



Interview Lut Celie

Psychotherapeute Lut Celie: ‘We maken een zieke generatie van onze jongeren’



Lut Celie is psychotherapeute en oprichtster van De Bleekweide, expertisecentrum voor rouw, trauma, breed verlies en persoonlijke groei. Beeld Wouter Van Vooren

Terwijl de vruchtijden voor de jeugd zijn meer

terwijl de wachtlijsten voor de jeugdhulp maar blijven oplopen, trekken veel jongeren het niet meer. Ze staan op ontploffen. En liever dan hen te zien of horen, stoppen we ze in hokjes, zegt psychotherapeute Lut Celie (De Bleekweide). 'Wij maken er een zieke generatie van.'

MICHEL MARTIN 17 november 2022, 03:00

Lut Celie (64) heeft geen zittend gat. Tijdens het gesprek staat ze verschillende malen recht van haar bureau, om een verhaal te verbeelden dat uit het leven - of uit haar praktijk - gegrepen is. Zoals dat van een 16-jarige jongen, die op de middelbare school een leerkracht doet razen door zijn gedrag. Die smijt zijn boekentas de gang in en stuurt hem, zoals dat dan gaat, "naar de prefect". Wat volgt, is niet voor doetjes.

"Die jongen raakte emotioneel zo getriiggerd dat hij door de dichtvallende glazen deur heeft gemept en met zijn vuist de leerkracht raakt", vertelt ze. "Kan dat? Natuurlijk niet. Zo'n gedrag moeten we consequent bestraffen. Maar toen ik nadien met hem in gesprek ging, had de woede plaatsgemaakt voor verdriet. En vertelde hij het achterliggende verhaal: dat hij al een hele tijd bemiddelt tussen zijn vader en moeder, die in een kooigevecht zijn beland. Die woede zat in een hoopje tot in zijn keel. Maar is dat een zieke jongen of een probleemkind? Daar verzet ik mij tegen."

Het is de boodschap die Lut Celie als psychotherapeute al tien jaar probeert te geven in De Bleekweide, een therapie- en opleidingscentrum waar thema's als trauma en verlies primeren. De ervaringen en verhalen van het team zijn nu opgetekend in het boek *Zie mij*, een titel die als noodkreet van eender welke jongere kan worden opgevat.

KWAADHEID

De sereniteit van het Groot Begijnhof in Gent vormt alvast de geknipte setting, net als de slecht geïsoleerde ruimtes. Want wat opgekropt zit binnenin, moet hier net naar buiten geraken. "Emoties zoals kwaadheid moeten we niet sussen of wegduwen, we moeten ze net op een constructieve manier een stem geven", aldus Celie.

"Ik ben gigantisch bezorgd om een hele generatie kinderen die volop signalen toont dat het niet gaat, maar waar we als maatschappij geen weg mee weten", zegt ze. De pandemie heeft de wachtlijsten in de jeugdhulp doen ontploffen, ook in De Bleekweide was er in het najaar van 2021 een grote toeloop. Ze kijkt met gemengde gevoelens terug op die periode. Plots werden de alarmbellen massaal geluid, maar de stormloop is al langer bezig.

"We zagen plots verregaand signaalgedrag, gaande van extreme woede-uitbarstingen over automutilatie tot zelfmoordgedachten. Maar eigenlijk is dat vooral een uitvergroting van wat allang

onder het oppervlak aan het sudderen is. De pandemie heeft gewoon een extra duwtje gegeven.”



Lut Celie. 'We hebben veel te weinig aandacht voor hebben: het scheidingsverhaal. Een op de drie kinderen leeft niet meer bij beide ouders.' Beeld Wouter Van Vooren

U schrijft dat we een verliesmaatschappij zijn die niet om kan gaan met verlies. Wat bedoelt u daarmee?

“Verlies gaat heel breed. Op macroniveau worden jongeren bijvoorbeeld geconfronteerd met overstromingen en opwarming, met oorlog en machtsspelletjes, met eenzaamheid tijdens een pandemie. Dat werpt bij velen existentiële vragen op, zoals: gaan we nog wel voor kinderen? Zonder veilige ankers kan de wereld best verwarrend aanvoelen.

“Daarnaast hebben jongeren ook nog een microkosmos, het gezin waarin ze opgroeien. Daar zit vaak het onzichtbare verlies van liefdevolle aandacht, het gevoel dat iemand je graag ziet. Dat komt enerzijds omdat we in turbosnelheid met elkaar omgaan, maar anderzijds is er ook die andere grote evolutie waar we veel te weinig aandacht voor hebben: het scheidingsverhaal. Een op de drie kinderen leeft niet meer bij beide ouders.”

