

# Geef jongeren uitzicht op een zinvol leven

Het is levensgevaarlijk om jongeren verantwoordelijk te stellen voor hun leven zonder hen daarvoor stevig toe te rusten, betoogt **Joep Dohmen** in dit essay. Leer ze weer zoeken naar een zinvol leven, in plaats van succes.

TEKST JOEP DOHMEN

**B**ijna de helft van onze jongeren staat continu onder druk, concludeerde het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) dit voorjaar in het rapport *De zorg van morgen begint vandaag*. Ze ervaren angst en stress door een veelheid van factoren: de toetsdruk op school en in het hoger onderwijs, de verwachtingen van hun ouders, gebrek aan concentratie. Het gevolg? Weinig motivatie, een slechte werkhouding en grote socialemotionele spanningen. Het recente onderzoek van Trimbos *Harder, Better, Faster, Stronger?* (september 2023) heeft dit beeld van zware mentale druk alleen maar bevestigd. Maar liefst 26,6 procent van de werknemers tussen de 25 en 34 jaar ervaart 'burn-outklachten', zo meldde onlangs onderzoeksbureau TNO. Als we uitzoomen zien we dat deze ontwikkelingen niet uit de lucht komt vallen.

## VLOEIBAAR LEVEN

Sinds de jaren zestig van de vorige eeuw leven we in een post-traditionele samenleving. We zijn de dominante tradities voorbij. Levensbeschouwing, religie en moraal zijn opties geworden. Je kunt er ook niet aan meedoen. In plaats daarvan is de nadruk op eigen keuzes en eigen verantwoordelijkheid komen te liggen. Tegelijkertijd hebben drie immense krachten de oude levensstijl verdrongen: de markteconomie, de steeds dieper ingrijpende technologie en de (social) media. Dankzij hun onderlinge dynamiek leven wij, zoals de cultuursocioloog Hartmut Rosa heeft laten zien in zijn boek *Leven in tijden van versnelling*, onder steeds grotere tijdsdruk.

De productielijnen van de economie zijn steeds korter, het vervoer wordt steeds sneller en de informatie volgt steeds sneller. Zelfs onze leefwereld en culturele

gewoontes raken versneld. Zo besteden we in onze westerse wereld aantoonbaar minder tijd om met het gezin te eten. De verjaardagskaart is vervangen door een appbericht.

De socioloog Zygmunt Bauman kwalificeerde onze laatmoderne levensstijl als een 'vloeibaar leven' en dat is een krachtige metafoer. Alles wat ooit een waardevolle substantie bezat, wordt vloeibaar. Als dat waar is, dreigen wij ook zelf te vervloeien. De mens als vloeistof. Voor jonge mensen wier leven nog vaste vorm moet krijgen, is dat geen aantrekkelijk perspectief. Als docent van diverse types onderwijs heb ik de afgelopen vier decennia van nabij de angst van jongeren voor de ratrace zien toenemen.

Jonge mensen moeten vandaag een flink aantal existentiële spanningen uithouden. Weerbaarheid of onmacht: lukt het hen om zich hun leven toe te eigenen of voelen ze zich steeds machtelozer? Vertrouwen of vertwijfeling: groeit hun zelfvertrouwen of raken ze langzaam maar zeker wanhopig? Authentiek of vervreemd: slagen ze er gaandeweg in om hun eigen stem te vinden of klinkt die steeds zwakker? Verbonden of verloren: kunnen ze in deze samenleving nog werkelijk contact maken met anderen, of zijn het allemaal losse verbindingen?

## OVERLEVEN OF OPHOUDEN MET LEVEN

Hiermee is het belangrijkste dilemma niet eens benoemd: overleven of ophouden met leven? Elk jaar stappen in Nederland zo'n 1.850 mensen uit het leven, onder wie ongeveer driehonderd jongeren (tot 30 jaar). Bijna elke dag maakt één jongere in ons land een eind aan zijn of haar leven. Dat is van een haast onvoorstelbare tragedie. We moeten de zelfdoding en vooral de gedachte om uit het leven te stappen, ter sprake brengen en niet tot taboe verklaren. Waar hebben we het over? Uit alle onderzoek wordt duidelijk dat er niet slechts een type zelfdoding is en dat het steeds om een combinatie van oorzaken gaat. Er wordt onderscheid gemaakt tussen acute en chronische suicidaliteit. Bij de eerste worden de omstanders vrijwel altijd totaal overvallen. De laatste betreft vaak ernstig psychiatrische patiënten voor wie het leven soms jarenlang een lijdensweg is. Van welhaast alle jongeren die rondlopen met gedachten aan suicide weten we dat ze dag in dag uit worstelen met hun dagelijks leven. Velen van hen hebben in hun vroege jeugd de boodschap opgepikt dat ze niets voorstellen. Ze zijn niet zelden door gewelddadig gedrag en mishandeling getraumatiseerd. Deze jongeren hebben doorgaans een laag zelfbeeld en >



