zich zien als een geducht cultuurcriticus: 'Tegen de wereld van de pseudo-keuzevrijheid, tegen de wereld waar alles te koop is'. Het boek getuigt opnieuw van grote eruditie. In het achterafzaaltje van de boekwinkel te Eindhoven waar hij

later die middag zal optreden, zegt De Wachter enigszins schroomvallig: 'Ja, ik lees veel Levinas en Heidegger. Ik geef toe: bijna onleesbare filosofen.' Een moraalridder, waarschuwt De Wachter vooraf, wil hij niet zijn, want niemand kan volgens hem zeggen hoe we moeten leven. En nog een waarschuwing: 'Ik spreek ongebreideld, gedreven en gemissionieerd.' Dat blijkt niet overdreven.

U wist van meet af aan dat u psychiater wilde zijn, een ander medisch specialisme was niet aan de orde.

'Ja, want dat is het mooiste vak van de wereld. Het gaat namelijk over de mens en zijn verhaal. Ik wil geen enkele afbreuk doen aan de grote prestaties van de geneeskunde – het is werkelijk onwaarschijnlijk wat men kan – maar in Vlaanderen zijn nog nooit zoveel mensen langdurig ziek en werkonbekwaam geweest, terwijl de hoge medische technologisering daar machteloos tegenover staat. Dokters vinden niets bij deze patiënten. Want dat wat ze zoeken zit besloten in het verhaal van hun patiënten. Ik geef les in communicatie aan de faculteit Geneeskunde; het belangrijkste vak dat de studenten krijgen. Ze staan soms te kijken hoe ik in rollenspellen dat verhaal aan de orde stel, en niet meteen bij een patiënt met hoofdpijn een hersenscan of zelfs maar een paracetamol voorschrijf'.

Hoe hinderlijk is daarbij de classificatiesystematiek van de DSM?

'Zeer hinderlijk. Zeker, we hebben een taal nodig om symptomen te classificeren. Maar de taal van de DSM is verre van perfect. We moeten de classificaties daarom louter gebruiken als werkhypothesen – ze zijn nuttig om met collega's te communiceren, om de werkonbekwaamheid te attesteren van mensen die erg ziek zijn, om wetenschappelijk onderzoek te doen naar medicatie. Maar in de psychotherapie moet ze zo snel mogelijk verlaten worden. Dat is niet gemakkelijk, want de diagnostiek is beklijvend en autostigmatiserend. Patiënten geven mij bijvoor-

beeld op de vraag waar hun automutileren vandaan komt als antwoord: "Ik ben borderliner". Alsof de diagnose de verklaring is van het gedrag.'

U noemt dat illusie van de begripelijkheid.

'Ja, dat is de droom van menig psychiater: dat we op den duur die diagnoses in de hersenen kunnen gaan zien. En daar dan heel gericht de juiste medicatie voor kunnen geven. Maar dat gaan we nooit meemaken, omdat de menselijke existentie niet is terug te voeren tot de hersenen. Ik noem dat neofrenologie. Wij zijn ons brein, zegt de hersenwetenschapper Swaab. Wat ratten en muizen betreft heeft hij volkomen gelijk. Maar ik denk dat wij verhalen zijn, nog beter: dat wij het brein van de ander zijn. Wij zijn niet los te zien van de wereld: onze longen zijn door de lucht – zonder lucht geen longen.'

Dat geldt ook voor muizen.

'Maar zij hebben geen taal. Het verschil tussen mens en dier zou gradueel zijn, zeggen sommige wetenschappers en denkers, maar er is voor mij nog altijd een sprongetje. Ik ben niet tegen de breinwetenschappen. Ik verwijs patiënten met zware dwangstoornissen naar collega's voor diepe breinstimulatie. Swaabs boeken zijn helder en duidelijk en hij is een verstandige man, maar als hij zegt dat er geen vrije wil is, heeft hij het mis. Als we de mens zien in interactie met de wereld is de vrije wil een noodzakelijk iets. De meest wezenlijke dingen in ons bestaan zijn in interactie: de liefde, de vriendschap, de samenleving.'

'De menselijke existentie is niet terug te voeren tot de hersenen'

In uw opstelling is de erfenis van de antipsychiatrie uit de jaren zeventig voelbaar. Klopt dat?

‘Ik ben wel in die beweging groot geworden. Ik zeg u: ze hebben veel onnozele praat verkocht en naïeve denkbeelden verspreid, bijvoorbeeld dat schizofrenie het gevolg zou zijn van de ouderlijke opvoeding. Maar ik denk dat we nu met het inzetten van ervaringsdeskundigen in de zorg en door kritisch te kijken naar de psychofarmacologie op een verstandige manier de erfenis van de antipsychiatrie een plaats geven.’

U constateert een onbehagen in de cultuur. Waar bestaat dat uit?

