

Goed Gek



# Goed Gek

*Verhalen uit de psychiatrie*

Rian Meulenbroeks

*'A story told is a life lived'*

*- Outlander -*

Eerste druk augustus 2019  
Tweede druk december 2019

© Rian Meulenbroeks, 2019  
Corrector: Jacqueline Klaassen, Stella Braam, Marion van den Berg  
Auteursfoto: Mark de Rooij ([www.derooijm.nl](http://www.derooijm.nl))  
Vormgeving: Rian Meulenbroeks

ISBN: 9789402188011

Dit boek is in eigen beheer uitgegeven.

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Hoewel dit boek met veel zorg is samengesteld, aanvaardt de schrijver geen aansprakelijkheid voor schade ontstaan door eventuele fouten en/of onvolkomenheden in dit boek.

## VOORWOORD

“Hoe was je dag?” is vaak de eerste vraag die je krijgt als je thuiskomt van je werk. In mijn geval is dat een werkdag als psychiater.

Ik vind het niet altijd makkelijk om daar antwoord op te geven. Want misschien was voor mij die dag wel goed, maar voor de patiënt die gesepareerd moest worden hoogstwaarschijnlijk niet. Ik heb die dag gesproken met mensen die zich achtervolgd wanen en anderen die het leven niet meer kunnen verdragen en dood willen. Was mijn dag dan goed? Ik heb vast vreselijk gelachen omdat iemand aanhoudend ‘Hoog Sammy, kijk omhoog Sammy’ zong. Mag dat wel; lachen om die situatie? Of was mijn dag eigenlijk slecht omdat ik me realiseerde dat de briljante natuurkundestudente, die werd opgenomen met een psychose door de ziekte schizofrenie, waarschijnlijk een vreselijk leven voor de boeg heeft? Voor mij een gewone werkdag, maar voor mijn patiënten soms een dag die de rest van zijn of haar leven (ver)kleurt.

Hoe leg je aan mensen uit wat er zich afspeelt in de psychiatrie? De mensen lijden niet aan kanker of hart- en vaatziekten, maar aan hun gedachtes, gevoelens, gedrag en waarnemingen. Laat dat nou net bepalen hoe we ons voelen als mens en hoe we mens zijn in de ogen van de ander. Als je in de psychiatrie werkt heb je het voorrecht om dat mens-zijn van dichtbij te mogen zien. Je mag deelgenoot zijn van iemands angsten, verwarring en diep verborgen gevoelens en gedachtes. De schoonheid van kwetsbaarheid. Misschien is het daarom wel zo lastig om uit te leggen aan anderen waar het in de psychiatrie over gaat?

‘Goed Gek’ is een lofzang op de dagelijkse praktijk en brengt met veel liefde, respect en warmte een ode aan de mensen die toevallig patiënt zijn geworden. Toevallig? Ik denk het wel. Maar het is natuurlijk veilig en comfortabel om die denkbeeldige scheidslijn tussen mentaal ziek en gezond zo scherp mogelijk te trekken: ‘psychiatrische patiënten zijn ziek en ik niet.’

We hebben instellingen gebouwd met muren en deuren die op slot kunnen. Rian Meulenbroeks zet met haar prachtige boek die deuren open. Zodat we kennis kunnen maken met haar patiënten en misschien ook een beetje met onszelf.

*Esther van Fenema - psychiater in het LUMC, violist en auteur*

## VOORAF

In 1988 maakte ik kennis met de psychiatrie. Als 21-jarige stagiaire ging ik aan de slag op de PAAZ\*.

Hoe mijn eerste werkdag begon, herinner ik me nog goed. Lopend door die kaarsrechte corridor, de veranderende dynamiek, een bokkig klapperend wielkje van een medicijnkar en de doffe echo van snelle verpleegsters op Zweedse klompen. Aan het einde van die lange gang was een t-splitsing. Linksaf introduceerde de knalgele vloer de kinderafdeling met in de verte het angstige gehuil van de kleine patiëntjes en de geur van Sterilon. Rechtsaf was de psychiatrische afdeling. De elektrische deuren openden zich en het koele marmoleum ging over in kortpolig, bruin gemêleerd tapijt. Achter de onbemande balie hing een deprimerend schilderij. De wachtkamer was leeg.

Niets.

Niemand.

Het was half negen en er heerste totale stilte.

Twijfelend over wat te doen zag ik tot mijn opluchting dat er iemand aan kwam lopen, dicht langs de muur en een beetje buiten de lichtval van de spotjes.

“Hoi, ik ben Rian, de nieuwe stagiaire,” stelde ik me voor.

