

'Rivieren kunnen ook rechten hebben'

Wilfred Simons

Leiden * In veel inheemse culturen is de gedachte dat bossen, meren, rivieren en dieren persoonlijkheden hebben, wijd verbreid. Zij 'bezitten zichzelf', en hebben 'eigenwaarde', stelt medewerker Wim Bonis in een recente blogpost op de website van de Leidse rechtenfaculteit. Als zij personen zijn, hebben zij ook rechten. In zijn blogje bespreekt Bonis

een recent boek van de Canadese milieuadvocaat David Boyd, 'The rights of Nature'. Volgens Bonis is er een hardnekkige mondiale trend gaande, waarin wordt gesteld dat niet alleen mensen, maar ook dieren, delen van de natuur en zelfs complete ecosystemen rechten hebben. Die trend is een radicale breuk met traditionele westerse opvattingen over recht. Hierin kunnen dieren, bossen en ri-

vieren geen rechten hebben, omdat zij zichzelf niet in een rechtszaak kunnen verdedigen. Ze zijn geen personen, maar 'constructies'. Boyd, zo legt Bonis uit, vindt dat standpunt inconsequent. Stichtingen, verenigingen en bedrijven zijn ook constructies, maar die kunnen wel rechtszaken voeren. Zo bezien kunnen rivieren best rechtspersoonlijkheid bezitten. In Nieuw-Zeeland geldt dat voor de Whanganui-rivier.



Whanganui-rivier. FOTO WIKIMEDIA

Getal van de week

3

miljoen euro voor Naturalis

Sinds 2015 heeft de BankGiro Loterij in totaal 3 miljoen euro geschonken aan Naturalis Biodiversity Center in Leiden. De meest recente gift, 550.000 euro, is bestemd voor de inrichting van een LiveScience-zaal.

Antwoorden op Leidse vragen

Wilfred Simons

Leiden * Leidenars en Leidse onderzoekers kunnen tot en met vrijdag 15 maart bij de Universiteit Leiden onderzoeksvorstellen indienen voor maatschappelijke vraagstukken die in de stad en de regio leven. Deze Citizen Science-projecten zijn een onderdeel van het '444'-jaar van de universiteit. Inwo-

ners, organisaties en onderzoekers mogen ideeën aandragen. De gemeente Leiden en Universiteit Leiden hebben geld beschikbaar gesteld om tenminste één project uit te voeren. Inwoners en onderzoekers maken samen een plan om uit te zoeken hoe de vraag beantwoord kan worden. Wie een vraag heeft, wordt gevraagd om die te mailen naar: cslab@strw.leidenuniv.nl.

Perfectionisme kan een 'giftige cocktail' zijn



Tessa de Wekker
stadsredactie@leidschdagblad.nl

Leiden * Jongeren zijn perfectionistischer dan hun ouders. Dat blijkt uit recent Amerikaans onderzoek. Dat kan nadelige gevolgen hebben. Burn-out en andere psychische aandoeningen liggen op de loer. Reden voor Jaap van der Stel, lector geestelijke gezondheidszorg aan de Hogeschool Leiden, om een boek te schrijven over het fenomeen perfectionisme. „In Japan wachten ze zelfs op het perfecte huwelijk. Dat komt nooit en zo blijven veel mensen alleen in Japan.” Perfectionisme an sich is niet verkeerd, benadrukt Van der Stel maar meteen. Kunstenaars, sporters, de aannemer die je uitbouw plaatst en de chirurg die hartoperaties uitvoert: we mogen hopen dat die allemaal hun stinkende best zullen doen. „Hoge eisen aan jezelf stellen kan positief zijn. Als je van je werkzaamheden én van het streven naar het beste geniet, dan is er niet veel aan de hand. Maar het is wel belangrijk dat je kunt accepteren dat het niet altijd perfect gaat, dat goed goed genoeg is”, zegt Van der Stel, naast zijn werk op de Hogeschool ook senior-onderzoeker bij ggz-instelling inGeest-VUmc en adviseur van Brijder-Parnassia. Perfectionisten in de negatieve zin van het woord kunnen dat niet. Die stellen niet alleen hoge eisen aan zichzelf, maar kunnen daarnaast fouten die ze maken, niet accepteren. „Bovendien zijn die hoge eisen vaak ontleend aan de omgeving. Ook is het genot van de bezigheden op de achtergrond geraakt. Dan wordt perfectionisme link.”

