

# W

Woord van de dag

## Fatwa-janboel

de Verdieping 8

### Zweden Syrische oud-generaal vrijgesproken

Een Zweedse rechtbank heeft een van de belangrijkste Syrische oud-militairen vrijgesproken die in Europa werd vervolgd. Er kon niet worden bewezen dat de 65-jarige Mohammed Hamo medeplichtig is aan in 2012 gepleeg-

de oorlogsmisdrijven. Hamo zou betrokken zijn geweest bij het bewapenen van legereenheden, maar het hof oordeelde dat niet kon worden aangetoond of de geleverde wapens ook zijn gebruikt voor oorlogsmisdrijven. ANP

# Tegen de stroom in: psycholoog kijkt naar het gezin van depressieve jongeren

**Spinozaprijs interview** • De Leidse hoogleraar Bernet Elzinga kreeg ooit sceptische reacties op haar onderzoek naar stress en trauma in de jeugd. Nu krijgt ze de 'Nobelprijs' van de Nederlandse wetenschap.

Elleke Bal  
redactie wetenschap

'Verbouwereerd', was Bernet Elzinga (1970), toen ze onlangs hét telefoontje kreeg. Als hoogleraar stress-gerelateerde psychopathologie aan de Universiteit Leiden ontvangt zij dit jaar een van de twee Spinozapremies, de hoogste wetenschappelijke onderscheiding in Nederland. Het betekent veel voor haar, dat hiermee niet alleen haar onderzoek, maar ook de mentale gezondheid van jongeren in de schijnwerpers komt te staan.

"Zeker nu het in de jeugdzorg zo moeizaam loopt en de zorg voor jongeren met mentale problemen zo ontoereikend is. Ouders zitten met de handen in het haar. Terwijl zij veel kunnen doen om hun kind met een depressie of sombere gedachten te ondersteunen."

De prijs is erkenning voor Elzinga's eigenwijze en brede wetenschappelijke benadering. Tegen de stroom in staart ze zich niet blind op de individuele jongere met depressie en mentale problemen.

### Generaties

Zij kijkt naar de adolescent als onderdeel van een gezin waarin ouder en kind elkaar continu beïnvloeden, als onderdeel van een familie waarin de gevolgen van stress en trauma soms al generatie op generatie doorgegeven worden.

65 procent van de kinderen met een ouder die ooit een depressieve periode had, krijgt zelf ook depressieve klachten. "Uit onderzoek weten we dat mensen met een depressie minder beschikbaar en sensitief naar hun kind zijn", zegt Elzinga. Die vicieuze cirkel doorbreken, daar richt zij zich op.

Dat Elzinga ooit de wetenschap in zou gaan was niet vanzelfsprekend. Ze wilde architect worden. Maar haar interesse in de menselijke psyche nam de overhand, en na het lezen van Freud en Jung was ze verkocht: het werd psychologie. Na haar afstuderen combineerde ze jarenlang het werk als therapeut met onderzoek. Geleidelijk aan specialiseerde zich in de stressvolle omgeving in de jeugd.

### Sterkste voorspellers

Sceptische reacties waren er te over: 'wil je terug naar Freud ofzo?' Een onderzoek dat haar ogen opende, vertelt ze, was een studie onder veertigers en vijftigers, naar de gevolgen van emotionele mishandeling en verwaarlozing in de jeugd. Dat bleken de sterkste voorspellers voor de ernst van depressieve klachten te zijn. "Zelfs nog sterker dan fysiek geweld of seksuele mishandeling."

Hoe kan dat? "Als kind ben je zo afhankelijk van je ouders. Als die het laten afweten, verwaarlozend zijn, kleineren, chronisch kritisch zijn, dan heeft dat een gigantische impact op je gevoel van veiligheid, en je zelfbeeld.



Bernet Elzinga probeert vicieuze cirkels te doorbreken.  
FOTO MARTIJN GIJSBERTSEN

### Klimaathoogleraar Detlef van Vuuren krijgt de andere Spinozapremie

De tweede Spinozapremie gaat naar klimaathoogleraar **Detlef van Vuuren** (1970) van de Universiteit Utrecht en het Planbureau voor de Leefomgeving. Zijn onderzoek maakt het mogelijk om langetermijneffecten van verschillende klimaat-

en milieubeleidsalternatieven te evalueren. Zijn werk was onder meer belangrijk voor het Klimaatakkoord van Parijs. De **Stevinpremies** voor toegepaste wetenschap gaan dit jaar naar de Delftse hoogleraar mens-robotinteractie **David**

**Abbink** (1977), en naar **Paul 't Hart** (1963), 'een van de invloedrijkste bestuurskundewetenschappers', van de Universiteit Utrecht. Alle laureaten ontvangen een bedrag van 1,5 miljoen euro voor onderzoek.

Dat kleurt ook weer hoe je zelf intieme relaties aangaat, hoe je zelf in het ouderschap staat." Met hersenonderzoek liet Elzinga zien dat er sporen van die verwaarlozing in de hersenen terug te vinden zijn. Zo is het hersengebied dat verantwoordelijk is voor de regulatie van stress kleiner bij mensen die in hun jeugd emotioneel mishandeld zijn. Hersengebieden reageren ook gevoeliger op gezichtsuitdrukkingen als fronsende gezichten, of op afwijzing.

Toch baseert Elzinga zich nooit uitsluitend op hersenonderzoek. "Ik ben daar heel voorzichtig mee." Ze kijkt altijd verder, vult aan met gedragsonderzoek, zoals het bestuderen van interacties in het gezin, bijvoorbeeld met behulp van elektronische dagboeken.

En ze doet epidemiologische studies. Mede door die interdisciplinaire aanpak 'tilt ze het vakgebied naar een hoger ni-

We vragen veel van jongeren. Als ik denk aan mijn eigen jeugd, was ik vaker aan het lummelen.

Bernet Elzinga

veau', schrijft de commissie die verantwoordelijk is voor de Spinozapremies.

Elzinga wordt bovendien geprezen omdat ze haar werk praktisch toepasbaar maakt. Zo ontwikkelde ze samen met collega's een programma voor ouders van jongeren met een depressie, *Samen Sterk*. In een boek en in cursussen deelt ze wetenschappelijk onderbouwde inzichten en tips voor ouders die hun kind met een depressie of somberheid willen ondersteunen. Zo is uit haar onderzoek gebleken dat kinderen met een depressie zeer gevoelig zijn voor kritiek. Wees daar dus matig mee, is zo'n advies dat daaruit volgt.

"Warmte en liefde van anderen zijn nog altijd de beste buffers tegen stress", zegt Elzinga, en door ouders meer handvatten te geven om daaraan te werken, hoopt ze dat jongeren uiteindelijk beter bestand zijn tegen de veeleisende omgeving. Want ja, ook daar maakt zij zich zorgen over. "We vragen veel van jongeren, onder meer ook op school. Als ik denk aan mijn eigen jeugd, dan was ik vaker gewoon wat aan het lummelen."

De Spinozaprijs komt met een geldbedrag van 1,5 miljoen euro. Dat wil Elzinga onder meer gebruiken om haar onderzoek verder uit te breiden. Ze wil gepersonaliseerde interventies ontwikkelen en naast depressie en somberheid ook naar andere problemen bij jongeren kijken, zoals angst en verslaving.