

‘In moeilijke tijden weet je wie echte vrienden zijn.’ Het is een uitspraak waar ik lak aan heb, want wat is ‘echt’? En moet je te allen tijde op je vrienden kunnen rekenen? Ik ben psychotisch geworden in een levensfase waarin iedereen de balletjes in de lucht probeerde te houden: jonge kinderen, verbouwen, een drukke baan. Iemand met psychische problemen is geen balletje erbij, het is een bal erbij. Het is zwaar, het vraagt veel van je.

Mag ik het mensen kwalijk nemen dat ze er niet waren op de moeilijke momenten? Misschien moet ik vooral dankbaar zijn voor wat ik wel heb. Met sommige vrienden kan ik gewoon heerlijk zwansen, lachen zonder meer, zonder dat we eeuwige trouw aan elkaar hebben beloofd. Soms kan ik oprecht genieten van een losse babbel aan de schoolpoort. En eerlijk, heel vaak heb ik ook ontzettende steun gehad aan de ‘vrienden’ op mijn auteurs-Facebookpagina. Ook daar wordt vaak misprijzend over gedaan, dat het niet hetzelfde is, dat het niet echt is. De mooie woorden die ik van volstrekt onbekenden krijg, doen soms ‘echt’ deugd. Zij waren mijn grootste supporters in mijn strijd voor een meer humane psychiatrie, een strijd die andere vrienden, die geen enkele affiniteit hadden met geestelijke gezondheidszorg, niet leken te begrijpen.

‘Ben je nu nog altijd bezig met de psychiatrisch gedoe?’ reageerde een van mijn vrienden toen ik vertelde over het kinderboek *Pssst! Het grote weetjes en niet-weetjesboek over psychische... euh... je weet wel*. ‘Ik “like” je posts niet meer als ze weer over die psychiatrie gaan’, vertelde een andere vriendin. ‘Heb je het zelf ook niet gemerkt, dat je wat minder likes krijgt?’ Het was me niet opgevallen, omdat het niet ging over het aantal likes, het ging over erkenning, om gehoord worden, om roepen om een onrecht dat niet alleen het mijne was. De vele mails van mensen, hun noodkreten, hun verhalen. Ik trok het me aan. Ik moest wel, voor hen, voor mezelf, omdat alleen zo mijn wonden verder konden helen, onder het gaasje. En dat vroeg tijd. Tijd die ik mezelf gunde, ook toen anderen oordeelden dat het nu wel welletjes geweest was.

11

KIEZEN OM NIET TE LUISTEREN, ZODAT JE HOORT WAT JE WIL HOREN

Het is een grote zaal. De stoelen staan verspreid in rijen van twintig achter elkaar. Stoelen met plastic bruine zitjes, handig om af te wassen, makkelijk in onderhoud. De muren zijn beige. Er hangt niets aan de muren. Met de bedoeling om prikkelarm te zijn wellicht, denk ik. Langzaam vult de zaal zich. Mannen, vrouwen en veel Crocs. Dat is comfortabel aan de voeten. Ik ga nog even op de stoel op de eerste rij zitten en lees mijn tekst door. Geroutineerd ben ik nog niet. Ik vermoed dat het de vijftiende keer is dat ik mijn verhaal mag vertellen. Ik heb zenuwen. Deze keer geen bibliotheek, geen klaslokaal maar een groot psychiatrisch centrum. De zaal vult zich verder met wat ik vermoed dat alleen hulpverleners zijn, al is het verschil met patiënten niet altijd te zeggen.

