

Nieuwe leiders Jim van Os

# Psychiater Jim van Os: Het is onverantwoord dat we mensen laten opgroeien zonder spirituele dimensie



Jim van Os: 'De onderklasse in de samenleving verblijft noodgedwongen in een soort vrijwillige slavernij'. Beeld Roek Lips

Als arts ziet Jim van Os, hoogleraar psychiatrie, dat mensen geen of weinig verbintenis met anderen ervaren. "Dat is volgens mij een crisis, of misschien wel dé echte crisis van deze tijd."

Roek Lips 24 juni 2022, 12:45

"Als er één ding is dat onvoorspelbaar is, is het de mens", zegt Jim van Os, hoogleraar psychiatrie en voorzitter van de divisie hersenen van het Universitair Medisch Centrum Utrecht. "We zijn ons nauwelijks bewust van waar we naartoe op weg zijn. Dat geldt zowel voor mensen individueel als in groepen. Ik zie dat dagelijks terug bij mensen die aan de zelfkant, aan de rand van het bestaan terecht zijn gekomen en letterlijk alle kanten op kunnen gaan."

"Het voorrecht van arts zijn is dat je een dwarsdoorsnede van de samenleving ziet. Wat ik daarbij waarneem, is dat we een samenleving hebben opgebouwd waarin we persoonlijke waardigheid en vrijheid voorop hebben gesteld, en we ernaar streven om 'anders zijn' te omarmen. Maar soms lijkt het alsof de rest van de wereld daar helemaal niet op zit te wachten. En ook binnen onze eigen samenleving zien we dat er veel mensen zijn die er weinig of geen boodschap aan hebben, omdat ze het gevoel hebben dat het discours daarover hen alleen maar in een ellendige positie heeft gebracht."

## Dikke middelvinger, eerst maar wat meer inkomen

"Door de benarde situatie waarin veel mensen leven is er mentaal voor hen geen ruimte om na te denken over verlichte ideeën, of zich te buigen over de vraag: hoe kunnen we ons weerbaarder maken voor de uitdagingen van deze tijd? Voor veel mensen is het leven allereerst *survival*. De onderklasse in de samenleving verblijft noodgedwongen in een soort slavernij. Denk aan de mensen die we door de straten zien racen voor bedrijven als Amazon en Uber. Als je bij die mensen aankomt met ethiek, moraliteit of mooie vergezichten over vrede en veiligheid, krijg je een dikke middelvinger. Geef ons eerst maar wat meer inkomen, zeggen ze dan."

"Daarnaast zijn vrijwel alle instituten onderdeel geworden van de vrije markt, en daarmee is het hele leven steeds verder vercommercialiseerd. Zelfs de overheid geeft voortdurend prioriteit aan de groei van de economie. Daardoor is er in alle situaties sprake van een vorm van eigen gewin. Dat is inmiddels zo doorgedrongen tot in de vezels van onze samenleving dat iedereen als primaire reflex denkt: ik vertrouw jou niet."



"Kijk je naar vertrouwen vanuit een filosofisch of ethisch perspectief, dan zit daaronder altijd een element van verbinding. En dat lijkt veelal weggevalen in de samenleving: het gemeenschappelijke perspectief, waarbij je elkaar kunt troosten of helpen in de existentie van het bestaan als er tegenslagen zijn. Het is interessant om te zien hoe dat in korte tijd aan het veranderen is. Mensen zijn zich dat misschien niet bewust, maar voelen dat wel als een soort onbehagen."

"Daarmee hangt samen dat ook betekenisgeving en zingeving geen waardesprekende plek meer hebben in de samenleving. Als je kijkt naar mijn vakgebied – psychiatrie, psychologie – is dat vooral een bio- en psychosociale wetenschap geworden. De spirituele kant wordt niet meer genoemd. We zijn zo gefascineerd geraakt door alles wat we kunnen meten en kunnen waarnemen door een microscoop, dat de dimensie van zin- en betekenisgeving eruit weg gefilterd is."

