
DICHTERBIJ

Genetische Stamcelkarma

Hilbert van Doorne

De eerste paar keer zwaaiden we wat naar elkaar. Hij voor zijn raam, ik in de straat. Met handgebaren wist ik hem duidelijk te maken dat ik de volgende week weer zou komen. Zelfde tijd, zelfde plaats. Duim omhoog was akkoord, en altijd was het goed.

In plaats van de duim omhoog nodigde hij mij met een handgebaar uit naar boven te komen. Een kleine man van een jaar of 30 deed open en gaf mij een eerste blik op zijn woning. Die was volkomen leeg, op wat dekens op de grond en een klein altaartje na. Rondom een zwart-wit foto van een vrouw stonden schaaltes met daarin geurige kruiden. De woning ruikt dan ook verrassend prettig, als een boeddhistische tempel. En, zoals je van een tempel mag verwachten, uitzonderlijk schoon. Een bijzondere gewaarwording in **ons soort werk!** Want het kan ook anders:



Wat volgt is een uitgebreide rituele screening. Hij vraagt mij mijn handen uit te steken en houdt zijn handen vlak bij de mijne (zonder mij aan te raken). Hij lijkt iets te checken, mijn aura misschien? Op het moment dat het blijkbaar goed is bevonden, neemt hij wat meer afstand. Hij steekt een kruidnagelsigaret op en blaast de rook met een hand voor zijn mond en ogen krachtig naar buiten. Na een aantal minuten regelt hij een zitplaats voor mij op zijn halterbank (het enige meubelstuk), nadat hij deze eerst met alcohol heeft ontsmet. Ik mag dus binnen komen, maar laat mijn schoenen en tas in de gang voor zijn deur.

Als een devote, asceet levende monnik, hult hij zich in compleet stilzwijgen. Met gebaren wordt duidelijk dat ik de volgende keer wel weer langs mag komen. Hij weigert andere collega's, alleen ik samen met zijn vader. Bij het weggaan volgt wederom een heel ritueel. Hij vraagt mij te wachten in de deuropening en haalt uit zijn keuken een zak cashewnoten en twee flesjes citroensap. Hij drinkt zijn flesje citroensap in een teug leeg en vraagt mij hetzelfde te doen

Goed, invoegen is natuurlijk erg belangrijk in mijn werk. Daarnaast is het respectvol stellen van grenzen ook een van de onontbeerlijke vaardigheden. Ondersteund door duidelijk zichtbare fysieke afkeer mocht ik het flesje mee naar huis nemen, samen met een grote zak cashewnoten. Dit ritueel is gelukkig eenmalig, ik ben gescreend en goed bevonden. Hij koopt een kladblok, zodat hij mij uitleg kan geven over zijn gedachtegang en de reden waarom hij niet praat. Hij schrijft zelfs op de muur om mij duidelijk te maken dat het allemaal heeft te maken met **Genetische Stamcelkarma**, alsof dat voldoende uitleg zou zijn. Alles in volledige stilte. In mijn hoofd bedenk ik er een exotisch stemgeluid bij, passende bij mijn optische observaties.

Natuurlijk, genetische stamcelkarma is niet te begrijpen. Zeker niet met de uitleg die hij eraan geeft. Uiteindelijk komt het tot een gedwongen opname, omdat er nog veel meer problemen een rol spelen. Niet in het minst de duur van de onbehandelde psychose (de DOP), zoals collega *Van Poecke - ondersteund door het recent verschenen Handboek Vroege Psychose* - mij te pas en te onpas duidelijk probeert te maken.

Bij mijn eerste bezoek aan de kliniek waar hij is opgenomen blijkt hij weer te praten. Hij is teleurgesteld in de psychiatrie. Hij heeft het recht om niet te praten. Hij had zijn eerste woorden liever aan zijn familie gericht dan aan een vreemde psychiater in een kliniek, op een zelf gekozen moment. Hij begrijpt niet waarom hij daar nu zit, want er is toch *Niks Mis* met hem?

En dat alles in plat Amsterdams.

