

Als abonnee heeft u onbeperkt toegang tot alle journalistiek op trouw.nl.

LOG IN ALS
ABONNEE

ABONNEREN
vanaf 2,- per week



Psychiater Dirk De Wachter. Beeld Roek Lips

Interview Dirk de Wachter

Psychiater Dirk De Wachter heeft kanker: 'Er waren momenten dat ik nu zelf dacht: ik kan niet meer'

Psychiater Dirk De Wachter heeft kanker. Het zet hem aan het denken over de menselijke conditie. 'We moeten het gevoel hebben dat het zin heeft. Hoe kan ik voor de ander van betekenis zijn?'

Roek Lips 19 november 2022

“Ik had het al van mijn leermeesters meegekregen. Maar nu ik de afgelopen jaren zelf met een ernstige ziekte ben geconfronteerd en de dood in mijn nek voelde blazen, kan ik het ook uit eigen ervaring vertellen. Er zijn voor een ander, dat is cruciaal in mijn vakgebied. Die menselijke nabijheid, die aanraking, heeft mij zelfs letterlijk in leven gehouden.

“Hoe kan ik voor de ander van betekenis zijn en er niet voor weglopen als het moeilijk wordt? Dat is waar het uiteindelijk om gaat. Ondanks alle nieuwe technieken, therapieën en medicamenten die ontwikkeld worden: het

fundament van de menselijke nabijheid, de zorgzame, oprechte, authentieke nabijheid.

Inspiratie en houvast

Hoe vinden we onze weg in een wereld die in crisis en verwarring is? Roek Lips is daarover in gesprek met bestuurders, wetenschappers, kunstenaars, denkers en vele anderen, op zoek naar inspiratie en houvast. Videoportretten van een aantal van die gesprekken staan op nieuweleiders.nl, of bekijk op de website van Trouw de filmpjes bij de artikelen. Afgelopen najaar verscheen in deze serie het boek *Wie kies je om te zijn - Gesprekken en gedachten over een nieuwe tijd* van Roek Lips, uitgegeven bij AmboAnthos.

Rode knop

“Van nature ben ik een gretig levend mens, maar als ik op de dieptepunten op een rode knop had kunnen drukken om het leven te verlaten, had ik dat niet nagelaten. Er waren momenten dat ik nu zelf dacht: ik kan niet meer. Het was de aanraking van de verpleegkundige die mij terugbracht in het leven. En het is zo wezenlijk hoe de dokter aan mijn bed de vraag stelde: ‘Hoe gaat het met u?’ Het is de menselijkheid in het contact waardoor ik door het oog van de naald gekropen ben.

“Na een nacht van niet slapen, pijn en misère, kwam een poetsvrouw de kamer binnen. Ik vroeg: ‘Mevrouw, mag ik met u spreken?’ De dame keek me bevreemd aan en zei: *I am the cleaning lady.*’ Ik herhaalde dat ik graag met haar wilde spreken. En toen vertelde ze mij dat ze uit Tibet kwam en samen met haar ouders gevlucht was vanwege de Chinese overheersing. Via Duitsland was ze in België terechtgekomen, en ze was heel blij om als

“Het gesprek duurde misschien een paar minuten, maar ik voelde me meteen een stuk beter. Ik bedankte haar voor het gesprek. Ze reageerde afwijzend omdat ze in haar ogen tijd verspild had die ze eigenlijk had moeten gebruiken om schoon te maken. Ik zei: ‘Schrijft u maar op dat u deze kamer grondig onder handen genomen heeft. Ik zal daar graag van getuigen.’

‘Verdriet is een ding met stekels’

“De blik van en contact met de ander zijn zo essentieel. Dat mogen we niet vergeten in de zorg. Het moment dat je geliefde na de operatie de kamer binnenkomt, of kind, of kleinkind. Normaal gesproken ben ik een stoïcijns mens, maar ik brak helemaal in stukken. Het menselijk contact is belangrijker dan de dood, of overwint het.