Joep Dohmen

We besteden in onze westerse wereld aantoonbaar minder tijd om met het gezin te eten. De verjaardagskaart is vervangen door een appbericht



Beeld Pixabay



vinden hun eigen leven absoluut niet de moeite waard. Ze voelen zich erg eenzaam. Bovendien lopen er heel veel andere eenzame jongeren rond die ook in stilte lijden en diepongelukkig zijn. Ook zij schamen zich vaak voor zichzelf, missen zelfrespect en hebben weinig gevoel van eigenwaarde. Het grote risico bij al deze jongeren is dat ze in een maalstroom van donkere gedachten terechtkomen en in een uitzichtloze tunnel verdwijnen. Dan rest voor hen nog maar een gedachte: dit wil ik niet meer. Het is niet per se zo dat ze dood willen. Ze willen niet langer dit uitzichtloze leven. Gelukkig bestaan er inmiddels mede dankzij de Ivonne van de Ven Stichting talloze projecten waarin aandacht aan deze problematiek wordt besteed, zoals de website 113, projecten van GGD's en GGZ over voorzorg en veerkracht, podcasts van deskundigen zoals Ad Kerkhof, Bert van Luijn en vele anderen. De voornaamste inzet van alle preventie is om het gesprek met jongeren juist over hun donkere gedachten aan te gaan en te voorkomen dat zij in die tunnel terechtkomen. Mijn eigen voorstel is om dit belangrijke punt van preventie aan te vullen met nog een ander verhaal. Ik vrees dat we in een samenleving terechtgekomen zijn die zelf haar slachtoffers creëert en dat we een fundamentele omslag moeten maken.

#### KWIJTGERAAKT

In zijn meeslepende boek *The End of Education* uit 1995 stelde Neil Postman dat we bij de vorming van jongeren iets belangrijks zijn kwijtgeraakt. Opvoeding en scholing hebben twee taken: organisatorisch en moreel. De organisatorische taak gaat over kennis en vaardigheden, de morele taak over persoonsvorming en een zinvol leven. Beide taken veronderstellen volgens Postman een goed verhaal, dat voldoende symbolische kracht bezit om jongeren te inspireren om op zoek te gaan naar een zinvol leven. Dat verhaal zijn we kwijtgeraakt. Ik zou daaraan willen toevoegen dat we het ingeruild hebben voor een heel slecht verhaal. Sinds de jaren zestig worden wij al vanaf vroege leeftijd tot vrije en zelfstandige wezens gebombardeerd. De commerciële sociale mediabedrijven dragen, sinds vijftien jaar, een ware propaganda uit: wees jezelf en kies zelf. Maak je dromen waar en probeer de ondernemer en regisseur van je eigen succes te zijn. Als je erover nadenkt betekent Mark Ruttes veelbesproken 'Doe normaal' niets anders dan: concurreer met alle anderen en zorg dat je wint. Als je succes hebt, is dat je eigen verdienste en als je faalt, is het je eigen schuld. Dit is het dominante verhaal waarin helaas maar al te veel jongeren geloven. Zo gek is dat niet. De markt en de media spelen immers elke dag in op hun verlangens en proberen hen te "transformeren tot een radertje in de consumptiemachine", aldus de Franse filosoof Bernard Stiegler. Wat is de ultieme droom die aan jongeren wordt voorgehouden? Een topbaan, geld en goederen, een groot huis, een Tesla, aandelen, gadgets, status en



veel vrije tijd. In werkelijkheid zien we een toename van bullshit jobs en een groeiende maatschappelijke ongelijkheid: een derde winnaars, twee derde losers.

#### RAMPSPOED

Het drama van onze westerse cultuur is dat we het oude, traditionele, christelijke verhaal hebben ingeruild voor dit neoliberale succesverhaal. Al in 1954 voorzag Hannah Arendt de rampspoed van deze culturele omwenteling: "Vandaag is het gezag afgeschaft door volwassenen, en dat kan maar één ding betekenen, namelijk dat de volwassenen weigeren om verantwoordelijkheid te nemen voor de wereld waarin zij zelf hun kinderen geboren hebben laten worden." Een jongere is, zoals de Franse pedagoog Pierre Meirieu het treffend formuleert, een "nog-niet-persoon". De cognitieve, emotionele en sociale vermogens zijn nog niet ver genoeg ontwikkeld. Hij (of zij) wordt nog te veel gestuurd door willekeurige verlangens en heeft nog te weinig overzicht over zichzelf en de wereld. Het is levensgevaarlijk om jongeren verantwoordelijk te stellen voor hun eigen leven zonder hen daarvoor stevig toe te rusten. Dus wat gaan we doen?

