

ALGEMEEN
PSYCHIATRISCH INSTITUUT
DELFT

"Het Sint Joris Gasthuis"

In het Algemeen Psychiatrisch Instituut
voor Delft e.o. is plaats voor

een psychiater



De werkzaamheden liggen verspreid over een
ruim gebied dat zowel klinische als poliklinische
aktiviteiten omvat.

Daar de mogelijkheid bestaat om in onderling
overleg tot een taakomschrijving te komen die past
bij opleiding en belangstelling van de reflektant
is er een interessante werkring te vinden zowel voor
zenuwartsen die overwegend psychotherapeutisch,
pharmakologisch als groepstherapeutisch
zijn ingesteld.

Salarisniveau f 100.000,- per jaar exclusief
toeslagen. Opname in het overheidspensioenfonds
(Algemeen Burgerlijk Pensioenfonds) en de
ambtelijke ziektekostenvoorzieningsregeling (I.Z.A.).
Premie A.O.W./A.W.W. is voor rekening
van het ziekenhuis.

ISOLE



Inlichtingen en sollicitaties bij de waarnemend
geneesheer-direkteur dr. C. J. Kamp,
telefoon 015-120272.

GENEESHEER, KRANT
FL. 2,-
verschijnt eens in de twee maanden

NO. 13 3^e JAARGANG

DECEMBER 1975



DE REDAKTIE ALS
GENEESHEER-DIREKTEUR

?!

13

VERSLAVING,
FINANCIËEL-
OVERZICHT,
BRIEVEN.

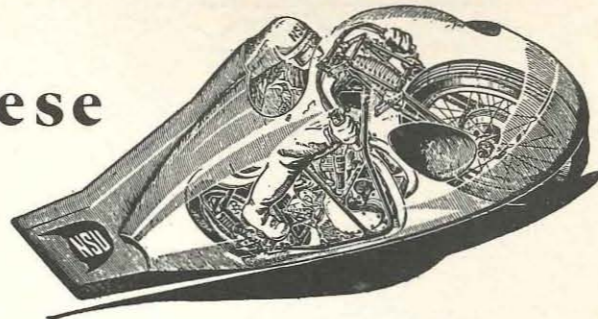
13

de 'gekkenkrant, blad voor psychiatrische patienten

UITGAVE STICHTING DE GEKKENKRANT
POSTBUS 3286, AMSTERDAM
POSTGIRO 3058.334. GEMEENTEGIRO R11.111

TELEFOON: dinsdag- en donderdagavond van 20.30 tot 22.30 uur

Deze krant heet Gekkenkrant omdat hij is voor mensen die gek genoemd worden. Wij zijn dus gek en komen er rond voor uit... Wij kunnen elkaar alleen helpen als we inzien dat we allemaal op dezelfde manier worden uitgescholden en gediskrimineerd. Dat is juist onze kracht. Samen gediskrimineerd, dus samen er wat aan doen; dat lijkt ons voorlopig de beste manier. "Stomme kaffer" is ook een scheldwoord. Het Afrikaanse kaffervolk, eeuwen uitgebuit en onderdrukt, schiet er ook niets mee op mee op om zijn naam te veranderen.



PRIJZEN:

losse nummers f 2,--
abonnementen:
minstens f 10,-- per jaar
wanneer U het enigszins
kunt missen graag f 25,--
of meer.....
met Uw extra bijdrage zijn
wij in staat de krant aan nog
meer mensen te verstrekken
die niet de beschikking over
hun geld hebben.



MANIFESTATIE

Gelukkig bent U niet allemaal op 18 oktober j.l. naar de Gekkenkrantmanifestatie gekomen, anders was het veel te druk geworden. Het was wel jammer, dat U er nu net niet was, maar misschien kunt U de volgende keer wel

In ieder geval zullen we in het kort verslag doen van wat er die dag zo ongeveer besproken is. Het was een prima dag, en dat kwam voornamelijk door de aardige en goede mensen, die kwamen. Allemaal lezers en sympatisanten van de Gekkenkrant, heel veel patiënten en ex-patiënten, waarvan veel ouderen.

BOTER

Om 11.00 uur, toen we begonnen, waren er ruim zestig mensen. Vantevoren hadden wij al bedacht, dat we de helft van de beschikbare tijd wilden besteden aan discussies over het beleid en de inhoud van de Gekkenkrant; de rest van de tijd hadden we beschikbaar voor een optreden van het Gekkentheater, films over Dennendal en Zetten, en natuurlijk aldoor pauzes tussendoor voor kletspraatjes, met een kop koffie in de ene, en een boterham in de andere hand.

EIEREN

De reden van de samenkomst was, dat de redactie zich met lezers en verspreiders wilde bezinnen over het voortbestaan van de Gekkenkrant. Hoe staat het nu met de uitgangspunten van twee jaar geleden, toen we met de Gekkenkrant begonnen ? Eén van die uitgangspunten was, dat de Gekkenkrant moest openbreken, wat ten onrechte binnen de muren van de psychiatrische inrichtingen bleef. Door meer bekendheid te geven aan ellende en onrechtvaardigheid, die in veel psychiatrische inrichtingen aanleiding geeft tot ondraaglijke toestanden, zou het misschien tot meer mensen doordringen, dat de psychiatrie en de meeste inrichtingen veel zieker zijn dan de patiënten. Door de Gekkenkrant zouden de mensen dan kunnen lezen, dat zij niet de enigen zijn, die het niet naar de zin hebben, en we hoopten toen, dat zich aktieve groepjes zouden vormen, die verbetering van eigen leefomstandigheden zouden aanpakken. Het samenbrengen van dit soort groepjes was een uitgangspunt. Hoe het dan verder zou moeten, zouden die groepjes zelf moeten bepalen. Het was niet de bedoeling, dat de Gekkenkrant doffe ellende op de mensen af zou sturen, waar niemand iets mee zou kunnen doen.

STAMPOT

De redactie heeft zo haar twijfels, of ze wel op de goede weg zit met de huidige Gekkenkrant. Daarom nog meer discussiepunten!!



BIJDRAGEN:

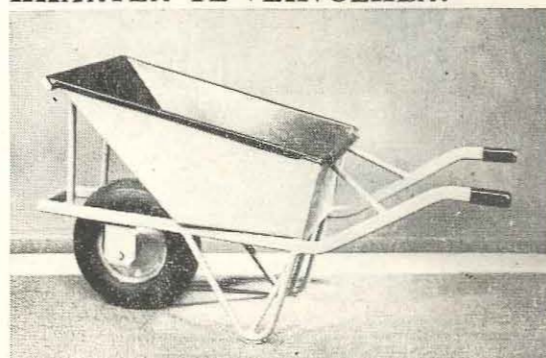
Agathe
F. Bree
A. J. Burgel
P. Bolderhey
Corrie van Eyk-Osterholt
A. Hoepermans
G. Remmers
C. J. R.
T. J. K. te B.
T. A. Richel
W. Schröder
Spigtje
H. M. A. Voors
X
Hetty Zijlstra
B. Willemse
J. M.
C. Raymakers
Iemands broer
W. K. L.
W. Reselman
P. C. Remmers

MEDEWERKERS:

Bert Bakker
Helmi Goudswaard
Martine Groen
Hans Kooijman
Andries de Nooij
Jacqueline van der Post
Flip Schrameijer
Frits Spangenberg
Herman Smitskamp
Anke Poortinga

Medewerker voor
Brabant en Limburg:
Joop de Bie
Postbus 7071,
Helden-Panningen.

