

OPINIE

Covid-19 door een Freudiaanse (spat)bril

28/10/20 om 09:36 Bijgewerkt om 09:37

([//www.artsenkrant.com/auteurs/iris-elens-671.html](https://www.artsenkrant.com/auteurs/iris-elens-671.html))

Iris Elens ([//www.artsenkrant.com/auteurs/iris-elens-671.html](https://www.artsenkrant.com/auteurs/iris-elens-671.html)) Kinder- en jeugdpsychiater AZ Delta



© iStock

Het was Sigmund Freud die aan het begin van de vorige eeuw de nogal militaristische term 'defensie' introduceerde. Tegenwoordig worden hiermee mentale mechanismen aangeduid die onszelf beschermen tegen negatieve gevoelens ten gevolge van stress. De crisis rond SarsCoV2 noopt ons tot het inzetten van dit arsenaal.

Deze mechanismen worden op een dimensionele manier geordend van primitief naar meer matuur, volgens de mate van realiteitsvervorming, de processen onbewust dan wel bewust

gebeuren of interpersoonlijke relaties affecteren. Zelfs het aanwenden van 'primitieve' afweermechanismen hoeft niet problematisch te zijn, tenzij ze maatschappelijk denken en doen gaan overheersen en/of hun tijdelijk karakter verliezen.

Een behoorlijk 'primitieve' defensiestijl is splitting, namelijk het opdelen van de wereld in 'goed' en 'kwaad'. Splitting helpt om de realiteit overzichtelijker en dus veiliger te maken. Op die manier hoeft splitting niet noodzakelijk slecht te zijn. Bij getraumatiseerde kinderen zal men splitting aanwenden om een gevoel van veiligheid te induceren ('hier ben je veilig, daar niet'). Toch zijn er ook gevaren aan splitting.

Bij instabiele splitting is er geen duidelijk omliggende definitie van 'veilig' versus 'niet-veilig'. Menen een veilige basis te hebben die later helemaal niet veilig blijkt kan méér traumatiserend ervaren worden dan helemaal geen veilige basis te hebben.



Jongeren worden tegenwoordig afgeschilderd als verspreiders van het virus, en als onverantwoorde belhamels de dood van hun grootmoeder verweten

Was je in de huidige covid-19-pandemie eerst enkel besmettelijk als je symptomen vertoonde, dan kon een dag later iedereen je ziek maken, mondkmaskers waren eerst niet dan wel nuttig. Was je recent een voorbeeldige burger door slechts drie nauwe contacten te onderhouden, dan eindig je nu - indien je protesteert - met een strafblad indien je twee personen buiten je gezin een knuffel geeft. Met alle begrip voor 'voortschrijdend inzicht' en wetenschappelijke innovaties, maar deze instabiele splitting kan en zal wantrouwen, angst en onzekerheid vergroot hebben.

Ook bestaat het gevaar op stigmatisering door de bevolking op te splitsen in 'goed' en 'kwaad'. Bij deze wil ik het in het bijzonder opnemen voor 'onze' patiëntenpopulatie als kinderen en jeugdpsychiaters, namelijk de jongeren. Jongeren worden tegenwoordig afgeschilderd als verspreiders van het virus, en als onverantwoorde belhamels de dood van hun grootmoeder verweten. De term 'rotte appels' is ook al gevallen. 'Ik ben goed want ik sluit me op, zij zijn slecht want hebben contact met vrienden en medestudenten/leerlingen'.

Het kan in deze tijden ook comfortabel voelen om gevoel en ratio af te splitsen van elkaar. Een klinkend voorbeeld is de verontwaardiging bij de rector van de UA over studenten die na het behalen van hun diploma 'geen afstand hielden'. Misschien kende de rector de luxe van meerdere keren in het leven een universitair diploma te behalen, maar voor de meeste stervelingen is dit 'a once in a lifetime'. Mag daar iets van uitgelatenheid en euforie bijkomen?

Zijn de meesten onder ons niet jong en rebels geweest?

Rebelsheid is een heel passende attitude in deze leeftijdscategorie. De adolescentie is een turbulente periode waarin de hele wereld op je afkomt. Enkel door je lichaam onverwoestbaar (en dus immuun voor het SarsCov2 virus) te wanen kom je deze periode door. Wie zou het anders aandurven onze complexe grote-mensen-wereld binnen te dringen?

Waar kinderen en later volwassenen doorgaans terugvallen op familie, is de adolescentie een periode waar hechtingsrelaties zich richten op de buitenwereld. Vader en moeder zijn van hun voetstuk gevallen, maar vrienden lijken de waarheid in pacht te hebben. Geen wonder toch dat je die contacten niet zomaar laat vallen?