“Veel mensen maken verschrikkelijk verdrietige dingen mee. Het zijn vaak verhalen met soms onverdraaglijke pijn die ik in mijn praktijk te horen krijg. Het maakt mij een deemoedig mens, want het raakt mij ook. Verdriet is een ding met stekels. Verdriet en zeker verse rouw: dat steekt. Het steekt in uw vel, pijnlijk en bloederig. Men wil van dat verdriet af en vraagt aan mij of ik ze daarbij als psychiater wil helpen. Dan moet ik zeggen: ‘Ik kan dat niet van u wegnemen. En als u het weggooit keert het als een boemerang terug en steekt het nog veel harder.’ Zo gaat dat met verdriet en alle heftige emoties die daarmee gepaard gaan. Maar zulk verdriet is ook een bewijs van grote liefde. Het is heel dubbel.

“Dus als psychiater moet ik het verdriet ook koesteren en erbij houden. Maar ook het wikkelen in verhalen en die nabijheid. Het maken van een liefdevolle context. Verdriet heeft tijd nodig en dat kan niet vlug. Soms steekt het verdriet door de wikkels heen en dan moeten we verder wikkelen. Soms komt er na twintig, dertig jaar nog een stekel door en wikkelen we weer verder. Net zo lang tot het verdriet niet meer zo steekt en we het mee kunnen nemen in ons leven. Dan kan er een moment komen dat het verdriet, en dat klinkt misschien raar, ook een soort schoonheid krijgt en mensen in staat zijn om er zelf een vorm van betekenis aan te geven. Maar ik weet: het is makkelijker gezegd dan gedaan.



Beeld Roek Lips

Borderline-tijd

“Psychiatrie is een afspiegeling van onze cultuur. Nu die erg aan het veranderen is, zien we daarmee ook nieuwe ziektebeelden ontstaan. De borderline-persoonlijkheidsstoornis is in korte tijd uitgegroeid tot een van de meest gestelde diagnoses in mijn vak, met onder meer als belangrijke kenmerken: een patroon van instabiele menselijke relaties, snel vervallen in uitersten, identiteitsstoornis, impulsiviteit, zelfdestructieve trekken, driftbuien en een chronisch gevoel van leegte.

“Om die reden stel ik dat we op dit moment in een borderline-tijd leven. We weten wel waar we vandaan komen, maar nog niet waar we naartoe gaan. Het is een overgangs- of kanteltijd, waarvan ik hoop dat het een nieuw positief elan gaat brengen. Maar zover is het nog niet.

“Wat er ook aan de hand is: het vooruitgangdenken en het kapitalistische model hebben een grens bereikt, wat zich onder meer in mijn werkkamer met een massieve toename van burn-outs weerspiegelt. Veel mensen zijn moe en in de war. Ze hebben psychische hulp nodig om een beetje boven water te blijven. Of mensen het werkelijk moeilijker hebben dan vijftig jaar geleden, is overigens de vraag. Dat betwijfel ik. Vooral de manier waarop we ermee omgaan is veranderd.

“Vroeger werden problemen meer binnengehouden en hielden mensen zich stil als ze het moeilijk hadden. Nu komen mensen er veel meer voor uit. ‘Ik kan niet meer’ is een uitspraak die ik de afgelopen jaren dagelijks hoor. Vanuit alle geledingen van de samenleving. Mensen worden dan naar mij gestuurd met de boodschap: ‘Ga maar therapie en medicatie halen, dan kunnen we snel weer verder.’

“Zowel binnen de psychiatrie als in de samenleving bestaat de neiging om de oorzaak van het ‘niet meer kunnen’ bij de mensen zelf te leggen. *Blaming the victim*. Ik kijk liever naar het brede verhaal, waarbij ik denk te kunnen vaststellen dat er vooral in de structuur en context van het bestaan van die mensen een probleem is. Ik wil de rol van het brein niet ontkennen, maar er is meer aan de hand.



Beeld Roek Lips

Kanariepietjes in de kolenmijn

“Een tijdje geleden was hier bijvoorbeeld een patiënt die voor behandeling van zijn burn-out naar mij toe was gestuurd en zei: ‘Ik wil hier niet zijn. Met mij is niets aan de hand, er is vooral iets mis met mijn baas. Daar zit het probleem. Vooral in de manier waarop hij met mij omgaat.’ Een paar maanden later zat toevallig in dezelfde stoel zijn baas. Hij opende het gesprek op precies dezelfde wijze en zei: ‘Ik moet hier eigenlijk niet zijn, het is heel de structuur waarin ik mijn werk moet verrichten. Verder is er met mij niet zoveel aan de hand.’ Beide mensen legden het buiten zichzelf, maar ook buiten het persoonlijke. Dat stemt op zijn minst tot nadenken over hoe we in onze tijd met werk en leven omgaan.

