

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

# Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.cedar.nl/pro](http://www.cedar.nl/pro)).

*No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.*

[info@boomamsterdam.nl](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

# ‘Leefstijlpolitiek wil de duivel uitdrijven met Beëlzebub’

## *In gesprek met Trudy Dehue*

---

door *Jan Prij*

---

De auteur is redacteur van *Christen Democratische Verkenningen*.

*Gezondheid en succes worden steeds meer een keuze, en mislukking daarmee eveneens, stelt hoogleraar Trudy Dehue. Door deze hedendaagse moraal krijgen ‘afwijkingen een nog negatiever imago, omdat de gedachte leeft dat je die had kunnen en dus moeten voorkomen’. De politiek en de wetenschap versterken dit probleem alleen maar, want de heersende ‘leefstijlpolitiek’, met haar overdaad aan gezondheidsadviezen, ontkent in feite dat er zoiets als geluk of pech bestaat. Een bredere en realistischer blik op politiek en wetenschap is nodig.*

Wetenschap maakt de werkelijkheid meer dan dat ze deze ontdekt. En de neurobiologische wetenschap van de afgelopen decennia hielp vooral een realiteit te creëren waarin we individueel verantwoordelijk zijn voor ons bestaan, tot op het niveau van onze hersenen en onze genen. Dat is kort gezegd de analyse van Trudy Dehue (1951), filosoof, psycholoog en hoogleraar wetenschapstheorie en -geschiedenis aan de Rijksuniversiteit Groningen. In 2008 publiceerde ze haar spraakmakende *De depressie-epidemie. Over de plicht het lot in eigen hand te nemen*, over de explosieve groei van de diagnose depres-

sie. In haar vorig jaar verschenen studie *Betere mensen. Over gezondheid als keuze en koopwaar* illustreert ze haar gedachten over wetenschap met de introductie van allerlei soorten hersentechnologie en pillen tegen concentratietekort bij volwassenen. Beide boeken laten zien dat er tot op het niveau van laboratoriumexperimenten maatschappelijke waarden in kennis zijn verwerkt die via de geproduceerde data en technologie de status van harde feiten krijgen. Zij veranderen de wijze waarop we over onszelf denken en met elkaar omgaan.

Dehue: ‘We zouden wetenschap de reali-

teit niet mogen laten vormen zonder gezamenlijke verantwoordelijkheid te nemen voor wat zij van ons aller werkelijkheid maakt. Met een simpel voorbeeld: een stoornis als ADHD is niet ontdekt maar gedefinieerd. Alle psychiatrische diagnoses vertegenwoordigen het besluit dat bepaalde eigenschappen ten eerste ongewenst zijn en ten tweede het best door de geneeskunde kunnen worden bestreden. Ik zeg niet bij voorbaat dat dit verkeerd is, maar wel dat we de vraag moeten kunnen stellen wat in specifieke gevallen de voor- en nadelen daarvan zijn. Je kunt vervolgens ook nog zoveel hersenonderzoek doen, maar daarmee verdwijnt het besluit dat eraan ten grondslag ligt hooguit uit het zicht. In het brein zelf zal men nooit een bordje “stoornis” aantreffen, net zomin als het opschrift “planeet” of “Pluto” in het firmament.’

HET PROBLEEM

*In uw boek De depressie-epidemie schrijft u: ‘De vooronderstelling dat depressie altijd dezelfde ziekte is, die alleen in sterkte tussen mensen varieert, staat het inzicht in de weg dat er depressiviteit in een nieuwe betekenis bijgekomen is.’ Welke betekenis is dat?’*

‘De betekenis van “onvoldoende weerbaar en ondernemend”. Het idee van de veranderende betekenis van depressie is de kern van *De depressie-epidemie*. Ik kan me het moment nog herinneren dat het me begon te dagen tijdens mijn vele uren van nadenken over de vraag hoe het kan dat er juist in welvarende landen als Nederland steeds meer aan depressiebestrijding wordt gedaan. Niet alleen was de consumptie van antidepressiva



FOTO: AD PRINS

enorm gestegen, maar ook het gebruik van allerlei andere therapieën, variërend van psychotherapie, mindfulness en therapeutisch joggen tot sint-janskruid. Het was en is duidelijk dat het niet bij al die mensen om depressie in de ernstigste zin van het woord kon gaan. Dus werd er nogal lacherig over gedaan. Een van de heersende verklaringen was dat al die quasidepressievelingen kleinerig en verwend zijn, dat we met z’n allen te veel letten op elk klein psychisch pijntje.’

