



LEEFTIJD 44 • WOONPLAATS LEIDEN • WERK GRAFISCH VORMGEVER

• PRIVÉ GELUKKIG ALLEENSTAAND, 3 KINDEREN • LID VAN DE NVVE SINDS 2023

GEEN GEHOOR

'Ik ben nu 44, dertig jaren daarvan hebben in het teken gestaan van mijn moeders ziekte. Sinds jong kampte zij met een psychische kwetsbaarheid en leed ze aan depressies. Van alles heeft ze gedaan om haar draai te vinden. Ze is talloze keren opgenomen geweest in klinieken, maar niets hielp. Ze had de grote wens om op een humane manier te kunnen sterven. Niet zozeer omdat ze dood wilde, maar omdat ze dit leven niet kon leven. Maar nergens vond ze gehoor voor haar doodswens. In de zomer van 2020 is ze eenzaam uit het leven gestapt. Mijn moeder was een warme, creatieve vrouw. Ze ondernam graag leuke dingen met haar twee kinderen. Het kantelpunt kwam op mijn negende, toen ze haar eerste

suïcidepoging deed. Ik herinner me een hele poppenkast midden in de nacht, met de ambulance en brandweer voor de deur. Vanaf toen kreeg ik het besef dat er iets mis was met mijn moeder. Ze lag veel in bed, was verdrietig, angstig en werd geregeld opgenomen. Ook onze relatie veranderde, we waren veel samen. Achteraf kun je je afvragen of dat goed voor me was, want ik nam min of meer de moederrol over. Dagelijks zag ik mijn moeders wanhoop, het leven hoefde voor haar niet meer. En waar 'm dat precies in zat? Daar kan ik de vinger niet op leggen. Iets genetisch, iets vanuit het gezin? Sowieso werd er in haar ouderlijk nest niet over gevoel gepraat.'

VERSCHEURD

'Onze band werd nog hechter toen mijn ouders op mijn achttiende gingen scheiden. Toen ik vijf jaar later mijn eerste kind kreeg, zijn we zelfs samen in een huis gaan wonen, ook omdat mijn moeder op die manier makkelijker kon oppassen. Daar leek ze in eerste instantie van op te veren. Maar er was uiteindelijk geen redden aan, de depressies bleven terugkeren, net als de suïcidepogingen. Door de jaren heen zijn dat er zeker vijftien geweest. Als gezin hebben we haar allemaal weleens gevonden, dat zijn traumatische ervaringen, die vergeet je nooit meer. En bij elke mislukte poging raak je meer verscheurd in je gevoel: dan ben je aan de ene kant zo blij dat ze nog leeft en aan de an-

dere kant weet je dat ze straks verdrietig en wanhopig wakker wordt.'

HELEMAAL ALLEEN

'De hulp was ondertussen ontoereikend. Mijn moeder heeft echt last gehad van de bezuinigingen in de ggz van de laatste tien jaar. Als kinderen merkten we het ook. Dan waren er geen opnames mogelijk, afspraken voor huisbezoeken werden geannuleerd, de huisarts wist geen raad. Voor iemand die zo in de knoop zit, is dat echt niet te behappen. Ik wil niemand beschuldigen, want ik heb zelf in de jeugdzorg gewerkt en weet dat het hele systeem hapert. Maar mijn moeder voelde zich in de steek gelaten en wij als kinderen ook. We stonden er helemaal alleen voor.'

MEER RUIMTE EN OPENHEID

'Na een lange, eenzame strijd heeft mijn moeder in haar eentje het leven verlaten, dat vind ik intens verdrietig en frustrerend. Ze wilde zichzelf en anderen geen pijn doen en daarom niet voor de trein springen, maar welke opties zijn er dan wel? Dat is zo'n stiekeme zoektocht. En er zijn vele lotgenoten met haar. Daarom ben ik er een groot voorstander van dat er voor mensen met metersdikke psychiatrische dossiers zoals dat van mijn moeder meer mogelijkheden komen. In de ideale wereld had ik het haar en ons als gezin zo gegund dat er hulp voor haar was geweest. Dat ze open had kunnen praten over haar lijden en haar doodswens, dat wij en haar

vriendinnen daarbij betrokken hadden kunnen worden, dat er een moment was geprikt voor haar levenseinde, een afscheid. De eerste maanden na mijn moeders overlijden was er vooral opluchting dat ze rust had. Daarna belandde ik in een zwart gat. Het verraste me: ik was toch altijd de sterke dochter geweest en er was nu toch eindelijk ruimte voor mij? Maar zo ging het niet, de klap was groot. Ik moest bekomen van dertig jaar zorg, verdriet en onmacht. Met goede hulp en zelfzorg ben ik opgekrabbeld. Nu lukt het me om me te richten op mijn leven met mijn drie prachtige kinderen en op mijn creatieve vak dat me plezier geeft.'

○

Ook eens plaatsnemen In de regiestoel? Mail naar relevant@nvve.nl