

opinie

Voor jongeren is sociaal contact even nodig als gezond eten

Hoger onderwijs Dat het tweede semester in code rood start, is een bittere pil om te slikken. Het gebrek aan echt contact kan ernstige gevolgen hebben voor de mentale gezondheid van studenten.

Inez Garmey, Tom Beckers, Ine Van Hoyweghen, Karine Verschueren & Patricia Bijttebier
Hoogleraren, verbonden aan de KU Leuven.

De Vlaamse universiteiten en hogescholen zullen het tweede semester in 'code rood' starten. Zo goed als alle lessen zullen online plaatsvinden (*DS 9 december*). Het doel van de aankondiging was om voor alle betrokkenen duidelijkheid te creëren én perspectief te bieden. Hoewel dat op zich lovenswaardig is, is dat laatste niet goed gelukt. De studenten hebben vooral gemerkt dat degenen die de strategieën bepalen om de coronapandemie in te dijken, weinig rekening houden met hun noden.

Het lijkt wel alsof studenten de enige groep zijn waarvoor duidelijke beslissingen worden genomen. Die bestheid en duidelijkheid zien we minder in de maatregelen die onze economie kunnen aantasten, voor groepen met een sterker en groter lobbynetwerk of in de handhaving van regels rond telewerken.

Lang wachten op hulp

Samen met die studenten maken wij ons als docenten en medewerkers van de Vlaamse universiteiten en hogescholen grote zorgen over de impact van deze aanhoudende afstandsmaatregelen op de mentale gezondheid van onze studenten, en bij uitbreiding van alle jongeren in Vlaanderen. Wetenschappelijke studies tonen aan dat sociale interacties voor kinderen, adolescenten en jongvolwassenen noodzakelijk zijn voor een evenwichtige identiteitsontwikkeling en om goede sociale vaardigheden op te bouwen. En sociale vaardigheden én

sociale steun dragen bij aan een goede mentale gezondheid. Online contacten zijn geen volwaardige vervanging van echte sociale contacten en een warme omgang met elkaar.

Maak van jonge mensen een prioritaire groep in overwegingen rond eventuele versoepelingen

De adolescentie en jongvolwassenheid zijn cruciale fases waarin (kwetsbare) jongeren (voor het eerst) psychische klachten krijgen. In het algemeen heeft tot 20 procent van de jongeren last van matige tot ernstige psychische klachten. Ook in gewone omstandigheden kampen veel studenten met psychische klachten. Maar de wachttijden voor jongeren met psychische klachten om hulp te krijgen, lopen nu al op tot zes maanden en meer.

Basisbehoeftes

Als wetenschappers onderschatten we de ernst van de pandemie zeker niet. We erkennen eveneens het belang van de genomen maatregelen in onze anderhalvemetermaatschappij.



Studeren in de bib van de KU Leuven: een eenzame activiteit.
© Eric Lalmand / bly

Daar neemt niet weg dat wij zeer bezorgd zijn over de mentale gezondheid van de studenten en dat we het gevoel hebben dat zij over het hoofd worden gezien tijdens deze crisis. Tot nu toe hebben de meeste studenten laten zien dat ze veerkrachtig en solidair zijn en flexibel omgaan met de nieuwe uitdagingen. Toch ontbreken de maatregelen hun iets essentiële om uit te kunnen groeien tot evenwichtige volwassenen: sociale interactie. Voor jongeren is dat een basisbehoefte.

We vrezen dat de sociale deprivatie die we – schijnbaar onbezorgd – op grote schaal doorvoeren, mogelijk ernstige gevolgen zal hebben, niet alleen voor hen persoonlijk, maar ook

voor onze maatschappij als geheel. In gewone omstandigheden krijgt al een op de vier volwassenen te maken met psychische klachten, die veelal in de adolescentie en jongvolwassenheid ontstaan. Wat zal de impact van het gebrek aan sociaal contact zijn voor hun gezondheid nu en op de lange termijn? Dat negeren heeft mogelijk ook een grote economische kostprijs: psychische klachten vormen de belangrijkste oorzaak van werkonbekwaamheid en veel leed op persoonlijk, relationeel en familiaal vlak.

Uitgerekte veer

Vijf voelen ons genoodzaakt om de overheid en de Vlaamse universiteiten te wijzen op hun verantwoorde-

lijkheid en ze te vragen om in de overwegingen rond noodzakelijke maatregelen vanaf nu ook aandacht te hebben voor het herstel van het essentiële sociale weefsel van jongeren, en daarmee voor hun mentale welzijn. Maak van jonge mensen een prioritaire groep in overwegingen rond eventuele versoepelingen.