ENKELE MANIEREN OM GEKKEN- KRANTEN TE VERVOEREN:



- De naam, daar blijven zich nog altijd mensen tegen verzetten.
- Hoe wordt op de Gekkenkrant gereageerd binnen de inrichtingen?
- Hoe kan de krant acties in de inrichtingen ondersteunen?
- Hoe loopt de verspreiding, hoe kan het beter?
- Hoe staat het met de inhoud, moet het aksent blijven liggen waar het nu ligt?

Na deze inleiding barstten de reacties los: PUREE

- "De krant wordt meer door personeel dan door patiënten gelezen, jullie moeten daarom direkt voor de verpleging schrijven."
- "Er moet een kontakt-advertentiepagina komen à la Vrij Nederland."
- "De Gekkenkrant moet op bredere basis worden verspreid"
- "Ik ben 29 jaar opgenomen geweest, ik heb alle veranderingen meegemaakt"
- "..... grootste kwaad in de inrichtingen is de druk op de stumpers, die hebben het van alle kanten te verduren, die zouden juist geholpen moeten worden."
- "De doktoren spreken altijd over je, zelf mag je niks zeggen."
- "Er moet eens wat meer worden geschreven over wat we kunnen doen aktie!"

Er kwamen steeds meer mensen binnen, en we gingen ons volgens plan opsplitsen in groepjes van ongeveer tien mensen. Op die manier kon iedereen makkelijker zeggen, wat hij wilde, en het belangrijkste daarvan zou dan later op de middag weer naast elkaar worden gezet. Ieder groepje beperkte zich tot een bepaald thema. Hier volgen dan de belangrijkste konklusies van de verschillende praatgroepjes:

I. Algemeen

- De Gekkenkrant moet niet te veel van karakter veranderen, de verbeteringen gaan heel langzaam, dus niet te gauw konkluderen, dat de huidige opzet niet goed is.

II. Inhoud

- Behoeftte aan stellingname van de Gekkenkrant, duidelijk kommentaar geven en discussiepunten stellen. De redaktie moet een duidelijke visie ontwikkelen.
- Meer feitelijke informatie geven over behandelingsplannen en therapie-mogelijkheden (in de trant van de medicijnrubriek).
- Spontane reacties met "gecheckte" objektieve informatie.

III. GEKKENKRANT: VOOR WIE?

- De Gekkenkrant is niet voor de psychiaters, direkties van inrichtingen en studenten.
- De Gekkenkrant moet een lichtpunt voor de patiënt blijven.
- Niet apart schrijven voor hulpverleners, wel begrip tonen voor personeel, dat zelf anders wil, maar dat vanwege bijvoorbeeld ontslagdreiging of lage praktijkcijfers gebonden is aan opdrachten van hogerhand.
- De belangen van patiënten liggen niet parallel met die van hulpverleners, het is moeilijk in één aktiegroep voor beiden te strijden, omdat ze in bepaalde gevallen tegenstrijdig kunnen zijn, maar zolang een aktie ten goede van de patiënten komt, is iedereen welkom daaraan mee te doen.

IV. AKTIES

- De Gekkenkrant hoeft zelf niet aan akties te doen, als zij er maar voor zorgt te blijven verschijnen.
- Akties wel stimuleren door er veel aandacht aan te besteden, ook aan akties, die door niet-patiënten worden ondernomen, maar wel in hun belang zijn, zodat patiënten binnen de inrichtingen merken, dat er buiten ook voor hen wordt gewerkt.
- Oproep voor mensen, die opvang kunnen verzorgen voor pas uit de inrichting ontslagen mensen.

V. DE NAAM

- Niemand van de aanwezigen stoorde zich persoonlijk aan de naam, en geen van de genoemde alternatieven werd beter geacht Dus ?
Na wat heen en weer gepraat werd toch besloten aanhalingstekens aan de naam toe te voegen, dus "Gekken"krant.

In de volgende kranten zullen we zoveel mogelijk rekening houden met de hierboven geuite wensen. Een uitgebreid artikel over arbeidstherapie komt in nummer 14, en ook over de therapeutische gemeenschap Brinkgreve zal verslag worden uitgebracht. Zie verder de oproep- en uitknipbon pagina.

GEKKENTHEATER

De voorstelling van het Gekkentheater was één van de hoogtepunten van de dag. Iedereen was geboeid en ontroerd en herkende eigen ervaringen en situaties. Het is moeilijk, daarvan meer te beschrijven. Als U de kans krijgt, moet U ook maar gaan kijken. Tijdens de "Open dag der Psychiatrie in Delft hadden ze ook erg veel sukses. Verderop in de krant kunt U meer lezen over het Gekkentheater.



BRIEVENRUBRIEK

Dit is dus de brievenrubriek, waarmee jullie - de lezers - de krant maken met eigen indrukken en ervaringen. We plaatsen alles ookal vinden wij het de grootste nonsens. We selecteren alleen omdat we daartoe worden gedwongen wegens plaatsgebrek. (zie krant 11)

We krijgen vaak het verwijt te horen dat we zo negatief zijn, maar veel mensen maken ook niet van die leuke dingen mee: wie schrijft ons eens een opbeurende, informatieve brief? Hebt U weleens idealen, (dag-)dromen en fantasieën? Nu ja, dat laten we liever aan U over. We zien de brievenrubriek ook als een gelegenheid om met elkaar te schrijven via de krant, zoals nu ookal gebeurt met brieven over de naam, Endegeest, verdriet, enz. (zie onder) In dit verband willen we ook vragen om de discussie over de naam nu maar te sluiten, want daar zijn we uit. Op de manifestatie hebben we besloten om voortaan van de naam het "Gekken" tussen aanhalingstekens te zetten.

Ook met elkaar toestanden verbeteren via de krant. Vul de kolommen! Red.

REACTIE OP VERDRIET

In uw artikel op pagina 3 van de Gekkenkrant van oktober 1975, welk artikel de titel draagt "Verdriet", lees ik:

"In een Amsterdamse wijk zit een hulpdienst, die mensen thuis opzoekt om ze in hun verdriet te begeleiden."

Dit is mij echt uit het hart gegrepen. Ik zou graag méér over die hulpdienst willen weten. In Den Haag bestaat er zeer beslist óók behoefte aan zo'n hulpdienst.

Ik had een gespreksgroepje, een "driemanschap" waar we elkaar morele steun gaven. Dat gespreksgroepje is op 17 januari tot stand gekomen; daardoor geïnspireerd heb ik advertenties geplaatst waarop ik reacties gekregen heb. Ik zal even de namen noemen van het oorspronkelijke driemanschap: Anny, Franziska en dan mijn persoontje Kees. Franziska was een vluchteling uit Oost Europa, heeft ruim twintig jaren in Nederland gewoond, had een jobie, kende ondanks die jobie was ze volkomen vereenzaamd. Maar toen ik contact met haar opnam bleek ze als mens ruimschoots de moeite waard te zijn. Dat "driemanschap" is op 17 januari 1975 tot stand gekomen maar op 16 februari dus nauwelijks een maand later, is Anny doodziek in het ziekenhuis opgenomen. En Franziska is in augustus 1975 gestorven. Toen stond ik voor de taak dat doodsbericht te vertellen aan Anny, die zelf zo ziek was. Het probleem was nu: "Hoe moet ik dat vertellen?" Ik ging advies vragen aan een psychiater en daarvoor koos ik dokter Martin Kooiman uit van het Haagse afkickcentrum. In de wachtkamer heb ik héél erg veel zitten huilen; de secretaresse vroeg wat er was; ik heb het haar verteld; gelukkig heeft niemand mij een spuit gegeven, maar ik heb de gelegenheid gekregen uit te huilen. Zoals hierboven gezegd had ik de advertenties geplaatst en daarop een brief



ontvangen van een weduwe die kapot was van haar verlies. Ik heb haar teruggeschreven: "U schrijft dat U onder behandeling van een zenuwarts bent en dat U kalmerende tabletten slikt. Wie is die zenuwarts en welke tabletten slikt U? U hoeft deze vraag niet te beantwoorden, maar U mag het wel. Maar misschien doet U er beter aan die tabletten maar te laten staan en in plaats daarvan eens ongeremd uit te huilen. Als een mens geen tranen had zou hij ongetwijfeld verstikken."