“Pas maar op, je wordt in de gaten gehouden,” zei hij, mijn uitgestoken hand negerend. “Er hangen hier overal camera's!” En vervolgens: “Je bent écht *goed gek* als je hier wilt werken!”

Hoofdschuddend liep hij door.

Was dit nou een patiënt of een verpleegkundige? Ik had me ingesteld op patiënten die pasten in het stereotype beeld dat ik had; verward, extreem gekleed of onverzorgd. Angstig of agressief. Manisch of hysterisch. Deze man paste niet in dat plaatje en daarom begon ik te vermoeden dat mijn ideeën en verwachtingen over psychiatrische patiënten niet klopten.

Gelukkig is mijn beeldvorming de afgelopen 30 jaar genuanceerd. Maar omdat er nog steeds teveel stereotype ideeën en oordelen over de mensen in de psychiatrie bestaan, wilde ik dit boek schrijven. Ik wil laten zien dat de buitenkant niets zegt over wat iemand bij zich draagt. Waar iemand dagelijks mee worstelt en hoe hard iemand soms moet werken om het leven aan te kunnen.

In dit boek deel ik verhalen over ontmoetingen die me raakten, over ervaringen die me uit het lood sloegen en situaties die me de slappe lach bezorgden. Ze gaan over betrokkenheid, passie en compassie. Het zijn verhalen die me vooral deden beseffen dat we allemaal kwetsbaar zijn. Ik hoop dat ze met hetzelfde resultaat worden gelezen en dat er meer begrip zal ontstaan.

De afgelopen 30 jaar heb ik als activiteitenbegeleidster, vaktherapeut beeldend en groepsbegeleider op diverse afdelingen binnen verschillende GGZ-organisaties gewerkt. Het spreekt vanzelf dat het mensen en situaties op mijn werk waren die me inspireerden tot het schrijven van deze verhalen. Om hun privacy te waarborgen, heb ik mezelf veel vrijheid gegund om de beschrijvingen van de gebeurtenissen en de hoofdpersonen aanzienlijk te veranderen. Hierdoor berust elke herkenning louter op toeval.

Rian Meulenbroeks  
Breda, augustus 2019



## JAN

Jan is één van de eerste patiënten die ik tegenkom. Hij is ergens in de zeventig en heeft zijn hele leven in een klein dorp gewoond, in de omgeving waar ik zelf gekipt en gebroed ben.

Vroeger verdiende Jan samen met zijn vrouw de kost als boer. Ze hadden wat melkvee en verbouwden mais en bieten. Het bedrijfje was klein en eenvoudig, maar voorzag in hun levensonderhoud. Ze waren tevreden met dit simpele leven. Toen ze het enkele jaren geleden rustiger aan wilden gaan doen, verkochten ze hun laatste koeien en het meeste land. Maar omdat lanterfantten niet bij hen paste, bleven Jan en zijn vrouw actief in de moestuin naast hun boerderij. De oogst werd ingemaakt of ingevroren en wat ze te veel hadden, verkochten ze aan huis. Net als het overschot aan eieren dat de rondscharrelende kippen produceerden. Ze hadden het goed, tot zijn vrouw een jaar geleden onverwacht overleed. Halsoverkop werd Jan door zijn kinderen naar een overzichtelijke aanleunwoning in het dorp verhuisd en na een korte periode van regel en ondersteuning hadden ze al gauw geen oog meer voor hun vader.

Jan hield zich flink. Aan bekenden in het dorp vertelde hij dat het wennen was, maar dat het goed met hem ging. En tegen zijn familie zei hij dat hij alles onder controle had. Maar binnen enkele weken waren de belangrijkste pijlers onder zijn leven weggeslagen en dat eiste zijn tol.

Jan verwaarloosde zichzelf, at slecht, sliep een gat in de dag en fietste regelmatig naar de oude boerderij. 's Nachts spookte hij door het dorp en hij maakte de post niet meer open. Toen de burens vermoedden dat het niet zo goed ging

met Jan en ze last kregen van stank en ongedierte, schakelden ze de huisarts in. En die ging een kijkje nemen. De voordeur was niet op slot en omdat de bel niet werkte liep de dokter naar binnen. Hij schrok: de trap stond volgebouwd met uitgezakte dozen vol spullen en in het kleine slaapkamertje was het bed verdwenen onder bergen vuile was. Met een hand voor zijn neus liep hij verder. In het donkere keukentje trof hij Jan aan; diep in slaap in een vettige, oude stoel. Het aanrecht ging schuil onder een stapel vaat die bedekt was met wollige schimmel en de vliegen die niet meer terecht konden op de spiraalvormige plakstrip, waren op de vensterbank voor de smerige ramen beland. Het huis was dichtgegroeid en volledig onleefbaar geworden. Jan bleek zó vervuild en verward dat hij opgenomen werd op de PAAZ.