‘Bent u de nieuwe dokter?’ had een van de patiënten me gevraagd op de gang. ‘Nee hoor, ik ben ook patiënt geweest’, antwoordde ik, terwijl ik mijn bril wat steviger op mijn neus zette. ‘Dat zou je ook niet zeggen’, reageerde ze verwonderd. Ik begreep wat ze bedoelde. Tijdens een opname grijpen mensen vaak naar erg comfortabele kleren, een vrijetijdspak. Dat had ik ook gedaan. De mascara bleef ongeopend in mijn toilettas zitten, alsook het bloemenjurkje dat een beetje sneed aan mijn oksel. Wie mooi wil zijn, moet pijn lijden. Ik leed al genoeg en dus deed ik een trainingsbroek aan

met een volleybal T-shirt waarop lokale handelaars van Moerbeke om aandacht schreeuwden.

Voor deze lezing heb ik goed nagedacht wat ik ging aandoen. Hakken, dat zeker. Het geluid van een hak op een vloer is het geluid van zelfverzekerdheid. Gezien ik die niet heb, in deze situatie, moet de schoen het overnemen. De bril is een tip van mijn vader. Tijdens mijn universiteitsjaren had hij het me verteld dat je voor mondelinge examens maar beter een bril kon opzetten. 'Oogt intelligenter.' Dat levensadvies heb ik nu ter harte genomen. Ik wil graag intelligent ogen. Tijdens mijn opname was ik vaak bejegend als zwakzinnig in plaats van krankzinnig. Wellicht had ik mijn bril te weinig opgezet.

De rijen zijn nu stilaan gevuld. Hier en daar is nog een plaatsje en natuurlijk blijft de eerste rij netjes leeg, op één iemand op het hoekje na, de moderator. Niemand wil de eerste rij zijn, waardoor de tweede rij toch altijd de eerste rij wordt, maar er is bescherming. Stoelen vormen een buffer met de spreker. Buffers zijn nodig in deze context.

Ik voel me een beetje in het hol van de leeuw. Ik recht mijn rug en na een korte inleiding mag ik beginnen. Een uur krijg ik de aandacht van deze hulpverleners. Een vol uur maal tweehonderd aanwezigen. Ik vraag me af wat het zou betekenen mocht elk van deze tweehonderd hulpverleners individueel luisteren naar een patiënt gedurende één uur. Zouden dan tweehonderd patiënten niet meer geholpen zijn? Ik duw de gedachte weg. Misschien zullen hulpverleners na mijn verhaal wel meer luisteren, weten dat hakken en brillen geen noodzaak zijn om iemand een forum te geven.

Terwijl ik vertel, voel ik hoe de wonden weer opengereten worden. Als ik vertel over de isoleercel, keer ik terug naar de isoleercel. Als ik vertel over de eenzaamheid, voel ik weer de eenzaamheid. Het doet pijn, maar tegelijkertijd is het als een wonde die gespoeld wordt. Als ik het vaak vertel, wordt ze misschien schoon, zal ze minder etteren. De boosheid die ik voel opkomen, zet ik wel in. Ze geeft me kracht, ze is mijn energie. Mijn

betoog is aanklampend, misschien zelfs beschuldigend. Dat recht heb ik, vind ik. Ik merk dat er geschuifeld wordt in het publiek. Oogcontact wordt vermeden, Crocs krijgen nu de volle aandacht. Tot een stoel plots luidruchtig naar achteren wordt geschoven en op de grond valt. Een man stapt met kordate passen naar de deur en loopt boos naar buiten. 'Ik ben blij dat ik u raak', zeg ik met een luide stem, maar hij hoort me al niet meer. Soms kan je ervoor kiezen om niet te luisteren, en zo hoor je alleen wat je wil horen.

