

Ben je gek geworden?

Margriet Katoen

MijnBestseller

Rotterdam

2021

Auteur: Margriet Katoen
www.margrietkatoen.nl
Uitgeefpartner: mijnbestseller
Auteursfoto: Malou Meijer
Omslagfoto: Unsplash:P. Sroka
Coverontwerp: Margriet Katoen
ISBN: 9789403625416

In dit boek worden echte namen van gebouwen genoemd, maar de beschreven situaties met mensen zijn fictie en dus niet werkelijk. Indien iemand zich denkt te herkennen in een situatie of gebeurtenis, berust dit op louter toeval.

Copyright 2021. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Alles wat ons in anderen
interesseert, kan ons iets doen
begrijpen van onszelf.

Je kunt de wonden van een ander
alleen maar genezen
als je er zelf ook enkele hebt.

Carl Gustav Jung

Pauw

Als het een normale werkdag was geweest, zou ik met mijn korte bruine haren in de frisse ochtendlucht op mijn fiets zitten, had ik fluitend het ziekenhuisterrein betreden, had ik voor de zoveelste keer de hoge eeuwenoude bomen bewonderd en had ik mezelf toegesproken dat ik een mazzelaar ben, omdat ik op een dergelijke prachtige plek mag werken. Maar het is geen normale werkdag. Ik sliep vannacht in een ander bed en ik doe vandaag met een houten kop de grote sleutel in de deur van het paviljoen. Het eelt staat op mijn wijsvinger van de sleutel die ik tweeëndertig uur per week met me mee draag, het is een onhandig formaat en ik moet altijd een broek met zakken aan naar mijn werk. De acht centimeter lange sleutel en de iets kleinere dopsleutel is een standaard rekwisiet van de verpleegkundige op het terrein en ik doe in een achteloze handeling de sleutel vijftig tot honderd keer per dag in het sleutelgat, om de deur voor iemand open te doen. Een sleutel ter bescherming van de patiënten en een sleutel tot de gevangenis van vrije mensen.

Deze dag is de eerste keer dat ik deze handeling verricht, want ik start mijn dienst op een iets andere wijze dan normaal. Ik ben mijn bed uitgerold, heb boven de wastafel mijn rechtopstaande haren natgemaakt zodat er geen kippekotje in zit, mijn tanden gepoetst, mijn zwarte broek

en roze t-shirt aangedaan en ben op mijn opoefiets gesprongen.

Met een pittige kater en waarschijnlijk ben ik zelfs nog onder invloed van de alcohol, loop ik door het halletje, waar ook twee toiletten zijn, naar het kantoor en zie dat mijn collega's me verbaasd aankijken.

'Wat doe jij hier nou?' vraagt Anne.

'Werken, net als jij,' zeg ik.

'Maar je begint toch pas om negen uur?'

'Oh nee, shit, het is niet waar, zeg dat het niet waar is.'

Ik laat mijn hoofd moedeloos naar beneden vallen en blaas een lange zucht uit, mij niet realiserend dat mijn adem nog naar alcohol ruikt.

'Is mijn dienst weer veranderd zonder dat ik ben ingelicht?' vraag ik boos. 'Juist vandaag, ik heb vannacht bijna niet geslapen vanwege het feest.'

Ik ga zitten op het bankje in het kantoor, strijk met mijn hand over mijn linker oog en wang en voel dat ik de grote oorringen, die ik voor het feest had ingedaan, nog in heb. Normaliter draag ik iedere dag de kleinere oorringen, die ik in India kocht.

Ik laat mijn gedachten teruggaan naar gisteren toen ik het feest verliet en gisteren is pas drie uur geleden.

De bewoners van de broederwoningen organiseren een feest en pakken flink uit. De organisatie van het feest gaat gepaard met veel voorpret.

De uitnodigingen, boodschappen, muziek en toestemming van de directie worden gedeeld met elkaar en we maken er telkens weer een klein feestje van, als we tijdens de voorbereidingen samenkomen.

Ik woon zelf niet in de Broederwoningen, maar ben er bij betrokken omdat mijn maatje Jannie er woont.

Als eindelijk de grote dag aanbreekt zit het weer mee, zodat we allemaal op het grasveld voor de woningen kunnen zitten. In het huisje van Jannie staan de flessen drank en

hapjes opgesteld op tafels en de meeste gasten zetten er nog een meegebrachte fles bij.

Jannie woont in het midden van de woningen. In totaal zijn er tien woningen, waarvan de middelste zes vanaf het grasveld aan de voorkant te zien zijn en aan beide zijden van het grasveld staan ook twee woningen. Ze zijn allemaal onderverdeeld in een boven- en een benedenwoning, zodat er twintig verpleegkundigen onderdak hebben.

De naam broederwoningen is ontstaan, omdat de mannelijke verpleegkundigen vroeger in deze woningen moesten wonen, want hun mannelijke energie en alles wat daarbij hoort, werd niet getolereerd in de zusterflat waar de vrouwelijke verpleegkundigen woonden.