Na een week van rust, regelmaat en goede voeding, blijkt dat Jan er nog slechter aan toe is dan aanvankelijk werd gedacht. Naast zijn somberheid en het onvermogen om zijn leven op orde te houden heeft hij ook last van wanen. Misschien speelt het feit dat hij zich op de afdeling zo ontheemd voelt daarin wel een rol. Het is er namelijk zo anders dan thuis. Hier geen flanellen lakens, verse groenten van het land of een haan die hem wakker kraait. Nee, hier lopen vreemde zusters rond, wordt er geleefd volgens onbekende routines, moet hij naar therapie en zit hij aan tafel met andere patiënten die zich soms heel gek gedragen. Bovendien zijn die mensen amper te verstaan en al helemaal niet te volgen, vindt Jan.

Wij voelen allemaal de behoefte om contact met Jan te maken. Dus als ik hem in de gang zie rondscharrelen, stop ik voor een praatje. Natuurlijk in ons dialect, dat scheidt een band.

“Dag Jan, wa bende aon ‘t doen?”

“Da ziede toch zeker wel,” antwoordt hij terwijl hij zich opricht, “ik ben aon ‘t rijven.”

Natuurlijk, ik begrijp het. Hij is in een denkbeeldige moestuin aan het harken. En omdat ik graag wil aansluiten bij zijn belevingswereld: “oew tomaten staon er goed bij!”

Hij leunt op zijn denkbeeldige hark en kijkt mij misprijzend aan. “Mar vrouwke toch, houde gè men nou vúr de gek?”

“Eh... wa bedoelde Jan?”

Hoofdschuddend begint hij weer te harken: “Ge ziet toch zeker ook wel dat da rooie kool is of nie dan?”

Ik voel het schaamrood naar mijn kaken trekken, mompel een onnozel smoesje en loop verder.

Of Jan zijn verlies ooit heeft kunnen verwerken weet ik niet. Na een maand werd hij overgeplaatst naar een psychogeriatrische afdeling van een bejaardenoord. Daar was hij blijkbaar beter op zijn plek.

## MEVROUW VAN HELDEN

“Jullie doen dit alleen om mij te pesten!”

Mevrouw Van Helden is een oudere, altijd onberispelijk geklede dame, waarvan je op afstand kunt zien dat ze in gegoede kringen heeft verkeer. Ze maakt een keurige indruk en heeft plooiën in haar gezicht die erop wijzen dat ze in haar leven vaker zuur heeft gekeken dan gelachen.

Ze trouwde jong met een hoge pief bij de marechaussee en daarna stond haar leven in het teken van zijn carrière. Toegewijd streek ze zijn overhemden en leerde ijverig alle kneepjes uit het kookboek van Blue Band. Ze ontleende veel status aan haar rol als ‘vrouw van’ en leefde altijd binnen de spreekwoordelijke lijntjes. Maar het huwelijk dat door haar als ideaal werd gepresenteerd, ontwikkelde zich allesbehalve probleemloos. De dominante brigadecommandant bleek namelijk niet zo'n toffe peer. Hij tiranniseerde hun kinderen, kleineerde en vernederde zijn vrouw en marcheerde allesbehalve recht. Mevrouw Van Helden wist van zijn escapades, maar zweeg en leed in stilte. Ze torste de eer van haar man en het gezin op haar schouders. Met niemand op de kazerne deelde ze haar onmacht en verdriet. Al helemaal niet met de roddelende vrouwen van de andere marechaussees. Haar zus, die ze misschien wel in vertrouwen had willen nemen, woonde te ver weg om even bij op de koffie te gaan. De sherry werd haar beste vriendin.

Manlief kneep een oogje dicht zolang ze het gerespecteerde beeld van zijn gezin, met hem aan het hoofd, maar niet verstoorde. De kinderen groeiden op en kwamen in opstand tegen zijn despotisme. Zij voerden oorlog met hun

commandant. En hun moeder, die deze rebellie niet meer kon sussen, kwijnde weg tussen twee vuren. Resultaat: nadat de kinderen het huis uit gingen, kwamen ze zelden nog langs.