We gaan er te makkelijk van uit dat 'uit mekaar gaan als vrienden' geen impact heeft?

“Een goede scheiding is niet enkel gebaseerd op het belang van de ouder, maar ook op het belang van het kind. Of, en dat

vergeten we al te vaak, het belang van jongeren en jongvolwassenen. Op de boekenbeurs werd ik aangesproken door een jonge studente, wier ouders gescheiden zijn. “Chance, je bent al uit huis”, hoort ze de hele tijd. Maar sinds de scheiding zit ze al twee jaar vast in een zorgende rol voor haar vader. Dat zorgt voor een enorm gevoel van onmacht en verdriet.

“Wat we natuurlijk wel zien, is dat het aantal vechtscheidingen in stijgende lijn zit. Voor kinderen leidt dat vaak tot een gespleten loyaliteit, ze zien én hun papa én hun mama graag, maar dat wordt hen in beide nesten onmogelijk gemaakt. De gevolgen voor hun ontwikkeling zijn gigantisch, eigenlijk is dat emotionele mishandeling. Kinderen hebben op zo’n moment niet enkel nood aan mentale zorg, maar ook aan emotionele zorg. Want wat doe je met die kwaadheid? Met dat verdriet?”

Wat is voor u het verschil tussen mentale en emotionele zorg?

“Dat wordt vaak op één hoop gegooid: als we het hebben over ‘je goed in je vel voelen’, gaat het vaak de cognitieve kant uit. We plaatsen ratio vaak bovenaan, de PISA-scores boven de emoties van jongeren. Terwijl ons gevoel vaak een heel andere aanpak nodig heeft dan ons denken.”

(haalt van onder haar bureau een vat boven): “De metafoor van het emotionele vat gebruiken we hier vaak. Je kan dat echt voelen, ergens tussen je keel en je maag. Daar kroppen we op, en wij Vlamingen zijn echte kroppers. Generatie na generatie leert op deze manier emoties te onderdrukken, in plaats van ermee om te gaan.”





Lut Celie. 'Zeker als je een beetje slim bent, kan je het jaren cognitief overnemen, terwijl je vanbinnen sterft.' Beeld Wouter Van Vooren

Is het dan zo erg om af en toe iets op te kroppen?

“Als het je niet uit balans brengt, is dat zeker geen probleem. Maar we zien ook kinderen die geen emoties meer vertonen, omdat ze daar alles in proppen. Zo slibben ze dicht en verliezen de zin om te leven. Zo heb ik hier een jonge vrouw in de praktijk gehad. Cognitief sterk, enorm sportief, maar geeft aan dat ze sinds haar negende niks meer voelt. Die nietsvoelers of ‘flatliners’ zien we hier meer en meer. Zeker als je een beetje slim bent, kan je het jaren cognitief overnemen, terwijl je vanbinnen sterft.”

Op school maken leerkrachten net gewag van meer en meer extreme emoties, zoals woede en agressie.

“In beide gevallen hebben deze jongeren een rugzakje vol, maar kennen ze niet de taal om daar uiting aan te geven. Boosheid en agressie laten zich dan ook moeilijk in een stappenplan vatten, ook al merk ik op studiedagen dat ‘agressiebeleid’ nu het codewoord is. Onlangs was ik zelfs op een school in het bijzonder onderwijs in West-Vlaanderen, waar ze met een soort isolatiecellen werken. Ik hoor het van veel leerkrachten: ze weten simpelweg niet wat ze ermee moeten aanvangen.

“Naast cognitieve remediëring, het wegwerken van een leerachterstand, moet er ook ruimte zijn voor emotionele remediëring. Binnen de schoolmuren moet dat hand in hand gaan. ‘Een verstandig kinderhoofd kan maar optimaal functioneren mits een vreugdevol kinderhart’, schreef professor Dimitri Mortelmans (*socioloog aan de UAntwerpen, MIM*) bijna tien jaar geleden al. Maar we blijven dat van tafel vegen, ten voordele van PISA-rankings. Ook die gaan achteruit.”

Wat kunnen we daar volgens u aan doen?

“Wij hebben heel wat schoolprojecten lopen rond emotionele remediëring. Zo installeren we gevoelsplekken in klassen of daarbuiten, waar leerlingen uitgenodigd worden om een specifiek gevoel een bestemming te geven. Dat kan een ‘bozendoos’ zijn, waar pubers uitgenodigd worden om hun kwaadheid op een papiertje te schrijven of gewoon om het erop te krassen. Dat mogen ze dan verfrommelen of verscheuren, in de bozendoos proppen en later in een vuurschaal.