Globalisering

De millennial-generatie, geboren tussen 1980 en 2000, heeft meer last van die 'giftige cocktail' dan hun ouders. Daar is een aantal redenen voor. Ten eerste de globalisering, zegt Van der Stel. „Je moet voor een plek op een bepaalde opleiding of een baan tegenwoordig niet alleen meer de competitie aan met stad- of landgenoten. Nee, de hele wereld doet mee.” Daarnaast wordt de neoliberale maatschappij steeds meer een prestatie-maatschappij. „Je wordt afgerekend op je prestaties. Dat begint al bij de Citotoetsen op de basisschool.” Tel daarbij op het afnemen van zekerheden (is er straks nog wel pensioen voor mij? Maak ik nog kans op een vaste baan?) en de verklaring voor het 'moeten presteren' is geleverd. Om nog maar te zwijgen van de invloed van sociale media, zegt Van der Stel. „Er zijn in Engeland zelfs plastische chirurgen die klanten eruit laten zien als de bewerkte foto's op hun profielen. Er zijn dus meisjes - het zijn vooral meisjes - die met zo'n verbeterde foto van zichzelf naar de plastisch chirurg gaan en vragen om een operatie. Het moet niet gekker worden.” Ouders spelen een belangrijke rol in de ontwikkeling van negatief perfectionisme, zegt Van der Stel. „Het is een karaktereigenschap waar sommige mensen gevoeliger voor zijn dan andere, maar je wordt niet perfectionistisch geboren. Ouders leggen hun kinderen, bewust of onbewust, een bepaalde druk op. Tegen-



Onder steeds meer Japanners is het perfectionisme zo groot, dat zij pas in het huwelijksbootje willen stappen als zij zeker weten dat zij de perfecte partner hebben ontmoet.

woordig worden er veel minder kinderen geboren dan vroeger. Die een of twee moeten wel 'lukken'.” Zelf is hij er ook schuldig aan, bekent Van der Stel. „Ook ik ben vader van millennials. Mijn dochters hebben daar last van gehad. Met de beste bedoelingen hebben mijn vrouw en ik ze ondersteund, maar daarbij hebben we ze onbewust druk op gelegd.” Een aantal jaar geleden is de Cito-eindtoets in groep 8 verplaatst naar later in het schooljaar. Niet de Cito-score, maar het advies van de leerkracht bepaalt voortaan naar welke type voortgezet onderwijs de leerling gaat. Inmiddels gaan er stemmen op om de eindtoets toch weer te vervroegen, omdat ouders het regelmatig niet eens zijn met het advies van de leerkracht en de Cito-score objectiever zou zijn. „Maar dan krijgen we weer Citoklassen, waar ouders hun kind heen sturen om een zo hoog mogelijke score te behalen. Kijk, met zo'n toets op zich is niets mis. Het is een redelijk instrument om het niveau van het kind te bepalen, zodat het straks op het goede schooltype terecht komt. Het probleem zit bij ouders



Jaap van der Stel.

FOTO HIELCO KUIPERS

en scholen die te veel belang hechten aan een (te) hoge score en de kinderen gaan trainen op zo'n toets. Daarmee leggen ze

druk op de kinderen, die het idee krijgen dat alleen een perfect resultaat goed genoeg is.”

Perfectionisme is niet onschuldig. Het speelt vaak mee bij ander hedendaags psychisch leed. Burn-out bijvoorbeeld, waar opvallend veel jonge mensen mee kampen. „Ernstige problemen als een burn-out hebben natuurlijk niet maar één oorzaak. Er is vaak een combinatie van onderliggende kwetsbaarheden. Een daarvan is perfectionisme.” Ook voor andere aandoeningen zoals angststoornissen, eetstoornissen, suïcidaliteit, slaapproblemen en OCD is perfectionisme een onderligger. Van der Stel wil overigens niet zeggen dat iedere perfectionist zo'n ernstige aandoening krijgt. „Maar het maakt je wel kwetsbaar om uiteindelijk zo'n aandoening te ontwikkelen.” In zijn boek gaat de lector ook in op de oplossingen. Hij wijst op allerlei psychologische behandeltrajecten. Maar voor iemand daarmee in aanraking komt, is er meestal al sprake van een ernstige 'vervolg-aandoening'. Kunnen perfectionisten ook zelf iets doen aan hun perfectionisme voordat het 'te laat' is? „Jazeker”, zegt Van der Stel. „Zelfspot helpt enorm. Maar dat is makkelijker gezegd dan gedaan. Accepteer dat je hoge eisen aan jezelf stelt

en vraag je af of je die aan jezelf ontleent of aan je omgeving. Probeer van een afstandje naar jezelf te kijken.” Ook de omgeving speelt een belangrijke rol, net als de maatschappij als geheel. Van der Stel merkt dat er steeds meer over de negatieve kanten van perfectionisme wordt gepraat. In opleidingen bijvoorbeeld, die studenten leren omgaan met de druk. Of de discussie die in de sportwereld ontstaat over de zin en onzin van het selecteren op jonge leeftijd en het spelen om te winnen door jonge kinderen. Zo experimenteert de KNVB bij de jongste jeugd met wedstrijden zonder uitslag en competities zonder ranglijst. En steeds meer hockeyclubs doen de selectieteam bij jonge kinderen in de ban. „Dat zijn voorbeelden van aanpassingen die gaandeweg gemaakt worden om een groeiend probleem het hoofd te bieden. Die bewustwording is mooi, al betekent het niet dat het probleem van vandaag op morgen is opgelost.”