"Als we de mens willen begrijpen, kijken we vooral naar het brein, maar dat is niet helemaal logisch: je moet juist ook naar de mentale aspecten kijken. Het is voor mij daarom boeiend om te zien dat men in de gezondheidszorg steeds meer tot de conclusie komt dat juist die aspecten het verschil kunnen maken in het resultaat van de hulpverlening. Naast het somatische of psychische lijden zijn er vaak andere, daarmee samenhangende vraagstukken, die acuut zijn en waar die persoon iets mee moet, en waar we samen iets aan kunnen doen."

## De grootste ontdekking van de eeuw

"Natuurlijk ondersteunen medicijnen en psychotherapie daarbij, maar de belangrijkste vraag voor een persoon die met kanker wordt geconfronteerd of die stemmen in zijn hoofd heeft is: hoe kan ik mijn leven zinvol leiden en waar gaat het naartoe? Het gaat heel vaak om existentiële vragen. Dat vind ik in mijn vakgebied de grootste ontdekking van de eeuw, en misschien geldt het wel voor de hele geneeskunde: dat we voor dat inzicht weer open moeten gaan staan. Dat is een positieve kanteling van deze tijd, en één waar ik heel blij mee ben."

"De kwaliteit van onze relaties is het fundament van ons leven. Dat mensen geen of weinig verbintenis met anderen ervaren is daarom volgens mij een crisis, of misschien wel dé echte crisis van deze tijd. Gebrek aan vertrouwen en zingeving zijn daar een gevolg van. Je zou kunnen zeggen dat een hele belangrijke kernvraag voor onze tijd is: hoe verbonden voel jij je met de samenleving?"



Jim van Os: 'Een hele belangrijke kernvraag voor onze tijd is: hoe verbonden voel jij je met de samenleving?'. Beeld Roek Lips

"Op het gebied van geneeskunde geldt dat net zo goed. Na onderzoek naar wat wel en niet werkt bij psychotherapie en medicatie bij mensen die psychisch lijden, zijn we erachter gekomen dat als je alles bij elkaar optelt het vooral gaat om de relatie tussen arts en patiënt. In grote mate bepalend voor genezing is de kwaliteit van de relatie die twee mensen met elkaar leggen in een helend ritueel waarin de patiënt de kracht vindt om te veranderen, zodat hij of zij zich beter kan verhouden tot de eigen mentale dimensie."

"Dat die relatie zo fundamenteel is, zie je ook bij de somatische geneeskunde. Cardioloog Bernard Lown beschrijft dat prachtig in zijn boek *The lost art of healing*. Hij zegt: 'Waar het uiteindelijk in de geneeskunde om gaat is: hoe maak je oogcontact? Hoe raak je iemand aan bij het geneeskundig contact? Hoe ontwikkel je een relatie? In de relatie zit het helend vermogen van de geneeskunde.'

"Dat vind ik zo'n belangrijke ontwikkeling, dat nu ook in de somatische geneeskunde artsen durven praten over helling en het belang van het menselijk contact. Dus niet alleen het stoffelijke of het fysieke perspectief, maar je verhouden tot de intrinsieke motivatie van mensen, daarin zit vooral helende kracht."

## In hoeverre is onze huidige samenleving ziekmakend?

"Volgens hetzelfde handboek voor psychiatrie is het daarentegen nu heel logisch om pathologische eenzaamheid tot een ziekte te gaan verheffen. In wezen is dat al een beetje aan het gebeuren. Daar maak ik me wel zorgen over en zeker als mensen euthanasie vervolgens gaan zien als de ultieme medische behandeling voor als dat niet over gaat."

"Existentiële lijden gaat niet over met een medische behandeling, en de context waar eenzaamheid over gaat is existentieel. Eenzaamheid gaat over het niet verbonden zijn en dat gaat gepaard met negatieve emoties die ervoor zorgen dat het onverdraaglijk is voor mensen."

