

---

## Dichterbij

---

---

### Cadeautjes

Godelieve van Zijl

---

Natuurlijk hebben wij allemaal wel eens een cadeautje van onze cliënten gekregen, een bloemetje, een doos Merci, een gedicht, een zelf geborduurde sjaal, een Marokkaanse schaal. Van alles is er zo in de loop der jaren tot mij gekomen. Meestal had het de betekenis van een dank je wel bij het afscheid nemen. Ik moet bekennen, dat het omgekeerde ook voor komt. Ook ik, en van collega's weet ik dat eveneens, geven wel eens iets aan onze cliënten.

Het eerste dat mij te binnen schiet is een grote, rode appel. Ik had een cliënt, die zo ongelooflijk zat te gapen, niet ontbeten had natuurlijk, zwaar in de schuldhulpverlening zat en ja hem heb ik die appel aangeboden. Gulzig verslond hij deze ter plekke. Zo heb ik voor de inwendige mens in de loop der jaren diverse fruitsoorten aangeboden, sneetjes brood, een reepje chocola, een koek of een drankje. Dat had allerlei redenen: soms was het wachten geblazen op een opname plek, was er sprake van grote onrust, agressie, of , van een andere orde : iemand kon niet meer op zijn benen staan : zwaar ondergewicht. Zo'n cadeautje deed wonderen.

Een bekend iets is , althans in mijn tijd, het vervoerscadeautje. Vroeger had de secretaresse hiervoor buskaarten in haar laadje, net als postzegels en kaarten en een sleuteltje om een fiets te lenen. We kennen de pen, papier, schriftje, blocnote en kaart cadeautjes en het jurkje voor de pasgeborene. En in zeldzame gevallen het eurootje of briefje van vijf. Als laatste noem ik het overgangscadeautje: een soort transitional object. Ter houvast tijdens bijvoorbeeld een vakantie of een langer afscheid.

Het ontroerendste moment maakte ik vorig jaar mee. Het betrof een ernstig getraumatiseerde vluchteling, verward door de stemmen in zijn hoofd , volgens hem afkomstig van zijn vrouw (zij is op weg naar Sierra Leone door rebellen verbrand ). Ik bood een van mijn schelpen uit het Scheveningse museum aan en voor ik het door had, griste hij er een van de schaal, noemde een onuitsprekelijke naam en zei dat hij die kende van zijn thuisland. We hebben de schelp heel zorgvuldig ingepakt in zakdoekjes, als het ware om zijn en haar tranen te drogen.

---

---

### Helpen door niets te doen

Gerard Lohuis

---

Harry is een van die bijzondere mensen die om hulp vraagt maar waarbij het beter is om niets te doen. Het gaat tegen mijn elementaire gevoel van denken in om iemand die om hulp vraagt, niet te helpen, maar als ik wel ga helpen houd ik het probleem alleen maar in stand. Een voorbeeld uit eigen ervaring is het opruimen van de rommel als ik thuis kom. Mijn kinderen hebben de gewoonte om hun spullen op een eigen plek neer te leggen, en laat dat nu juist de plek zijn waar ik er last van krijg.

Mijn eerste impuls is het opruimen van hun spullen, maar daarmee houd ik het probleem in stand of maak ik het misschien wel erger. Als mijn zoon merkt dat alles wat hij op 'onverwachte' plaatsen neerlegt, door mij opgeruimd wordt, zou hij terecht nog meer duistere plekken kunnen creëren om zijn spullen achter te laten. Het komt toch vanzelf op de juiste plaats terug. Ra, ra, ra hoe kan dat.

Zo is het ook met Harry. Harry komt al jaren bij verschillende hulpverleners en heeft al diverse diagnoses achter zijn naam staan, afhankelijk van zijn presentatie van klachten en problemen. Zo is er bij tijd en wijle sprake van depressiviteit, dan weer van vermijdingsgedrag, oplopend tot misbruik van alcohol en drugs. Steeds is er iets waardoor hij niet kan voldoen aan de eisen die de maatschappij aan burgers stelt wanneer men wil werken en een regelmatig leven wil leiden. Zo loopt hij al jarenlang bij hulpverleners en lijkt dat op een vorm van dagbesteding.

Via de huisarts is Harry verwezen met de vraag wat er momenteel met hem aan de hand is en het verzoek er een gepaste behandeling voor te vinden. Harry heeft tegen de huisarts gezegd dat hij 's morgens niet op gang kan komen, het leven voor hem zinloos is en dat hij zo maar met iedereen ruzie krijgt. Genoeg symptomen om iedereen aan het werk te zetten en zelf buiten schot te blijven.

