
Dichterbij

- " WhatsApp
- " *Je welkom weten*
- " *Lef*
- " *Tweede kans*

Ron Naaijer
Marlieke de Jonge
Gerard Lohuis
Gerard Lohuis

WhatsApp

Ron Naaije

Het is woensdag. De afgelopen dagen hebben we afscheid genomen van een warme zomer en nu moeten we het doen met onguur herfst weer. Het waait, regent en het temperatuurverschil is opgelopen tot tien graden in vergelijking met vorige week.

Mijn werkdag op de polikliniek begint met een afspraak met Barry. Hij is tweeënveertig jaar, klein en tener. Hij draagt altijd een trainingsbroek en een T-shirt van Bob Marley. Hij kan honderduit vertellen over zijn voorliefde voor reggaemuziek en de bijbehorende levensstijl. Hij heeft een hele verzameling muziek van verschillende reggae artiesten. Noem maar één album of artiest en Barry heeft het in zijn bezit. Hij weet alles van reggae en de cultuur. Blowen en andere middelen gebruikt hij niet. Barry heeft een autisme spectrum stoornis en krijgt twee keer in de week ondersteuning van ambulante woonbegeleiders.

Wanneer ik Barry vraag naar hoe het wonen gaat begint hij een relaas over zijn ambulante begeleiding. Sinds korte tijd maakt Barry gebruik van WhatsApp in het contact met de begeleiding. Hij stuurt hen veel WhatsApp berichten met een zeer boze inhoud. De ambulante woonbegeleiding wilde hier met Barry over in gesprek. Dat lukte niet omdat Barry zich van geen kwaad bewust was. Dit heeft er mede toe geleid dat de ambulante woonbegeleiding zich genoodzaakt voelde om de zorg op pauze te zetten. Barry voelt zich in de steek gelaten. Nadat er contact is geweest met de woonbegeleiding wordt duidelijk dat de begeleiding reageert op de betrekking in de tekst van de berichten terwijl Barry dit medium gebruikt om te ventileren en helemaal geen reactie verwacht.

Tijdens een gesprek met Barry heb ik mijn telefoonnummer aan hem gegeven. Hij vroeg mij netjes of hij mij ook WhatsApp berichten mag versturen. Ik heb met hem de afspraak gemaakt dat dit mag maar dat ik niet reageer op de WhatsApp berichten omdat ik de context mis waarin deze geschreven worden. Wanneer er echt iets is en Barry wil wat van mij dan spreken wij af dat hij mij kan bellen. Hij zegt het te begrijpen en de vele berichten die ik nadien van hem ontvang op WhatsApp zijn boos en hebben een dreigende inhoud. Hij kan het niet goed zeggen en daarom schrijft hij het maar. Barry gebruikt WhatsApp om te ventileren. We spreken af dat we dit zo voort zetten en dat hij mij de berichten stuurt die hij eerder aan de woonbegeleiding stuurde. Onder deze voorwaarde kon de woonbegeleiding weer opgestart worden.

Barry biedt zo nu en dan zijn excuses aan voor de aan mij verstuurd berichten. Deze excuses zijn niet nodig...

Alleen

Op mij wacht niemand als ik thuis kom.

Dat heeft voordelen.

Als de trein vertraging heeft of als ik het spoor en mezelf verlies en uren onderweg ben om die terug te vinden... 'Ga je mee verdwalen? Ik weet de weg!' (tekst van Loesje)

Ik hoef met niemand rekening te houden bij impulsieve acties. En daar is deze brokkenpiloot expert in! Je leven niet intensief delen met 'belangrijke anderen' is soms een verstandige keuze.

Maar af en toe voelt alleen best alleen.

Dan ben ik blij dat ik *thuis kom in mijn buurt*.

Onderweg

Vanaf het station (Groningen CS) begint dat halverwege de Lodewijkstraat als ik de rozen snuffel.

Middernacht, in de regen... ik ken ze, ik weet ze allemaal: de rozen, de jasmijn, de bremstruik en de kamperfoelie langs het spoor. In de winter bloeien ze probleemloos in mijn hoofd. 'A crazy mind is a joy forever'. Mij stoort de realiteit niet zo.

Om het hoekje ontmoet ik wel een hond met bijhorend baasje. Of een fietser die zijn bestemming bereikt heeft.