“Maar leerlingen kunnen ook stoom afdalen bij een boksbal. En in een lagerschoolklas, waar een meisje overleed, is er een hoekje waar de kinderen een tekening kunnen hangen. Dat zijn manieren om emoties constructief te kanaliseren, en daar kunnen leerkrachten of hulpverleners in een gesloten voorziening een begeleidende rol in opnemen.”

Sommige mensen rollen vast met de ogen als u begint over

Sommige mensen roken vast met de ogen als u begint over praatpapier of gevoelsplekken.

“Nochtans is het een maatschappelijke taak om elkaar echt te zien, om te kijken voorbij het schijnbaar banale laagje van een student die zijn eerste jaar aan de unief door een lockdown niet ten volle kan beleven. Daaronder zit een fundamenteel gevoel van alleen zijn, van gemis aan vrienden en verbinding.

“Alleen vergeet het tijd om niet alleen aandachtig te zijn voor iemands gedrag en onhebbelijkheden, maar ook wat eronder schuilgaat. Een judoleraar vertelde me onlangs hoe hij al weken voelde dat zijn pupil in de knoop lag met zichzelf. Op een bepaald moment heeft hij hem gewoon naast hem gezet, en gewacht. Plots, na een kwartier, begon die jongen te vertellen. Over zijn opa, en hoe hij die kwijtraakte na een zelfdoding. Dát is mekaar leren zien.

“Vandaag regeert helaas de kortetermijnvisie, we stoppen jongeren in hokjes en proberen het met medicatie. Die diagnosedrang is een gigantisch probleem. Onze jongeren worden niet zieker. Wij maken er een zieke generatie van.”

Het aantal zorgkinderen dat extra ondersteuning krijgt op school, vanwege een diagnose zoals ADHD of autismspectrumstoornis (ASS), groeit inderdaad sterk.

“En dat staat dan nog los van de grote doorstroom die we momenteel zien van het gewoon onderwijs naar het buitengewoon onderwijs. Hier in de praktijk zien we dat ook: het merendeel van de jongeren met zo’n label worstelt eigenlijk met verlies of trauma. Die signalen liggen vaak dicht bij elkaar, maar als je ze niet correct herkent, kan gedrag zoals snijden of niet meer willen eten verder ontsporen.

“Daarom werken we hier zo hard mogelijk om wachtlijsten te vermijden. Want ik weet, als een jongere op een brug moet gaan wachten op zorg en hulp, dan zal het snelle antwoord een diagnose en medicatie zijn. Terwijl die jongere zichzelf misschien gewoon de vraag stelt: ‘Wie ben ik?’”

Die vraag lijkt me niet evident: hoe ga je op zoek naar authenticiteit in een online leefwereld waar bijna alles gecureerd is?

“Dat is onwaarschijnlijk moeilijk, dat voelen wij hier ook. Er is een groot verschil tussen realiteit en wat wordt opgedrongen. Sociale media kunnen een fantastisch instrument zijn voor jongeren om verbinding te maken, en erbij te horen. Maar het kan ook een vluchtroute zijn, net zoals gaming trouwens: ‘Dan hoef ik niet aan mijn emoties te denken.’ Het gevaar bestaat dat een jongere dan net weggroeit van zichzelf.

“Voor ouders is het natuurlijk niet altijd evident om aan te voelen wat er speelt. Zelfs mijn jonge collega’s kunnen vandaag het tempo van jongeren amper volgen. Bovendien kan je moeilijk leren aan een jongere hoe die constructief met sociale media of videogames moet omgaan, als je zelf aan dat schermpje verslaafd bent.”

In het boek raakt u ook gender aan. Worstelen jongeren daarmee, of toch vooral hun ouders?

“Ik denk eerder dat laatste. Ik hoor wel van jongeren dat er een zekere keuzestress is, net omdat ze bezig zijn met die identiteit te vormen en er vandaag enorm veel noemers zijn waaronder een geaardheid past. Maar als jongeren rustig de tijd kunnen nemen om dat uit te zoeken, zonder taboe of oordeel, lijkt me dat net iets heel erg moois.”



Lut Celie. 'Als je 's avonds samen thuiszit, praat dan eens gewoon met elkaar en deel als ouder zelf wat je voelt.' Beeld Wouter Van Vooren

Hoe kan je over deze thema's een open gesprek voeren als ouder?