Jannie woont beneden. Hij is altijd positief en zijn homoseksualiteit spat ervan af. Hij is het type dat met een verhoogde stem de laatste woorden van de zin uitsmeert en zijn handen op zeer vrouwelijke wijze gebruikt om zijn uitspraken te bekrachtigen. Zijn helder blauwe ogen kunnen je magnetiseren en zijn brede glimlach met volle lippen laten je vanzelfsprekend ook glimlachen. Hij heeft een prachtige, dikke bos bruin krullend haar, waarvan één krulletje altijd uit balans is en over zijn voorhoofd danst. Hij is geliefd op het terrein, omdat hij altijd lacht en vrolijk is. Je hoeft niet veel bijzonders te zeggen, want door zijn reactie en lach lijkt het alsof je een goede grap hebt verteld. Hij baalt zelf erg van zijn O-benen, die ik wel vind meevallen. Met zijn mooie volle neus is het een knappe en lange stoere vent om te zien en hij heeft ook een hele vrouwelijke uitstraling. Ik heb een speciale band met hem.

Hij heeft geen zussen en het lijkt hem leuk om die wel te hebben. Ik heb geen broers en droom er al mijn hele leven van om tenminste één broer te hebben. In één van de eerste dagen van onze opleiding tot psychiatrisch verpleegkundige hebben we hier een gesprek over.

‘Ik ben zo jaloers op mensen die een broer hebben,’ zeg ik.

‘Ik ook,’ galmt hij.’

‘Jij hebt toch een broer’, zeg ik.

‘Ja dompie,’ lacht hij. ‘Ik bedoel dat ik jaloers ben op mensen die een zus hebben, want die heb ik niet. Weet je wat we doen, wij kunnen toch broer en zus worden?’

Vanaf die dag is Jannie mijn broer en ben ik zijn zus.

In het begin lopen we de deur niet plat bij elkaar, maar drinken we wel regelmatig een biertje en hebben enorme lol. Tegenwoordig zien we elkaar zo vaak dat we net een stelletje zijn.

Ondanks die intimiteit vraag ik me soms af wie mijn broer is. Wat weet ik eigenlijk van hem? Hij is homoseksueel, maar ik heb hem nog nooit met een vriend gezien en hij heeft ook nog nooit verteld over eerdere relaties. Zou hij ooit een vriend hebben gehad?

Ik heb me wel eens afgevraagd of zijn houding een afweermechanisme is om tot werkelijk contact te komen met mensen, maar ik heb dat nooit durven vragen aan hem. Waarom ik dat niet heb gedaan weet ik niet, maar het zou best eens kunnen zijn dat ik angst heb om hem voor het hoofd te stoten, of zelfs angst heb dat ik het contact met hem ga verliezen.

Halverwege de jaren tachtig zijn we tegelijkertijd de opleiding tot psychiatisch verpleegkundige gestart, dus we kennen elkaar zes jaar. Het klikte direct tussen ons. Mijn onbevooroordeelde houding en zijn onbevagen naïviteit zijn de ingrediënten voor een intense vriendschap.

Ik wil op het grote feest zijn, ook al heb ik de dag erna een vroege dienst die al om zeven uur in de ochtend start. Het zit niet in mijn aard om te drinken of weinig te slapen voordat ik moet werken, maar voor deze keer maak ik bewust een uitzondering.

Het feest is een enorm succes. De sfeer zit er direct al goed in er wordt veel gelachen en gedanst. De muziek kan de hele nacht onverstoord worden gedraaid, want de meest

directe buren wonen minstens honderd meter verderop en hebben bovendien toestemming gegeven om voor één keer de hele nacht muziek te draaien. De drank vloeit rijkelijk. Collega's die in de zusterflat wonen schuiven spontaan aan en nemen hun eigen drank mee. Uiteindelijk staat rond middernacht het gehele grasveld voor de woningen vol mensen en hier en daar zitten wat verdwaalde groepjes en koppeltjes in de woningen. Tegen half vijf draai ik mijn laatste sjekkie. Dat doe ik altijd op dezelfde manier, het is een soort ritueel geworden. Het pakje Drum houd ik vast in mijn linkerhand en met de rechter hand pak ik eerst een Mascotte vloeitje uit de groene rechthoekige verpakking dat aan de flap van het pakje shag zit geplakt. De geuren uit het pakje shag bezorgen mijn smaakpapillen al een eerste shot. Ik pak een plukje shag dat het liefst een beetje droog is en leg het op het vloeitje, het pakje shag klem ik vast onder mijn linker elleboog tegen de zijkant van mijn romp en als de shag regelmatig is verdeeld over het vloeitje, lik ik de plakrand van het dunne papier, rol het sjekkie, haal aan beide uiteinden de plukjes tabak eraf en steek hem aan. Roken is een genot en een zonde. Het genot trekt me meer dan dagelijks aan en de zonde berouwt me minder vaak. De periodes van stoppen met roken en weer beginnen wisselen zich al jaren bij me af.

Ik zeg tegen Jannie, 'Ik moet nu echt naar bed, want ik heb morgen dienst.'

'Morgen?', lacht hij. 'Dat is over drie uur. Blijf slapen. Duik gewoon mijn bed in, dan kun je nog even tukken voordat je moet starten en ben je zo op je werk in plaats van dat je nog een kwartier moet fietsen vanaf jouw eigen huis', zegt hij.

Ik vind het een goed idee en net op het moment dat ik wil afnokken, hoor ik Paul de Leeuw zijn tonen inzetten voor het nummer *Vlieg met me mee*. Onder invloed is dat een lekkere meezinger en ik besluit nog één nummertje te blijven.

Met een man of tien staan we in een kring, houden elkaar vast en zingen uit volle borst mee, terwijl onze lichamen de kring in diverse vormen laat bewegen.