Voor jongeren is sociale interactie even levensnoodzakelijk als gezond eten of voldoende bewegen. Het is tijd om dat als maatschappij te erkennen. Wij herhalen graag dat we begrijpen dat de situatie op dit moment precar is en weinig opties toelaat, maar willen uitdrukkelijk vragen om het welzijn van jongeren meer mee te nemen in de beslissingen.

De jongeren hebben zich veerkrachtig getoond, laten we voorkomen dat die veerkracht te ver wordt uitgereikt en dat de veer vervormt. Op korte tijd zullen de jongeren er wel bij varen, en op langere tijd is dat – ook economisch – beter voor onze hele maatschappij. Want de kinderen en jongeren van nu zijn onze toekomst. Zij, en wij met hen, rekenen op u.

Ondertekend door 250 professoren, hoogleraren, docenten en medewerkers van verschillende universiteiten en hogescholen in Vlaanderen.

Volledige lijst: standaard.be/opinions

waarde redactie

Betaald vaccineren?

In het debat 'Hoe raken we uit de coronacrisis' van *De Standaard* en *De Soir* las ik in de chat een tip: geef een 'incentive' voor de vaccinatie. De tip werd voorgesteld aan professor economie Gert Peersman, die hem vrij positief beoordeelde. 'Incentives' of beloningen worden vaak gegeven aan mensen om ze te overtuigen deel te nemen aan, bijvoorbeeld, een grootschalig survey-onderzoek. Die strategie moet de respons verhogen bij zelf-in te-vullen vragenlijsten. Een briefje van 50 of 100 euro kan wonderen doen om te vermijden dat zeer lange enquêtes zonder meer in de prullenmand verdwijnen. Want als dat gebeurt, kan de respons te laag zijn, wat de enquêtes onbetrouwbaarder zou maken.

We zouden inderdaad een beloning kunnen geven om zo veel mogelijk mensen te overtuigen zich te laten vaccineren. Zo zouden we misschien makkelijker voor elkaar krijgen dat 70 procent van de bevolking zich laat vaccineren. We zouden 50 euro per persoon kunnen geven, te beste-

den in de lokale economie. Wie dat bedrag niet nodig heeft, kan het altijd doorstorten aan de hardleerders onder ons. Zo zou je hen misschien ook kunnen overtuigen.
Alex Winnepenninckx Boortmeerbeek

Mild verbeteren?

Wij tussen het corrigeren van proefwerken door het stuk van Rebecca Poel (UGent) en Johan De Wilde (Odisee) las (*DS 16 december*), moest ongetwijfeld meer wijzigingen. Een standpunt over onderwijs, geformuleerd door twee specialisten die zelf niet lesgeven aan een balorig puberpubliek. Hun pleidooi voor uitzonderingsmaatregelen rond de evaluatie van leerlingen in deze vreemde tijden raakt koninklijk nu wel.

Het is een uitstekende zaak dat de afgehoop weken eindelijk opnieuw ruimte werd gecreëerd om examens te kunnen geven. Dat die examens door de auteurs als amateuristische testjes worden omschreven, zegt veel over het dedain waarmee lerarenopleiders kijken naar de leraar die el-

ke dag opnieuw het beste van zichzelf geeft in zijn of haar klas. Een gebalanceerd en uitdagend proefwerk opstellen kost ondergetekende makkelijk een hele dag werk.

Enkele zaken op een rijtje, met de blik van een ervaringsdeskundige op de werkvloer. Klassenraden komen deze examenperiode niet fysiek samen. Een groot nadeel, omdat de dynamiek van een klas bestaat uit de interactie van de leerlingen en een gebalanceerd advies. De enige manier om dat evel te counteren, is voldoende informatie over de leerprestaties van leerlingen. Punten, met andere woorden. De school waar ik lesgeef, heeft er net daarom voor gekozen om geen proefwerken te schrappen. Elk vak is even belangrijk voor de ontwikkeling van ons jonge volkje tot kritische medeburgers.

Daar clementie bepleit wordt in deze hecatische tijden, is menselijk. Veel leerlingen hebben vorig schooljaar al het voordeel van de twijfel gekregen. Het aantal B- en C-attesten lag historisch laag. Voor veel pedagogen een goede zaak, voor wie dagelijks in de klas staat een nefast gegeven. Sterk on-

derwijs bestaat in essentie uit een goede match tussen leerling en richting. Klassen met een (te) divers leerlingenpubliek leggen per definitie een hypotheek op de kwaliteit van lessen.