"De eerste verbondenheid van een pasgeboren kind met de ouder legt de basis voor de noodzaak voor verbondenheid. Dat is wat jou doet bewegen, wat maakt dat je dingen wilt; het voedt je motivatie om te bestaan. Dat betekent dat je bij het aanpakken van het existentiële probleem niet alleen bij de negatieve emoties moet beginnen. Je moet hardop de vraag durven te stellen: in hoeverre is onze huidige samenleving ziekmakend?"

"Cardiologen roepen al veertig jaar dat te veel cholesterol en weinig bewegen niet goed is. Dat nemen we nu serieus. Waarom zouden we dan niet ook veel meer serieus gaan nemen wat in het mentale domein blijkt, dat mens-zijn nu eenmaal een spirituele dimensie heeft? In feite is het onverantwoord om mensen te laten opgroeien in een samenleving waarin maar de helft van hun mens-zijn wordt erkend en de andere helft onder het tapijt wordt geschoven. En is dat niet in wezen wat we in onze neoliberale samenleving hebben gecreëerd?"

## Alles is relatie

"Vijftig jaar intensief biologisch-psychiatrisch onderzoek heeft de kennis opgeleverd dat niet elke stoornis in de genen, hersenen, of hormonen een eigen bio-marker heeft en dus te meten is. In plaats van dat als goed nieuws te zien, klinkt de roep om nog meer geld te investeren voor nieuw onderzoek."

"Over de 250 mogelijke psychotherapieën en tachtig antidepressiva die er zijn hebben we iets ontdekt. Als die werken, komt dat niet door een molecuul of de therapie zelf, maar door de verbintenis en het ritueel dat je samen met een andere persoon organiseert. Ik vind dat heel fascinerend. Het geeft aan waar we in de toekomst onze aandacht verder op moeten richten. Alles is relatie."

## 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 *over een nieuwe tijd* van Roek Lips, uitgegeven bij AmboAnthos.

## 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.*

## Nieuwe Leiders >

- **Laurentien van Oranje: 'Niemand zou iemand anders nodig moeten hebben om een gezicht te hebben'**
- **Ans Markus: 'Ieder mens wil gezien worden'**
- **Marjolijn Moorman: 'Slecht onderwijs is op den duur levensbedreigend'**



# religie&filosofie

<p><b>Net binnen</b> <span>MEER &gt;</span></p> <p><b>Liveblog Oorlog in Oekraïne</b> <b>EU-parlement bestempelt hongersnood in Oekraïne als volkenmoord</b></p>	<p>Australië</p> <p>Baas van <b>megakerk</b> hield verkrachtende vader de hand boven het hoofd</p>	<p><b>Best gelezen</b> <span>MEER &gt;</span></p> <p>1 <b>Het prijsplafond uitgelegd: wie wordt benadeeld, en wie heeft er iets aan?</b></p> <p>2 <b>Verpleegkundigen leggen massaal werk neer. VK zucht onder stakinggolf</b></p>	<p><b>Column</b> Stephan Sanders</p> <p>Wie de mens wil onthoofden, beginne met god</p>
<p><b>Porno-industrie</b> <b>CDA en SGP pleiten voor meer controle op de porno-industrie</b></p>	<p>Zin in het <b>allegaasge</b> Paul Hesp</p> <p>'Een halve eeuw buiten leven werd: <b>even naar het parkje</b> en weer terug'</p>		
<p><b>Monsterklus</b> <b>Provincies worstelen met hun rol in de stikstofcrisis</b></p> <p><b>Diplomatiek</b> <b>Nederland ontbiedt Iraanse ambassadeur om executies demonstranten</b></p>	<p>MEER RELIGIE&amp;FILOSOFIE &gt;</p>		

Wilt u iets delen met Trouw?

Tip hier onze journalisten