Toen mevrouw Van Helden zich realiseerde dat dit haar leven was, knapte er iets. In een dronken bui smeedt ze de spullen van haar commandant naar buiten, maar kwam daarbij zelf nogal ongelukkig ten val. Met een polsbreuk en een delirium werd ze naar het ziekenhuis afgevoerd. Daar bleek ze zo in de war dat ze met haar arm in het gips werd overgeplaatst naar de PAAZ. Met dank aan de vele stiekeme glaasjes sherry waarmee ze de scherpe randjes van haar zware leven had afgedronken. Mevrouw Van Helden verkeerde in een gevorderd stadium van Korsakov\*.

Ik leer mevrouw Van Helden kennen als een dame die altijd op de tweezitsbank zit. Met haar rug naar het raam en precies op het midden van de naad tussen de twee met skai beklede kussens. Haar handen liggen steevast gevouwen in haar schoot, op de bruine plissérok. Van 's morgens vroeg tot het avondeten zit ze als een wakende vuurtoren in de huiskamer. Haar houding zo kaarsrecht dat het lijkt alsof haar torso door een onzichtbaar lijntje omhooggetrokken wordt. Ingepakt in dikke bruine steunkousen staan haar benen in een perfecte hoek van 90 graden kuis tegen elkaar. Vaak heeft ze haar ogen dicht. Ze zit in trance te wiebelen, als een tuimelaar die bijna tot stilstand komt.

mevrouw Van Helden weigert deel te nemen aan de therapieën en slaakt voortdurend verontwaardigde kreten vanaf die bank. Altijd dezelfde pinnige leuzen.

“Jullie doen dit alleen om mij te pesten!” Haar jammerende klaagzang wordt steeds beknopter.

“...om mij te pesten!” Resultierend in een onvermoeibaar herhalend “...pesten!”

Wanneer er geen publiek is, blijven haar lippen ritmisch bewegen. Met haar ogen dicht en op de automatische piloot prevelt ze soezend haar mantra.

Maar als ze iemand in haar nabijheid bespeurt, spert ze haar ogen vurig open en schaalte ze het volume weer op.

Ik probeer er vaak voor te zorgen dat ik niet door mevrouw Van Helden wordt gespot, want ik heb geen idee wat ik met haar aan moet. Helaas heeft ze het gehoor van een uil, want na mijn geraffineerde sluipgang langs de huiskamer ben ik meestal toch getuige van een luid klaaglijk en lang aanhoudend "PE-HE-STEN!"

Ik ben geregistreerd.

Betrapt.

En afgestraft met haar verwijt.

Terugkijkend heeft mevrouw Van Helden tijdens haar opname niet veel aan mij gehad. Ook niet aan manlief trouwens. Hij heeft haar nooit opgezocht.

## MARCO

Ik leer Marco kennen als een aantrekkelijke kerel die erg geïnteresseerd is in houtbewerking. Hij is bezig met het maken van een wandelstok uit hard merantihout en weet zeker dat het prachtig gaat worden. Hij schaaft, gutst, schuurt en polijst. Het lijkt hem niet te ontbreken aan zelfvertrouwen en naarmate de wandelstok vordert, roemt hij zijn handigheid steeds meer. "Jullie kunnen nog veel van mij leren!" Nogal arrogant, maar zijn charme maakt veel goed.

Marco is begin dertig. Zijn vrouw is enkele maanden geleden bij hem weggegaan, met hun zoontje Bart. Hij heeft het in eerste instantie allemaal rustig over zich heen laten komen. Was in de veronderstelling dat ze wel met hangende pootjes terug zou komen. Wat moest ze immers zonder hem.

Tegen de mensen om hem heen zei hij dat het goed met hem ging, maar volgens zijn moeder begon hij zich steeds vreemder te gedragen. En die signalen kreeg ze ook uit zijn omgeving. Ze hoorde via via, dat een kritische opmerking van Marco's manager had geleid tot een vulgaire scheldkanonnade. De manager had een gericht gegooid nietmachine blijkbaar nog net kunnen ontwijken. En ze was er zelfs bij, toen hij op een dag een vakkenvuller van de supermarkt een bloedneus sloeg.

Zijn moeder probeerde vergeefs te bemiddelen en hem tot rede te brengen, maar de escalaties stapelden zich op en werden steeds extremer. Het lag nooit aan Marco. Het was altijd de ander die lastig deed, die te dom was om iets te begrijpen of die dwarslag. Binnen enkele maanden had hij zijn directe omgeving tegen zich in het harnas gejaagd en

iedereen was alert op zijn onvoorspelbare en irrationele gedrag. Zijn moeder maakte zich ernstige zorgen.

Een opgelopen irritatie over het enthousiaste snoeiwerk van de buurman leidde uiteindelijk tot het dieptepunt.