Een doorgedreven oriëntering in functie van leerling en richtingsrichting is niet gelijk aan een koud en rigide systeem dat vaak smalneld 'de waterval' genoemd wordt. Die bestaat namelijk niet, tenzij in de hoofden van elitaire middenklassers die neerkerken op het technisch en beroepssecundair onderwijs. Hoog tijd dus dat die lerarenopleiders en pedagogen zelf eens voor de klas gaan staan.

Pieter Van den Bossche Leraar Sint-Vincentiusinstituut a Paulo in Gizegem

Koester het afscheid

In dit vreemde covid-19-jahr komt de dood voor velen erg dichtbij. Samen met de angst om te sterven. Zaken waarmee we allesbehalve vertrouwd zijn. Rouwen leren we niet. Omgaan met rouwenden nog veel minder. Als maatschappij moeten we dat

beter kunnen.

Laten we beginnen bij het begin van het eind: het afscheid. Ik kan me niet uitspreken over hoe het is om in deze tijden afscheid te moeten nemen van een dierbare. Ik lees alleen over regels die weinig toelaten. Over het belang van afscheid nemen, ken ik helaas te veel. Vooral ook over de traumatische ervaring die rest door het gebrek eraan. Vorig jaar verloor ik plots mijn man door een ongelukkige val met een elektrische step. Hij ging rechtstreeks van het asfalt naar de begrafenisondernemer. Weg geluk, weg grote liefde. Ik bleef achter als 37-jarige weduwe met 2 halfzonen van 9 en 6.

Drie dagen rouwverlof. Niet voldoende om de begrafenis in elkaar te boksen. Ik gebruikte al mijn energie om hem een mooie afscheidsviering te geven. Eén die hij verdiende. Eén om hem te eren. Met persoonlijke woorden, vrienden en familie, muziek van Nick Cave en een pijnfuif met duzels en pistolet. Mool en warm. Volle kerk – toen mocht dat nog.

Ik bleef leeg achter. Ik wilde hem een

mooi afscheid geven, maar heb zelf geen afscheid kunnen nemen. Niet alleen omdat hij plots gestorven was, maar ook niet in de paar dagen naleden. Niemand heeft me de mogelijkheden verteld. Niemand heeft me op mijn rechten gewezen. Ik had je zo graag nog even willen meemen. Als grote ijsblok om mijn hoofd te verkoelen. Ik had nog naast je willen liggen. Ik had bij je willen zijn. Niemand heeft met mij opties overlopen. Wat wilde ik nog graag van je bewaren? Je hield waarmee je gevallen bent, was blijkaar al weggemoed. Zomaar. Zonder te vragen. Te veel bloed. Alsof je het slaapkleed waarin je bevalt zomaar weggooit. Te veel bloed.

Er zijn zoveel levensgebeurtenissen, zoals geboortes en huwelijken, waar we veel beter mee omgaan. Zo slecht gaan we om met die grote tweede zekerheid in ons leven. Sterven. Leven en dood zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. De dood treft elk van ons, vroeg of heel laat. Koester het leven, zorg voor elkaar. En wanneer het zover is: koester het afscheid.

Goedeelie Sammen

column

Mia Doornaert



Het woord van de mens of het woord van God?

Op weg naar zijn veldtocht in Egypte bestudeerde Napoleon Bonaparte de islam, en las hij dus ook de Koran. Toen hij dat boek in zijn scheepscabine opborg, bracht hij het onder bij de politieke werken, want in zijn ogen was de Koran vooral een codex van maatschappelijke wetten en regels. Daarmee legde hij de vinger op een essentieel en fundamenteel verschil tussen de Koran en het Nieuwe Testament.

Dat verschil werd al in de verf gezet door de middeleeuwse historicus Ibn Khaldun (1332-1406). Hij stelde met verbazing vast dat de evangelien vooral uit sermoenen en verhalen bestaan, 'maar een bijna compleet gebrek aan wetten vertonen'. In zijn ogen en die van middeleeuwse moslimjuristen maakte dat van het christendom een gebrekkige, achterhaalde godsdienst. Mozes was met stenen tafelen de Sinai-berg afgedaald, de Joden hadden tenminste een geschreven goddelijke wet. Maar de christenen veranderden voortdurend hun wetten en regels. Hoe kon men zulke mensen ernstig nemen? De islam was daarom de noodzakelijke voltooiing, die de goddelijke openbaring aanvulde met duurzame wetten die door God verkozend waren, en niet onderworpen aan menselijke grillen.