Jaap van der Stel, Perfectionisme. Uitg. SWP, Amsterdam. ISBN 9789088508493, Prijs €23,00.

Verleiding

Vorige week was het Valentijnsdag. Ironisch genoeg ging dit gepaard met de lancering van een driedubbele aflevering van het televisieprogramma 'Temptation Island'. Hierin ondergaan vier koppels een relatietest door zich onder te dompelen in de aanwezigheid van een groot aantal afgetrainde vrijgezellen, die als doel hebben om de relaties kapot te maken. Dus op de dag van de liefde zat ik knus op de bank met mijn vriendin – en een stel vrienden – om dit spektakelstuk te aanschouwen. Laatst vertelde ik al op een borrel dat ik het programma een mooie gelegenheid vond om buiten mijn bubbel te treden. Op de universiteit zie je namelijk weinig opgepompte, getatoeëerde werknemers met You Only Live Once als levensmotto. Het werd prompt tot de meest elitaire opmerking van de avond gebombardeerd. Maar volgens stichting Kijkonderzoek sta ik zeker niet alleen. Ruim de helft van de kijkers van het RTL 5-programma is hoger opgeleid. Daar zitten dus ook veel studenten tussen. De reacties op social media maken het cultuurverschil verder goed zichtbaar. Ik ben dus niet de enige die buiten zijn bubbel wil treden, al lijkt een groot deel zich vooral te richten op (toch wel elitair) leedvermaak. Dat de universiteit niet vreemd is van enige vorm van elitisme is wel duidelijk. Tijdens het vak rechtseconomie moesten wij bijvoorbeeld, stereotypisch, de beste verdeling van sigaretten en chocolade berekenen tussen Sjonnie en Anita. Verder drukte een hoogleraar met verwijzing

naar een foto van voetbalsupporters ons op het hart goed te beseffen dat 'ook deze mensen stemrecht hebben', om maar even de zwakkere kanten van democratie bloot te leggen. In het eerstvolgende college na de uitzending kreeg ik een filosofische rechtvaardiging voor deze ietwat neerbuigende houding voorgeschoteld. Het was de Engelse denker John Stuart Mill die een onderscheid maakte tussen lagere en hogere bevrediging van de verlangens. Minder 'gecultiveerde' mensen zouden niet in staat zijn om zich te laven aan hogere genietingen, zoals bijvoorbeeld het ervaren van de werken van Homerus of Bach. Zij zijn veroordeeld tot het platte hedonisme van drank of seks, precies wat in Temptation Island gepromoot wordt. Volgens Mill moet je je als 'gecultiveerd mens' niet richten op deze lagere genietingen. In de woorden van de filosoof: liever een ongelukkig mens, dan een gelukkig varken. Ik vraag mij af of dit klopt. De deelnemers aan het programma kunnen prima genieten van een feestje en gezien de kijkcijfers verkiest de gecultiveerde Nederlander ook niet noodzakelijk Dostoevski boven de TV. De basale verleiding blijkt moeilijk af te wijzen.



Jong geleerd

Bart Wesstein studeert de master Rechtsfilosofie aan de rechtenfaculteit, waar hij dit jaar ook een groep eerstejaars mag begeleiden. Hij woont samen met de liefde van zijn leven en bevindt zich op de glijdende schaal van studentenleven naar burgerlijkheid.

Twee nieuwe leden bij Oncode

Wilfred Simons

Leiden * Twee kankeronderzoekers van het LUMC, Jannie Borst en Sjoerd van den Burg, zijn togetreden tot het landelijke onderzoeksnetwerk Oncode Instituut. Dit virtuele kankeronderzoeksinstituut, opgericht door de Utrechtse geneticus Hans Cle-

vers, heeft ten doel om 'de beste kankeronderzoekers van Nederland te verenigen en te laten samenwerken'. Borst en Van den Burg zoeken naar manieren om ervoor te zorgen dat ons afweersysteem kankercellen zelf opruimt. Sommige middelen worden al in de kliniek uitgetoetst.