Die brief had ik begin februari geschreven. Maar in augustus is Franziska gestorven, aan wie ik zo gehecht was geraakt. Ik was haar enige vriend. Dat verlies kwam hard voor mij aan. Als ik me zo intens met iemands problemen bezig houd, raak ik aan die persoon gehecht. Uitlatingen als "Kop op!" of "Keep smiling" zijn in zo'n geval misplaatst. Nadat ik die condoleancebrief aan die weduwe geschreven had, heb contact gekregen met de Engelse werkgroep DEPRESSIVE ANONYMOUS die schrijft: "CRYING. This is a very healing discharge of sores up tension. Do not talk or comfort, but wait until the person has finished and then listen again". Die DEPRESSIVES ANONYMOUS zit dus wél op dezelfde golflengte als ik. In de kerk hoorde ik dat Christus de tranen van bedroefde mensen afdroogt. Toen heb ik aan de pastoor geschreven: "Mijn tranen moeten niet afgedroogd worden, ik wil niet getroost worden, maar ik wil uithuilen." Die pastoor heeft me gelukkig begrepen.

HARK

Hé vrouw met de hark
Ik zag je onder de bomen
Je harkte alles op een hoop
Mooie bruine bladeren
Bergen schoonheid maakte je

Zeg vrouw met de hark
Weet je wel hoe rijk je bent
Met de rust van de bomen
de bladeren en de prachtige hark

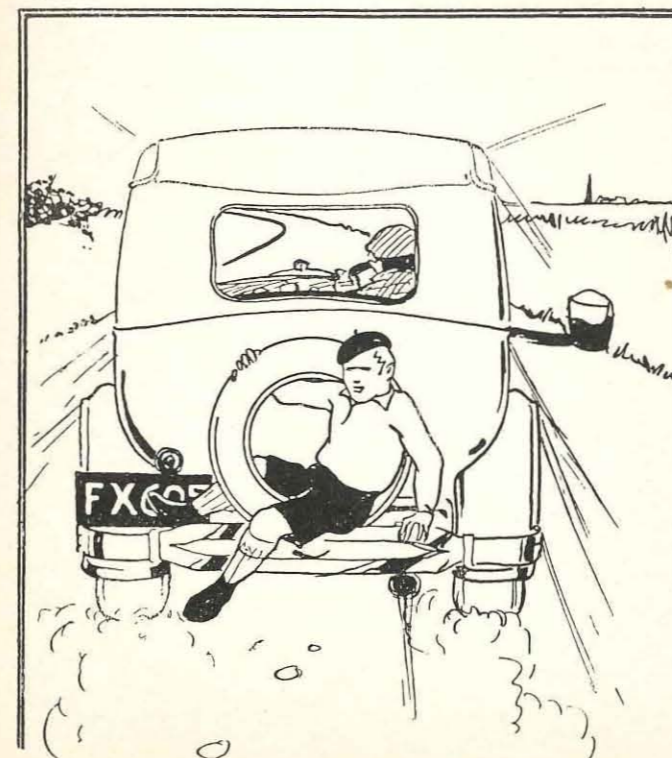
Oh vrouw met de hark
Graag was ik naar je toegegaan
Om je te ontmoeten
Maar ik deed het niet

Want ik was bang
Om ook uit jouw ogen
te moeten proeven van het onbegrip
Daarom bewaar ik de mooie herinnering
maar zo:

Van een vrouw met een hark
Die bergen schoonheid maakte.

AARDS

Ik moet me zoveel mogelijk aanstellen want ik beheerst de situatie te veel. Dat hou ik er niet van dan voelen de medepatiënten en de leidingen mij precies aan, dan zoeken ze op d'r voordeel. Dan zit ik met de problemen aan vast. Nu leef ik op aardse manier gelukkig met de man van mijn dromen en een flat vier hoog en ik werk. De gebreken blijf in mij zitten. Ik maat geen drama van.



VOLWASSEN

Volwassen worden dat doet pijn,
Je zou toch zo graag nog klein willen zijn
Als baby een nieuw begin willen maken
Met je lippen een liefdevolle moederborst raken

En dan heel bewust beleven
Wat er mis ging in je leven.
Nu na dit alles wat je hebt ervaren
En gelezen hebt in al die jaren
Als baby zou je vertellen aan iedereen om je heen

Het is goed bedoeld maar het werkt zo gemeen
Geef me meer liefde en aandacht
Bevestiging in plaats van ontkenning dat geeft me zo'n kracht.
Kracht om open, eerlijk en evenwichtig op te groeien.
Zonder m'n gevoelte hoeven in te boeien
Kracht om volwassen te zijn zonder pijn
En altijd maar liever klein te willen zijn
Dan kon ik nu liefde ontvangen en liefde geven
Zonder de vraag: Ben ik geschikt voor dit leven?

BOVENKAMER.....

We hebben van die jonge leerlingverpleegsters. Wat denken ze wel, ik ben ook niet van gisteren (5] jaar) en in mijn bovenkamer staan ze heus wel aardig goed op een rijtje. Dan geef je ze soms een tip. Dan vind je dat ze deze of gene nieuw-aangekomene wat meer aandacht zouden moeten schenken. De volgende morgen kan je bij de hoofdzuster op het matje komen of je krijgt het van meneer de dokter te horen. (...)

In ieder geval toen ik eens bij de hoofdzuster was. Over koetjes en kalfjes prattend zei zij mij bij het weggaan "Toch maar niet zo druk maken met die Gekkenkrant." Ik vertelde haar nog hetgeen ik laatst gelezen had over Patiëntenraad op Sint Bavo en dat ze begonnen waren om over het eten te praten. Och, ik wist me van de kat geen kwaad. En ik heb me toch ook nog niet zo druk gemaakt. Ik zou toch eens, zoals u me zei, er rustig met haar over moeten praten. Ik win wel terrein bij haar de laatste tijd. Ik geloof dat de verspreiding op Sint Anna moeilijk is. Op Sint Servaas werd of wordt ie verspreid. Dan moesten die heren van Sint Servaas, die hier op Sint Anna komen dansen enz. ze maar eens voor ons meebrengen. Of zouden die ook al een tik op de vingers gekregen hebben? (...)

De Gekkenkrant moet positiever en humoristischer zijn en zo tussen de regels door de dingen zeggen zoals het is. T is moeilijk, ik weet het. Ik bedoel met tussen de regels door "de behandeling. Dokters, hoofden, moesten meer takt, goedheid en begrip voor de patiënten hebben.

"HEKKENKRANT"

Er kwam mij langzaam iets voor de geest, na eerst nagezien te hebben in het Latijn en andere mij bekende talen (een beetje maar, ik ben geen taalgeleerde, maar had er wel veel liefde voor). Ik dacht aan dat ding op de schoorsteenpijp, dat heet ook "gek" en zo langzaam, (gaat U even mee) kwam ik op echec (schaak) cheque en toen ineens herinnerde ik mij Zeeland, waar ik voor de opname in woonde en natuurlijk "Vrederust" waar dus veel Zeeuwen woonden. Die Zeeuwen kunnen de letter H niet goed uitspreken. Zij zeggen steeds voor woorden die met een H beginnen een G. Om het kort te houden kwam ik op het woord Hek, en in die geest kwam dus ook het Zeeuwsche dialect en ik schrijf niet uit zekerheid maar vanuit gedachten associatie en een Hek gaat meestal samen met art. 461 W.v.S. en toen ineens "Hekkenkrant". Ook kwam de gedachte op of "Vrederust" de eerste inrichting was, dus de oudste, maar nee!