Ooit vertelde Pieter van de Ven hoe hij een vrouw die al jaren depressief was, bij hem aanklopte voor hulp. De vrouw had al verschillende medicijnen geprobeerd, relatiegesprekken gevoerd en verschillende cursussen gevolgd om van haar depressie af te komen. Haar man stond haar bij alles terzijde, maar was een wezenlijk onderdeel van haar depressie. Wanneer hij 's avonds uit zijn werk kwam, pakte hij een boek en was daar de hele avond druk mee. Hij hield nu eenmaal van lezen en na een dag hard werken was hij wel aan een goed boek toe. De vrouw moest deze inactiviteit van haar partner bekopen en ze slaagde er niet in om hem in beweging te krijgen. Na vijf jaar en allerlei hulpverleners versleten te hebben, meldde ze zich samen met haar man bij Pieter, die goed op de hoogte was van haar situatie. Bij binnenkomst zei Pieter tegen de man dat hij wat hem betrof, buiten moest wachten. De echtgenoot nam geen genoegen met het voorstel van Pieter en eiste dat hij bij het gesprek aanwezig zou zijn. Het ging per slot van rekening om zijn vrouw en hij betaalde de sessie. Pieter sprak nonchalant dat hij liever de bijstand in ging dan het geld aan te nemen en dat zijn vrouw hulp nodig had en niet hij. De vrouw raakte in paniek en wist niet wat ze met de situatie aan moest. Dat was meteen de kern van het probleem: zo lang zij haar man niet tegen sprak, zou hij niet veranderen. Ze was bang voor hem en liet hem in alles zijn gang gaan en werd er zelf ongelukkig door. Pieter overzag de situatie en sprak sussend dat de man wel mee naar binnen mocht, maar dat hij een boek over depressies moest gaan lezen terwijl hij met zijn vrouw in gesprek zou gaan. De man werd door Pieter letterlijk met een stoel in de hoek gezet waarop hij tegen de vrouw zei dat de man wel kon luisteren maar dat je hem wel flink moest aanpakken. De vrouw begon te huilen waarop Pieter legendarische woorden sprak: U kunt kiezen door te blijven huilen en depressief te blijven, of u kunt uw man op gepaste tijden in de hoek zetten. De boodschap was duidelijk en het gesprek was beëindigd. Later bleek dat de vrouw goed zicht had gekregen op haar probleem en dat had er toe geleid dat ze nu regelmatig met haar man ging wandelen want ze had zichzelf en haar man ongevraagd opgegeven voor een wandelvereniging. De medicatie was niet meer nodig.

Het voorval schiet door me heen wanneer ik Harry vol gloed hoor vertellen over zijn symptomen. Hij heeft geleerd de taal van hulpverleners te spreken en weet precies wat deze wil horen om een diagnose te stellen. De symptomen lijken zo uit het diagnostisch kompas gehaald te zijn en ik vraag me af wat hem beweegt om zichzelf steeds zo neer te zetten. Het wordt tijd voor een vleugje Pieter van de Ven-aanpak. Helpen door niets te doen, waardoor hij het beste geholpen is. Soms moeten mensen zelf in de benen komen en zich niet afhankelijk maken van hulpverleners.

---

## Een herinnering als litteken

Gerard Lohuis

---

Ik ken Helga niet. Een half uur later zal dat anders zijn. Een herinnering die als een litteken in mijn geheugen zal blijven hangen. Woest komt ze de kamer binnen gelopen, alsof er een slag geleverd moet worden. "Als je maar niet denkt dat ik ook maar iets over mezelf ga vertellen. Jullie hulpverleners stellen alleen maar vragen en dat noemen ze helpen. Belachelijk!"

Ze kijkt me aan met een doordringende blik in haar ogen, en verwacht blijkbaar dat ik reageer. Ik ben totaal overrompeld en vraag of ze koffie wil. "Dat is zeker een strategie van je, empatisch doen en hopen dat ik dan met je ga praten. Als je maar weet dat ik hier gekomen ben omdat mijn werkbegeleider heeft gezegd dat ik hulp moet vragen. Zij denkt dat het niet goed gaat en jij zou iemand zijn met wie ik vrijblijvend een gesprek zou mogen voeren". Nadat ik Helga een kop koffie heb gegeven, vertel ik dat ze heeft voldaan aan wat haar baas heeft gevraagd en dat wat mij betreft, we het hierbij kunnen laten. Nu is Helga verbaasd. Dit heeft ze niet verwacht en begint te vertellen dat ze bang is dat ze een bepaalde diagnose krijgt en als het klopt wat ze denkt, ze niet langer wil leven. Ik vraag haar wat ze denkt dat er met haar aan de hand is. "Zie je wel, je stelt alleen maar vragen, wat heb ik daar nu aan?"

Ik heb met haar te doen en vraag me af wat er in haar leven is gebeurd om zich zo op te stellen. "Ik denk dat ik schizofrenie heb". Het is eruit en ze kijkt me met grote ogen aan, bang dat ik het ga bevestigen. "Testje doen, Helga, om te kijken of het klopt? " Nu is ze boos omdat ze zich niet serieus genomen voelt. Ik leg haar uit dat ik een grapje maak om de spanning te doorbreken. Ze is gerust gesteld wanneer ze een aantal vragen over schizofrenie, ontkennend heeft beantwoord. Ze is bijna opgelucht en begint nu uit zichzelf te vertellen over een aantal problemen en ervaringen uit haar leven. Na tien minuten heb ik het koud gekregen. Wat een afschuwelijk verhaal over jarenlang seksueel misbruik. Ze vertelt het aan mij, iemand die eigenlijk nog een totaal vreemde voor haar is.

Tijdens het gesprek lopen de emoties hoog op. Dan weer is ze boos, verdrietig of wanhopig. Het huilen gaat over in lachen. Boosheid en angst wisselen elkaar af, alsof ze om voorrang vechten. Ik vraag me af hoe het voor haar is om dit te vertellen, terwijl ze dat eigenlijk niet van plan was. Alsof ze gedachten kan lezen, valt ze plotseling stil. Ze trekt de mouwen van haar trui omhoog en laat me haar armen zien waarop af te lezen is hoe ze zichzelf in de loop der jaren heeft beschadigd.

"Zo en voor nu is het genoeg geweest, wanneer is de volgende afspraak?" Helga kijkt me opgelucht aan. Ze heeft de test doorstaan.