

Wolkenvelden....

In mijn jonge jaren had ik twee vriendjes met een moeder 'waar iets mee was'. De eerste was een lieve, bijna altijd een beetje verdrietige vrouw die met een enorm lichaam in een stoel achteroverlag. Alles wat ze deed en zei, ging even langzaam. Haar toestand - ze had 'lamme benen' - was ontstaan toen zij in de keuken bezig was en haar baby van het aanrecht in een ketel met heet water viel. Honderden keren vertelde ze dat ze het kind had kunnen redden als... als haar benen het maar niet begeven hadden. Mijn vriendje en zijn talrijke broertjes en zusjes gingen met hun moeder om als met een geliefd huisdier: ze aaiden haar in het voorbijgaan en vonden dat allemaal gewoon. Ze vonden het gek dat ik niet hetzelfde deed, maar ik wist me geen houding te geven en probeerde pijnlijke momenten zoveel mogelijk te vermijden door vooral in de deuropening te blijven staan en te veinzen dat ik het wenkende gebaar van de moeder niet zag.

Mijn tweede vriendje, Henkie, had een moeder die ik niet anders kende dan zittend aan de keukentafel met haar hoofd in haar handen. Ik heb haar nooit iets horen zeggen. Zij deed nooit enige poging contact te maken, ook niet met haar zoontje dat zich in werkelijk duizend bochten wrong om tot haar door te dringen. Hij hing om haar heen, ging naast haar zitten, knuffelde haar onophoudelijk, wreef over haar rug, vroeg of ze thee wilde... maar ik heb nooit enige reactie gezien. Ik weet nog goed hoe ellendig ik me voelde bij dat vreselijk machteloze pogen van die jongen om zijn moeder op te beuren of om in elk geval contact met haar te krijgen. En ik voel me er tot op de dag van vandaag schuldig over dat ik hem op een gegeven moment heb gezegd dat ik niet meer bij hem wilde komen als ik dan ook in de keuken met zijn moeder moest zijn. Hij had in elk geval de *guts* om te zeggen dat ik dan beter maar helemaal kon opsodemieteren! En dwars door mijn schaamte voelde ik de enorme opluchting toen ik hun hekje voor het laatst achter mij dicht trok.

Die moeders hadden, denk ik, de pech dat ze te vroeg waren geboren. De psychiatrie was er toen nog met name voor de gegoede stand en de farmaceutische industrie had haar oog nog niet laten vallen op de depressieve patiënt als royale bron van inkomsten.

Tijdens de bio-energetica opleiding die ik in de jaren zeventig volgde, maar vooral tijdens de persoonlijkheidsstrainingen met (voornamelijk) huisartsen-in-opleiding waarin ik die bio-energetica toepaste, frappeerde mij keer op keer de verbinding die er (b)leek te zijn tussen depressieve gevoelens en (het onderdrukken van) agressie. Ik heb het altijd jammer gevonden dat de theorie van de bio-energetica zo gammel onderbouwd was, zodat ik mij als professional er niet met heel mijn hebben en houden in durfde storten. Zonde, want geen andere uitgangspunten geven zoveel waardevolle informatie over de wisselwerking tussen lichaam en geest. En met geen andere technieken werden in de persoonlijkheidsstrainingen zulke wonderbaarlijke vorderingen geboekt! De veelvoorkomende verbinding tussen depressie en (het wegstop-



pen van) agressie kan juist voor mensen die werken in de gezondheidszorg van groot belang zijn. Een recente ziekenhuisopname (ja, ik heb de premie er intussen wel uit...) heeft mij opnieuw aangetoond hoe sterk de nadruk ligt op je inhouden en vóór alles kalm blijven. Je mag half doodgaan, je mag vrezen dat je stikt, je mag honderd keer gelijk hebben dat ze iets niet gedaan hebben wat ze wel hadden toegezegd, maar er wordt alleen notitie van genomen als je het netjes en vooral rustig weet te brengen. Toen mijn vrouw - die zelf (terecht, denk ik) zegt aan een ziekenhuisfobie te lijden - met reden uitviel tegen een coassistente die mij ter harer lering ende vermaak blééf bevragen terwijl ik tussen twee vragen telkens in slaap viel, kwamen de hulptroepen aangesnel en werd overwogen de beveiliging te bellen om mijn vrouw, die intussen totaal overstuur zat te huilen, het ziekenhuis te laten uitzetten. Onderscheid tussen malloten met een mes en overbezorgde en aan het labberente zittende mantelzorgers is kennelijk te ingewikkeld. De rust werd verstoord en dat is in de zorg niet de bedoeling.

Dankbaar dat ik hun spreekuren mocht bijwonen heb ik huisartsen vaak gevraagd hoe zij het volhielden om een spreekuur lang, met vierentwintig of meer patiënten, nooit eens ongenoegen te laten blijken terwijl er vaak bepaald alle redenen voor was. Tja, dat ging gewoon zo. Maar dat kan niet gezond zijn. Niet voor de dokter, maar ook niet voor de patiënten, die daardoor menige *wake-up call* moeten missen. Het is veelzeggend dat 'De prijs van het aardig zijn' jarenlang het best verkochte boek van het NHG was. Ik wens u van harte toe dat u de depressiviteit buiten de deur weet te houden, onder andere door op een goeie manier meer lucht te geven aan uw agressieve gevoelens. U wordt er beter van en uw patiënten hebben er recht op!

Hans van der Voort
hvdvoort@knmg.nl