‘Als je zo redeneert bestaat depressie echter slechts op één schaal, lopend van zeer ernstig tot heel licht. Die gedachte is op zichzelf al tijdgebonden. Tot aan de komst van antidepressiva en het biomedische denken in de jaren tachtig hadden ongelukkige mensen hun individuele levensverhaal,

waarvan het inhoudelijk analyseren van belang werd geacht voor de behandeling. Gaandeweg werd depressie echter een voor iedereen identieke stoornis die men slechts in zware of lichte mate kan hebben. Sombere verhalen werden inhoudelijk veel minder van belang, want die waren een gevolg van “een ontbrekende stof in het brein”. Dat proces voltrok zich ook in culturele zin: we beseften niet meer dat een term als depressie in verschillende tijden en culturen in betekenis kan variëren. Als er nieuwe betekenissen bij komen, krijg je uiteraard meer depressieve mensen, namelijk in verschillende betekenissen van het woord. Het grote punt is dat vanaf de jaren negentig de oorzaak van problemen veel meer werd gezocht in het individu dat ze heeft. Mensen die verloren hadden gingen, naar Amerikaans voorbeeld, ook “losers” heten.’

*De plicht het lot in eigen hand te nemen houdt vooral een ontkenning in van maatschappelijke oorzaken van ongezondheid en falen. Waaraan merkt u dat dit is wat aan de hand is?*

‘De plicht het lot in eigen hand te nemen is de ondertitel van *De depressie-epidemie*. Hij houdt een paradox in, vergelijkbaar met die van “Wees spontaan”. De verplichte vrijheid van onze tijd is de “vrijheid” om net als iedereen de keuze te maken om hard aan jezelf te werken. Hij drukt de neoliberale moraal uit dat succes een keuze is en mislukking daarmee eveneens. Zelfs het biologische lot wordt steeds maakbaarder geacht en dus zijn we ook vrij om daaraan te werken. Geen hangende oogleden en geen hangende schouders meer, geen scheve tanden en geen scheve geest. Je hoefde vanaf de jaren negen-

tig maar een krant open te doen of een vrouwenblad of *Men’s Health* te lezen, en het idee schreeuwde je toe van de pagina’s. Of neem het voorbeeld van het boek *Stout* van Heleen van Royen en Marlies Dekkers uit 2007. Dat boek was enorm populair en werd zelfs op de Huishoudbeurs in stapels verkocht. “Stout zijn” stond voor “sexy en levenslustig” zijn en voor – ik haal het uit het boek – “ambitieuze zijn, ondernemend, succesvol, risiconemend, veerkrachtig, dominant, manipulatief en ongenaakbaar”.’

*U neemt in *Betere mensen een wending waar van de gezondheidspolitiek zoals beschreven in De depressie-epidemie, die de nadruk legt op de stoornissen, naar de nieuwe gezondheidspolitiek als leefstijlpolitiek, die afwijkingen een nóg negatiever imago geeft. Wat is er veranderd?**

‘In het vorige decennium lag de nadruk in de wetenschap en de samenleving nog sterk op de plicht om te genezen van je afwijkingen. Toen financierden overheden bijvoorbeeld grootscheepse “depressie-bewustwordingscampagnes” en had de Hersenstichting een campagne voor het actief opsporen van ADHD bij volwassenen, waartoe zelfs kinderen werden aangespoord. De kosten voor de gezondheidszorg zijn echter niet meer bij te benen, en ook omdat het neoliberale denken meer aan kracht won gaat het nu anders. Tegenwoordig spreekt de overheid van de noodzaak tot “demedicalisering”, meer “weerbaarheid” en meer “eigen verantwoordelijkheid” van de burger. Er is ook veel meer nadruk op individuele preventie komen te liggen. Was het adagium in het vorige decennium “Erken je stoornis en

zorg dat je geneest”, in het huidige is het “Erken je kans op een ziekte of stoornis en zorg dat je die niet krijgt”.’