Meer deelnemingen van deze auteur op zijn blog: niksmis.wordpress.com

Het raadsel van de goede weg

Gerard Lohuis

Het treinstation is onoverzichtelijk en overal om me heen hangen borden waarvan ik de tekst niet kan lezen. Ik heb haast want ik moet een aansluitende trein halen om op tijd mijn vliegtuig naar Nederland te kunnen halen. Ik kijk vertwijfeld om me heen en hoop dat iemand me kan helpen. Ik kijk om me heen en zie mensen die hun gezicht afwenden op het moment dat ik oogcontact probeer te maken. Wanneer iemand even zou kijken, zou ik erop af stappen. Maar ik merk dat ik ongewenst ben of op z'n minst heeft niemand tijd voor me. Ik kijk om me heen en probeer in de brij aan Chinese lettertekens een logica te ontdekken die me op een spoor kunnen zetten. Het blijft een brei en hoe meer ik het probeer te ontrafelen, des te ingewikkelder wordt het. Bij het loket kijkt de kaartjesverkoper me verbaasd aan e geeft te kennen dat ze geen Engels verstaat. Om me heen krioelen mensen die ook een kaartje willen kopen en duidelijk laten merken dat ze door mij opgehouden worden.

Ik overweeg om plaats te maken want ik kan anderen toch niet laten wachten of door mijn toedoen hun trein te laten missen. De juffrouw aan de andere kant van het glas geeft nu ook aan dat ik moet opschieten en gebaart om aan de kant te gaan. Ik kijk haar aan en laat haar met gebaren weten dat ik niet van plan ben om zonder kaartje bij haar te vertrekken. Mijn angst begint lichtelijk in paniek om te slaan wanneer ik bedenk dat ik nu de trein en mijn vliegtuig niet ga halen. Plotseling schiet me te binnen dat ik een zakkaartje van China in mijn zak heb en laat aan mijn buurman, die vanuit nieuwsgierigheid en verbazing meekijkt wat ik uit mijn zak heb gehaald, de plaats zien waar ik heen moet. Hij brabbelt enkele woorden tegen de ticketverkoopster en even later sta ik met een kaartje in mijn handen en zie hoe dezelfde buurman naar een perron wijst waar ik blijkbaar naar toe moet. Wanneer ik de trap naar het perron loop, steekt de man zijn duim omhoog. Blijkbaar ga ik de goede kant op met mijn kaartje waar ik geen wijs uit wordt. Wanneer ik even later in de trein zit, hoop ik maar dat het goed gaat komen.

Ik moet aan dit voorval denken op het moment dat de collega van de crisisdienst belt om te overleggen over Tamar. Tamar heeft een verstandelijke beperking en ik kwam twintig jaar geleden voor het eerst met haar in contact nadat ze opgenomen was geweest in het psychiatrisch ziekenhuis. De echtgenoot had de relatie beëindigd en geleidelijk aan was het leven voor Tamar veranderd in een nachtmerrie. Niemand had in de gaten hoezeer ze verstrengeld was geraakt in een onontwarbare knoop die bestond uit ongeopende rekeningen en aanmaningen. Toen er iemand van de woningbouwvereniging aan de deur kwam om te melden dat ze uit huis gezet zou gaan worden, brak de paniek uit. Uiteindelijk raakte ze totaal in de war en kon ze niet meer logisch denken. Ze zag overal gevaar en voelde zich op straat niet meer veilig. Ze had het gevoel dat iedereen naar haar keek en iets van haar moest. Ze verscheen niet meer op haar werk en kwam nauwelijks de deur nog uit. Slapen lukte bijna niet meer en toen ze een caissière van de supermarkt had geslagen, werd ze naar het ziekenhuis gebracht. Het werd duidelijk dat ze door haar verstandelijke beperking niet in staat was om zichzelf staande te houden. Door de scheiding kon ze niet meer terugvallen op haar man, die tot dan toe blijkbaar er voor had gezorgd dat ze voldoende greep op haar leven kon houden. In de jaren erna bezocht ik Tamar regelmatig, meestal naar aanleiding van zaken die erg leken op mijn stationervaring in China. Een uitnodiging van een heer op internet om een relatie met haar aan te gaan onder de voorwaarde dat ze geld moest overmaken zodat hij haar kon bezoeken, een oproep van een postorderbedrijf dat ze veel geld kon verdienen door een bepaald product te kopen, en energieleverancier die wel even zou regelen dat ze voortaan veel goedkoper energie zou ontvangen, het waren al dit soort zaken waardoor ze geheel van slag door raakte. Gelukkig hielp de medicatie om er voor te zorgen dat ze niet weer in de war raakte en belde ze me gelukkig op tijd om te overleggen hoe ze met dit soort verleidingen om moest gaan. Daarbij kwam dat ze terug kon vallen op haar ouders, die haar altijd hielpen. Langzamerhand verwaterde het contact en bleek dat z zich goed staande kon houden.