In 2014 verscheen mijn boek *Kortsluiting in mijn hoofd*. Er kwam een groot artikel in *De Standaard*², een uitgebreide reportage op de VRT. Ze konden niet *niet* reageren. Er kwam een opiniestuk van psychiater Joris Vandenberghe in *De Standaard*³, een uitgestoken hand:

Hoop in en voor de psychiatrie van morgen

(...) Brenda Froyen houdt ons een confronterende spiegel voor (in *Koppen* afgelopen donderdag en in *dS Weekblad*, zaterdag 30 augustus). We worden stil van haar moed en pijn. We zijn onder de indruk hoe ze blijft zoeken naar nuance. Zo spreekt ze over haar herstel met goede psychiatrische hulp en over hulpverleners die ook hun redenen hadden. Vooral zijn we met haar verantwoordigd over wat ze als mensonterend beleefde: dagenlang vastgebonden, ondraaglijk eenzaam en met ontstellend weinig aandacht voor haar elementaire noden. Tegelijk zijn we overtuigd van de goede intenties van haar hulpverleners. Maar als goede intenties averechts werken, dan moet de psychiatrie zich bezinnen. Dan moet het anders. Dit hervormingsproces is volop bezig, maar we hebben Brenda Froyen nodig om dit nog meer impuls te geven. (...)

2 Plets, G. (2014). De psychiatrie staat nog even ver als 150 jaar geleden. *De Standaard*, 30 augustus 2014.

3 Vandenberghe, J. (2014). Hoop in en voor de psychiatrie van morgen. *De Standaard*, 29 september 2014.

Ook Zorgnet Icuuro reageerde. Dat is het netwerk voor Vlaamse zorgorganisaties. Ik werd uitgenodigd en kreeg een plekje in de werkgroep rond gedwongen opname. Er kwam erkenning, althans van sommigen. Er werd ook veel gezwegen, en niet gereageerd.

Ik had een zaadje geplant, dat wel, maar het was niet de start van een grote revolutie. Misschien was het de grootheidswaan die nog nazinderde of gewoon mijn idealisme, maar ergens had ik gehoopt dat mijn verhaal meer verontwaardiging zou teweegbrengen. Mensen zouden op straat komen. Hulpverleners zouden mea culpa's slaan, isoleercellen zouden worden gesloten. Wat was ik naïef. Buitenstaanders liggen niet wakker van wat er gebeurt in de psychiatrie. Het is een ver-van-hun-bedshow en het is moeilijk je te identificeren met een psychiatrisch patiënt die je de avond voordien in de Netflixreeks nog een hele familie hebt zien uitmoorden.

Maar ook hulpverleners legden mijn verhaal al snel naast zich neer. En ook dat is niet onbegrijpelijk. De geestelijke gezondheidszorg is een sector die jaren een hoge muur om zich heen heeft opgebouwd. Jozef Guislain, een van de eerste psychiaters van de Lage Landen wilde, uit respect voor de patiënten, geen pottenkijkers. Een nobel idee, maar tegelijkertijd werd zo de psychiatrie een totaal afgesloten plek waar geen enkele buitenstaander een blik, laat staan een kritische blik, op kon werpen. Kritiek van patiënten werd al gauw weggezet als onderdeel van de waanzin en weinig ernstig genomen. Omwille van het stigma kwamen mensen niet met hun verhaal naar buiten. Daardoor kampt de sector met een fundamenteel gebrek aan kritische zelfreflectie. Mijn verhaal, dat ene verhaaltje, dat toevallig de media had gehaald, zou daar heus niet zoveel verandering in brengen.

En dus zat er niets anders op dan het zaadje dat ik geplant had voldoende water te geven, te bemesten. Ik kroop in mijn pen, schreef opiniestukken, voor *De Morgen of Knack*. En ik begon lezingen te geven over mijn verhaal. Mijn taal was mijn sterkste wapen. Werd ik niet gehoord, dan moest ik roepen. Soms fluisterde ik, mompelde ik, maar ik zweeg niet. Het was moeilijk om me niet te horen in de sector. Ik kreeg een naam. Psychiater Stephan De Bruyne, een fantastische arts en mens, noemde me ooit 'die

boze van dat boek'. Men wist niet zo goed wat men met mijn boosheid moest aanvangen. Maar stilaan werd ik uitgenodigd op studiedagen, congressen of in psychiatrische centra. Niet dat ik altijd met open armen onthaald werd.