‘Ik heb gezocht naar terminologie die dit punt kort duidelijk maakt. Daarom heb ik het over gezondheidspolitiek 1.0 voor het vorige decennium en gezondheidspolitiek 2.0 voor het huidige. Gezondheidspolitiek 2.0 is leefstijlpolitiek. Die geeft afwijkingen een nog negatiever imago, omdat zij de gedachte inhoudt dat je deze had kunnen en dus móeten voorkomen. Het probleem schuilt vooral in de combinatie van “leefstijl” en “politiek”. Ik heb er niets op tegen als mensen op een zorgvuldige manier leven en goed voor hun lichaam zorgen. En ik onderschrijf dat dit matigheid en zelfdiscipline vergt. Het bedrijven van politiek moet echter niet bestaan uit het geven van raad en gezondheidsadviezen. Voor goede politiek is veel meer nodig dan iedereen aansporen om op identieke wijze aan zichzelf te werken. Boeken lezen is ook goed voor een mens, maar het zou raar zijn als een overheid bij elk probleem dat zich voordoet ging stellen dat we te weinig boeken lezen, al helemaal als ze daarbij ook nog literatuurlijstjes levert.’

*Waarom vindt u deze nieuwe gezondheidspolitiek zo zorgwekkend?*

‘Allereerst omdat we afwijkende mensen nodig hebben. Ik vind de enorme normaliserende tendens zorgwekkend, die zowat elke afwijking als een stoornis beziet. Die afwijkingen moeten nu niet meer alleen worden bijgesteld, maar zelfs worden voorkomen. De nieuwe gezondheidspolitiek is daardoor ook harder dan de oude, terwijl de oude al hard was. Dergelijke politiek ontkent dat er zoiets als geluk of pech bestaat. Zij maakt de

succesvollen onterecht trots op zichzelf en biedt de minder succesvollen geen andere uitweg dan die van het voortdurende zelfverwijt. Daar kan geen mens mee leven en dus roept dit ontsnappingsstrategieën op. Sommigen worden klagerig en eisend, anderen geven de schuld van mislukking aan “graaierende elites” of aan buitenlanders die hier het werk weggapen. Nog een andere uitweg is die van de psychische stoornis. Die is veel bescheidener, want daarmee zoek je de fout in jezelf of je kind en accepteer je behandeling. Die uitweg wordt steeds meer afgesloten met de huidige roep om demedicalisering en leefstijlpolitiek, maar zonder dat er een andere tegenover wordt gesteld.’

#### LEEFSTIJLPOLITIEK ALS PROBLEEM EN PARADOX

*U stelt dat de leefstijlpolitiek angst aanjaagt met verhalen over het risico op een ziekte of een stoornis die sluimerend in een mens kan huizen. Kunt u dat toelichten?*

‘Onlangs kreeg ik een folder van mijn zorgverzekeraar met informatie over hoe ik zelf kanker kan voorkomen. Zoiets vergroot de angst voor kanker, evenals de neiging om met elke moedervlek naar de dokter te gaan. Stel je ook voor dat ik toch kanker krijg. Zullen anderen en ikzelf dan niet denken dat ik kennelijk te weinig naar preventieadviezen heb geluisterd? Ik vind leefstijlpolitiek het ergst als het om zwangere vrouwen gaat. Die worden bestookt met leefstijladviezen omwille van de gezondheid van hun latere kind. Dat begint zelfs al als ze alleen maar van plan zijn om zwanger te worden. Geen kaas eten, niet roken en zelfs niet naast een ro-



‘Vindt u dat ik daar met schroom over schrijf? Misschien is dat wel zo, want eigenlijk analyseer ik liever dan dat ik nog een stem toevoeg aan het toch al grote koor van mensen die zeggen wat anderen moeten doen. Bovendien verwijst een goed doorgrond probleem vanzelf naar de oplossingen, die samen met anderen verder uitgewerkt kunnen worden. Het gaat natuurlijk om een samenleving die weer accepteert dat er een lot is. Dat maakt mensen minder veel-eisend als het om hun eigen leven gaat en ook milder ten aanzien van anderen. In *De depressie-epidemie* haal ik politicoloog Paul de Beer aan, die pleitte voor minder nadruk op concurrentie en meer op samenwerking, voor minder belang van financieel gewin en meer aandacht voor intrinsieke motivatie, voor minder macht van de neoliberale trits flexibiliteit, dynamiek en doelmatigheid in ruil voor meer zekerheid, stabiliteit en rechtvaardigheid. Er zijn heel veel anderen die dergelijke contrasten goed verwoorden, en een aantal van hen komt aan het woord in het laatste hoofdstuk van *Betere mensen*.’