Er gaat niets boven het gevoel om met een ander helemaal op te gaan in de muziek, ongedwongen hard en vals mee te zingen en de tonen in je lijf te laten vibreren. Het nummer daarna is er nog zo eentje, Andre Hazes met *Een beetje verliefd*. Ik blijf nog even en realiseer me dat ik ondertussen al thuis had kunnen zijn. Na de tweede meezinger verplicht ik mezelf verstandig te zijn, loop door de huiskamer van Jannie naar zijn slaapkamer en zie op de bank twee collega's liggen. Ze gaan zo in elkaar op dat ze mij niet in de gaten hebben. Er wordt hevig gekust, gezocht en hun handen zoeken lichaamsdelen die extra spanning geven. Ze hebben elkaar gevonden en mogelijk wordt dit een blijvende relatie, zoals er al zo velen zijn ontstaan op dit terrein. Die relaties worden bestempeld als een *Duin en Bosch huwelijk*, iedereen kent het begrip.

Ik duik in het bed van Jannie en word wakker als hij tegen me aanschuift.

'Moet dat?' vraag ik

'Ik wil me even aan je opwarmen.' Ik voel zijn koud geworden lijf tegen me aan en kan ruiken dat hij zijn tanden heeft gepoetst. Ik ruik de pepermuntgeur.

'Is iedereen al weg?', vraag ik.

'Nee, er zijn er nog een paar, maar ik heb het wel gezien.'

'Welterusten.'

Mijn dienst is inderdaad veranderd en ik voel me woest. Het gebeurt de laatste tijd te vaak dat er gerommeld wordt in de dienstlijst en het niet wordt doorgegeven. Omdat het moeilijk te achterhalen is wie de diensten heeft veranderd, blijft het een terugkerend fenomeen, waar iedereen zich aan stoort.

'Eerst maar even koffie,' zegt Anne. 'Even bijkomen en vervolgens mij kun je vanmiddag gewoon om half vier naar huis

hoor, want er zijn genoeg late diensten. Wil je vandaag dienst op de open kant of op de gesloten kant?’, vraagt ze.

Ik neem even een moment om na te denken over de aanwezige patiënten op beide kanten en zeg, ‘Doe maar de open kant dan, even een beetje rustige dag vandaag.’

We werken op de opnameafdeling Schellingbosch. Het is een nieuw, modern paviljoen en is vooruitstrevend als het om de privacy van de patiënten gaat.

Op de gesloten kant is minder privacy dan op de open kant. Er zijn kamers voor vier personen, twee kamers voor één persoon en er zijn twee separeercellen. We noemen de separeercellen en de lege ruimte waar de cellen op uitkomen, *de uitbouw*, zodat het wat vriendelijker klinkt. De separeercellen zijn voor mensen die in een psychose verkeren en meestal worden ze met medicijnen in een paar dagen teruggebracht naar de werkelijke wereld. In de separeercellen kunnen we de patiënten soms redelijk goed inschatten, maar het is ook zeer regelmatig heel spannend als we de mensen nog niet goed kennen of als mensen in een psychose zitten die agressief gedrag opwekt. De mensen zelf zijn goed te vertrouwen, maar een psychose is soms bedrieglijk.

Op de gesloten kant werken we altijd met twee collega’s, omdat er vaak onrust is. Het is tenslotte de acute psychiatrie waar mensen in een crisissituatie worden opgenomen. Niet alleen in de separeer, maar ook op de afdeling lopen mensen rond met een psychose, een borderline stoornis, een ernstige depressie en mensen die neigen tot automutileren of suïcidale gedachten hebben.

Bovendien zijn alle deuren op slot, zodat je de hele dag geroepen kan worden om ergens een deur open te doen voor iemand.

De twee eenpersoonskamers zijn er voor de patiënten die al bijna naar de open kant kunnen promoveren omdat het goed met ze gaat.

Dienst aan de open kant betekent in je eentje werken en veel aanwezig zijn in de huiskamer om gesprekken te voeren, spelletjes als klaverjassen doen en mee-eten aan de tafel in de grote keuken. Er verblijven over het algemeen rustige patiënten en als het weer meewerkt kun je buiten zitten met de patiënten zonder de sleutel te gebruiken. De slaapkamers zijn boven en bijna alle patiënten hebben een eigen slaapkamer.

De buitendeur is open en iedereen kan gaan en staan waar die wil.

‘En, zegt Anne, hoe was je feestje?’

‘Geweldig’, antwoord ik. ‘Er waren super veel mensen en we hadden zo’n lekkere lol. De drank deed goed zijn werk. Nog steeds trouwens. Pfff. Hangover number one. Ken je die nieuwe vriend van Trisia?’

Anne kent hem niet.

‘Ik weet niet wat ik van hem moet denken,’ vertel ik. ‘Een beetje rare kwibus lijkt het me wel. Hij houdt zich afzijdig, zijn air ruikt naar een after shave met de geur van kerosine, zijn ogen staan bijzonder raar met de blik van iemand die kwaad wil doen, maar dat is natuurlijk wel een gevaarlijke uitspraak. Misschien heb ik het mis. Trisia is helemaal gek op hem en liet hem vol trots zien. Ze zag er trouwens stralend uit. Ze droeg tientallen kleine vlechtjes in het haar die waren samengebonden in een hoge staart en dat stond zo gaaf. Het past goed bij haar overdadige zwarte lijnen rond haar ogen en de wat alternatieve kledingsmaak. Gisteren had ze een nieuwe paarse India blouse over een spijkerbroek en ze lijkt ook wel afgevallen. Verliefdheid doet haar in die zin heel goed. Ik wil eerst wel eens even zien wat voor type die vriend werkelijk is. Ik weet nog niet wat ik van hem moet denken.’