Zo was er een lezing die ik mocht verzorgen voor hulpverleners van de crisisdienst ergens in het Antwerpse. Wie precies op het idee gekomen was om me uit te nodigen, wist ik niet, maar de hulpverleners van de crisisdienst die voor me zaten, lieten duidelijk merken dat zij dat idee niet erg genegen waren. Tijdens mijn verhaal zaten ze met gekruiste armen, er werd met ogen gedraaid, gezucht. Na een klein uurtje had ik het echt gehad. Ik vroeg het hen, of ze zich bewust waren van hun lichaamstaal, welke boodschap ze me eigenlijk meegaven, of ze eigenlijk wel echt luisterden? En of ze over die vragen even konden nadenken tijdens de pauze en een kopje koffie. Hun verontwaardiging was zo mogelijk nog groter. Hoe haalde een patiënt het in haar hoofd om zo tegen hen te praten?

Die bedenking kwam ik wel vaker tegen. Zo ook toen ik ging spreken in de opleiding verpleegkunde in het derde jaar. Een van de studenten liet me via Facebook daags nadien weten hoeveel tumult mijn lezing had veroorzaakt: kon dit zomaar? Een patiënt die hen de les kwam lezen? Die even kwam zeggen hoe zij het moesten doen? De vele voorvallen toonden aan hoezeer patiënten niet als gelijkwaardig gezien worden. En ook dat is begrijpelijk. Hulpverleners oordelen over of wat patiënten zeggen, hoe ze zich gedragen 'normaal' of 'niet normaal' is. Het zet hen in een machtspositie en maakt hen bij uitstek de toonvoorbeelden van 'normaliteit', een belichaming van 'de norm'.

Ik kreeg meer en meer kritiek. Ik legde alleen de nadruk op wat er niet goed ging in de geestelijke gezondheidszorg, ik bracht geen alternatieven aan. En ze hadden gelijk. Ik wilde geen azijnpisser zijn. En dus schreef ik het boek *Uitgedokterd. Van dwang naar veerkracht in de psychiatrie*. Ik las het ene boek na het andere, woonde congressen bij en interviewde heel wat frissenkers waaronder Dirk De Wachter, Paul Verhaeghe en Jim van Os. Ik

kwam met een positieve boodschap, dat het ook anders kon. Dat er een nieuwe wind waaide in de geestelijke gezondheidszorg.

Bij de lancering van het boek mocht ik erover vertellen bij de talkshow *Van Gils en gasten*. Op voorhand had ik een fijn gesprek met iemand van de redactie, waar het gesprek netjes werd voorbereid. De avond zelf liep echter helemaal anders. Ik werd aangekondigd als 'overlever van de psychiatrie' en daarmee was de toon gezet. Het gesprek, een snelle babbel van vijf minuten *live on tape*, ging helemaal niet over het nieuwe boek maar over *Kortsluiting*, over de wantoestanden in de psychiatrie. Net waar ik het niet over wilde hebben, want ik zocht naar verbinding. Ik wilde een positief verhaal brengen. De vijf minuten hadden me geen goed gedaan. De verkoop van *Kortsluiting in mijn hoofd* steeg en ik was, ondanks al mijn inspanningen, nog altijd 'de boze Brenda'.

Ik voelde me niet lekker bij die rol. Ik wilde vooral dat mensen me aardig zouden vinden, dat ze me vooral zagen als een vriendelijke en behulpzame vrouw. Dat wilde ik als kind al. In de boeken die ik las van *Pietje Puk* zong de befaamde postbode steeds: 'Eén, twee, drie, vier, Pietje Puk die heeft plezier. Vijf, zes, zeven, acht, 't is Pietje Puk die altijd lacht.' Ik verving schaamteloos Pietjes naam door de mijne. Dat was ik, Brenda, altijd positief ingesteld. Zo wilde ik dat mensen me zagen. Maar zo werd ik dus niet gepercipieerd. En dat vond ik best moeilijk. Alleen op een podium, voor een zaal vol hulpverleners kon ik soms de vijandigheid voelen zinderen. Dan zette ik humor in, ook wat zelfspot. Ik snakke naar hun bevrijdende lach, want als ik hen kon laten lachen, dan kon ik hen misschien ook laten huilen. Dan kon ik hen laten zien dat je Pietje Puk niet mocht isoleren. Dat het onmenselijk was.

