
DICHTERBIJ

Ondragelijke lichtheid van een ellendig bestaan

Gerard Lohuis

Henk loopt met z'n ziel onder de arm en ik loop een eindje mee. Voor een voorbijganger zijn we geen opgewekt stel. Henk loopt te treuren en ik staar naar passerende tegels. Er wordt geen woord gesproken want alles lijkt al gezegd. Henk is twee dagen geleden uit de gevangenis ontslagen waar hij een half jaar heeft doorgebracht. Hiermee is hij automatisch zijn huis kwijt geraakt, iets waar hij jaren aan heeft gewerkt om het te krijgen. Maar de wet is genadeloos want langer dan twee maanden detentie betekent in de praktijk dat de uitkering wordt stopgezet waardoor vaste (woon)lasten niet meer worden betaald. Daarmee wordt de gedetineerde dubbel gestraft want na vrijlating staat hij ook nog eens een keer op straat. Blijkbaar vinden we het gemakkelijker de mensen aan de onderkant te straffen dan dat we directeuren met grote salarissen aanspreken op hun maatschappelijke verantwoordelijkheid. Maar erger nog, wanneer we dingen doen zoals er met Henk gebeurt, hoe moet Henk er dan ooit vertrouwen in krijgen dat hij er bij hoort en mee mag doen in deze wereld.

Henk meldt zich maar weer, net als vroeger, bij de nachtopvang. Het gaat niet van harte deze keer. Hij heeft geroken aan een eigen huis en heeft geprobeerd er een normaal leven op te bouwen. Helaas, vanaf het moment dat hij een vast woonadres had, wisten oude schuldeisers hem te vinden. Schulden van jaren geleden stapelden zich zo hoog op dat Henk geen uitweg meer zag. De drank die hij een jaar had laten staan werd z'n schrale troost voor een ellendig bestaan zonder uitzicht op beter. De weg naar het kruimel-criminele circuit ging weer open en na enkele vergrijpen telde de rechter de voorwaardelijke straffen bij elkaar op en kon Henk voor een half jaar het gevang weer in. In de gevangenis kon ik zijn depressiebehandeling voortzetten en was de methadon nuttig om de drank te doen vergeten. De vaste dagstructuur helpt hem om in een gezond ritme te komen en hij weet hoe hij zich moet gedragen om geen problemen te krijgen. Alle ingrediënten om te overleven en te herstellen zijn er aanwezig en na enkele weken is Henk al aardig opgeknapt.

Nu hij vrij is, begint het gevecht weer. "Gek Henk dat je zo opknapt in de gevangenis", probeer ik voorzichtig de stilte tussen ons te breken. Hij reageert niet maar broemt iets onverstaanbaars. "Nou moet je eens goed naar me luisteren. Natuurlijk zorgen ze daar goed voor me. Maar alles wat waarde heeft, lever je er in. Je hoeft niets zelf te beslissen, hebt geen vrienden die je zelf uitzoekt en het werk hangt van totale nutteloosheid aan elkaar vast. Denk je nu werkelijk dat zoiets helpt. En nu sta ik op straat en de schulden zijn nog net zo groot, ik heb geen huis en mag ik me weer melden bij al die anderen die zwervers. Ik voel me met m'n 43 jaar te oud voor dit leven. Maar wat moet ik?"

We lopen stilzwijgend verder. Z'n gezin waar hij uit komt heeft niet aan de bakermat van dit leven gestaan. Vier kinderen, waarvan hij de jongste is. De drie anderen zijn maatschappelijk gezien goed terecht gekomen. Met Henk ging het aanvankelijk ook voor de wind. Op zijn vierentwintigste een eigen zaak die goed bekend stond. Totdat hij zijn eerste manische periode kreeg en in die periode zijn zaak verspeelde. Daarna volgden nog drie opnamen vanwege zijn drukke en onvoorspelbare manische gedrag. Gevolgd door de diepe dalen van depressies waarin hij geprobeerd heeft zichzelf van het leven te beroven. Steeds meer vrienden en familieleden haakten af omdat ze niet bestand waren tegen zijn

torenhoge enthousiasme of intense somberheid die met z'n depressies gepaard gingen. De schulden groeiden en de drank en drugs hielpen niet tegen de bodemloze eenzaamheid

We komen uit op de Grote Markt. Henk kijkt me aan. Hij weet wat ik denk. We staan voor de kroeg en Henk stelt me gerust: "Ik doe het niet waar je bij bent, zullen we nog een eindje verder wandelen?". Ik knik.