Onze koffie is bijna op en de nachtdienst draagt de dienst over.

‘Er waren niet heel veel bijzonderheden. Een aantal patiënten was even wakker, in de separeercellen is goed geslapen en Olaf kwam gisterenavond laat terug op de afdeling en kwam wat verward over. Tijdens het tweede nachtdienst rondje zei hij, ‘Rot toch op met die vieze vibrator van je’, maar gelukkig sloep hij daarna weer door.’

‘Vibrator?’ gilt Anne. ‘Wat doe jij in de nacht? Stout meisje!’

Er wordt hard gelachen en de nachtdienst reageert er serieus op, ‘Het was de zaklantaarn hoor.’

Lotte

Het regent al uren en niet zo'n klein beetje ook. Het zijn plensbuien die naar beneden komen. Ik vind het altijd zo leuk om dan te zeggen, 'It's raining cats and dogs'.

Ik weet nog goed dat ik die uitdrukking leerde tijdens de Engelse les op de havo. Die is blijven hangen. Als ik die opmerking in het Engels maak, vind ik het vooral leuk om de reacties te zien. Het meisje dat eergisteren op de afdeling kwam is volgens mij niet helemaal goed snik. Ze dwarrelt verdwaasd in het rond en maakt niet veel contact met ons. Zij geeft me de meest grappige reactie ooit op mijn uitspraak, want na mijn opmerking loopt ze naar het raam, bukt om door het laag ingezette raam aan de voorkant te kijken en terwijl ze naar buiten kijkt zegt ze, 'Ik zie geen honden en katten hoor.'

Waarop Olaf reageert, 'Rot toch op met je honden en katten, natuurlijk zie je die niet, je bent toch niet achterlijk.'

Het zijn echt patiënten die hier zitten. Ze zijn hier niet voor niets en af en toe denk ik dat ik het niet ga trekken in dit gekkenhuis met al die malle mensen.

Het is benauwd in het gebouw met zoveel andere mensen. Ze doen de ramen nauwelijks open en als er een keer eentje openstaat, is het zo'n klappaampje, zodat niemand kan ontsnappen. Ik heb vaak het gevoel dat ik niet goed kan ademen, omdat we zo opgesloten zijn. Bijna alle patiënten en veel van de personeelsleden roken in de huiskamer. Het personeel rookt ook vaak in het kantoor, terwijl er pas

een regel is gesteld dat het niet meer mag en toch doen ze het stiekem als meerdere rokers dienst hebben. Alles stinkt naar rook, mijn kleren, de keuken, de gang en de patiënten. Ik rook die troep niet, want ik vind het vies en ik begrijp ook echt niet hoe iemand het kan doen. Het ziet er stom uit, het stinkt, het is slecht voor je gezondheid, je bent tot overlast en het kost geld. Bij sommige mensen ziet het er echt belachelijk uit. Die trekken als een bezetene aan de sigaret, zitten stom voor zich uit te kijken alsof er geen leven meer in ze zit en halverwege de sigaret maken ze hem alweer uit of sommigen laten hem net zolang branden totdat hun gele vingers heet worden. Onbegrijpelijk vind ik het.

De meesten patiënten zijn ook lui. Die liggen halve dagen op bed, staren voor zich uit of kijken met een half oog naar de televisie. Het lijkt wel alsof ze in een andere wereld zitten met hun gedachten, als ze nog kunnen denken, want daar twijfel ik wel eens aan.

Als er actieve mensen zijn, dan worden ze soms in de kiem gesmoord door het personeel en het systeem.

Er is een patiënt die abstracte tekeningen maakt met vormen van zwarte lijnen en fleurige ingekleurde vlakken. Daardoor ontstaan er allemaal bijzondere vormen en rondingen op papier en ze gebruikt mooie heldere kleuren die ze heel precies en egaal weet in te kleuren binnen de zwarte lijnen. Ik vind het wel kunstig wat ze maakt en kan er uren naar kijken. Er hangen twee exemplaren in de hal en ik zie dat veel mensen, net als ik, naar de tekeningen kijken.

De activiteitenbegeleidster Trisia stimuleert de patiënt en zegt, 'Het is een soort ontdekkingsreis die je maakt als je naar je tekeningen kijkt. De lijnen lijken oneindig ver te gaan en je kunt ze continu blijven volgen. Heel kunstzinnig hoor.'

Toevallig ben ik er getuige van als de verpleegkundige Tim met de psychiater in de hal staat te praten. Ze spreken over

een film die ze beiden hebben gezien en via de film komen ze in het onderwerp kunst terecht.

Tim vraagt, 'Wat vind jij nou van die tekeningen die hier hangen? Kunnen mensen zomaar hun eigengemaakte spullen ophangen in de gang? Als iedereen dat doet, wordt het een bij elkaar geraapt zootje hier.'

