

Chantal VAN AUDENHOVE 'Geluksprofessor'

Ga voor geluk, een ongewone naam voor een leerstoel. Sinds ze die bijzondere leerstoel bekleedt, gaat dokter in de psychologie Chantal VAN AUDENHOVE door het leven als 'geluksprofessor'. De leerstoel past in haar werk bij LUCAS, Centrum voor Zorgonderzoek. Het voorkomen van zelfdoding bij jongeren is de voornaamste uitdaging van de leerstoel.

'De negatieve beeldvorming over psychisch zieken werkt nefast'

Lieve WOUTERS

Chantal VAN AUDENHOVE leidt sinds 1996 het onderzoekscentrum LUCAS in Leuven. We merken al gauw dat haar kantoor onderdak kreeg in een studentenhome. Op de trap kruisen we een student op blote voeten, wellicht op zoek naar een douche. VAN AUDENHOVE zit dus dicht bij de bron van haar onderzoek. Wat brengt een jong, welstellend en hoogbegaafd mens tot zelfdoding? En wat werkt om het te voorkomen? Op die vragen zoekt de geluksprof antwoord.

–Vanwaar de leerstoel 'Ga voor geluk'?

Die is het geesteskind van Jan Toye, CEO van Palm Breweries. Zijn zoon Christophe was 21 toen hij een einde maakte aan zijn leven. Samen met Marc Vande Gucht maakte hij met de stichting *Ga voor geluk* een budget vrij voor deze leerstoel, die moet bijdragen tot het voorkomen van zelfdoding.

Zelfmoordpreventie is over het algemeen te beperkt gericht naar mensen die al in een spiraal van hopeloosheid zitten. Met de leerstoel willen we inzetten op gezondheid en problemen voorkomen. Hoe laten we jongeren voldoende veerkracht ontwikkelen? We onderzochten de werking van vzw Habbekrats, een laagdrempelige vormingsdienst voor jongeren uit randgroepen tussen 10 en 21. Dergelijke initiatieven maken dat kwetsbare jongeren steviger in hun schoenen staan.

–LUCAS onderzoekt onder meer het effect van preventiecampagnes. Wat werkt en wat niet?

Als ik er één vaststelling uit mag halen, dan is het dat de grondhouding van de Vlaming tegenover psychische kwetsbaarheid opmerkelijk negatief is. Die houding beïnvloedt de preventie van zelfmoord weer op een uiterst negatieve manier. We zijn nog altijd erg beschaamd over een psychische aandoening en willen die niet onder ogen zien. Vooral mannen zijn ervan overtuigd dat ze te allen tijde sterk moeten zijn. Ze zoeken bij professionelen noch bij vrienden of familie enige hulp.

Het kostte heel wat overtuigingskracht om de overheid de kaart te laten trekken van de toegankelijkheid van hulpverlening. Een van de belangrijkste verwezenlijkingen is het hulpprogramma *Kleur je leven* op het internet. De anonimiteit ervan maakt het erg toegankelijk.



Zelfmoordpreventie begint met het opkrikken van de weerbaarheid, meent Chantal Van Audenhove. © Ingrid Hannes

Dat programma proberen we momenteel aan de man te brengen in de thuiszorg. Chronisch zieken lopen immers meer risico op depressie. Voorlopig echter moeten we toegeven dat slechts een op de tien er daadwerkelijk op ingaat.

„Het bedrijfsleven kan een groot verschil maken door psychisch kwetsbare mensen aan de slag te houden”

–Misschien overtuigt het niet tegen de achtergrond van een harde samenleving die zwakere mensen uitsluit?

Ik hoop op een doorbraak vergelijkbaar met wat er gebeurde met dementie. Toen we enkele jaren geleden pleitten voor een campagne om de beeldvorming over dementie bij te stellen, was het kot te klein. Hoe kon je de ziekte voorstellen als iets waarmee te

leven valt? En kijk nu naar De Betties, het koor voor mensen met dementie, dat eind december optrad in een vol Sportpaleis!

Mijn eigen moeder had Alzheimer. Met mijn twee broers en mijn zus zorgden we acht jaar voor haar. Dankzij de nodige professionele ondersteuning, van poetshulp over ergotherapeute tot verpleegkundige, beleefden we een heel intense periode. Toen ook de nachten onveilig werden, is ze naar een rusthuis gegaan. Daar heeft ze nog achttien maanden geleefd.

–Wat kan er gebeuren om de beeldvorming over psychisch zieken bij te stellen?

In samenwerking met de Koning Boudewijnstichting werken we aan een multimediaal verhaal – boek, website en filmpjes – waarin 25 personen met een beperking of een aandoening getuigen over hoe ze ermee leerden leven en het positieve blijven zien. Allen zaten ze op een bepaald moment in de dieperik. Al dan niet gehavend kregen ze hun leven weer op de sporen. Er bestaat geen recept voor geluk, maar je kunt mensen toch leren kijken naar wat ze allemaal wél hebben. We zien onze welstand te veel

als vanzelfsprekend. Bij de eerste de beste tegenslag zijn we helemaal van de kaart.

De arbeidsmarkt zou ook een groot verschil kunnen maken door psychisch kwetsbare mensen aan de slag te houden. Voor mensen met depressie is arbeid een enorm houvast. Gedegen afspraken kunnen ertoe leiden dat zowel werknemer als werkgever tevreden is.

De negatieve beeldvorming wordt echter altijd weer gevoed door extreme gevallen. Slechts een heel kleine minderheid van de mensen met een psychische problematiek is gevaarlijk, maar de afschuwelijke moorden in Dendermonde door Kim De Gelder doen een heel ander idee ontstaan. Meteen krijgen alle psychisch zieken het etiket 'crimineel' opgeplakt.

Als een niet al te begaafde autistische jongen naar het voetbal gaat en met het T-shirt van zijn club in het verkeerde kamp terecht komt, riskeert hij in elkaar te worden geslagen. „Hij lokte het zelf uit”, klinkt het dan. De jongen loopt bovendien het risico naar de psychiater te worden gestuurd. Is dat onze manier van omgaan met wie zwakker is?