‘De mens is een gehecht en naar zin zoekend dier. Dat dreigen we te verwaarlozen en daar worden we – ondanks al het materieel goede dat ons omringt – angstig van. Dat blijkt uit mijn dagelijkse consultaties: ik zie mensen die zich slecht voelen. Dat kan te maken hebben met hun brein, ik geef ze daarom soms medicatie, maar het komt vooral door de wereld. Die mens voelt zich slecht omdat zijn baas hem uitperst, omdat hij zichzelf

uitperst, in een wereld die het uitpersen als doel heeft. Dus moet ik ook over die wereld iets zeggen, als psychiater.’

Ligt dergelijke cultuurkritiek daarom meer op de weg van de psychiater dan van andere medisch specialismen?

‘Ik wil de psychiaters niet overschatten en de andere specialismen niet onderschatten. Ik vind dat universitaire opleidingen en zeker die van artsen breed, cultureel en maatschappelijk moeten zijn. En dat ze nu te zeer functioneel en scherp toespitsen op de latere carrières. Toekomstige artsen moeten – ik zeg het provocatief – iets weten over literatuur en kunst. En over de maatschappij, over andere culturen. Ik wil niet neerkijken op mensen die geen boeken lezen – dat is een soort elitair intellectualisme waar ik niet voor sta; God beware ons voor artsen die uitsluitend literaire werken lezen. Maar lezen is voor mij een manier om met verschillende gedachten kennis te maken. Dat kunnen in deze tijd ook andere dingen zijn – film, reizen, muziek. Ik heb meer geleerd van het subject mens door de romanliteratuur dan middels The American Journal of Psychiatry.’

Een kleine negentig jaar geleden constateerde Freud ook al onbehagen in de cultuur.

‘Er is altijd onbehagen, zeker.’ Stellig: ‘Onbehagen is de motor van de vooruitgang: kijk naar de moeilijkheden van de wereld en doe er iets aan. In die zin ben ik ook een optimist die gelooft in het hakenkelende, foefelende, ondanks putten in de weg voortkruipende van de menselijke cultuur. Maar ja, er lijkt nu toch wel een diep putje te zijn.

Ik pleit niet voor een teruggaan naar vroeger, naar een wereld die nooit heeft bestaan. Ik zie in mijn praktijk de misère die het gevolg is van de wereld van vroeger: de onderdrukking van de vrouw, van de seksualiteit, de hypocrisie. Ik pleit voor een beetje ongelukkig zijn. Nu wordt het individuele geluk ten koste van anderen gedefinieerd: “Ik ben fantastisch, omdat de anderen losers zijn.” Dat is meer dan Borderline Times, dat is Psychopathic

‘Zet uw smartphone uit en ga op café’

Times. Deze psychiater moet de mensen dan toch even tot de orde roepen en tegen hen zeggen dat het menselijk bestaan af en toe wat moeilijk is. Dat is geen kwaad: want het is op de moeilijke momenten dat “de Ander” verschijnt. Dat men dat ongelukkig zijn durft voelen, zijn kwetsbaarheid durft tonen – niet in deze emotu-cultuur op de televisie voor een miljoen kijkers, maar voor vrienden en geliefden – daar gaat het om. In de Campuskrant van de universiteit heb ik tegen de studenten daarom gezegd: “Zet uw smartphone uit en ga op café”.

U kunt mijn pleidooi cynisch interpreteren: “Depressie? Leef er maar mee”. Dat bedoel ik niet. Als we leren het ongeluk in het bestaan in te calculeren, kan het depressie juist voorkomen. Anders moeten we steeds alles inslikken en de braakbal naar de psychiater brengen. Ik houd een pleidooi voor normaliteit, en dat er veel variatie kan zijn binnen dat normale. Mensen zouden elkaar moeten helpen zonder diagnostisch etiket. Ook in de psychiatrie.’

U vestigt uw hoop op jongeren, op studenten.

‘Ja, ik wil hen graag hoopvol in het gareel zetten. Er is een jeugdig publiek dat mij op handen draagt; een deel van mijn discours is via YouTube viraal gegaan. Kennelijk vinden ze mij een toffe gast, en dat is erg prettig voor mijn ijdelheid. Ik denk altijd: mijn succes is mijn haar.’ ■

web

YouTube-filmpjes van de optredens van De Wachter vindt u onder dit artikel op medischcontact.nl.

DIRK DE WACHTER (1960) is psychiater-psychotherapeut en hoofd systeem- en gezinstherapie van het Universitair Psychiatrisch Centrum van de KU Leuven. In 2007 promoveerde hij aan de Universiteit van Amsterdam op ‘Stress, trauma en dissociatie: een gezinsgerichte benadering’. De Wachter woont in Antwerpen, is getrouwd met een huisarts en heeft drie kinderen.

Van hem zijn verschenen:
Borderline Times, Uitgeverij LannooCampus, 294 blz., 19,99 euro
Liefde. Een onmogelijk verlangen?, Uitgeverij LannooCampus, 112 blz., 19,99 euro
De wereld van De Wachter, Uitgeverij LannooCampus, 190 blz., 19,99 euro

Over hem verscheen:
Museum Dirk de Wachter, Uitgeverij LannooCampus, 144 blz., 34,99 euro