“Het zijn de gevoelige mensen die het eerst uitvallen, de kanariepietjes in de kolenmijn. En het zijn de doordrammers die het nog niet voelen. Maar steeds meer mensen vallen uit, ook degene die geen pathologisch gekwetste breinen vertonen. Het schuift heel erg op. We moeten ernstig over de alsmaar toenemende snelheid van onze samenleving nadenken. Dat zie ik als een taak voor elke intellectuele burger. Niet nadenken is geen optie.

Zinloosheid en leegte

“Onderdeel van de criteria die wij in de psychiatrie gebruiken om borderline-problematiek vast te stellen zijn de hardnekkige gevoelens van zinloosheid

gaat het daarom in de westerse wereld. Het fundament van ons bestaan is dat we het gevoel moeten hebben dat het zin heeft. Ik kan iets betekenen voor de ander. Ik kan in de context waarin ik leef gezien worden. Mijn leven krijgt zin omdat het in de blik van de ander wordt gezien.

“Maar in onze samenleving is meer en meer ikkigheid en individualiteit ontstaan. Mensen raken daardoor eerder geïsoleerd. Onze menselijkheid, onze betekenis ontstaat doordat we met elkaar in gesprek gaan en elkaar ontmoeten en echt contact maken. Er is te weinig verbondenheid. Ik noem dat de verkrumming van de samenhang. Het succes van het verschijnsel mens wordt vooral bepaald door samenwerken. Individueel is een mens niet opgewassen tegen een olifant of een tijger. Alleen door samen te werken kunnen we vooruitgang boeken. Waarbij de vraag natuurlijk is waar die vooruitgang zich op richt. Wat is ons oriëntatiepunt?

“De mens is in essentie een spiritueel wezen. Dat is honderden jaren lang in onze cultuur heel godsdienstig ingevuld. Godsdiensten die elkaar ook op een verschrikkelijke manier bestreden hebben. Maar ik denk dat ook in een seculiere tijd dat spirituele heel fundamenteel is. Dat heeft voor mij opnieuw te maken met die blik van de ander, waarin ik mij gezien weet en waarin zich de oneindigheid aan mij toont. De Franse filosoof Levinas noemt dat de goddelijkheid.

Onvoorstelbare mysteries

“Ik ben opgevoed in een katholieke traditie, met het gebed voor het eten. Een deel van mijn familie is priester geworden, maar ik heb gekozen voor de wetenschap. In tegenstelling tot veel van mijn leeftijdsgenoten heb ik dat religieuze nooit helemaal weggesmeten. Uit loyaliteit, erkenning en respect voor die opvoeding ben ik mij toch altijd in dat gedachtengoed blijven vernieuwen. Ik noem mijzelf een christelijke non-theïst. Het bestaan van één God of goden staat voor mij niet centraal in mijn religieuze beleving.

“Hoe langer ik leef en hoe meer ik geleerd heb, hoe meer ik me realiseer dat we allemaal onvoorstelbare mysteries zijn. De ander is – en dan haal ik weer Levinas aan – radicaal anders en altijd fundamenteel onkenbaar. Als de mens bestaat in de blik van de ander, dan geldt dat ook voor ons.

“Ik spreek ook als psychiater als ik dit zeg. Natuurlijk kunnen we psychologische theorieën of neurobiologische hypothesen ontwikkelen om onze gedachten over depressieve gedachten of burn-out beter te kaderen. Maar naarmate de wetenschap vordert en we meer weten over erfelijkheid, DNA en epigenetica, over de ontwikkeling van het brein en psychologie, beseffen we dat het nog veel ingewikkelder is dan we ooit dachten.

“Als het er echt op aankomt, zijn wij een mysterie. Als u me echt zou kennen, dan ben ik onkenbaar. Dat is een frustratie, maar ook een grote opluchting. Het verschijnsel mens is een mysterie, en, zo u wil: van een goddelijke orde en schoonheid.”

Lees ook:

Nieuwe leiders

In deze interviewreeks spreekt Roek Lips met bestuurders, wetenschappers, kunstenaars en vele anderen. Klik [hier](#) voor eerdere afleveringen uit de reeks.