“Zit je nou verdomme weer met je klauwen aan mijn tuin?” schreeuwde hij tegen de bejaarde man. “Ik zal je leren!” En vervolgens was hij hem met een bijl achterna gegaan. De hysterische buurvrouw belde vanachter de geraniums meteen 112. De politie en de huisarts grepen in, waarna Marco onder protest akkoord ging met een vrijwillige opname op de PAAZ.

Daaruit zou volgens hem wel blijken, dat niet hij maar zijn vrouw Inge gestoord was. Zij haalde het slechtste in hem naar boven.

Vandaag komt zijn vrouw Inge langs om samen met de psychiater en Marco in gesprek te gaan. Dat doet Inge voor hun zootje. Ze gunt het jochie een band met Marco en zijn familie en hoopt dat hij hierover afspraken wil maken. Marco is als een coulante gentleman akkoord gegaan.

Inge arriveert tijdens de pauze en schuift in de huiskamer bij ons aan voor een kop koffie. Marco is er nog niet. Maar dan worden we opgeschrikt door een naderend gebulder en brekend glas. De herrie komt onze kant op. Inge kijkt angstig om zich heen en trekt wit weg. De psychiater, psycholoog en enkele verpleegkundigen veren omhoog en reppen zich richting het kabaal. Ik bevries. Wat is er aan de hand?

Als ik zie dat mijn collega's zich in een kring om Marco opstellen, posteer ik me enigszins veilig tussen de heisa en de huiskamer. Marco gromt en slaat met zijn wandelstok om zich heen. Het snelle voetenwerk van mijn collega's is indrukwekkend. Ze houden hun handen in een afwerende positie voor zich, tellen af en het volgende moment stort de overmacht zich tegelijk op Marco, met een enorme



worsteling tot gevolg. Er klinkt geroep en geschreeuw. Een schoen stuitert over de vloer, er wordt naar slaande en trappende ledematen gegraaid en de wandelstok rolt weg.

“Laat me los, laat me verdomme los!”

Marco verzet zich hevig en probeert zich kronkelend te bevrijden, maar hij wordt al gauw op zijn buik geforceerd en even later wordt hij door acht man naar de separeercel\* gesleurd. Daar kan hij in elk geval niemand meer kwaad doen. Op de plek van de worsteling liggen glasscherven, een sleutelbos en de gesneuvelde bril van de psychiater.

Inge is er na deze escalatie helemaal klaar mee. Ze is bang voor Marco. Bang voor zijn dreigementen, bang dat hij hun zoontje iets aan zal doen. Ze heeft geen vertrouwen meer in zijn beloften. Inge wil haar kant van het verhaal vertellen. En dat is heel anders dan het beeld dat Marco heeft geschetst.

In hun relatie werd hij toenemend overheersend en controlerend. Ze mocht van hem de deur alleen uit om naar haar werk te gaan. En wanneer ze op haar werk was, belde hij haar voortdurend. Hij isoleerde haar van familie en dreef een wig tussen haar en haar vriendinnen. Zijn zogenaamde charisma werd steeds vaker doorzien, net als zijn leugens. Marco raakte al zijn vrienden kwijt.

Ook was hij niet bepaald liefdevol naar hun zoontje. Als Bartje bijvoorbeeld struikelde of ergens verdrietig om was had hij daar geen oog voor. “Mietje”, riep hij dan vals of “hij heeft jouw genen, domme doos!” En als dat kleine hummeltje iets deed wat volgens Marco niet kon, gedroeg hij zich als een echte bullebak.

Hij misgunde iedereen alles. Vernederde en manipuleerde. Was dominant en vijandig. En toen Inge promotie kreeg gedroeg hij zich gemeen en jaloers, alsof haar ontwikkeling een aanval was op zijn macht en superioriteit.

Na de zoveelste krenking vertelde ze dat ze niet meer van hem hield. Hij ging los. Inge belandde in het ziekenhuis met een inwendige bloeding en kneuzingen. Hij vertelde de arts dat ze zo onhandig was geweest om te vallen. Vanuit schaamte ontkende zij het niet, maar de knop was omgegaan. Nadat ze was hersteld, vluchtte Inge met Bart naar een 'Blijf-van-mijn-lijfhuis'. Daarna belandde Marco in een neerwaartse spiraal en werd hij uiteindelijk opgenomen.

Na het vertellen van haar kant van het verhaal besluit Inge ter plekke dat het genoeg is. "Ik wil scheiden, ga de volledige voogdij opeisen en verhuis naar mijn familie aan de andere kant van het land. Zoek het maar uit met die narcist, ik ben er he-le-maal klaar mee!"

Als ik haar kordaat weg zie lopen valt mijn oog op de wandelstok. Die staat als een stille getuige in een hoek van de gang.