

Laat ons van kwetsbaarheid het nieuwe normaal maken

AN, MOEDER VAN EEN VOLWASSEN ZON MET PSYCHOSE

An voedde haar twee zonen op in een open en liefdevol gezin. Toen de psychische kwetsbaarheid van haar oudste zoon rond de leeftijd van 15 jaar de kop opstak, ontdekte ze dat je niet alles oplost met communicatie. Na een lange zoektocht bleek dat haar zoon psychotisch is. Deze ziekte uit zich op verschillende momenten op verschillende manieren. Zo zijn er periodes waarin de zoon van An zijn ziekte ontkent. Wanneer je als moeder de relatie open wil houden, is het niet verstandig om daar frontaal tegenin te gaan. An wil graag getuigen en bijdragen tot betere beeldvorming rond geestelijke gezondheid. Maar ze doet dit wel anoniem. Want het zo goed mogelijk in stand houden van de vertrouwensrelatie met haar zoon komt op de eerste plaats.

An herinnert zich de jeugdijaren van haar zoon als een periode van grote onzekerheid. Toen er na veel jaren een diagnose werd gesteld, was er in zekere zin opluchting. Tegelijk betekende dit de start van een nieuw proces waarin ze moest leren loslaten en op een andere manier kijken naar alles wat zich voordeed.

Als ouder wil je zorg blijven dragen voor je kind. Maar de hulpverlening heeft hier weinig aandacht voor. Meer nog, wanneer je kind meerderjarig is, vraagt de hulpverlener hem of haar expliciet naar de mate waarin jij betrokken mag worden. Vanuit hun ziektepatroon zijn mensen als de zoon van An soms héél achterdochtig ten aanzien van wie het dichtst bij hen staat. Je moet dus leren loslaten op verschillende vlakken.

Wanneer ziekte-inzicht ontbreekt, is het moeilijk om een open relatie te onderhouden met je kind. De zoon van An werd één keer gecollocerd, dat gebeurt wanneer iemand een gevaar kan vormen voor zichzelf of zijn omgeving. Die verplichte opname was een zeer traumatiserende ervaring. Hij heeft het er nog altijd moeilijk mee.

An probeert confrontaties te vermijden en de verwachtingen constant aan te passen

aan de situatie van de dag. Wat telt, is niet wat je zelf vindt dat zou moeten of kunnen gebeuren. Je moet de kwaliteiten van je zieke kind blijven zien of zoeken, vanuit het besef dat elkeen zoveel meer is dan zijn of haar ziekte. Je mag niet verdrinken in de tristesse van iemands mankement. Wel constant aandachtig zijn voor kleine, hoopgevende signalen.

Dat is moeilijk, en An ervaart dat ze niet van de ruimere familie- en vriendenkring mag verwachten dat die meegaat in die houding van onbevooroordeeld luisteren en er zijn voor een ander.

Ze is gevoelig geworden voor de manier waarop mensen omgaan met mekaar. Iedereen zit vast in vooroordelen. En rond psychose zijn de vooroordelen groot. De tendentieuze berichtgeving in de media draagt daar jammer genoeg ook toe bij. Mensen zijn soms weinig fijngevoelig. Interesse wordt gemakkelijk ongezonde nieuwsgierigheid. En men staat snel klaar met advies en zogenaamde oplossingen. Maar ondersteuning van familie van psychisch kwetsbare mensen vraagt niet meer of minder dan luisterbereidheid. Het is al veel wanneer mensen zich bewust zijn van hun vooroordelen.

An begrijpt dat het voor de omgeving moeilijk is om daar een goede houding in te vinden. Haar zoon kan moeilijk vrienden- of familierelaties onderhouden. Hij ontbreekt op familiefeesten, en dat doet pijn. De familie weet niet hoe daarmee om te gaan. Er wordt niet meer geïnformeerd en haar zoon verdwijnt uit het beeld. Maar niet participeren is geen keuze. De zoon van An is best wel een familieman. Maar hij voelt aan dat hij anders is. Dat anders zijn valt moeilijk te beschrijven. Het betekent in elk geval: er niet bijhoren. Geen deel meer uitmaken van de groep jonge mensen die met veel enthousiasme in het leven staat.

Het zou mooi zijn wanneer er wat meer aandacht was voor de kwetsbaarheid die schuilt in elk van ons. Anthem, een klassieker van Leonard Cohen, is al jaren het lijflied van An. Het refrein luidt als volgt:

*Ring the bells that still can ring
Forget your perfect offering
There is a crack, a crack in everything
That's how the light gets in.*

Tip van An

"Inderdaad, er zit een barst in elk van ons. Laat ons die kwetsbaarheid en verscheidenheid meer waarderen, dan ontstaat ruimte voor echte ontmoetingen."

*"Er zit een barst in elk van ons.
En dat is goed. Wanneer
we ons bewust zijn van de
kwetsbaarheid van elke mens,
ontstaat er ruimte voor echte
ontmoetingen."*