In de Oosterpoort is elk uur van de nacht nog wel iemand op straat te ontmoeten. We groeten elkaar, ook als we elkaar niet precies kennen. In een studenten-buurt wonen veel trekvogels en ik ben half blind, dus het blijft per definitie gokken.

Aan de overkant van de Mauritsstraat komen de eerste buurkatten me tegen.

Wist u dat mijn wijk de hoogste huisdier-dichtheid van Stad heeft?

Ook de meeste mensen per vierkante meter, trouwens.

Ha! De bus van de Onderhoudswinkel!

In mijn eigen straat weet ik de meeste mensen achter de verschillende kleuren deuren.

Geen huis is hier gelijk. En er is altijd wel iemand aan het klussen of verhuizen. Dat voelt veilig en vertrouwd.

Afstand

Thuis komen in je buurt...

Ik ben niet zo van de gezellige buurtactiviteiten.

Dat *kleine sociale gedoe* is me *te ingewikkeld*. Ik heb het gewoon niet meegekregen als 'wegwerpkind' en een inrichtingscarrière later blijkt het lastig bij te leren.

Dat betekent niet dat ik er een hekel aan heb, integendeel.

Ik geniet van feestjes, verjaardagen en de favoriete hobby van mijn buurtgenoten: de barbecue.

Als ze me een keer uitnodigen, ben ik blij. Als iemand vraagt: 'ga je mee ...', ben ik gelukkig. Maar ik durf niet, ik ben gewoon hartstikke bang en hoor mezelf een 'sociale smoes' verzinnen waar ik bij sta.

Eigenlijk lukt het me alleen als ik een klusje krijg en een duidelijke taak, als ze me nodig hebben. Dan weet ik mijn rol en de verwachtingen die erbij horen.

Contact

Maar hé, wat is er mis met contact op afstand?

Contact op afstand is ook contact.

Dat is je welkom weten.

Katten en honden zijn vaak een handige *verbindende schakel*.

Ik reken ze 'van kop tot staart' tot mijn burens.

Je kunt ze helpen zoeken als er eentje weg is, contact maken met de bijhorende mensen en je kunt er vooral oeverloos mee kletsen op straat en in de tuin.

Ze zijn er altijd.

Voorals als je alleen thuis komt.

En dan ben je meteen een stuk minder alleen.

Marlieke

parttime praktiserend patiënt bij Lentis

burger Groningen, de Oosterpoort in het bijzonder

Lef

Gerard Lohuis

Frans hoort dagelijks stemmen in zijn hoofd die hem zeggen wat ze van hem vinden en soms ook opdrachten proberen te geven. Medicijnen dringen de stemmen terug en ook helpt het wanneer hij afgeleid wordt door contact te hebben met andere mensen. Dan heeft hij er minder last van. 's Avonds ondervindt hij de meeste hinder wanneer hij alleen op z'n kamer zit. "Wanneer ik ook nog eens last heb van somberheid, wordt het een gevecht. Het lijkt erop dat de stemmen het in de gaten hebben en beginnen me te pesten en allerlei negatieve opmerkingen te maken en me op een vervelende manier uit te dagen door te roepen dat ik mezelf iets aan moet doen". Frans probeert ondanks deze verschijnselen, een zo'n normaal mogelijk leven te leiden. Hij heeft inmiddels bij zichzelf ontdekt dat alcohol en een onregelmatig leven, funest zijn omdat de stemmen dan heftiger toeslaan. Op zijn werk weet alleen zijn directe leidinggevende van de problemen. Hij werkt halve dagen bij een ICT-bedrijf, inmiddels 5 jaar, en probeert een zo normaal mogelijk leven te leiden.

"De laatste week vraag ik mezelf af of het niet beter is dat ik mijn collega's vertel hoe het met me is. Ik merk dat ze soms naar me kijken wanneer ik te veel 'in mijn hoofd zit' en vraag me af of ze soms merken dat er iets met me aan de hand is. Gelukkig zijn het allemaal leuke mensen en juist daardoor vraag ik me af of ik het ze moet vertellen". Een duivels dilemma. Ik vraag me af wat ik zelf zou doen wanneer ik in Frans positie zou verkeren. Hoe het is om met stemmen en angstige gedachten om te moeten gaan.