Tegelijk blijft het ouderlijk nest in de meeste gevallen een veilige haven, waar kan bijgetankt worden als de grote wereld net iets te eng wordt. Studenten na een eerste week op kot dus verbieden terug naar hun ouders te keren is hetzelfde als met je dorstige wagen een tankstation negeren.



Willen we onze jongeren andere gedragspatronen aanleren, dan moeten we in de eerste plaats begrip opbrengen en stoppen met te stigmatiseren

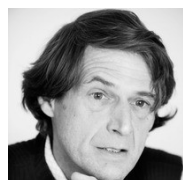
Jongeren experimenteren volop met álle vormen van communicatie, maar hun belangrijkste medium blijft interpersoonlijk contact en mimiek. Wat blijft daarvan over bij het dragen van het mondkapje? Vanuit ontwikkelingspsychologisch standpunt vragen we aan onze jongeren eigenlijk het onmogelijke. Heeft iemand het al in zijn hoofd gehaald aan een peuter te verbieden koppig te zijn?

Alle expertise van de motivatiepsychologen ten spijt vrees ik dat kleurcodes of een zoveelste Whatsapp-campagne 'om onze jongeren te bereiken' weinig verschil zullen maken, net zo min als geïsoleerde strafmaatregelen dat zullen doen. Willen we onze jongeren andere gedragspatronen aanleren, dan moeten we in de eerste plaats begrip opbrengen en stoppen met te stigmatiseren.

Ga samen met hen op zoek naar het waarom van hun gedrag, nuanceer en diversifieer, óók wat betreft de maatregelen. Betrek hen, en vertrek vanuit hun standpunt en kennis van de ontwikkelingspsychologie om maatregelen op te leggen die wél haalbaar zijn. Bedenk hoe het huidige gedrag minder schadelijk kan worden in plaats van onhaalbare maatregelen van hogerhand op te leggen. Vaardig maatregelen uit die hun maturatieproces níét fnuiken.

Betreffende dat laatste is het uitermate belangrijk te beseffen dat de maatregelen rond covid-19 een ernstige impact hebben op de (inter)persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling van onze jongeren. Dachten we in het voorjaar een kort sprintje tegen het virus te trekken, dan is het nu wel duidelijk geworden dat het een marathon, en misschien wel een ultraloop wordt. Om die race uit te lopen heb je voldoende bagage en persoonlijkheid nodig. Laat jongeren dus toe hun persoonlijkheid tijdens de tocht verder op te bouwen.

Begrip voor Freudiaanse driften en ontwikkelingspsycho-logische verlangens, eerder dan een hypermoderne app of harde repressie lijkt me alvast een eerste stap.



([//www.artsenkrant.com/actueel/lockdown/article-column-50791.html](https://www.artsenkrant.com/actueel/lockdown/article-column-50791.html))

” Onze burgers zijn wel veerkrachtig en bereid tot vernieuwende gedragsregels en solidariteit als men weet waarom ([//www.artsenkrant.com/actueel/lockdown/article-column-50791.html](https://www.artsenkrant.com/actueel/lockdown/article-column-50791.html))
- **Marc Cosyns**

Reeksen

[//www.artsenkrant.com/praktijk/healthtech/groupement-normal-tijk/healthtech-30777.html](https://www.artsenkrant.com/praktijk/healthtech/groupement-normal-tijk/healthtech-30777.html)
pement-norm
7.html)

[//www.artsenkrant.com/actueel/parels-van-praktijken/groupement-normal-38493.html](https://www.artsenkrant.com/actueel/parels-van-praktijken/groupement-normal-38493.html)
eel/parels-var
jken/groupem
al-38493.html

[//www.artsenkrant.com/actueel/ondersteunende-diensten/groupement-filter-38501.html](https://www.artsenkrant.com/actueel/ondersteunende-diensten/groupement-filter-38501.html)
eel
ersteunende-
ten/groupem
38501.html)

[//www.artsenkrant.com/cultuur/exempla-rara/groupement-normal-30813.html](https://www.artsenkrant.com/cultuur/exempla-rara/groupement-normal-30813.html)
uur/exempla-
groupement-
al-30813.html

[Ontdek meer](https://www.artsenkrant.com/info/artsenkrant-reeksen/groupement-gallery-37543.html) (<https://www.artsenkrant.com/info/artsenkrant-reeksen/groupement-gallery-37543.html>)