*In plaats van betere mensen hebben we ‘diversiteit aan mensen nodig en veelzijdige gedemocratiseerde wetenschap’, zo schrijft u in Betere mensen met een beroep op John Stuart Mill. Kunt u dat uitleggen?*

‘Met behulp van Mill besteed ik onbeschroomd een heel hoofdstuk aan alternatieven. Momenteel rust er een nog groter stigma op afwijkingen dan op stoornissen, want anders hoefden niet alle afwijkingen een stoornis te heten. Mills boek *On liberty of Over vrijheid* stamt weliswaar uit 1859, maar

het is meer de moeite waard dan ooit. Het gaat over de vrijheid van meningsuiting en de vrijheid om anders te zijn. Heel belangrijk is dat beide vrijheden het hogere doel moeten dienen van de collectieve vooruitgang en door dat doel ook ingeperkt worden. Het gaat Mill niet om “Roep maar wat je wilt” of om “Doe maar zo gek als je wilt”, zoals weleens wordt gedacht. Het gaat hem om het recht van mensen om hun uiteenlopende talenten te ontdekken en te cultiveren. Voor zowel het individuele levensgeluk als voor de economie is dat beter dan de dwang tot monocultuur, zoals zelfs de landbouw laat zien. Mill waarschuwt dat het niet alleen overheden zijn die de neiging hebben deze te veroorzaken, maar vooral de macht van de heersende mening. Foucault zou spreken van de micromechanismen van de macht en die moeten inderdaad niet worden onderschat. Als we wachten totdat mensen bijna allemaal identiek zijn gemaakt, is het te laat, betoogde Mill ook. Want als je lange tijd geen afwijkende mensen hebt gezien, wordt variatie iets onvoorstelbaars en zelfs griezeligs.’

‘De grap is dat we dit proces ook in de wetenschap zien. Daar is evengoed steeds minder variatie mogelijk nu zij sterk op onderlinge concurrentie en technologische vooruitgang gericht raakt. De afgelopen twintig jaar is wetenschap bovendien sterk gestandaardiseerd, met vaste regels voor wat onderzoek en wat een wetenschappelijk product mag heten. Dat heeft zijn weerslag op het soort werkelijkheid dat wetenschap maakt. Er gaat immers ook onevenredig veel onderzoeksgeld naar hersenwetenschap en hersentechnologie die er vooral is voor de verbetering van mensen. Wetenschap die verschillen koestert en niet is gericht op het



formuleren van algemene wetten over de gemiddelde mens, heeft een steeds lagere status gekregen.’

‘Mills boek maakt bovendien duidelijk waarom we voor het hedendaagse liberalisme een andere term nodig hebben, zoals neoliberalisme. Er zijn hedendaagse liberalen die zich storen aan deze term, maar eigenlijk is hij heel neutraal. Hij zegt gewoon dat wat nu liberalisme heet, doorgaans juist niet het liberalisme is zoals Mill dat voor ogen had. Het geloof in succes en gezondheid als keuzen en de dwingende normen die daarvan uitgaan, zouden anders met de term “cryptoliberalisme” moeten worden aangeduid. Maar dat zou echt onaardig zijn.’

*Schiet een beroep op een sociaal-liberale en individualistische theorie niet per definitie tekort, als de problemen vooral maatschappelijk van aard zijn?*

‘Er zijn inderdaad veel problemen waar een mens in zijn eentje helemaal niets tegen beginnen kan. Die zwangere vrouwen die voortdurend op hun verantwoordelijkheid voor het inademen van gezonde lucht worden gewezen en die dus zelfs niet naast een roker mogen blijven staan, worden tegelijk blootgesteld aan de extra uitstoot als gevolg van het verhogen van de maximumsnelheid. Ook stress is een goed voorbeeld. Die moeten we zien te voorkomen omwille van de gezondheid van onszelf en onze kinderen. Dat is op zich al stressverhogend, terwijl er ook op veel andere manieren druk op ons wordt uitgeoefend. Aan de universiteit hoorde ik het veel: wie zijn werk niet afkrijgt in een normale werkweek, doet zelf iets verkeerd. Dit terwijl de eisen steeds werden verhoogd. Als we “fluitend naar ons werk”

moeten en ook “fluitend er weer vandaan”, moeten ook de omstandigheden daarnaar zijn.’