De lezingen vroegen vaak veel van mijn energie. Soms was ik helemaal leeg. Zo ook die ene keer na een lezing voor politieagenten in Limburg. Ik was uitgenodigd om te praten op een studiedag rond gedwongen opname in een psychiatrisch centrum. Tweehonderd aanwezigen, en hoewel het in een psychiatrisch ziekenhuis was, geen enkele patiënt. Ik was doodeerlijk, vertelde hen alles, vaak beschamende informatie over mezelf, hoe ik

tijdens mijn psychose in mijn broek had geplast, maar ook hoe ik in het gezicht van een politieagent had gespuwd omdat ik er zo van overtuigd was dat hij deel uitmaakte van het Dutrouxnetwerk. Ik dacht dat als ik hen kon meetrekken in mijn verhaal dat ze meer begrip zouden hebben voor wat een psychose was. Iets waar ze vaak mee geconfronteerd werden. En dus gaf ik ook die kritiek mee. Dat ik geloofde dat ze onvoldoende opgeleid waren om hiermee om te gaan. Dat ze vaak niet gepast reageerden en overgingen tot dwang in plaats van verbinding.

In het aansluitende debat werd ik quasi gelyncht. Naast me op het podium zat een psychiater, een inspecteur en de procureur des Konings, uitgerekend de procureur die mijn gedwongen opname had bevestigd. Ik kreeg de ene vraag na de andere afgevuurd, al waren het meer stellingen dan vragen: dat ik toch moest begrijpen dat als ik 'zulk gedrag stelde', zo respectloos was naar de politie dat ik niet beter verdiende dan een isoleercel. Ik probeerde nog uit te leggen wat het verhaal achter het gedrag was, maar niets drong door. En in een zaal met meer dan tweehonderd aanwezigen voelde ik me eenzamer en eenzamer worden.

De directeur van het ziekenhuis kwam na de studiedag bij de aansluitende borrel nog even bij me staan. Of ik tevreden was, hij alleszins wel. Hij dronk voldaan van zijn glaasje cava, want was het niet knap dat ze de kant van de 'patiënt' nu ook lieten horen, dat er ook een forum was voor dat verhaal. Hij glimlachte. Ik was 'de patiënt' geweest, één patiënt terwijl de verhalen van de vele andere patiënten, op amper enkele meters van ons vandaan doodgezwegen werden, niet werden gehoord. Ik had snel mijn aperitiefhapje doorgespoeld met een glaasje sinas en had me wat mompelend geëxcuseerd, dat het nog een lange rit naar huis was, dat ik wat moe was.

In de auto begon ik onbedaarlijk te huilen. Met bevende handen had ik op mijn Spotify-lijst Whitney Houstons 'The Greatest Love of All' gezocht. Een uur lang zong Whitney me moed in terwijl ik krijgsend meezong en de regen door de autowissers werd weggeveegd.

Ik heb me zo vaak eenzaam gevoeld, maar ik was niet alleen in mijn strijd. Er waren nog ervaringsdeskundigen die baanbrekend werk leverden, die achter me stonden. Althans dat dacht ik.

12

NOEM JEZELF NIET ZOMAAR ERVARINGS- DESKUNDIGE!