De psychiater antwoordt, 'Ach ja, sommige patiënten hebben een irreal beeld over hun zelfgemaakte werk. Ze zijn leuk bezig bij de activiteitentherapie, maar kunst kunnen we het natuurlijk niet noemen. Deze tekening bijvoorbeeld is een kwestie van lijnen trekken en kleuren. Die telkens terugkerende lijnen met die zwarte sombere kleur, zien we vaak terug bij een schizofrene geest. Het kan de geest rust geven om die lijnen te maken en ze in te kleuren.'

De betreffende patiënt zit op dat moment in de huiskamer en ze kijkt mij verschrikt aan, zet haar ogen wijd open en lijkt met haar blik te zeggen; Wat hoor ik nu? Gaat dat over mijn tekeningen? Ze zegt niets, blijft onbewogen zitten, laat haar hoofd zakken en kijkt heel sip. Ik heb haar daarna nooit meer tekeningen met zwarte lijnen en ingekleurde vlakken zien maken. Ik vind het eeuwig zonde.

Ik ben veel buiten om te wandelen. Er zijn veel bospaden, zodat ik diverse mooie wandelingen kan uitstippelen op het terrein. Het lijkt wel een park, zo mooi. Ik kan buitengewoon genieten van de blaadjes op het pad, de mossen langs de kant, de paddenstoelen in de herfst en de seizoenen die zich weerspiegelen in de bomen. Als ik over de bospaden loop, voel ik een rust in mijn lichaam opkomen die ik normaal niet heb. Het lijkt erop, dat als ik in de natuur ben, ik nergens meer over hoef na te denken. Het voelt alsof ik niet alleen ben, alsof ik beschermd word en er iemand over me waakt. Alsof er een deken van rust, vertrouwen, bijna geluk over me heen ligt. Alles klopt dan.

De grond is drassig omdat het zoveel heeft geregend. Zodra de regen over is, ga ik naar buiten om zuurstof te happen en diep adem te halen.

Het voelt bevrijdend om zelf naar buiten te mogen.

De eerste drie weken van mijn opname zat ik opgesloten. Ik mocht niets zonder begeleiding van een verpleegkundige, omdat ze bang waren dat ik zelfmoord zou plegen. Ik kan me niet goed meer herinneren dat ik suïcidaal was, wat ik erg vreemd vind, maar zij beweren dat ik letterlijk heb gezegd dat ik mezelf voor de trein zou gooien. Ik neem aan dat het waar is dat ik het zo heb gezegd, maar ik zou mezelf nooit, maar dan ook nooit voor de trein gooien. De geest en zijn herinneringsvermogen werken blijkbaar op een bijzondere wijze.

Ik zat dus opgesloten en had geen vrijheden. De stap daarna was dat ik vrijheden op afspraak kreeg. Dat betekent dat je wel zelfstandig naar buiten mag, maar een tijdsafpraak moet maken en de bestemming waar je heen gaat moet melden. Eerst mocht ik maar een half uurtje naar buiten, maar nu heb ik volledige vrijheden en mag ik weer gaan en staan waar ik wil. Uiteraard moet ik wel vragen of ze de deur voor me openmaken, want die is op slot. Ik voel me net een klein kind als ik dat telkens moet vragen. Ik ben daar gevoelig voor en wil door iedereen als een volwassene worden behandeld.

Als het een beetje mee zit en ik laat zien dat het goed met me gaat, kan ik binnenkort naar de open kant. Ik hoef dan niet meer te vragen of ze de deur voor me willen opendoen.

Toen ik mijn tas inpakte op het moment dat ik opgenomen moest worden, heb ik verkeerde schoenen gepakt.

‘Weer een ziekenhuisopname,’ zei de crisisverpleegkundige tegen de huisarts toen ze bij mij thuis waren.

‘Het is niet de eerste en vast ook niet de laatste.’

Ik vond dat niet aardig van hem en juist door die opmerking was ik van plan om binnen drie dagen weer thuis te zijn. Ik zou ze wel laten zien dat ik niet gek ben.

De allereerste opname had ik een heel ander beeld bij een psychiatrisch ziekenhuis. Ik dacht aan een zaal met witte bedden waar patiënten moeten uitrusten, maar dit ziekenhuis verschilt behoorlijk van een algemeen ziekenhuis. Hier moet iedereen zich juist aankleden, zelf eten, meedoen met activiteiten zoals wandelen of creativiteitstherapie en we moeten sociaal zijn in de huiskamer. Achteraf gezien is het natuurlijk ook een beetje naïef van me om te denken dat een psychiatrische patiënt in een bed moeten liggen om beter te worden.

Ik heb dus in de haast geen goede schoenen uitgekozen om mee te nemen. Het loopt sowieso al lastig op de natte bosgrond en met mijn rechterschoen waarvan de zool niet waterdicht is, loop ik helemaal niet fijn. Bij iedere stap hoor ik een slurpend geluid als ik mijn voet optil. Mijn sokken zijn nu zeiknat, want er komt telkens water via het scheurtje in de zool naar binnen.

Ik besluit niet al te lang door te lopen, want met natte sokken krijg ik blaren en ik neem me voor om aan de dienstdoende verpleegkundige te vragen of er een mogelijkheid is om ergens schoenen te kopen. Er schijnt op het terrein een tweedehands winkel te zijn.