“Alles valt terug te leiden naar een basisgevoel, een onvoorwaardelijke ‘ik zie u graag’. Daar hebben we geen beleid voor nodig, enkel onszelf. Als je 's avonds samen thuiszit, praat dan eens gewoon met elkaar en deel als ouder zelf wat je voelt. En als je naar de basketmatch of een dansvoorstelling gaat kijken, zit dan niet de hele tijd op dat schermje te turen maar kijk gewoon. Dat zijn simpele ingrediënten voor een warm nest.”

Waar trekt u zich aan op?

“Aan jonge ouders die na een scheiding binnenwandelen en vragen: ‘Hoe kunnen we hem beter leren omgaan met zijn emoties, want wij hebben het zelf niet geleerd?’ Aan familierechters die aanvoelen dat er meer aandacht moet zijn

voor de noden van een kind. En vooral aan de wijsheid van die jongeren zelf. Ze nemen het oude denken niet meer, delen hun wereld anders in elkaar door te gaan co-housen, door van fiets op trein te springen, door op te komen voor hun idealen. Dat stemt me hoopvol.”

Moeten we niet opletten dat elke tegenslag in termen van 'verlies' of 'trauma' wordt gekaderd? Is het soms niet gewoon: *life sucks, deal with it*?

“Daar zeg je het net: als zo'n stukje verlies, rouw of trauma zich aandient, moet je ermee leren omgaan. Dat doet iedereen op zijn eigen unieke manier. Schrijf het uit, schreeuw het uit, sla op een boksbal, en neem vooral de tijd om dat te doen. En voor de rest: leef, leef, leef. Toch?”

Heb je vragen over zelfdoding? Bel dan gratis naar 1813 of surf naar 1813.be

Lut Celie, *Zie mij*, Lannoo, 190 p., 21,99 euro.



Beeld<

Verhaal van de dag nieuwsbrief

Ontvang elke avond een uitzonderlijk verhaal uit De Morgen en de 5 meest gelezen artikels in uw mailbox.

E-mailadres

Inschrijven

LEES OOK



Twee tot drie jaar wachten op opvang in Brussel: jeugdhulp kreunt onder het personeelstekort



Jongen (16) wordt 'opgevangen' in politiecel en moet dan drie keer verhuizen: 'Ergste wat iemand met autisme kan overkomen'



Jeugdrechtster Bie Van Bauwel: "Soms zouden we beter de ouders plaatsen"



IN HET NIEUWS

Net binnen

meer >



19:33 uur
Aantal studenten zal opleiding aan KU Leuven moeten stopzetten na...



19:18 uur
Opnieuw Russische kolonel dood teruggevonden in kantoor onder onduidelijke...



18:56 uur
Drie Belgische activisten van klimaatprotest bij 'Meisje met de parel' komen vrij



18:50 uur
Martelkamers en gefolterde lichamen in Cherson: opnieuw bewijs Russische...



18:42 uur
Nancy Pelosi zet stap opzij als leider van de Democraten na verlies in Huis van...



Achtergrond Oekraïne

Zelensky's 'communicatieblunder' over raketten in Polen is verrassend. Hij begint hem dan ook niet zomaar



Voor u uitgelegd
Vochtproblemen

Vochtproblemen door lagere verwarming: met deze vuistregels hou je schimmel buiten de deur



Nieuws Onderwijs

Lerarenbonus moet beroep aantrekkelijker maken, maar maakt tekort in de scholen nu nog groter

Best gelezen

MEER >

- 1 Psychotherapeute Lut Celie: 'We maken een zieke generatie van onze jongeren'
- 2 Ploeg achter 'Thuis' ziet betaalde lunchpauzes en gratis internet wegvallen, maar er is nog meer d...

Nu belangrijker dan ooit: steun kwaliteitsjournalistiek.

Neem een abonnement op De Morgen

Algemeen

Contacteer ons
Adverteren
Vacatures
Privacybeleid
Abonnementsvoorwaarden
Gebruiksvoorwaarden
Cookiebeleid
Cookie-instellingen
Wedstrijdreglement

Service

Lezersservice
Mijn account
Abonneren
Webshop
Audiokrant

Volg De Morgen

Facebook
Twitter
Instagram
Nieuwsbrieven
RSS-feeds
Android apps
iOS apps
Digitale krant

Navigeer

Zoeken
Archief

Op alle artikelen, foto's en video's op demorgen.be rust auteursrecht. Deeplinken kan, maar dan zonder dat onze content in een nieuw frame op uw website verschijnt. Graag enkel de titel van onze website en de titel van het artikel vermelden in de link. Indien u teksten, foto's of video's op een andere manier wenst over te nemen, mail dan naar info@demorgen.be.

DPG Media nv – Mediaplein 1, 2018 Antwerpen – RPR Antwerpen nr. 0432.306.234