Toen in 2014 mijn boek *Kortsluiting in mijn hoofd* verscheen, werd ik ‘ervaringsdeskundige’ genoemd. Ik had de term zelf nog nooit gebruikt, maar ik zag ook geen reden om hem niet te gebruiken. Ik had hem al eens zien staan bij een reclame over Dash wasmiddel. ‘Ervaringsdeskundige’ stond er onder Mia Janssens, die het voetbaltruitje van haar zoon met Dash had gewassen en opnieuw verbazend wit had gekregen. Ik kwam er pas veel later achter dat Mia om zichzelf ‘ervaringsdeskundige’ te mogen noemen, een minimum-aantal wasbeurten had moeten doen, hoeveel precies, daarover konden de meningen weleens verschillen. Ze moest voldoende afstand hebben genomen van haar ervaring én een gecertificeerde cursus hebben gevolgd.

Dat wist ik dus allemaal niet toen ik in een interview met *De Standaard* ‘ervaringsdeskundige’ genoemd werd. Ik dacht dat het een soort van verbloemde uitdrukking was voor ‘patiënt’, wat ik wel handig vond want ik kon me niet helemaal vinden in dat woord. Maar ‘ervaringsdeskundige’ in de geestelijke gezondheidszorg had heel wat meer voeten in de aarde.

Wie niet bekend is met het begrip weet best dat er de laatste tien jaar een opmars van ‘ervaringsdeskundigen’ bezig is in de geestelijke gezondheidszorg. Ervaringsdeskundigen helpen patiënten, zitten in beleidsgroepen en zetten daarbij hun eigen ervaring in, maar ze overstijgen die ook. Om die te kunnen overstijgen, hebben ze afstand genomen van hun verhaal en meestal ook een cursus gevolgd. Er zijn een viertal opleidingen in Vlaanderen. Ook in Nederland, gidsland, waar ‘ervaringsdeskundigheid’ al

langer ingeburgerd is, zijn er heel wat. Hoewel er geen formeel diploma is, biedt de opleiding een soort van getuigschrift, een papiertje om eventueel, betaald, aan de slag te gaan als 'ervaringswerker'. 'Ervaringswerker' is het laatste nieuwe modewoord, gezien te veel mensen zich onterecht 'ervaringsdeskundige' noemden, zoals ik dus. Ik heb geen opleiding genoten, ik gaf de laatste vier jaar wel zelf gastcolleges in de opleiding.

De vele lezingen, mijn plotse aanwezigheid op congressen, het forum dat ik soms kreeg, schoot bij sommigen in het verkeerde keelgat. En zo begonnen stilaan ook de haatmails, van ervaringsdeskundigen. Wie dacht ik wel dat ik was? Hoe durfde ik mezelf ervaringsdeskundige te noemen, ik met mijn chique huis, mijn ideale gezin, mijn betaalde baan. Hoe durfde ik in naam te spreken van psychisch kwetsbaren die écht, elke dag leden? Of zoals het in een van de mails stond: 'Ik stel alleen nog vast dat er een toenemend aantal patiënten en psychiaters jou louter nog uitkotsen.'

Ik wankelde. Waarom deed ik dit in hemelsnaam? De vele mailtjes, berichten van mensen met gelijksoortige verhalen over ervaringen met afzondering, patiëntenrechten die met de voeten getreden werden, hadden me gesterkt om op de barricades te staan. Nu vroeg ik me af waar ik in hemelsnaam mee bezig was. Voor wie ik dit deed? Ik was goed hersteld, ik werkte sowieso nog als leerkracht. Ik hoefde dit niet te doen. Ik had zelfs meer te verliezen dan te winnen. Vrienden die niet begrepen waarom ik er me zo voor inzette en blijkbaar patiënten die me verachtten om wat ik deed. Het was 2016. Het was de eerste, maar zeker niet de laatste keer dat ik overwoog om te stoppen in die sector van de geestelijke gezondheidszorg die ik willens nillens had leren kennen.