Toen hij medicijnen gingen gebruiken, liep het mis

Gerard Lohuis

Daar zit hij nu. Stil voor zich uit te staren, kijkend naar een verre leegte. Het pension sluit als een cocon waar hij niet uit lijkt te komen. Buiten ligt een weids landschap, binnen verblijven mensen in een kluwen die voor een buitenstaander moeilijk te ontwarren is. Een aantal van hen zit in dezelfde stilzwijgende pose en heeft het druk met de binnenwereld van eigen gedachten. Ze communiceren door hun gedrag en zeggen daarbij geen woord. Ze zijn als een stel communicerende vaten op elkaar afgestemd. Als iemand enigszins wild of vreemd reageert, weet een ander precies die toon te raken om hem weer tot rust te manen. Tussendoor scharrelen enkele bewoners die huishoudelijke taken uitvoeren en iedereen lijkt zo in harmonie de dag door te komen. "Ons houdt niet van veranderingen" zou wijlen Fre Meis gezegd hebben.

Ik ben geraakt wanneer ik hem daar tussen de anderen zie zitten en zie hoe hij een radertje in dit geheel is geworden. Hij zit daar zo passief en hij is echt dik geworden. Een jaar geleden was hij nog een totaal andere man. Het tegenovergestelde van dit beeld. Toen zwierf hij in de stad en leidde daar een onnavolgbaar bestaan. Hij was regelmatig een kortstondige gast bij de politie, die hem meer als een vlegel van het stadgezin beschouwde. Hij hoorde er helemaal bij, men gaf om hem maar moest hem ook regelmatig op de grenzen van het samenleven wijzen. De geluiden en stemmen in zijn hoofd hielden hem bezig en werden voldoende door medicatie onderdrukt om er mee om te kunnen gaan. Wanneer hij geld had of wist te bemachtigen, reisde hij steevast af naar de bedwelmenis in Drugsland. Allerlei soorten drugs brachten hem naar een andere psychotische wereld en zo langzamerhand bezat hij twee verschillende paspoorten van twee psychotische werelden. Hij leefde een actief leven, was rap van tong, daagde me graag uit en deed graag met een glimlach op zijn gezicht precies het tegenovergestelde van wat ik hem vroeg. Hij hield me bezig en ik zorgde er wel voor dat hij door zijn gedrag niet een persona non grata werd, waardoor hij terug gestuurd werd naar het psychiatrische ziekenhuis.

Ik was er al helemaal aan gewend geraakt dat mensen op straat of in een winkel me over hem aanspraken en vroegen hoe het met hem ging. Altijd kwam er dan een leuke anekdote over hem boven tafel en vroegen de mensen zich af hoe het toch verder met hem moest. Alsof het nu niet echt ging.

Ik schuif een stoel aan en ga naast hem zitten. De medicatie heeft een zombie van hem gemaakt. Zijn gedachten lijken doodgeslagen, net als de passie waarmee hij zo veel verwarring wist te stichten. Even later vertelt hij me dat het zo wel goed is. Hoe meer hij me daar van probeert te overtuigen, des te groter wordt mijn plaatsvervangende schaamte. Ik wil weten of hij nu een beetje gelukkig is en met een zucht vraagt hij me wat hij zich daarbij moet voorstellen. Hij is bijna te vermoeid om nog iets te willen. Maar ja, als ze de medicatie verlagen, gaat hij weer gekke dingen uithalen en dat mag niet in het pension. Dan moet hij de straat op want er is geen andere plek voor hem. Ik moet aan een lied van een Amerikaanse zwerver denken. Ted Hawkins die jarenlang op een

kratje gezeten op het strand in Californië zong over de zelfkant van het leven en over een leven met een huis droomde. Tot dat hij een huis kreeg en zong: 'I've got what I wanted but I lost everything I had'. Zo is het nu ook met hem. Of zoals het met die Rotterdamse zwerver ging toen hij een huis kreeg en minstens vijf dagen per week moest zwerven omdat hij tussen de vier muren helemaal paranoïde werd. Buiten kon hij tenminste alle kanten op en in het huis was hij zo angstig dat hij dacht er gek te worden.

Ik zou hem zo graag willen aanmoedigen om iets van zijn natuur op te roepen, opstandig te zijn, maar tegen een overmacht van drogerende medicijnen met als bijwerking een allesoverheersende moedeloosheid, kan ik niet op. Hij reist nu met een paspoort in mijn wereld maar nu voel ik me bij hem een vreemdeling. Hij laat mij niet toe in zijn wereld omdat hij zich terug getrokken heeft. In de wereld van stemmen en af en toe drugs kon ik met hem meereizen, maar nu hebben de medicijnen hem bij me weggehaald. Bij iedereen weggehaald. Hij is een radertje in een onontwarbare knoop geworden. En blijf ik achter met de vraag in welke wereld het beste geleefd kan worden.

