RECESSIE > Wie werkloos wordt, loopt een zware psychische klap op. Volgens Jan Walburg van het Trimbosinstituut kan preventief optreden bij werkloosheid veel leed voorkomen.

Werkloze heeft meer steun nodig

Instanties als het UWV en sociale diensten moeten alerter zijn op psychische problemen bij werklozen. Dat zegt directeur Jan Walburg van het Trimbosinstituut, een kenniscentrum voor geestesziekten en verslaving. De psychische effecten van werkloosheid worden volgens hem onderschat, met een flinke economische schadepost als gevolg. Preventief optreden wanneer iemand net zijn baan heeft verloren kan veel leed voorkomen, aldus Walburg.
'Je baan verliezen is een van de ingrijpendste gebeurtenissen in een mensenleven en uit onderzoek blijkt dat mensen zo'n klap moeizaam te boven komen. Het blijkt mensen extra zwaar te vallen daarmee om te gaan, het geeft echt een enorme dip in het welbevinden.'
De kans op psychische problemen en zelfdoding is onder werklozen twee keer zo groot als onder niet-werklozen. Walburg pleit er daarom voor mensen bij ontslag 'goed te volgen', en dat zouden ook UWV en sociale diensten moeten doen. 'Als mensen al bij de geestelijke gezondheidszorg zitten, is het te laat. Er zou meer aandacht voor deze kant van werkloosheid moeten zijn en als Trimbosinstituut zijn we ook wel van plan meer met onze kennis te doen. Door het opzetten van

Foto > Peter Hilz/H.H.

Je baan verliezen kan psychisch zeer ingrijpend zijn

een preventieve internettherapie bijvoorbeeld. Dat werkt heel goed, maar mensen moeten er wel vanaf weten. Hun werkcoach zou ze op het bestaan ervan kunnen wijzen. Het moet normaal zijn om psychische gevolgen ter sprake te brengen.'

Boos en verdrietig Bij het UWV zien de werkcoaches door de crisis de laatste tijd vaker boze en verdrietige mensen, bijvoorbeeld omdat ze het ontslag helemaal niet zagen aankomen. 'Het hoort bij het dagelijks werk', zegt woordvoerder Frank Bartelds, 'en onze coaches zijn gewend hiermee om te gaan. De coach kan de werkloze helpen de klap te verwerken, door niet te verlangen dat die gelijk vol op zoek gaat naar nieuw werk.'
Maar dat laatste is een foute benadering, zegt Trimbosdirecteur Walburg. 'Iemand die depressief is, moet je juist niet met rust laten. Zo iemand moet je stimuleren om actief te blijven.'
Hij trekt een vergelijking met een andere belangrijke gebeurtenis in het leven: pensionering. 'Dan is het heel normaal dat je naar een klasje gaat om ermee om te leren gaan. Voor werkloosheid bestaat dat niet.'
Werkloosheid kan een enorme impact hebben op de geestelijke gezondheid van mensen, waarschuwde onderzoekster Rifka Weehuizen vorige week in *de Volkskrant*. De dader van de aanslag in Apeldoorn was sociaal geisoleerd en werkloos, en dat kan hebben bijgedragen aan de psychische toestand die hem aanzette tot zijn daad. Zo'n drastische actie als die van Karst T. is natuurlijk zeldzaam, maar het is wel nodig dat er meer aandacht komt voor de psychische gevolgen van het niet hebben van een baan, vindt ook zij. 'Werk is een van de belangrijkste bronnen van structuur, sociale contacten, eigenwaarde, identiteit en zingeving Als dat wegvalt, kan de psyche van een mens uit elkaar vallen en dat vergroot de kans op depressie, agressie en zelfdoding.'
Weehuizen doet aan de Universiteit van Maastricht onderzoek naar de psychische dimensie van economie. 'Er is te weinig aandacht voor het gebied waar zorg en arbeid samenkomen', constateert ze. 'Het beleid is erg verkokerd. Het gaat over de grenzen van beleidsterreinen heen en is daarmee al snel niemands verantwoordelijkheid, en dan is er ook weinig slagkracht.' Weehuizen zegt dat in Engeland wél rekening wordt gehouden met de verbanden tussen economische verandering en psychische gevolgen. In gebieden waar de werkloosheid snel oploopt bijvoorbeeld wordt extra ingezet op therapie om mentale problemen en daarmee de kans op langdurige werkloosheid te verminderen.
(Sandra Olsthoorn)

advertentie

dienstverlenend

Zwolle

Zwolle zoekt:

Eenheidsmanager Publiekszaken, tevens programmamanager KCC.
Ambitieus, inlevend, koersvast. Kijk op www.werkenbijzwolle.nl