Maar ik had ook al wat opgebouwd. Aanvragen voor lezingen bleven komen, alsook korte berichtjes, woordjes van dank van mensen die niet de moed hadden zaken aan te klagen in de psychiatrie, precies omdat ze ervan afhankelijk waren. Hoe kan je de hand bijten die je voedt? Ik had die hand nu even niet nodig, en dus beet ik. Al waarschuwde mijn man me soms: 'Brenda, als jij ooit weer in de psychiatrie belandt, gaan ze de riempjes zeker nog wat vaster aansnoeren.'

Ik besloot de haatmails te negeren, de dankmails te bewaren, ik herlas ze zelfs vaak omdat ze me sterkten. Omdat ik geloofde dat ik voor iemand het verschil kon maken. Ik rechtte mijn rug, legde een gaasje op de wonde. Ik zegde mijn engagement als woordvoerder bij de patiëntenvereniging op. Ik ging niet meer naar bijeenkomsten van ervaringsdeskundigen. Ik nam afstand van het woord 'ervaringsdeskundige'. Ik wilde het woord niet meer zijn. Ik wilde Brenda zijn die, op haar manier, streed tegen een onrecht.

Een eenzame strijd, dat wel.

In 2017 kreeg ik een tweede klap. Ik werd gevraagd om te zetelen in het expertenpanel van *De Morgen* naar aanleiding van hun grote psychiatrierapport. Journalistes Sara Vandekerckhove en Femke van Garderen kwamen met onthutsende resultaten naar buiten nadat ze de inspectierapporten van alle Vlaamse psychiatrische instellingen hadden doorgenomen. Overmedicalisering, dwang, familie die nauwelijks betrokken werd, verschillende pijnpunten van de psychiatrie, zoals ik ze ook in mijn eerste boek had aangehaald, werden blootgelegd.

Ik heb het me vaak afgevraagd of de andere experten, onder wie Ignaas Devisch (professor ethiek) of Isabel Moens (directrice geestelijke gezondheid bij Zorgnet Icuuro), ook haatmails kregen naar aanleiding van hun deelname aan het panel. Ik kreeg alvast de volle laag. Ik zou te veel de nadruk leggen op wat er allemaal fout ging in de geestelijke gezondheidszorg, alsof ik en niet het wetenschappelijk onderbouwde onderzoek van *De Morgen* de pijnpunten aantoonde. Ik zou mijn verhaal niet kunnen overstijgen, maar vooral de reactie uit de sector maakte dat ik me opnieuw afvroeg waarmee ik bezig was: ja, er liepen zaken fout, maar... en vervolgens kwam een hele lijst van nuanceringsen. Ik schreef er een opiniestuk over.

Alleen maar ‘ja-maar reacties’ op het grote psychiatrie rapport⁴

Al weken van tevoren zat de geestelijke gezondheidszorg te wachten op ‘Het grote psychiatrierapport’. De vuisten gebald. De knokkels wit. De afgelopen week regende het reacties. Er werd erkend dat er problemen waren, maar... En daarmee was de ‘ja maar-bende’ geboren. ‘Er zijn knelpunten,’ erkende de sector, ‘maar er gebeurt ook zoveel goeds’. Zorgnet Icuro deed zelfs een oproep voor ‘positieve’ verhalen waardoor hun roep om ‘nuancing’ steeds meer leek op ‘relativering’ en ten slotte, in de ogen van vele patiënten met negatieve ervaringen, op minimalisering.

‘De rapporten zijn er, “maar” ze zijn al achterhaald.’ Dat de sector in beweging is, zal niemand ontkennen. Door haar jarenlange intransparantie kan ze die positieve evolutie evenwel niet aantonen. Wie zijn best doet, maar dit niet kan verzilveren met een mooi rapport, is in de klas alsnog niet geslaagd. Zorgnet Icuro maakte een lijstje van genomen initiatieven om dwang te reduceren. Hoopgevend of ook schrijnend hoe weinig een zorgorganisatie zich toelegt op een beleid hieromtrent. Waar zijn de quota, de richtlijnen, het uitgewerkte plan om deze goede voorbeelden op grote schaal uit te rollen? De betrokken ziekenhuizen kregen met wat geluk een artikeltje in het magazine en mogen een praatje doen op de studiedag, waar de hulpverleners niet naartoe kunnen komen omdat ze geen tijd hebben.