Ik stel me voor dat ik 's avonds thuis alleen op de bank zit en een enge film kijk. Buiten stormt het en de regen klettert tegen de ramen. Halverweg de film knalt er plotseling een raam open. Waarschijnlijk schrik ik flink. Aan het eind van de film ben ik overspoeld door angst en moet dan door de lange donkere gang naar de slaapkamer lopen omdat het licht in de gang stuk is. In m'n hoofd spelen de emoties de boventoon en ik duikt snel, diep onder de dekens. De volgende ochtend word ik wakker en denk nog even aan die film. Gelukkig kan ik aan het werk en wordt afgeleid. Maar wat te doen als die gedachten als stemmetjes in je hoofd steeds terugkeren, zoals bij Frans? Ik moet hem toch eens vragen hoe hij dat doet.

Twee weken later spreek ik hem weer. "Ik heb in de teamvergadering de stoute schoenen aangetrokken en heb m'n vier directe collega's vertelt waar ik aan lijd. Ik vond het doodeng en tot mijn vreugde stelden ze allerlei vragen en kreeg ik na afloop alleen maar complimenten. De mooiste opmerking kwam van Mieke toen ze zei "Nou Frans dat weten we nu, en dan is het tijd om weer aan het werk te gaan".

Over lef gesproken!

De motoragent staat wijdbeens met zijn motor voor me op het fietspad. "Wat hebben 'wij' verkeerd gedaan?" Hij doelt op fietsen door rood licht op de hoek van de straat, waar niemand voor stopt. Ik bedenk me geen moment en meld dat 'wij' verder gaan. Wat denkt hij wel niet om me zo autoritair en vervelend toe te spreken? Ondertussen denk ik hoe dom mijn tijdelijke ontsnapping is. Hij kan me niet kwader krijgen. De agent staat 600 meter verderop al weer op me te wachten. "Zo daar zijn 'we' weer". Ik vraag of hij de bekeuring wil uitschrijven zodat ik van hem af ben. Hij geeft me een waarschuwing dat ik een ambtenaar in functie aan het beledigen ben en er nog een bekeuring bij komt. Ik meld dat hij een burger in functie beledigt. Nu is hij van slag omdat hij niet begrijpt wat ik bedoel. Nu geniet ik. Agent boos: stand 1-1. We gaan beiden met stoom uit de oren van boosheid uit elkaar. Niks geleerd.

Een week later houdt een agent me aan en meldt dat ik een bekeuring krijg omdat ik geen achterlicht heb. We raken aan de praat en we komen er achter dat we beiden uit dezelfde geboortestreek komen. Hij vraagt me waarom ik een bekeuring heb gekregen. Ik kijk hem verbaasd aan en mompel iets over een achterlicht dat het altijd doet, maar vandaag even niet. Nu is het zijn beurt. "Als ik je daarom zou bekeuren, zou ik meteen ander werk zoeken. Waarom heb je een bekeuring gekregen?" Ik vraag aan hem wat hij op het bonnetje heeft genoteerd, waarop staat dat ik geen werkend achterlicht op mijn fiets heb. Ik haal mijn schouders op en geef aan dat ik niet snap wat hij bedoelt. "Kijk meneer Lohuis. U kwam vanuit de Korreweg naar mij toe gefietst en ik zag u pas op 5 meter afstand. Straks fiets u naar de rotonde en een vrachtwagen ziet u niet. Wat gebeurt er dan met u?". Ik knik schuldbewust en ergens moet ik hem dankbaar zijn. "Het gaat mij niet om de bekeuring en als u morgen voor tien uur op het politiebureau komt en u hebt het achterlicht gemaakt, dan verscheur ik de bon". Bijna dankbaar neem ik afscheid van deze hartelijke man. Ik zal hem niet teleurstellen.

De volgende ochtend meld ik me om negen uur op het bureau. Hij komt me met een stralende blik tegemoet. "U hebt het achterlicht gemaakt? Fijn dat u dat hebt gedaan". Voor mijn ogen verscheurt hij mijn bekeuring en wenst me een fijne dag. Even voel ik me een klein jongetje dat zojuist een snoepje heeft gekregen vanwege goed gedrag.

Vanaf die dag zorg ik er voor dat mijn achterlicht het doet en ben hem dankbaar voor deze wijze les en herkansing om goed gedrag te tonen.