En ook die Heks zit me nog dwars (zie Heksenlied van Faust) misschien waren dat wel zeer wijze vrouwen.

REACTIE

Na het lezen van de ingezonden brief van de dames uit Endegeest, ben ik toch achter mijn schrijftafel gaan zitten. Speciaal door de woorden "isoleer wordt bij ons alleen gebruikt in noodgevallen als het voor de toch wel erg zieke mens nodig is omdat ze zichzelf niet meer in de hand hebben." Zelf ben ik ex-patiënte welliswaar uit een andere inrichting. Maar ik heb een situatie meegemaakt dat ik mezelf wel degelijk in de hand had, maar door behandeling van de verpleegsters wel over me toeren raakte en me in een positie brachten waarin ik me met alle kracht verdedigde. Wat ik hier maar mee wil zeggen. Deze dames lijken me heel kalm. Maar dat is het gros van de bewoners en bewoonsters van psychiatrische inrichtingen. Alles slaafs opvolgen wat hen wordt opgedragen. Het is zo gemakkelijk voor verplegers en verpleegsters patiënten te verplegen die alles voor zoekte koek slikken, zelfs medicijnen terwijl ze daar helemaal urenlang van worden. Maar het is geen zaak om ook menselijk te blijven tegen de patiënten, die niet alles voor zoete koek slikken en zich versetten tegen een behandeling die ze niet bevalt. Uit ervaring weet ik dat een patiënt als een dier uit een kudde wordt beschouwd. Je mag absoluut geen eigen mening hebben en sta je daar toch

op dan krijgen ze je wel klein, wordt er dan gezegd, wat dan meer een agressieve houding van de kant van de patiënt met alle gevolgen van dien, heeft. De dames van Endegeest zeggen dat de meest negatieve belevenissen in uw blad staan. Nou en? Daar is het blad toch om begonnen. De onmenselijke behandelingen in de psychiatrische inrichtingen aan de kaak te stellen. Wat ik zelf zo al beleefd heb zit nog vers in mijn geheugen en wanneer ik dat nodig vind zal ik dat misschien ook wel openbaar maken. Laten die dames uit Endegeest erg blij zijn, dat ze in staat zijn zelf mee te werken. Misschien hebben ze een psychiater gehad die hen begreep. Niet iedere patiënt is zo gelukkig een goede psychiater te hebben en dan helpen ze je alleen nog maar de put in. Ik vind uw blad heel goed en ik vind dat u er beslist mee door moet gaan.

Het is niet ons blad maar uw blad.

STIL VERLANGEN

Al jaren loop ik met een masker voor dat zo langzamerhand mijn tweede gezicht geworden is. Ik heb geleerd hoe men zijn zwakheden en zijn gevoelens moet verbergen. Ik glimlach vriendelijk, maar mijn lachten is niet echt, ik doe alsof ik zelfbewust ben, maar in werkelijkheid speel ik theater. Ik doe alles mij maar aanwaaide alsof ik mij nooit vergiste, alsof ik geen verlangen of heimwee ken.

Waarom ben ik niet zoals ik werkelijk ben? Als ik alleen ben met mijzelf, valt het masker van mij af. Als er dan eens iemand zou komen en zeggen "Corky, ik hou toch van je, ik wil je hebben, zoals je werkelijk bent,

ik heb je nodig....."



HALLO PIET,

Je zult wel raar staan te kijken dat je plotseling een brief van me krijgt, maar ik heb het gevoel dat ik je een hele hoop te vertellen heb en dat we eigenlijk veel in te halen hebben. Vroeger al hebben we eigenlijk nooit contact gehad en ook nu nog als ik bij je op bezoek ben blijft het contact beperkt tot formaliteiten. Daarom wil ik het nu op deze manier proberen omdat we mishelemaal 'nieuw' tegenover elkaar kunnen gaan staan en veel eerlijker kunnen zijn. Ondanks dat heb ik het gevoel dat we elkaar drommels goed kennen en ik geloof juist omdat we innerlijk als twee druppels water op elkaar lijken en omdat we dat allebei al die jaren drommels goed weten hebben, dat er tussen ons een soort rivaliteit ontstond, waardoor communicatie onmogelijk werd. Goed, we gaan het nu dus zo proberen. Waar ik het eigenlijk over wil hebben is het feit dat ik althans tot nu toe gepresteerd heb om mijzelf nog steeds buiten een inrichting of crisiscentrum te houden, terwijl dat jou dus niet gelukt is, MAAR DAT DE ROLLEN NET ZO GOED OMGEDRAAID HADDEN KUNNEN WORDEN;

Ik wil zo'n beetje vertellen wat ik door-gemaakt heb en gedacht en geworsteld in de loop der jaren niet met de bedoeling om je een voorbeeld of zo iets te geven, maar eerder om je te laten zien dat jij niet de enige bent met jouw specifieke problemen, maar dat ook ik - en ik geloof IEDEREEN- met precies dezelfde problemen kampt! Het enige waar het om draait en waar je voor vecht is immers de wens en de wil om te leven, de dwingende wil om voor de volle 100% te leven, om echt jezelf te kunnen zijn. Er zijn m.i. ontzettend veel dingen die je verhinderen om werkelijk jezelf te zijn en de ergste en meest fundamentele is wel de ANGST. Angst om 'anders' te zijn, angst om afgekeurd te worden, angst om gek gevonden te worden, angst om te falen, om jezelf nog verder kwijt te raken. Ik geloof dat ook Joop den Uyl of de koningin of de directeur van Philips deze angst kennen. Waarom ik nooit echt contact met jou gehad heb is precies die angst! De agressie die je tegen jezelf richt (ik vind mezelf een zak etc.) is verspilde energie want de oorzaak is evengoed 'de maatschappij' of 'de anderen' die evenmin jezelf durven zijn enzodoende jou de ruimte ontnemen om te zijn wie je bent. Je moet proberen jezelf te zijn en erin te vertrouwen dat dat goed is. Niet vanuit het beeld dat je van jezelf hebt (ik heb die en die vorm van gekte etc.)

daarmee begrenst je jezelf weer. Hèhè is me dat even schrijven. Ik hoop dat je in het bovenstaande iets herkent en dat je me vlug terugschrijft opdat ik weet of het al dan niet is overgekomen.

Groeten van je broer.

MIJN MOEDER

Mijn moeder is soms een lekker dier Dan komt ze met haar oude jurken en jassen, En ik doe haar een groot plezier om al die dingen te passen.

Dan sta ik daar voor gek Want alles is veel te groot Ik ben dan net een klerenrek of een of andere idioot

Alles fladdert om mij heen en met veel te lange mouwen en de zoom op m'n teen Moet ik door de kamer sjouwen

Dan staat ze met te bekijken en vindt alles even goed staan Wat wil ze hiermeer in godsnaam bereiken Ik trek die rotzooi nooit aan.

Als de show weer is afgelopen en we zitten aan de thee zeg ik Ma, "ga die dingen maar verkopen of geef ze weg Misschien doe je er een ander een plezier mee Maar mij niet.