**Ouders moeten weer hun gezag nemen en durven op te voeden. Docenten moeten moedig zijn en weerstand bieden aan de systeemeisen van de school**

#### INTEGRALE PERSOONSVORMING

Wat is vandaag onze pedagogische missie? Waartoe dienen tegenwoordig opvoeding en onderwijs? Welke soort vorming is nu belangrijk voor onze jongeren? Natuurlijk moeten we ons blijvend inzetten voor betere opties en gelijke kansen. Maar een zinvol leven veronderstelt ook dat onze jongeren zelf weerbaar worden en beter voor zichzelf gaan zorgen. Daarom pleit ik in mijn boek *Iemand zijn* voor een integrale persoonsvorming. Jongeren moeten langzaam ontdekken hoe ze moeten omgaan met zichzelf en met anderen. Zelfkennis is van levensbelang: dit ben ik wel en dat ben ik niet! Door allerlei ervaringen en gesprekken over die ervaringen leren ze zichzelf beter te begrijpen. Daardoor ontdekken ze gaandeweg waar hun echte talenten liggen en wat hun behoeftes zijn. Daardoor krijgen ze ook langzaam greep op hun verlangens, en laten ze zich niet langer meeslepen door allerlei reclames, verleidingen, misleidingen en manipulaties. Het is voor elke jongere cruciaal om kwalitatief betere keuzes te kunnen maken, en steeds

beter te weten welke rol hij – samen met anderen - wil spelen in onze samenleving. Van groot belang is het continue gesprek over samenwerken, vriendschap en wederzijdse erkenning. Tot slot moeten jongeren ook leren zich te verhouden tot tegenkrachten, tot tegenslag, ongeluk en noodlot. Alleen dan zijn ze in staat om hun eigen onmacht te verdragen en niet te vluchten in schijnoplossingen. Dit is integrale persoonsvorming en dit is het ontwikkelingsproces dat onze nieuwe pedagogische missie moet zijn. Zo'n nieuwe vormingsleer stelt natuurlijk ook hoge eisen aan onszelf.

#### BETEKENISVOL

Ouders moeten weer hun gezag nemen en durven op te voeden. Docenten moeten moedig zijn en weerstand bieden aan de systeemeisen van de school. Schoolbestuurders moeten de missie van goed onderwijs prefereren boven het binnenhalen van grote subsidies. Beleidsmakers moeten zich weer laten leiden door een ideaalbeeld van een goed leven voor jongeren. Als ze dat niet doen, kunnen ze beter ophouden en een andere baan gaan zoeken. Al deze betekenisvolle ouderen moeten vandaag met jongeren het gesprek over hun zelfvorming aangaan.

We moeten hen leren hoe ze hun eigen weg kunnen vinden en (weer) gemotiveerd kunnen raken. Alleen zo bereiken ze innerlijke vrijheid. Pas als ze weer houvast hebben gekregen, zullen jongeren weer trots kunnen zijn op zichzelf en op elkaar. De boodschap van dit nieuwe verhaal is onmiskenbaar: jij telt. Jouw leven telt. Zoek je eigen plek in deze wereld en ontdek waarvoor en voor wie jij je wilt inzetten. Er zijn talloze bezigheden in onze wereld waarmee jij verschil kunt maken. Wij helpen je daarbij.

Ooit heette het: 'Laat duizend bloemen bloeien'. Vandaag moet dat zijn: 'Laat duizend jongeren bloeien'. Laten we zorgen dat ze niet in de knop gebroken worden. Wij kunnen niet altijd verhinderen dat een geliefde, uit noodzaak of weloverwogen, afscheid van ons neemt. Maar we kunnen wel proberen om er zo goed mogelijk voor iemand te zijn. De schrijfster en filosofe Iris Murdoch zei het heel treffend: "Er is zoveel dat onze bescherming verdient."

Praten over zelfdoding kan bij de landelijke hulplijn 113 Zelfmoordpreventie. Telefoon 0800-0113 of [www.113.nl](http://www.113.nl).

Joep Dohmen (1949) is emeritus-hoogleraar Wijsgerige en praktijkgerichte Ethiek aan de Universiteit voor Humanistiek te Utrecht. Momenteel is hij als lector Bildung en docent verbonden aan de Hogeschool voor Toegepaste Filosofie (HTF). Recentelijk schreef hij zijn magnum opus: *Iemand zijn. Filosofie van de persoonsvorming* (Amsterdam, Ambo/Anthos 2023).