De collega die me belt, meldt dat Tamar helemaal in de war is. Het wordt al snel duidelijke wat er aan de hand is. De ouders zijn een jaar geleden kort na elkaar overleden en Tamar heeft hulp gekregen van mensen die vinden dat ze beter beschermd kan gaan wonen. Ik herinner me hoe trots Tamar indertijd was omdat ze in staat was om in haar eigen woning te leven en hoezeer ze daar op was gesteld. En nu bleek dat ze ook nog ruzie had gekregen met iemand op haar werk, waardoor ze al enkele weken niet meer op haar werk was verschenen. Ik opper bij mijn collega dat haar zekerheden wel in een razendsnel tempo zijn weggevallen.

Geen ouders die haar helpen, een collega die ze als bedreigend ervaart en mensen die vinden dat ze beschermd moet gaan wonen. En daarbij een hoofd dat deze zaken niet meer op een rij kan zetten. Ik heb met haar te doen en meldt mijn collega dat er iemand moet komen die haar helpt de zaken te ordenen. Dan kan Tamar haar eigen weg wel weer vinden.

In gedachten denk ik even aan de Chinese man die zijn duim opstak en er voor zorgde dat ik mijn vliegtuig heb gehaald.

Tot het dichterbij komt

Gerard Lohuis

Psychiatrie is vooral een vak waarin mensen worden geholpen om een soort van gebruiksaanwijzing te vinden voor hun dagelijkse realiteit. De een wordt overmand door somberheid die ondraaglijk is, een ander begrijpt de complexiteit van het leven niet omdat de emoties van een ander niet worden aanvoeld en weer een ander krijgt geen controle over de vele gedachten die tegelijkertijd door zijn hoofd spoken. Om nog maar te zwijgen over mensen die de realiteit niet meer snappen vanwege gedachten die niet meer met de gangbare realiteit overeen stemmen. Op feestjes wordt nog wel eens tegen me gezegd dat `men niet begrijpt dat je daar iedere dag mee om kunt gaan`. Het weerwoord is vaak simpel: je moet iets doen wat je inspireert en ik kan me niet zo veel voorstellen bij iemand die de hele dag op kantoor zit of de hele dag met zijn hoofd in de cijfers duikt. Het is ook zeker niet zo dat wanneer ik 's avonds naar huis ga, dat ik alle verhalen van die dag kwijt ben. Dat zou raar zijn want net als iedereen die overdag werkt, neem je de indrukken mee naar huis. Ik denk er nog eens over na, praat er soms over en meestal nemen de beslommeringen van het gezinsleven het dan over. Of het moet al een heftig verhaal zijn geweest dat onder de huid gaat zitten. Gelukkig gebeurt dat niet al te vaak en als het gebeurt is dat niet zonder reden. Het kan gebeuren dat iemand zo'n schrijnend bestaan leidt, dat het mijn voorstellingsvermogen te boven gaat. Iemand die in een auto woont en een aanbod voor een huis afwijst omdat hij zijn vrijheid wil behouden. Iemand die bewust de problemen laat oplopen omdat hij weer dat een ander daarvoor de schuld zal krijgen. Het is allemaal te verklaren wanneer je iemand beter leert kennen en meer over zijn achtergrond te weten komt. Van daaruit lukt het soms om een alternatief te vinden die voor zowel betrokkenen als de omgeving leefbaar is. Het werk in de psychiatrie is dan een soort zoektocht om de juiste aanpak te ontdekken waarbij mensen zelf hun eigen regie vinden voor de dagelijkse werkelijkheid. Soms lukt dat, vaak moeten er hulpmiddelen aan te pas komen om voor iemand het leven draaglijk te maken. Het blijft mensenwerk waarbij de psychiatrie beschikt over vele methoden en inzichten, waarbij steeds gezocht wordt naar de beste manier om iemand te helpen. Dat hierbij de eigenaardigheden van zowel de client als de hulpverlener een rol spelen, hoeft geen betoog.