GEK: ERENAAM

Met begrip heb ik in het vorige nummer het artikel gelezen: "Zijn wij op de goede weg?" Achteraf meen ik te mogen zeggen: "Ja inderdaar zijn wij op de goede weg." Waarom dan wel? Schrijver of schrijfster van dit stukje is het niet eens met de naam "Gekkenkrant", want dit komt hem (haar) als een scheldnaam voor. Laten er mensen zijn die het woord "gek" werkelijk als een scheldnaam gebruiken. Kinderen zeggen in dat geval: "Schelden doet geen zeer". Nu, dat ben ik niet met hen eens. Schelden kan namelijk allemachtig zeer doen. Iets anders is, dat iemand die op ons scheldt, ons diepste wezen niet kan veranderen. Daarom hoeven we niet bang te zijn als iemand ons uitscheldt. We kunnen ons alleen zorgen maken over het feit, dat hij met zijn gescheld zichzelf benadeeldt. Laten wij daarom het woord "gek" niet alleen als een scheldnaam beschouwen, maar als een erenaam.

vervolg brievenrubriek pag 12.

nu eens een lekker medicijnen-artikel • verslaving

Bijna iedereen heeft het wel eens over verslaving. Als we praten over drugs of over geneesmiddelen, of een kennis, die veel rookt of drinkt, of zonder pil niet kan slapen. Iedereen weet dus wel zo'n beetje, wat verslaving is. Omdat ik het af en toe zelf toch wel een beetje een verwarrend begrip vind, heb ik nog eens goed nagedacht, wat verslaving nou precies is. Om het verhaal niet te lang te maken, komt er de volgende keer een stukje over de oorzaken van verslaving.

Je bent verslaafd, als je de slaaf bent geworden van iets, wat je niet kunt laten. Dat iets is sterker dan jezelf, en dwingt je te gehoorzamen. De verslaving ligt op de loer als je merkt, dat er iets is, dat je nog maar met grote moeite kunt nalaten. Ze zeggen wel eens, dat iedereen zijn eigen verslaving heeft. Iemand, die nagels bijt, kan daar eigenlijk duidelijk verslaafd aan zijn: hij zou het graag willen laten, maar kan niet. Dit is natuurlijk erg onschuldig, maar iemand die bijvoorbeeld gokken (roulette!) niet kan laten, begint al heel wat meer op een slaaf van zijn eigen gewoonte te lijken. Zijn gokzucht dwingt hem al zijn geld aan het spel uit te geven, waardoor belangrijke dingen (voedsel voor zijn arme kindertjes) worden vergeten.

Bij het woord "verslaving" denk je meestal echter in de eerste plaats aan verslaving aan bepaalde middelen. Men is dan door het regelmatig gebruiken van zo'n middel zijn geestelijke vrijheid er tegenover kwijt geraakt, en zonder hulp kom je er niet meer af. Bij sommige middelen realiseert men zich niet eens, dat er sprake is van verslaving, omdat vrijwel iedereen het is. Hoeveel mensen worden niet onrustig en lichtelijk onhandelbaar, als ze niet op tijd hun portie koffie in de vorm van een bakkie leut hebben gehad. En laten we vooral nicotine niet vergeten. In de oorlog ruilden veel mensen een deel van hun toch al zo schaarse voedsel tegen wat tabak; als dat niet op verslaving wijst! Als je bereid bent om voor het middel, dat je zo graag wilt hebben, honger te lijden, dan heb je op dat punt kennelijk je inzicht in wat wel en niet redelijk is verloren. En dat is nu een typisch kenmerk van verslaving: je gaat belangrijke dingen onbelangrijk vinden, terwijl onbelangrijke dingen een grote betekenis kunnen krijgen.

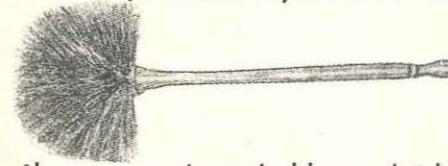
Hoe raak je dan wel verslaafd? Ga er maar gerust van uit, dat je alleen verslaafd raakt aan een middel, dat je een prettig gevoel geeft. Een middel dus, dat je bevrijdt, bijvoorbeeld van zorg, angst, gevoel van minderwaardigheid en middelmatigheid, moeheid, pijn, of dat je doet vergeten, hoe rot je woont, wat een troep het op je werk is, of dat je huwelijk nooit is wat je ervan had verwacht. Verslavend zijn bijvoorbeeld middelen, die het centrale zenuwstelsel verdoven, zoals sommige sterke pijnstillers (opium, morfine, pethidine, palfium, heroïne, e.a.), slaapmiddelen, kalmeringsmiddelen van het valium-type en alcohol; verder opwekkende stoffen als cocaïne en amfetaminen en niet te vergeten (niet lachen a.u.b.) laxemiddelen (ook deze bevrijden je van een ellendig gevoel, namelijk de verstopping).

Het al dan niet verslaafd raken hangt dus af van het middel. Een stof als morfine geeft na enige tijd bij nagenoeg iedereen verslaving, dus ook bij geestelijk erg "sterke" mensen. Toch hangt het ook af van de persoonlijkheid en de omstandigheden. Neem bijvoorbeeld alcohol: vrijwel iedereen gebruikt het af en toe. Toch worden gelukkig maar weinigen alcoholist. Wie alcoholist wordt, kan dat al heel snel zijn, het kan ook na jaren van af en toe een glas gebeuren, waarbij dan de omstandigheden een grote rol kunnen spelen.



Het laten drinken van een platliggende patiënt.

Bovendien hangt de mogelijkheid van verslaafd raken af van de gelegenheden, die zich voordoen. Heroïne en morfine kun je eigenlijk alleen "illegaal" krijgen, daarvoor moet je dus wel die kontakten hebben. Amfetamine-verslaving kun je van een goedgeefse kennis krijgen. Er is echter nog iemand actief om verslaafden te maken: de arts. Morfine (pijnstillers), amfetamine (vermageringsmiddel), slaapmiddelen en kalmeringsmiddelen (van het type Valium) zijn echte verslavende middelen, waar veel artsen opvallend royaal mee omspringen.



Ik wil nog even benadrukken, dat het tot dusver over geestelijke afhankelijkheid van middelen gaat. Vaak gaat dit namelijk gepaard met nog een ander gevolg van regelmatig gebruik van een middel, namelijk dat de oorspronkelijk gebruikte hoeveelheid na een tijdje niet meer voldoende is om het gewenste effect te bereiken. Dit heet "gewenning". Deze gewenning kan in het begin nog worden ondervangen door een hogere dosis, doch na een tijdje gaat dit minder goed. Dit komt, doordat alle middelen meerdere werkingen tegelijk uitoefenen, en dat de gewenning niet voor al die effecten even sterk is. Daardoor treden steeds meer de eigenlijk niet-gewilde effecten op de voorgrond. Een voorbeeld is morfine. Bij gewone dosis werkt het verdovend, en slechts een klein beetje op het maag-darmkanaal (het stopt de bewegingen van de darm). Nu treedt wel gewenning op voor de verdovende werking (waarvoor de morfinist het middel neemt), maar niet voor de werking op de darm. Dus, terwijl een morfinist steeds hogere doses neemt, krijgt hij steeds meer last van verstopping.

Gewenning treedt vooral op bij alle middelen, die het centrale zenuwstelsel verdoven. Dit gaat dan zover, dat het lichaam zich zelfs helemaal op deze middelen gaat instellen, en zonder die middelen niet goed funktioneert. Een echte alcoholist kan pas na een borrel, zonder morsen zijn tweede glaasje vasthouden.

Zo wordt iemand dus geestelijk en lichamelijk afhankelijk van een middel. Bij gebrek aan die stof treden onthoudingsverschijnselen op, die onvoorstelbaar erg kunnen zijn, vooral bij morfine etc., alcohol en de zware slaapmiddelen. Op dit punt aangekomen is het dus vrijwel onmogelijk om zonder hulp van de verslaving af te komen.