Waarschijnlijk zijn mijn vochtige voeten er de oorzaak van dat ik heel nodig moet plassen. Ik loop al een half uurtje met een onrustig en vol gevoel in mijn blaas en besluit iets eerder dan gepland terug te lopen naar de afdeling, zodat ik naar het toilet kan, maar het is te ver, dus ik kan niet wachten totdat ik op de afdeling ben. Ik kan het niet ophouden, kijk om me heen naar een beschutte plek en ga even op de hurken achter een grote boom onder de kolossale watertoren. Ik hoop dat er niemand langs loopt, want het voelt wat ongemakkelijk in je blote billen in het bos.

Als ik omhoog kijk, terwijl ik op mijn hurken zit, kom ik erachter dat de watertoren nog groter en breder is dan wanneer je gewoon over de weg loopt. Als ik ga staan en mijn broek ophijs, voelt de toren aanzienlijk minder sterk. Ik ga direct weer op de hurken zitten om de watertoren te bekijken.

Er bekruipt me een gevoel van macht, van grootsheid en van kracht. Wat gebeurt er met me? Geeft de toren me kracht? Kan dit omdat ik mezelf klein maak door te hurken? Ik blijf wel een half uur zitten en ervaar wat er gebeurt als ik de toren in me opneem. Het is net alsof ik contact heb met de toren en hij snapt dat ik kracht nodig heb. Hij voelt als een grote vriendelijke reus uit een sprookje. Ik hou van sprookjes en het voelt fijn om op deze plek te zijn.

Eén ding staat vast en dat is dat ik hier zal terugkeren om die kracht en grootsheid weer te beleven. Voelde ik me maar altijd zo, dan zou het niet nodig zijn dat ik in het ziekenhuis ben opgenomen. Dan kon ik machtig mijn leven leiden en hoefde ik niet mijn leven te lijden. Die wens heb ik al een paar jaar en ik hoop dat hij in vervulling gaat. Wie weet is deze toren een goede therapie voor me en heb ik de behandeling voor mijn gevoelens van onvrede nu zelf uitgevonden.

Ik kom achter de boom vandaan, stap via het begroeide plantsoen de weg op en bots bijna tegen een fietser aan. We schrikken van elkaar en de vrouw op de fiets zegt, 'Hai Lotte.'

Ik zie dat het Pauw is en begroet haar. Begint haar dienst of eindigt die? Nooit vervelend als zij dienst heeft. Ze is wel aardig.

Olaf

Van ellende ben ik maar naar buiten gegaan. Het is druk op de afdeling, omdat alle bedden bezet zijn. Er zitten tien patiënten op de gesloten kant en er loopt iemand tussen die hartstikke gek, achterdochtig en verward is. Ik zit er zelf ook niet altijd even fris bij, maar deze vent is bedreigend.

Een vrouwelijke patiënt, een assertief type, klaagt over zijn aanwezigheid en vraagt of hij naar de separeer gebracht kan worden, omdat ze zich onveilig voelt.

‘Jullie zitten lekker veilig in dat kantoor’, zegt ze tegen de pleeg. ‘Maar wij zitten met hem in de huiskamer. Straks doet hij ons nog iets.’

‘Dat zal wel meevallen,’ zegt de verpleegkundige. ‘We houden het goed in de gaten.’

Ik heb mijn mond maar gehouden, maar vind die onrustige mensen ook ongemakkelijk en verstorend.

Iedere keer als ik op mijn kamer zit om tot rust te komen, word ik gestoord. Ik slaap op een zaal van vier personen en ben dus nooit alleen. 's Nachts liggen die kerels te snurken en onrustig te draaien in bed zodat ik niet goed slaap. De halve nacht wacht ik totdat ik de slaap kan vatten en als ik dan eindelijk in slaap gevallen ben, komt er een verpleegkundige langs die met een zaklantaarn op mijn kop schijnt. Waarom dat nou nodig is? Ik maakte er een opmerking over en toen zei die meid, ‘Als ik mijn ronde niet doe en niet kijk of jullie goed liggen en ademhalen, dan doe ik mijn werk niet goed.’

Ik vind het stompzinnig. Ik zal echt niet spontaan stoppen met ademhalen, dus ik vind het onzin, maar die mensen

doen gewoon wat moet. Soms denken ze niet logisch na en handelen netjes de regels af. Het maakt nogal uit wie er dienst heeft. Sommige plegen zijn best aardig, ze begrijpen hoe het voor mij is om in dit hol te moeten zijn, maar anderen zijn hard, afstandelijk en willen of kunnen me niet snappen. Een beetje muziek draaien is bijvoorbeeld al teveel en staat al gauw te hard. Er is een nieuwe plaat uit van Nirvana, hij heet *Incesticide* en die wil ik graag draaien, want hij is echt drastisch mooi. Maar dat mag dus niet, omdat anderen er dan last van hebben. Onzin lijkt me. Allemaal onzin. Ze moeten oprotten met die opvattingen. Ze nemen mij sowieso niet serieus. Met een enkeling kan ik nog wel leuk overweg, maar het gros van het personeel doet alsof ik de meest idiote eikel ben die er bestaat. Ze zien me niet staan, praten niet met me, luisteren niet en katten me af.

‘Olaf jij moet nu naar bed, het is tijd.’

‘Olaf, ga jij daar maar eens even over nadenken buiten.’

‘Olaf waarom doe je zo onaardig tegen haar?’

Al die opmerkingen kan ik wel dromen en hoor ik iedere dag. Ik ben gewoon wie ik ben en dat is recht voor zijn raap. Mensen weten in ieder geval wat ze aan me hebben.