Afspraken -berichten vanuit de maatschappelijke parkeergarage

Marlieke de Jonge, praktiserend patiënt

Hoe maak je afspraken met mensen die elke afspraak beleven als *uitdaging tot sabotage*? In mijn eigen situatie. Ik heb iets met afspraken. Of moet ik zeggen: tegen? Afspraken biologeren me. Als dat ene paaltje op het fietspad: linksom of rechtsom, vroeg of laat, ik moet er tegenop. Ik moet onderuit. Ik moet bewijzen hoe goed ik ben in vallen.

Zo is het ook met afspraken. Een afspraak is niet zo maar iets. Een afspraak is een bindende schakel tussen mensen. Een afspraak vraagt vertrouwen en, nog erger, te vertrouwen zijn. Het begin van het eind. Het begin is die ene afspraak en het eind? Het eind is dat ze op je kunnen rekenen, je kunnen berekenen, programmeren. Het eind is dat je er voor ze moet zijn, altijd en altijd dezelfde. Grote mensen houden nooit op met eisen: meer, meer en nog beter. Ze leggen de lat steeds hoger en een keer ga je falen. Een keer komt het moment dat ze erachter komen dat je niet bent 'wie ze hebben willen' en dan laten ze je vallen, als een baksteen, achteloos, als een wegwerpbebertje, als een volgesnoten papieren zakdoek.

Ik wil die zakdoek niet zijn. Dat kan ik niet verdragen. Ik ga tegenvallen, ik weet het zeker. En dan ben ik niks meer, dan ruilen ze me in. Die ene afspraak is de valkuil. Daar begint het.

Daar beginnen ze met hun verwachtingen waar ik nooit aan kan voldoen. Dus daar trap ik niet in. Die ene afspraak is al een teveel. Ik kan het best direct bewijzen dat ik niet te vertrouwen ben. Dan valt het later niet tegen. Dan val ik later niet tegen. Dan vallen anderen me later niet tegen.

'Niks te verliezen' is de enige veiligheid die ik ken.

Afspraken

Je kunt ze gewoon niet maken. Maar dat vind ik link. Zo hoor je het spel niet te spelen. Dan kunnen ze je pakken op 'niet willen' en dat is goed voor straf en in de steek laten. Je moet wel afspraken maken, maar liefst zo dat *anderen ze bepalen*. Dan is het jouw afspraak niet, dus je goed recht om je er niet aan te houden.

Grote mensen hebben graag de regie, dus moeilijk is het niet om de situatie zo te manipuleren dat zij het vuile werk opknappen. Soms heb je pech dat de andere partij je probeert te betrekken bij de afspraak. Lees: mee schuldig te maken.

Daar heb ik een paar trucs op verzonnen. Maak een *onhaalbare afspraak*. Dan is de afspraak de schuld. Of maak een heel *ingewikkelde afspraak*. Dan is de kans

groot dat niemand ziet waar ie mis gaat. Hoe ingewikkelder de afspraak, hoe meer speelruimte voor ervaren saboteurs. Afspraak mislukt. Hoe kan dat nou? Dat vinden we nooit meer terug. En je simuleert wisselend teleurstelling, spijt, verontwaardiging en meer van dat soort sociale-afstand-strategieën.

Je hoort: ik ken het spel en ik weet hoe het gespeeld wordt. Daarvoor maak ik gebruik van mijn *grote smoezenboek*. Het best werken de smoezen waar je zelf in gelooft. Die zijn het meest overtuigend. De meeste van mijn collega-straatkatten kiezen de *slachtofferrol*. Iemand anders, iets anders is de oorzaak van het falen. De omstandigheden, een instantie, liefst anoniem dus niet traceerbaar. Veilig. Ik houd niet van de slachtofferrol. Mij te afhankelijk. Als je niks bent, kun je de macht maar beter niet uithanden geven. Ik pak de *100% schuld-rol*. Alles is mijn schuld, dus wie kan me nog iets maken? Ik wil best afspraken maken, maar ik ben op grond van 'in de persoon gelegen factoren' gedoemd tot mislukken. Sla me maar, ik lig al plat. Tsjja, hoe overleef je als je niemand bent? Zo.

Niks te verliezen, niemand zijn, kan niemand je raken

Afspraken zijn een aanslag op dat bestaan. Je kunt ervoor zorgen dat de ander de afspraak niet houdt. Daar kun je heel ver in gaan als het mislukken van de binding overlevingsnoodzakelijk voelt. Een voorbeeld. Deze is niet van mij, ik doe het subtieler. 'De NS bellen met een bommelding om het treinverkeer te ontregelen als je een afspraak hebt op een station'. Een kat in nood maakt rare sprongen. En je hoofd doet ook maar wat de media aandragen. Dat is geen excuus, dat is een feit. Berichten uit de maatschappelijke parkeergarage: wilt u ze weten of niet? Daar heerst een andere werkelijkheid met andere spelregels en een andere kleur.