In westerse landen wordt enorm onderschat hoe sterk die overtuiging leeft in de moslimwereld. Ook in West-Europese landen vindt een, vaak aanzienlijke, meerderheid van moslims dat de sharia boven de wet van het land hoort te staan, en dat het woord van God moet domineren. Datzelfde zei ook de Egyptische president Abdul Fatah al-Sisi eerder deze maand tijdens zijn officiële bezoek aan Frankrijk. President Emmanuel Macron kreeg de jongste tijd in de moslimwereld een bar slechte pers, omdat hij de oorlog had verklaard aan het 'islamistisch separatisme' in zijn land, na de onthoofding van de leraar Samuel Paty. Voor een groot deel van de moslimwereld lag de schuld bij Paty, die blasfemie had gepleegd door in een les een onbehoorlijke cartoon van de Profeet te tonen, iets waarop in een aantal moslimlanden de doodstraf staat. Tijdens de gezamenlijke persconferentie lichtte Macron wispelend de vrije meningsuiting toe. En hij zei nog dat iedereen recht heeft op zijn geloof, maar dat godsdienst geen plaats heeft in het politieke leven.

Sisi sprak hem tegen, in termen die aan Ibn Khaldun herinneren. 'Een mens heeft het recht de godsdienst aan te hangen die hij wil. Maar de menselijke waarden worden door de mens gemaakt en kunnen worden veranderd, terwijl de godsdienstige waarden uit de hemel komen en dus heilig zijn, want ze zijn boven alles verheven.' Reactie van Macron: 'Niets staat boven de mens.'

Je hoeft geen doemdenker te zijn om hier een botsing tussen culturen

te zien. Maar het is een westerse traditie geworden liever de ogen te sluiten voor ongemakkelijke waarheden. Die blindheid verweert de grote schrijver en Sovjet-dissident Aleksandr Solzjenitsyn (1918-2008) het Westen al in zijn memorabele toespraak op de universiteit van Harvard, op 8 juni 1978. Hij beschreef het westerse onvermogen of de onwil om de wereld in haar diepe culturele verscheidenheid te zien (China, India, de moslimwereld) als 'een versteend pantser rond de geesten'. Hij hield de daarmee de toenmalige 'sussende theorie' van de intellectuele elite over het naar elkaar toegroeien van de westerse wereld en de Sovjet-Unie, haar miskenning van het totalitaire karakter van het communisme.

En vergelijkbare blindheid vond en vindt plaats ten opzichte van de islam. Het erg seculiere Westen kan of wil niet begrijpen hoezeer religie het hele dagelijkse leven doordrenkt in een groot deel van de moslimwereld. Daarvoor draagt het de ontreding en de integratieproblemen niet van veel moslims in geseculariseerde samenlevingen.

De miskenning van het religieuze brengt overigens ook blindheid mee over maatschappelijke software die het christendom in onze eigen wereld heeft nagelaten. Binnenkort is het Kerstmis, een gelegenheid om te bedenken dat het licht dat meer dan tweeduizend jaar geleden op een stal in Bethlehem scheen, ons nog altijd bestraalt. Het kondigde een heel nieuwe leer aan, die vrede predikte, de zwakken verdedigde, naastenliefde tot gebod verhef, en die niet beperkte tot leden van het eigen volk, maar universeel maakte. Zeker, ook in naam van Christus, zoals in naam van andere godsdiensten en ideologieën, zijn oorlogen en geweld bedreven. Het neemt niet weg dat die zachte software mee de ontwikkeling van de christenheid, en van het humanisme, heeft bepaald.

Ja, ook van het humanisme. De verlichting, aldus de Britse historicus Tom Holland, was 'niet een breuk met het christendom maar een mutatie ervan', en de moslims zien dat volgens hem veel duidelijker dan velen in het Westen. Zijn stelling in een notendop: 'Dat er een onderscheid is tussen de twee dimensies die men "religieus" en "seculier" noemt, dat mensen aanspraak hebben op universele rechten; dat de wetten die aarde staten bestieren ook door stervelingen moeten geschreven worden en niet door God; al die vooronderstellingen vinden hun wortels niet in de verlichting, maar in het diepe zaaiend van christelijke geschiedenis en theologie.'

Nog iets om over na te denken in deze kersttijd.

Mia Doornaert is onafhankelijk expert in internationale betrekkingen. Haar column verschijnt tweewekelijks op donderdag.