Van de veel voorkomende verslavingen is vooral morfine en heroïne gebonden aan het milieu. Verslaving aan amfetaminen (pep) komt bij huisvrouwen veel voor, dankzij het feit, dat deze veel als vermageringsmiddelen werden voorgeschreven. Verslaving aan "pep" is rot en leidt onder andere tot achtervolgingswanen, maar er is zonder veel onthoudingsverschijnselen af te komen. Anders is dit met alcohol. Alcohol is erg goed in staat het leven tijdelijk wat meer kleur te geven. Die kleur verdwijnt wel, als er eenmaal een echte verslaving is, vooral door de gevolgen en de onthoudingsverschijnselen. Hierbij is goede hulp nodig, die steeds meer wordt gezocht in het helpen van elkaar door alcoholisten en ex-alcoholisten. Een voorbeeld zijn de "Anonieme Alcoholisten". Verslaving aan slaapmiddelen en kalmeringsmiddelen wordt meestal door de royaal voorschrijvende arts veroorzaakt, die vervolgens niet in staat is iemand er weer af te helpen, onder andere omdat hij niets heeft gedaan aan de spanningen, waarvoor hij ze voorschreef (het slechte huis, spanning op het werk).

Voor lezers van deze krant is het nuttig om nog op te merken, dat neuroleptica (bijvoorbeeld Largactil, zie het overzicht in de vorige krant) op zichzelf niet verslavend zijn, en ook geen gewenning geven. Het zijn dan ook helemaal geen stoffen, die een prettig gevoel kunnen geven. Zoals nu ook wel duidelijk zal zijn, sluit dit niet uit, dat iemand toch aan het slikken van dat soort tabletten verslaafd kan raken (aan de handeling van het slikken dus). Maar dan zit je in de soort verslavingen, die vergelijkbaar zijn met niet zonder dropje kunnen, zonder een droge keel te krijgen. Je voelt je dan gewoon niet veilig en onbeschermd, omdat je het niet hebt. Dit kan met alle middelen gebeuren.

Waarheen voor hulp? Voor alcohol-verslaving is het slim de folder "Alkoholproblemen en hulp daarbij" van de Federatie van Instellingen voor Alkohol en Drugs aan te vragen (F.Z.A., Postbus 171 te Bilthoven, tel.: 030-780724). Deze folder bevat veel informatie en adressen van consultatie-bureau's. Ook voor drugs en kalmerende middelen kunnen deze consultatie-bureau's verder verwijzen, vooral wanneer je arts geen hulp kan of wil bieden. Voor adressen kunnen ook JAC's en Releases (telefoonboek!) vaak uitkomst bieden. Het centrale adres van de Anonieme Alcoholisten is: Postbus 1594, Amsterdam.

HET LIED

Er wordt een gezellige avond georganiseerd. Midden in de konversatie zaal voor de dames staat een zuster, ze maakt bekend dat elk paviljoen een lied moet maken. Het mag een bestaande melodie zijn, doch ook zelf gecomponeerd worden. De zelf te maken tekst moet betrekking hebben op de jaargetijden en het wisselvallige weer in Nederland. De zuster gaat verder in op details en probeert de mensen aan te moedigen, helaas, de animo is zoals gewoonlijk nihil. De gebruikelijke stilte, na een oproep tot aktivering, blijft dan ook niet uit.

Ik laat me onderuit zakken, pak een boek en begin voor 't oog van Neerlands volk te lezen. De zuster zucht diep en gaat van de een naar de ander om belangstelling te wekken. Het enige wat ik zie zijn: gesloten, onverschillige, grijnzende en sloof-je-niet-uit gezichten. Het zuster-tje vindt blijkbaar dat ze haar beste beentje heeft voor gezet, kijkt op haar horloge en verdwijnt met rammelende sleutels. Dit laatste geluid koner weleens op wijzen dat zij deze moeilijke opdracht heeft uitgesteld tot het laatste kwartier van haar diensttijd. Ze weet dat ze "nul op 't request" krijgt. Voor sukses is meer nodig.

Op een dag zit ik in de konversatiezaal zowaar alleen aan een tafeltje. Dat gebeurt zelden. Aan de andere kant van de zaal zitten enige mensen, wat ze doen is me onbekend, ik wil het ook niet weten want ik voel me rustig en wil daar even van profiteren. Opeens staat er een zuster voor me, beslist niet onaardig. Als ze goedgemutst is kun je met haar praten. En ze is dikwijls goed gemutst. Ze lacht en komt naast me zitten. Dat laatste komt vaker voor, maar haar lach vertelt me dat ze iets bijzonders heeft. Ze zegt: "Ik wilde u iets vragen." Ik antwoord: "Gezellig, steekt u maar van wal." Na de eerste aanloop dringt het tot me door: "o, spaar me, het lied". Ze maakt er een babbeltje van maar komt terug op het lied. Ik voel sympathie. Mijn aanvankelijke bedoeling te weigeren laat ik varen. Als zij is uitgesproken zeg ik: "goed zuster, ik zal het proberen, maar mag ik me dan met papier en pen terugtrekken in de serre? Word ik niet gestoord voor:

- korveewerkzaamheden
- verplichte konversaties
- verplichte spelletjes zoals:

Joepie, Joepie is gekomen
heeft een meisje meegenomen!?"

De zuster stemt toe en ik heb m'n doel bereikt. Goed, ik verdwijn in de serre en zit eerst eens heerlijk te genieten van m'n vrije avond. Een ongekende luxe.

Daar zie ik een patiënt met grote ijver mijn kant op stevenen. De zuster houdt woord, ze loopt snel toe, staat iets uit te leggen waar de ander het mee eens is. Het tweetal maakt terugtrekkende bewegingen. Oud-vaderlandse liedjes in m'n gedachten oproepend begin ik te selekteren. "Door de bossen door de heide" valt bij mij in de prijzen, het gaat eveneens over de natuur en ik ken de melodie. Manouvre-rend met rijmwoorden ben ik er spoedig in verdiept. Na lang ploeteren heb ik een begin. Het kan m'n goedkeuring wegdragen zodat ik besluit de volgende dag verder te gaan.

Binnen weten ze inmiddels wat ik aan het doen was. De vragen vliegen me om de oren. "Nee, het is nog niet af. Ik heb hulp nodig. Proberen jullie het nu eens op de melodie van "de paden op, de lanen in", bijvoorbeeld, ik begin luid zingend te improviseren:

We gahahaan op stap
de lente tegemoet
vooruit de dassen af

iemand vervolgt al zingend:

Het weheheer is goed
de ijsco's smaken zoet
een goed gevulde tas.

De groep komt los, er volgen nog meer variaties. "Goed", zeg ik "in de zomer ijsco's, in de winter anijsmelk en wintertenen, knutsel gerust zoiets in elkaar."

Er kwamen drie liedjes uit de bus. Als je dan bedenkt dat meer mensen pogingen waagden, die jammerlijk mislukten, kom je tot de konklusie dat ze er "mee bezig" zijn geweest. En nog wel creatief.