Ik zou heel graag weer lekker naar huis gaan. Helaas heb ik nog geen eigen woning, want volgens mijn moeder ben ik ander gedrag gaan vertonen sinds de middelbare school, waardoor ik van mijn ouders naar de psychiater moest. Ze zeggen dat ik psychotisch ben en ik moet daarvoor medicijnen slikken.

Ten eerste vraag ik me af of ik echt psychotisch ben. Ze beweren dat ik dingen zie die er niet zijn, maar dat heb ik zelf nog nooit zo ervaren.

Ten tweede zijn medicijnen een beetje overbodig, omdat ik nergens last van heb en de zin er niet van inzie. Tijdens mijn eerste opname heb ik ze een periode geslikt, maar ik merkte al gauw dat die medicijnen een totaal ander mens

van je maken. Je wordt er houterig van, je spieren worden stijf, je mimiek wordt sloom, je kan niet meer goed nadenken en je wordt er impotent van. Daar heb ik allemaal geen zin in, dus slik ik ze meestal niet. We moeten de medicijnen in het kantoor innemen en de verpleegkundige geeft ons een seintje als het medicijntijd is. Ik noem het voedertijd.

Op het bureau staat een blauw blad met gleuven, in elke gleuf staat voor iedere patiënt een blauw medicijnbakje waarin vier vakjes met pillen zitten. Vier keer per dag wordt er medicatie verstrekt. Sommige mensen slikken een paar keer per dag handen vol met pillen. Dat doe ik dus mooi niet. Volgens mij krijgt iedereen medicijnen voorgeschreven. Dat klopt toch niet? Volgens mij willen ze ons drogeren, zodat ze geen last van ons hebben. Op het medicijnblad is naast elke gleuf een rondje gemaakt en op die ronde inkeping staat een klein plastic bekertje met water waarmee je de pillen moet doorslikken.

De meeste verpleegkundigen controleren of ik de pillen slik, maar ik heb daar wel mijn oefjes voor. Eerst haalde ik ze snel uit mijn mond als ik het medicijnbekertje met water pakte, maar dat hadden veel plegen door. Nu stop ik de pillen in mijn mond, doe ze direct met mijn tong helemaal rechts achterin mijn mond tussen mijn wang en tandvles, ik drink het kleine beetje water, maak dan een extra slik, kijk een beetje moeilijk, alsof ik de pillen lastig weg krijg, slik nog een keer en doe vrijwillig mijn mond open om te laten zien dat ze weg zijn. Ze knikken dat het goed is, ik loop weg en haal de pillen in de gang of in de keuken uit mijn mond. Ik kijk natuurlijk altijd even om of er iemand achter mij loopt, want anders komen ze er alsnog achter dat ik die rotzooi niet doorslik.

Ik heb één medicijn tegen een psychose en één tegen de bijwerkingen van de antipsychotica. De psychiater wil me nog meer medicijnen geven.

‘Deze dosis slaat nog niet erg aan,’ zegt hij.

‘Aanslaan?’ vraag ik.

‘Je bent nog steeds psychotisch, onrustig en soms erg onaardig tegen andere mensen,’ zegt hij.

‘Het is vrij simpel’, antwoord ik. ‘Ik ben soms onaardig, omdat ik onaardig wil zijn. Soms doen mensen ook domme dingen, ze denken niet na, zitten me in de weg of doen onnozele dingen, dan ben ik onaardig ja. Maar psychotisch ben ik niet.’

‘Nou we zullen het nog even aanzien’, is zijn antwoord. Ik sta binnen vijf minuten weer buiten, volgens mij schijnt hij bagger als hij alleen met mij in de kamer is, terwijl ik geen vlieg kwaad doe.

Ik bel naar mijn ouders, omdat ik naar huis wil, maar ze nemen niet op. Later bel ik nog een keer, maar krijg weer geen gehoor. Misschien zijn ze op vakantie.

Het is lastig om te bellen, want ik moet de verpleegkundige steeds vragen of ze het telefoonhok willen openmaken. Het is een klein hok met een raam in de deur, zodat iedereen je kan zien zitten. Er ligt een geel dik boek, de Gouden Gids waarin alle bedrijven uit de regio staan en een aantal dikke telefoonboeken, waarin alle telefoonnummers van Nederland staan en waarvan sommige bladzijden zijn gescheurd, want het is heel dun papier. Een dik rood boek is voor alle postcodes in het land. Dat boek wordt hier niet zoveel gebruikt, maar het is nodig als je iemand post wil sturen.

Na het bellen moet het telefoonhok weer op slot en je krijgt een reprimande als je vergeet te vragen of ze de deur weer dicht kunnen doen na het bellen.

Wat het bellen lastig maakt, is dat ik veel kwartjes nodig heb. Tegenwoordig heb je ook telefooncellen waar guldens in kunnen, maar hier niet. Tijdens het gesprek ben je continu kwartjes aan het inwerpen en als ze op zijn wordt het gesprek afgebroken. Soms moet je midden in een gesprek stoppen. Ik ben gelukkig niet lang van stof en heb geen ellenlange gesprekken. De meeste mensen op de afdeling bellen met één kwartje iemand op en vragen diegene

om terug te bellen. Dan kost het geen geld voor ons en heb je dus minder kwartjes nodig.