Het wordt anders wanneer de problemen niet alleen onder de huid gaan zitten maar vol binnenkomen. Zo heb ik jaren geleden met een collega mogen werken die me regelmatig even aanschoot om advies te vragen. Hij voelde zich somber, vond het leven zinloos en was blij dat hij op het werk was want eenmaal thuis, zakte hij steeds in. Het ging me te ver om van alles uit te vragen, hetgeen ik doorgaans bij cliënten doe, want uiteindelijk was hij een aardige collega en geen client die om hulp vroeg.

Hij liet ook duidelijk merken dat hij niet te diep in wilde gaan op zijn problemen en wanneer hij me iets vroeg, wilde hij graag een concreet antwoord. Daarnaast gingen we plezierig met elkaar om en konden we de nodige grappen met elkaar maken die iedereen op z'n werk met elkaar deelt. Zo lang hij werkte ging het goed maar langzamerhand kostte het werk hem steeds meer moeite en zag ik hem gebogen voor zijn computerscherm zitten. Ik zat regelmatig bij hem om met hem te spreken over hoe het ging en we spraken over de medicijnen die hij gebruikte. Later spraken we over zijn therapie die hij volgde en naarmate hij zich radelozer begon te voelen, voelde ik mijn onmacht toenemen. We maakten minder grappen met elkaar en vertelde hij me beetje bij beetje wat hij in de therapie besprak welke gedachten vanuit zijn verleden hem bezig hielden. Veel verder dan het uitwisselen van zijn belevenissen kwam het niet want hij had hulp gezocht en daar besprak hij zijn problemen. Ondertussen probeerde hij zijn werk te doen en was het te merken dat hij het moeilijk had. Tot het moment dat hij niet meer op zijn werk verscheen. Dat kwam vol binnen. Had is niet dit, had ik niet dat..... In vaktermen noemen we dat "ingezogen raken". Het zo betrokken bij iemand raken, dat je daardoor niet goed meer kunt helpen. Bij mijn collega was dat ook niet mijn rol, kan ik achteraf zeggen. Hij was in therapie en ik was zijn collega. Dat zijn verschillende rollen en slecht met elkaar te combineren. Maar mijn gevoel wil daar niet aan. Het is mijn verstand dat zegt dat ik normaal moet doen, dat ik beter moet weten, dat ik niet iemand kan helpen waar je emotioneel een sterke band mee hebt. Ik weet het, maar het voelt anders. Helpen is een mooi vak, tot het dichterbij komt.

Waarom is iets vreemd

Gerard Lohuis

Hij heeft twee jaar in een kraakpand gewoond. Hij heeft drie poezen en gebruikt ze als "zijn deken" wanneer het koud is. "Dan liggen ze boven op me en houd ik het lekker warm. Die diertjes vinden dat ook prettig". Creativiteit kan hem niet ontzegd worden, al helpt hem dat lang niet altijd. Zo heeft hij allerlei opvattingen over geld en economie. In zijn visie is geld geen ruilmiddel maar een machtsmiddel geworden waardoor geld niet meer zijn eigenlijke functie heeft, n.l. iets onderling ruilen. Geld is in zijn opvatting een methode, een manier en een werkwijze om sterker te zijn dan een ander, want waarom willen rijke mensen steeds meer geld verdienen en worden ze daar doorgaans ongelukkiger van. Nu blijkt dat zijn opvatting niet enkel een luchtkasteel is want uit allerlei onderzoek over geluk, blijkt dat mensen die meer dan modaal verdienen, in de praktijk vooral bezig zijn om nog meer te willen verdienen, een mechanisme dat bij sommige rijke mensen helemaal de werkelijkheid bepaalt. En daardoor hun geluksgevoel beïnvloedt. " Bovendien werkt geld oneerlijkheid in de hand. Kijk maar naar die voetbalclubs. Real Madrid heeft nog nauwelijks eigen spelers en is alleen maar goed omdat het alles bij elkaar koopt en ondertussen een immense schuld opbouwt. Als jij naar de bank gaat, zullen ze jou geen geld geven als je zulke schulden zou hebben".

Hij heeft er dan ook bewust voor gekozen om geen geld te willen ontvangen van de Sociale Dienst en scharrelt zijn kostje letterlijk bij elkaar. De manier waarop hij woont is weinig comfortabel te noemen maar het kost hem niets. Bovendien is hij op deze manier niet afhankelijk van anderen en in zijn perspectief is hij volledig zelfredzaam.

