

Ooit een normaal mens ontmoet? Heel vaak

'Iedereen heeft wel wat', is het verkeerde motto voor een congres over psychische aandoeningen. De meeste mensen hebben geen stoornis. Bagatelliseer psychische aandoeningen niet maar toon begrip, vindt *Menno Oosterhoff*.

J aarlijks plegen wereldwijd één miljoen mensen suïcide, en vaak hangt dit samen met een psychische aandoening. Voor dat laatste, die psychische aandoening, is nog altijd weinig begrip. Een congres moet dat nu verbeteren. De bijeenkomst wordt georganiseerd door minister Schippers en staatssecretaris Van Rijn en geopend door premier Rutte. Die staan weliswaar niet bekend als voorvechters van de geestelijke gezondheidszorg, maar soït.

Wel heb ik moeite met het motto 'iedereen heeft wel wat'. Dat lokt makkelijk uit tot de reactie 'dus je moet niet zeuren'.

Erger vind ik de suggestie dat we allemaal in hetzelfde schuitje zitten. Dat klinkt sympathiek, maar is niet waar. Het verdoezelt het feit dat sommige mensen van het gemiddelde afwijken. En dan bedoel ik niet abnormaal goed pianospelen. Dat is namelijk geen probleem. (Nou ja, misschien voor de bureu).

Nee, ik heb het over het anders zijn wat wel leidt tot een verstoring van het functioneren en/of welbevinden. Een psychische stoornis. Er is weliswaar een geleidelijke overgang tussen psychische problemen in normale en in afwijkende mate,



FOTO SHUTTERSTOCK

maar dat betekent niet dat er geen forse verschillen zijn.

Zeggen dat we allemaal wel wat hebben, lijkt die verschillen te willen ontkennen. Psychisch ziek zijn mag er dan nog steeds niet zijn. We zeggen toch ook niet: 'iedereen heeft wel wat' om het taboe op kanker te doorbreken?

Psychische aandoeningen worden vaak als een schandvlek gezien. Dat lossen we niet op door de aandoening weg te poet-

sen in plaats van de schandvlek. En het gebeurt veel, dat wegpoetsen.

We spreken van cliënt, niet van patiënt. Maar patiënt zijn betekent iemand die lijdt. Dat geeft het toch heel goed weer? We spreken ook niet van stoornis, handicap, ziekte, beperking. Nee, dat zijn geen leuke woorden, maar psychisch ziek zijn is ook niet leuk. Wel houden deze woorden een erkenning in van het verstoorde leven, van het blok aan het been, van lijden,

van minder kansen.

Mensen met een verstandelijke beperking worden wel mensen met mogelijkheden genoemd. Ja, maar die mogelijkheden zijn het probleem toch niet?

'Ooit een normaal mens ontmoet? En beviel het?' is ook zo'n uitspraak. Ik ontmoet voortdurend normale mensen. Met normaal bedoel ik gewoon, niet perse beter of leuker dan ongewoon of afwijkend. Afwijken van de norm zou geen schande moeten zijn.

Recent sprak ik een jonge vrouw, leuke verschijning, heel intelligent, goede opleiding, opgegroeid in een warm gezin. Qua omgeving had ze alles mee, maar qua 'ingeving' (wat ze innerlijk aantrof) had ze het minder getroffen. Van jongs af aan leed ze aan heftige angsten en depressies. Ze is al onder behandeling sinds haar tiende. Geen baan, geen partner, geen kinderen, want dat wordt onmogelijk gemaakt door haar ziekte. Wanhopig verdrietig was ze. En, zei ze: „Het ergste vind ik dat mensen denken 'daar heb je haar weer'. Mensen worden het zat. Maar ik ben het zelf zo oneindig veel meer zat. Ik wil niet dood, maar zo heb ik ook geen leven.”

Zij is er niet mee geholpen dat iedereen wel wat heeft. Of dat ze moet kijken naar de mogelijkheden in plaats van de moeilijkheden. Zij is geholpen met erkenning van haar ziekte en respect voor haar dagelijkse strijd. Iedereen heeft wel wat, maar niet iedereen heeft een stoornis. Mensen met een aandoening hebben meer aan begrip - en niks aan oordelen. En wees blij dat jij het niet hoeft mee te maken. Niet iedereen heeft dat geluk.



Menno Oosterhoff is psychiater.