Het lijkt me handig als iedereen een eigen telefoon heeft, zodat we de vrijheid hebben om te bellen wanneer we willen. Als ze op iedere kamer een telefoon neerzetten en we betalen de gesprekskosten, is dat veel efficiënter, maar ze zijn natuurlijk bang dat patiënten gaan bellen naar het buitenland of hele lange gesprekken volgen met het thuisfront. Ze kunnen niet achterhalen wie de kosten heeft gemaakt. Daar zou een systeem voor ontwikkeld moeten worden.

Mijn vader is veel in Amerika voor zijn werk en hij belt op kosten van de zaak naar huis. Mijn moeder belt hem nooit, want ze vindt het te duur.

Ik ben er over aan het prakkiseren hoe het bellen in de wereld anders kan. Hoe zou het zijn als we allemaal een eigen telefoon hebben die we kunnen inpluggen op bepaalde plaatsen waar je vooraf betaalt. Net zo iets als een telefooncel, maar dan op veel meer plekken. De telefoons moeten dan wel kleiner gemaakt worden, want zo'n groot ding neemt natuurlijk niemand mee. Als ik mijn gedachten hierover deel met de psych, zegt hij dat het een typisch psychotische gedachte is. Een gedachte over iets wat nooit uitgevoerd kan worden en dus geen werkelijkheid is. Ik heb het weerlegd, omdat ik denk dat het wel kan.

'Wat ben je toch enorm eigenwijs', zegt hij en daarmee is het afgelopen.

Mijn ouders nemen de telefoon dus niet op en daar baal ik van.

Ik voel me erg onrustig en zou graag naar een eenpersoonskamer willen verhuizen, maar dat zit er voorlopig niet in. Ik vraag aan pleeg Tim of hij de deur open wil doen, zodat ik een wandeling kan maken. Tim is een enorme lul, een klootzak van de eerste orde.

Toen ik in de separeer op de Loet zat heeft hij mij een keer zo hard aangepakt, dat ik twee weken last had van een gekneusde arm met grote blauwe plekken. Ik zal dat nooit vergeten en ben sinds die keer op mijn hoede voor hem. Hoe hij mij af en toe aankijkt, vind ik beangstigend. Alsof hij boos op me is en me weer pijn wil doen. Als ik daaraan denk, voel ik mijn arm weer omdraaien. Hij doet de deur voor me open en vraagt, 'Wat ga je doen buiten?'

Ik zeg, 'Gewoon een beetje lopen buiten, ik verveel me binnen.'

Hij reageert, 'Ik zou maar een beetje voorzichtig zijn met die lui waar je mee omgaat. Die gasten zijn niet goed voor je, want ze gebruiken drugs en zitten hier al jaren. Ik heb voor jou nog hoop dat je hier ooit weg komt, maar als je met hun blijft omgaan, zal dat vast niet lukken.'

'Mijn vrienden zijn superaardige gasten, eindelijk heb ik leuke vrienden,' zeg ik.

'Ze maken misbruik van je, zie je dat niet? Ze hebben een negatieve invloed op je. Moet je eens kijken hoe je eruit ziet. Je hebt halflang haar dat er uitziet als een bos touw, loopt er bij als een slome duikelaar, er zit helemaal geen pit in dat lijf van je, je ogen staan op half zeven, je sociale vaardigheden blijven erg achter bij je leeftijd en er zitten scheuren in je spijkerbroek. Ga nu niet doen alsof alles zo goed gaat met je,' zegt Tim.

Ik kan hem wel wurgen, de klootzak. Ik wil zeggen, 'Ach rot toch op met die praatjes van je,' maar houd me in. Tim is zo'n man die dan zegt, 'Oh gaan we zo met elkaar om, dan blijf je maar lekker even binnen.'

Ik zeg dus niets en loop naar buiten.

Gelukkig is het net droog geworden, want ik heb een jas aan die niet goed nat kan worden. Ik draag altijd een spijkerjasje en een zwart met witte palestinasjaal. Ik woon erin en het is mijn image. In mijn jasje zitten veel zakken, waar

ik mijn spulletjes in verstop en in het linker borstzakje zit altijd mijn pakje shag met een aansteker.

Ik loop langs het Hertenkamp naar de Bakkummerstraat en via de Dokter Benderslaan weer terug. Ik kan dan net een boodschapje doen en daar word ik rustig van.

Mijn vriend op de Bakkummerstraat moet lachen om mijn loopje. Hij zegt dat ik loop alsof ik veren in mijn zolen heb. Ik neem best grote stappen en ga dieper door de knieën dan een ander en daardoor veer ik terug zodat ook mijn lijf omhoog komt na iedere stap.

‘Je gaat dansend door het leven vriend,’ zegt hij altijd.

Op de terugweg zie ik tegenover de meubelmakerij een vos staan. Hij kijkt me aan. Ik buk me voorover om tegen hem te praten, want een vos zie je niet iedere dag.

‘Ben je lekker aan het wandelen?’ vraag ik hem. De vos draait zich om en loopt de bossen in. Ik loop naar de afdeling met de aanblik van die vossenkop in mijn gedachten. Het is een gemene blik in combinatie met een lieve nieuwsgierigheid.

Tim doet de deur voor me open als ik aanbel.

‘Ik heb een vos gezien,’ vertel ik.

‘Ja hoor,’ zegt Tim. ‘Dat kan toch niet man, een vos op dit terrein. Die zijn veel te schichtig. Die zitten hier echt niet. Je ziet dingen die er niet zijn.’

Ik begin te twijfelen. Zou de vos niet echt geweest zijn?