Onder leiding van een zuster worden de liedjes genummerd met de nummers 1, 2, 3. Iedereen krijgt een stembriefje, waarop ze het nummer van hun favoriete liedje kunnen schrijven nadat ze allemaal gezongen zijn. Er zijn nog mensen die hun mond dichthouden maar ze luisteren wel. De sfeer wordt vol verwachting. Lied nummer 1 viel direkt af. Lied nummer 3 won, maar de mensen die op lied 2 hadden gestemd, wilden ze allebei nog eens horen. Even later weten we allemaal wie welk liedje heeft gemaakt en begint men op z'n Hollands te bekvechten over de ondersjes die fluisterend zijn voorafgegaan aan de tweede serenade. De keuze was echter voor de tweede maal genomen, het bleef lied nummer 3. Men bleef echter doordouwen, er wordt van alles doorelkaar geroepen. Toen kwam voor mij hêt moment van de dag. Ik hoor iemand overluid roepen: "Jij bent gek, hartstikke gek!" De aangesprokene roept luid en met nadruk terug:

"Dan kun jij terug naar de maatschappij". Ik voel me volmaakt gelukkig met dit antwoord. Voldaan sliep ik die avond in.

DINGEN DES LEVENS

ERVARINGEN VAN EEN BROEDER VAN HET SINAI-CENTRUM OP DE OPNAMEAFDELING "DE BRUG" VAN "ZON EN SCHILD", EEN PSYCHIATRISCH CENTRUM TE AMERSFOORT.

KORTE VOORGESCHIEDENIS VAN MEZELF:

Een periode van veel spanningen thuis en ook in het Amersfoortse binnenstads-gebeuren brachten me buiten mezelf, zodat een opnamen in "Zon en Schild" noodzakelijk was. Via de G.G.D. en met een inbewaringstelling werd ik per ambulance (vastgebonden) op de Brug bezorgd. De broeders die me opvingen waren me tamelijk goed bekend uit de binnenstad alhier. Tegen de G.G.D. broeders werd gezegd dat ze me gerust los konden maken. Enige verbazing over zoveel durf volgde bij de G.G.D. mensen.

ERVARINGEN.

Alvorens in bed te belanden, was er een goed gesprek met de broeders die me opnamen. Daardoor kwam ik alweer wat tot rust. Samen bespraken we de medicatie (slaap) die wel nodig was omdat ik vele keren nachtrust tekort kwam. Toen ik in bed lag, sliep ik als een blok in,



heerlijk gewoon. Bij het wakker worden, wist ik nauwelijks hoe ik gekomen was en waar ik me bevond. Dit werd me snel duidelijk toen mijn medebewoners kwamen aandrigen met scheergerei, truien en andere dingen, die thuis waren achtergebleven. Vriendelijke woorden en belangstelling deden veel goed. Alle moeite werd gedaan om me op mijn gemak te stellen. Toen bleek dat ik ook een broeder was

en toch een patiënt volgde zowel gelach als ook verbazing en ongeloof. Hoe bestond het dat een broeder patiënt kon zijn.

KORTE SCHETS VAN DE "BRUG".

Een gemengde opname-afdeling (dames en heren) met als doelstelling: door middel van goede team verpleging en het stimuleren van onderlinge relaties tussen de patiënten te komen tot herstel en terugkeer van de opgenomen mens in de maatschappij. Ter bevordering van de relaties en de openheid tussen verpleging, artsen en patiënten, werd driemaal in de week een groepsbespreking gehouden. Iets wat door vrijwel iedereen als zeer positief werd ervaren. Met de voorstellen en opmerkingen die uit deze groepsbesprekingen te voorschijn kwamen werd ook wezenlijk iets gedaan. De gemengdheid op deze afdeling droeg er toe bij dat er huiselijkheid ontstond (iets waar veel mensen behoefte aan hebben) en waardoor tevens normale man-vrouw verhoudingen tot stand kwamen.

Vooraf de medepatiënten alsook de verpleegkundige staf, maar zeker Dr. van Leeuwen, mijn behandelende arts, hielpen mij de dingen des Levens weer aan te kunnen, waarvoor bij dezen mijn dank.

Veel positiefs dus over het functioneren van de Brug !!!!

Arend-Jan Burgel
"De Enk" Amersfoort.

EEN DROOM

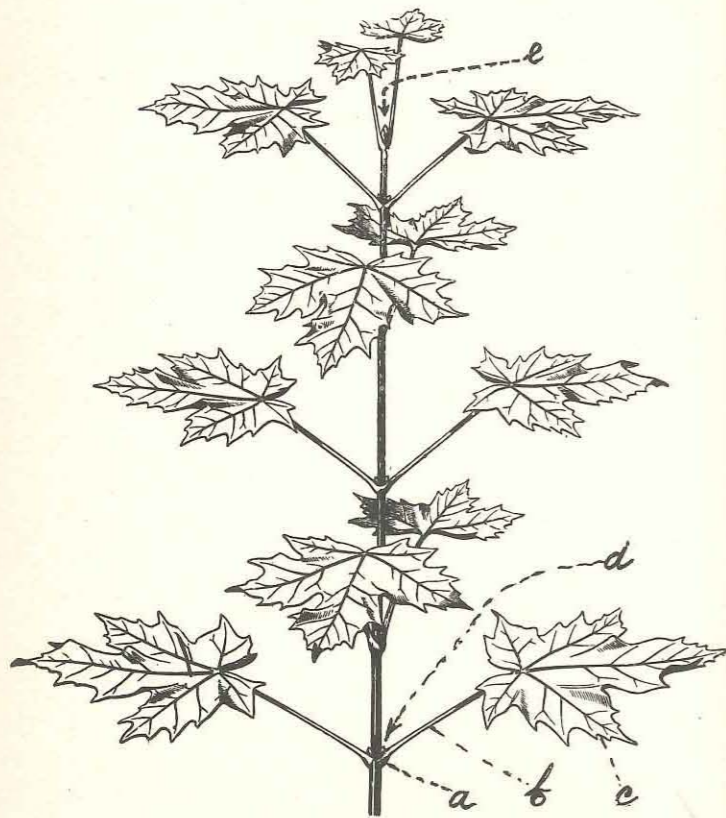
Een droom.

Onmiddelijk toen ik wakker werd vanmorgen herinnerde ik me dat in mijn droom één van mijn marmotjes bijna doodgebloed was. En ik was in een paars bos aan een blauw meer. Ik wandelde langs de oever waar de marmotjes lipen en in de verte voor de waterval zag ik een roeiboot. En een oude man in het zwart. Eerst dacht ik dat die man in de kooi zat waar mijn marmotten uit ontsnapt waren. Maar dat was niet zo. Want toen ik dichterbij kwam zag ik dat het m'n vader was. Of misschien mijn oom, maar dat weet ik niet meer, want later leek hij weer op mijn vriend. Ik liep naar hem toe maar hij zag mij niet. Toen zat ik in de roeiboot en voer op het meer. Ik wilde nog roepen, ik dacht, ik moet nog wat zeggen. Maar ik wist niet meer wat en hij was al te ver.

PORTRETTE

IK WAS DOOR EENZAAMHEID EN OVERWERK-
HEID OVERSPANNEN EN SLAPELOOS;

Van het eerste halfjaar van mijn opname weet ik niets meer, door shok en insulinekuren. Pas in een met mijn denkrichting gelijkgestemde Duitse inrichting bij Freiburg kwam ik bij mijn positieven. Het blijft voor mij altijd een vraag waarom men dit halve jaar uit mijn leven geschrapt heeft. Ben ik soms getrouwd geweest, heb ik een moord gepleegd? Of wat kan anders de oorzaak zijn? (...) Het enige waar je je aan vast houdt is de mededeling van de huisnaaister, dat je in een gele pilo-broek en korenblauw truitje 's zondags aan een wetering in het gras zat, helemaal eenzaam, moe na een week kantoorwerk (nog geen vijfdaagse werkweek) en verlangend naar een liefdesavontuur dat niet meer kwam. Sinds vier jaar geleden je verloving uit ging. Je weet ook nog hoe je chef rookte in een volkomen luchtdichte ruimte - een apart voor ja afgeschoten glazen hok zonder ramen opdat je je beter concentreren zou kunnen en maar harder werken. Deze herinnering is helemaal van jezelf, die weet je moeder zelf niet eens en daarom weet je ook dat je het werkelijk bent, ook zoek je later je chef.....