*In de biologische en psychologische wetenschap is in toenemende mate sprake van een diepgaande vervlechting met het bedrijfsleven. Hoe kan in dit klimaat zoiets als democratisering van de wetenschap gestalte krijgen? Is er niet alle reden om daar pessimistisch over te zijn?*

‘Die groeiende vervlechting is best tegen te gaan, als genoeg mensen de noodzaak daar maar van inzien. Terwijl we het heel gewoon vinden dat de slager zijn eigen vlees niet keurt en dat de NAM niet langer de schade door aardbevingen in Groningen mag bepalen, accepteren we het wel dat geneesmiddelen worden getest door onderzoekers die financieel afhankelijk zijn van de makers van de pillen. Soms heb ook ik er een hard hoofd in dat dit nog valt te corrigeren, maar we moeten niet vergeten dat steeds meer mensen beginnen te beseffen dat het huidige systeem niet deugt. Kranten besteden steeds meer aandacht aan dit onderwerp en medische tijdschriften doen dat eveneens.’

‘Ik zou echter in meer opzichten een andere wetenschap willen. Een die de tijd krijgt en neemt om meer bij de eigen vooronderstellingen stil te staan. Een die niet alleen conclusies meedeelt, maar ook vertelt hoe zij tot die conclusies is gekomen. Een die niet alleen maar zendt, maar ook luistert, omdat er veel van niet-wetenschappers te leren valt. Dat alles moet natuurlijk van twee kanten komen: zolang mensen van wetenschap eisen dat deze zekerheden levert, kunnen onderzoekers er niet open over zijn dat er – ook aan bijvoorbeeld hersenscans –



allerlei vooronderstellingen en interpretaties ten grondslag liggen. Wetenschap zou bewonderd moeten worden om wat zij is en niet om wat ze eigenlijk niet kan zijn. De tegenpool van de misplaatste bewondering voor wetenschap als ontdekker van “de” werkelijkheid is de al even misplaatste hoon als blijkt dat ze niet aan dat ideaalbeeld kan voldoen.’

*Is er politiek gezien oog voor de problemen en de urgentie ervan? Wat vindt u politiek gezien belangrijke aanbevelingen?*

‘Als er een volgende druk van *Betere mensen* komt, herschrijf ik het laatste hoofdstuk. Dit omdat minister Bussemaker en staatssecretaris Dekker inmiddels hun *Wetenschapsvisie 2025* hebben uitgegeven. Daarvan moet ik de details nog doorgronden, maar een positieve kant ervan is dat zij een veel meer open relatie aanbeveelt tussen de wetenschappelijke sector en de mensen wier leven deze vormgeeft. Als we blijven denken dat wetenschap de werkelijkheid blootlegt, maakt ze de realiteit vóór ons, maar niet mét ons.’

‘Het ligt wat anders bij de discussie over geneesmiddelentests. Voor de problemen

daarvan is er in Nederland op regeeringsniveau momenteel uitermate weinig aandacht. Kamervragen erover worden bijna altijd met ontkenning van het probleem beantwoord. Het Ministerie van vws werkt ook samen met farmaceutische bedrijven aan het gezondheidsbeleid. Maar dat kan evengoed anders, want de vorige minister van vws, Ab Klink, zag wel in dat er iets moet gebeuren en deed wat in zijn macht lag.’

‘Veranderingen komen sowieso pas als heel veel mensen van de noodzaak ertoe doordrongen zijn. Dan gaan mensen anders stemmen en vragen ze ook in de sprekkamer aan de dokter of het onderzoek waarop hun behandeling is gestoeld wel onafhankelijk gefinancierd was. Veel artsen zijn nu al doodongelukkig met de aantasting van hun geloofwaardigheid door de berichten over belangenverstrengelingen. Zij kloppen op hun beurt aan bij hun beroepsverenigingen, en zo kan de bal gaan rollen. Als wetenschapsbeoefenaren ook niet meer louter worden afgerekend op de hoeveelheid geld die ze binnenhalen of de aantallen publicaties die ze hebben geproduceerd, gaat bij degenen die hun ziel hebben verkocht aan het binnenhalen van geld of eer het geweten waarschijnlijk ook eerder knagen.’