Slag in het gezicht

‘Want er zijn knelpunten, maar er is ook te weinig geld.’ En dat is zo. Slechts 6 procent van het gezondheidsbudget gaat naar geestelijke gezondheidszorg, terwijl het de grootste oorzaak is van langdurige ziekten, terwijl België bij de Europese koplopers is op vlak van suïcide, terwijl steeds meer mensen euthanasie aanvragen omwille van psychisch lijden. En dus werd richting ministers gekeken. Ministers die er al een hele week geen tweetje aan vuilmaakten. Alleen in een dubbelinterview in *De Morgen* (DM 25/2) reageerden ze met een ‘maar’. ‘Maar iedereen wil geld.’ Een slag in het gezicht van hulpverleners, patiënten en familie, want *evidence based* onderzoek

4 Froyen, B. (2017). Alleen maar ‘ja-maar reacties’ op het grote psychiatrie rapport. *De Morgen*, 27 februari 2017.

toont aan dat vooral de therapeutische relatie het herstel van de patiënt bepaalt. Om die relatie op te bouwen, moet er ook voldoende personeel zijn.

De grootste ‘maar’ die zowel door ministers als de sector werd aangehaald, was de mogelijke stigmatiserende werking van dit psychiatrierapport. Het imago van de sector was geschonden. Mensen zouden nog minder snel hulp zoeken en vinden. Er werd met de vinger gewezen naar de krant, maar moesten we niet eerst de hand in eigen boezem steken?

Zorgnet Icuro met haar ‘positieve’ verhalen waardoor ze het onderscheid maakt met de ‘zware gevallen’ wier klachten steeds aan de kant worden geschoven. De Belgische beroepsvereniging van psychiaters die pleitte voor ‘verbondenheid’, maar waarvan de voorzitter afgelopen woensdag voor de tweede keer veroordeeld werd in de zaak Jonathan Jacob. Minister Vandeurzen (CD&V) die met zijn pleidooi voor bottom-up de boel al jaren laat betijen en voorbijgaat aan de dringende roep van patiënten, zij die zelfs nog onder die bottom liggen. Minister De Block (Open Vld) die de langdurige zieken, ‘de profiteurs’, na een maand zal controleren en straffen als ze niet werkwilend zijn, zonder daarbij stil te staan dat ze zelf verzaakt om binnen die maand ook toegankelijke betaalbare psychische hulp te bieden.

Minder ‘sensationeel’

Het is ook de relativering, het uitblijven van een sterke reactie van onze politici, die de indruk geeft dat het hen niet raakt, dat psychisch kwetsbare mensen niet belangrijk zijn. Alle partijen kunnen ertoe bijdragen dat precies dit rapport niet stigmaverhogend hoeft te zijn. Niet door ‘ja maar’, maar door ‘ja en’. Ja en nu ondernemen we actie – ook los van financiering. Nu komen er wetten, beleidsnota’s, centrale registratiesystemen, systematische tevredenheidsenquêtes, engagementsverklaringen van ministers, van ziekenhuizen, van hulpverleners en ervaringsdeskundigen die leiden tot aantoonbare resultaten zodat het volgende psychiatrierapport van *De Morgen* misschien heel wat minder ‘sensationeel’ zal zijn.

Ik was zeker niet de Pietje Puk van de geestelijke gezondheidszorg. Mensen, hulpverleners én ervaringsdeskundigen vonden me niet aardig. Dat vond ik moeilijk, omdat ik vooral mensen wilde helpen. Mensen die niet gehoord werden. Van hen kreeg ik dagelijks mailtjes, ook telefoontjes met de meest schrijnende verhalen van wat er allemaal fout gelopen was in de