Hij heeft her en der op voor hem bekende plaatsen in de stad, spulletjes verbouwd en oogst het zodra het kan. Hij helpt anderen in ruil voor eten en leidt daarnaast een bestaan waarbij hij weinig contact met anderen heeft. Hij wil ook niet te veel met mensen omgaan want "dan word ik gek in mijn hoofd". Hij heeft grote moeite om anderen te begrijpen en vindt het raar dat mensen de hele dag bezig zijn met "te doen wat anderen willen dat ze doen". Hij doelt hierbij op mensen die iedere dag opstaan en naar de baas gaan om daar van alles te doen "waar niemand op zit te wachten". Hij komt dan steevast met het voorbeeld van de deurwaarder die alleen maar bezig is met "het binnen hengelen van geld voor anderen om daar zelf geld mee te verdienen". Deurwaarders zijn naar zijn mening de meest nutteloze wezens die er bestaan, na mensen die bij de bank werken of aandelen kopen. Dat is voor hem het toppunt van nutteloosheid. "Deze mensen maken misbruik van anderen door geld te verdienen met geld" Voor hem is dat geen werk en worden mensen uitgebuit door deze aandeelhouders en bankmagnaten. Ze helpen zelfs bedrijven om zeep waardoor mensen op straat komen te staan en gezinnen ontwricht raken. De waarde van het bedrijf en de koersen van de aandelen bepalen volgens hem wat er moet gebeuren, namelijk meer winst maken. "En het ging er toch ooit om dat er iets gemaakt of verbouwd moest worden zodat we er met elkaar van kunnen leven? "

Onlangs kwam hij met een voor hem daverend voorbeeld uit mijn wereld. "Jij werkt in de gezondheidszorg en wie bepaalt er momenteel de behandelingen waar we recht op hebben als verzekerden? De ziektekostenverzekeraar, toch! Ik dacht dat de dokter of jij als verpleegkundige dat toch veel beter weten. Om die reden ga ik niet meer naar een huisarts want die werkt voor de ziektekostenverzekeraar en niet om wat ik nodig heb. Rijken mogen naar een privékliniek en ik moet naar een algemeen ziekenhuis. Het gaat toch om gezondheidszorg?"

Zijn opvattingen hebben er wel toe geleid dat de gezondheidszorg naar hem toe is gekomen in de vorm van bemoeizorg. Er kwamen signalen bij ons binnen dat hij ziek was en niet van plan was om naar een dokter te gaan. Omdat hij zo vreemd deed, mocht ik hem bezoeken. Gelukkig was het lichamelijke probleem snel te verhelpen, mede door het feit dat hij aangeboden zorg niet afsloeg. Ik begreep pas veel later dat hij dit had toegelaten omdat ik niet in zijn opvattingen over het ziekmakende en verderfelijke geldsysteem paste, terwijl ik aanvankelijk dacht dat hij het toeliet omdat ik wel contact met hem had gelegd. Daarna ben ik hem nog regelmatig blijven bezoeken om hem te steunen in zijn manier van leven. Het komt er eigenlijk op neer dat ik hem moet beschermen tegen allerlei 'institutioneel geweld' dat bestaat uit maatschappelijke verplichtingen. Hij weet zich tot op heden op zijn eigen manier staande te houden, hetgeen zijn eigen opvattingen versterkt dat hij het bij het goede eind heeft. Inmiddels is hij ontheven van de sollicitatieverplichtingen en bakkeleien UWV en Sociale Dienst over de verantwoordelijkheid wie hem geld moet geven, wat hij toch niet accepteert. Ik heb met de gemeente gesproken over zijn levensstijl waarop duidelijk is geworden dat ze hem met rust moeten laten en dat zoiets geaccepteerd wordt. Het liefst wilden ze een psychiatrische diagnose, die er ook wel is, maar waar geen behandelprogramma voor bestaat. Daarom hebben we samen afgesproken dat hij zijn leven voortzet zoals hij het nu doet.

Ik kom af en toe even bij hem kijken of hij het redt. En geniet van zijn eigenzinnigheid die is gebaseerd op zijn huidige werkelijkheid. Hij heeft het Grundisme genoemd: een vorm van Boeddhisme maar dan op zijn Gronings.