Waarschijnlijk wilt u ze niet weten, weet ik. Over afspraken gedacht en gezweven. Ik hanteer een veel valsere methode om aan afspraken te ontsnappen. Ik word ziek of ik ga dood, bijna. Niet helemaal: het is een overlevingsstrategie, al lijkt het er soms niet meer op. En het ergste is dat het me niet eens spijt. Als mijn samen-leving kinderen niet beschermt, moeten ze de prijs maar betalen. O.k. afspraak is afspraak, ik zeg niets. Verraad komt niet van mij. Ik ga er gewoon heel goed in worden, in zwijgen. Zo goed dat ze me er niet op betrappen. Ik stuur mijn mailtjes in camouflageverpakking als erkend saboteur van machtsmisbruik, desgewenst psychiatrisch patiënt.

Genoeg!

Paul Hemels

Er gebeurt nooit iets in het zuiden, zeggen ze. Hoewel...

"Jullie hebben de Top 10 gehaald! Niet op één, maar toch...", zegt mijn collega. Hij werkt in een vergelijkbare instelling in de Randstad. "En wij staan er niét in, helaas..." vervolgt hij met enig leedvermaak.

Het tijdschrift 'Psy' wordt ruim verspreid onder het personeel van de GGZ-instellingen, en som-mige artikelen houden de gemoederen bezig.

In het artikel 'Grootverdieners in de GGZ' (jaargang 10, nummer 10, 29

september 2006) wordt openheid gegeven over de inkomens van de bestuursvoorzitters. Het gemiddelde jaarinkomen bedraagt 163.000 euro, maar sommigen stijgen daar ver bovenuit. Het hoogste honorarium is 276.773 euro.

Uit het artikel blijkt dat met betrekking tot de inkomens van bestuurders geen strik-te afspraken gelden, maar dat er slechts vage richtlijnen bestaan. Zo zou de bezoldiging gerela-teerd moeten zijn aan de omvang van de organisatie en aan de functiewaarde. Maar blijkbaar geldt: er is genoeg!

In dezelfde week wordt door de bestuurders aan de medewerkers bericht dat de

onderproductie zorgen baart. En dat dit mogelijk budgetkortingen voor 2007 tot gevolg heeft. Aan alle behandela-ren wordt gevraagd om de schade zo beperkt mogelijk te houden. En als afsluiting: "Voor meer informatie kunt u zich het beste wenden tot uw circuitmanager".

Rapporteren, registreren, controleren, coderen en protocolleren. De van huis uit gemotiveerde sociaal psychiatrisch verpleegkundigen worden steeds meer omgeschoold tot administrateurs en productiemedewerkers. Productiecijfers! Het woord gonst dagelijks door de gangen, kamers en vergaderzalen. Denk aan de productiecijfers...

Met weemoed wordt teruggedacht aan de periode vóór de cijfers. Er was tijd om te overleggen, deskundigheid en ervaring werden gebundeld en leidden tot creatieve interventies. Waar weer van geleerd kon worden.

Inmiddels is sprake van een productie(cijfer)psychose, die onlangs goed verwoord werd door een collega uit Eindhoven: "Omdat de GGZ slechts in staat blijkt te bezuinigen op hulpverleners, heeft een krimpende groep hulpverleners de onmogelijke taak om aan een toenemende stroom cliënten psychiatrische hulp te bieden" (Jaargang 10, nummer 9, 8 september 2006). Hij is ver-trokken, had er genoeg van.

Door de marktwerking hebben de zorgverzekeraars een monopoliepositie in de gezondheidszorg gekregen. De verzekeraars maken de productieafspraken: prijs, hoeveelheid en marges. En ze bepalen of nieuwe initiatieven wel of niet gefinancierd gaan worden.

Maar er is misschien hoop.

Na het symposium 'Van beroepszeer naar beroepseer' is een tegenbeweging ontstaan (jaargang 10, nummer 12, 10 november 2006). Tien ondernemingsraden van ggz-instellingen en vertegen-woordigers van cliëntenraden in het zuiden van het land verzetten zich tegen marktwerking in de zorg, en strijden voor behoud van professionele kwaliteit. De initiatiefnemers vertegenwoordigen 24.000 werknemers en evenzoveel cliënten. In het manifest 'Macht en tegenmacht. Genoeg is genoeg!' roepen zij op om de marktwerking en bureaucratisering een halt toe te roepen.

Er worden inspanningen geëist van de politiek, van het bestuur en management van gezondheids-instellingen, medezeggenschapsorganen, vakbonden en van beroepsverenigingen. Met als uitein-delijke doel de herwaardering van de professional: 'vakmanschap is meesterschap'.

En dan zeggen ze nóg dat er in het zuiden nooit iets gebeurt! Er gebeurt genoeg. Genoeg!