Ik moet namelijk alle portretten in een half uur af hebben. Ik heb ook vijf jaar lang bloemen en levensbomen (Zweedse, Franse enz.) geborduurd, wat ik nader zal

verklaren. In het zuiden zijn de kleuren sterker. Dus een Franse levensboom volgens Zweeds model borduurde ik in rood en groen en goud. Het verkocht goed maar ik had niets aan de opbrengst, die was altijd voor de bazaar.

Nu pak ik lepeltjes in, fabriekswerk, en vermaak ik mijn eigen zomerjurken al of niet onder leiding en maak zo'n enkele keer nog meer eens een schildering of een boetseerwerk. De kop van mijn vriend, sinds driekwart jaar, staat gebakken in mijn eigen opgebroken kamertje (dat bij de keuken komt). Hij lijkt uitstekend zegt iedereen. We kunnen geen kinderen meer krijgen want ik heb mij laten behandelen met het oog op vrij wandelen. We hadden vijf jaar lang een ouderwetse arts, die mij binnen hield. Ik kan niet meer rekenen en typen op mijn schoot, vroeger typte ik foutloos. Of ik ooit die toestanden van hoge bloeddruk ineens kwijt zal raken?

In elk geval zit ik nu al twintig jaar onder de medicijnen en veel psychiaters heb ik nooit gesproken (...)

Ik heb ook positieve eigenschappen. Sinds de tweede opname in Santpoort (mijn vorige opname) ben ik gaan portrettekenen en dat doe ik goed. Dat weet ik uit de beoordeling van de omgeving. Een slordige tweehonderd portretten zijn uit mijn handen gekomen, goed gelijkend (...). Daarbij moest ik dan niet teveel naar de t.v. kijken, want dan werd dus b.v. zr. Doop eerst Mies Bouwman en daarna pas zichzelf. Maar dan ook goed zichzelf.

Daarbij had ik dan natuurlijk twee avonden geleden naar Mies Bouwman gegaan en liep zr. Doop steeds weg, zodat ik dit zeer knappe Chinese meisje steeds enkele minuten in de kijker had, maar twee uur of langer mocht portretteren.

KONDITIONERING

Gaarne wenst X u deze financiële bijdrage te overhandigen, de welke afkomstig is van het tweewekelijks "belonings"-systeem van Wolfheze. Mocht u het op prijs stellen dan kan zij ermee doorgaan van deze "beloning" afstand te nemen (doen) ten wien bate.

In X's ogen (zover te zien alleen de hare) is dit beloningssysteem geen menswaardig systeem: op menig facet ontleed en be(ver)oordeeld te worden, terwijl men ervan uitgaat dat DE "patiënt" gestimuleerd moet worden.

(Opjutten maar. Men leze in dit verband het hoofdstuk "What makes Sammy run?" uit het boek "Existentie in licht en duister" van Dr. H. van der Drift, voormalig directeur-geneesheer van

Wolfheze). Terwijl zij moet toegeven de hoogst mogelijke "beloning" te mogen ontvangen, dus - indien mogelijk - waarschijnlijk buiten de stimulering valt, hoewel zelfs zij natuurlijk "zakken kan, en er dan wel binnen valt. Van invloed is ook X's oordeel het recent verblijf op een paviljoen waar zowel personeel als patiënten de hele dag met de sofistische uitdrukking "korrektie" (=straffen) schermden, die ook dag en nacht werden uitgedeeld. Sindsdien is X niet zo dol op "stimulering" en "konditionering", want "beloning" is ook weer zo'n woord, dat bestaat bij de gratie van de onvolprezen "korrektie". In u heeft X genoeg vertrouwen om u te laten accepteren wat u wilt. Waar MEN op hamert is de INZET van de patiënten. Zo verdeelt men hen in groepen naar hun "nivo's" en iedereen in iedere groep kan in theorie het maximum bereiken, wat zo goed als niet voorkomt. (Maximaal f 20,- per week, en gemiddeld f 10,-.)

GOEIE BEURT

Kunt u dit stuk in de krant zetten ook zonder mijn naam? Want, oh, die slimme dokters en hoofden. Wij krijgen de krant niet in handen, maar ik kan me sterk vergissen, ik geloof dat zij hem lezen en ze kennen mijn voorgeschiedenis. Wat denkt u ervan? Zouden we het er op kunnen wagen? Nou ze mogen op me af komen. Dan gooi ik er alles uit. Dan krijgt de een na de ander een goeie beurt van mij.

"Zo is het maar net. En als er iemand vervelend tegen u is, omdat u deze brief hebt geschreven, krijgt hij ook nog met ons te oden doen". (red.)



MANIFESTATIE

Op de allereerste plaats heb ik bij deze brief een aantal punten opgeschreven die zaterdag (op de manifestatie red.) niet ter sprake zijn gekomen.

1. Opvang door o.a. ouders in de maatschappij- (om)scholing. Wordt je door je medemensen geaccepteerd zoals je nu bent of zoals je vroeger was?

2. Het schort nog aan praatpalen, die je kunnen begeleiden.

3. Zakgeld (verhoging van zakgeld. Ik verdien hier nu f 4,50 per week, waar je nog geen tien postzegels van kunt kopen (voor brieven). Hiervoor werk je dan 6 en een half uur per dag en dan nog niet eens alleen maar omdat je gewoon patient bent zoals je op de afdeling gezien en betiteld wordt. Maar bovendien ook nog een hele groep van 15 a 20 mensen, die op therapie komen moet begeleiden.



4. Je wordt makkelijker en eerder opgenomen dan je eruit komt. Wie helpt je eruit?

5. Humor en vrolijkheid en zelfvertrouwen is iets wat je zelf moet scheppen (maken) en wordt niet door het verplegend personeel gestimuleerd.

6. Hoe komt het, dat patienten nooit eens iets zelf mogen organiseren, in zoverre dit - als er samenwerking met andere patienten is - mogelijk is. Hierin speelt het open staan van patient tot patient een grote rol.

7. Hoe zet je een aktie op touw, zonder dat er onenigheid ontstaat onder je medepatienten? Waar moet je het eerst mee beginnen?

8. Geduld hebben met de patient als er moeilijkheden te bepraten zijn - het

aanhoren - en samen tot een goede konklusie komen. Er over durven praten, zonder de problemen in een hoek te duwen.
 9. Vermaak - vooral in de weekends -
 10. Het wordt tijd, dat de mensen niet meer met z'n tienden of meer op één zaal hoeven te slapen. En al zou hier geen verandering in kunnen komen, dan zou ik willen voorstellen dat mensen die wat privacy willen een zo gezellig mogelijk hoekje voor zichzelf krijgen. Waar een bed staat en een nachtkastje en platen aan de muur die zij zelf mooi vinden. Zodat het een eigen sfeer krijgt en de zaal niet meer zo koud aan doet. Tot slot nog een stukje uit het gedicht. (helemaal werd teveel, red.)
 Door veel te bespreken en te vragen
 Zal je er uiteindelijk wel in slagen
 De stap te nemen naar de moeilijke maatschappij.
 Je kunt worden ontslagen en bent
 Weer als een vogeltje in de lucht zo vrij
 Dat is immers je hele streven?
 Je kunt er toch niet voor altijd blijven
 Je hele leven?

MANIFESTATIE

Geachte redactie, hartelijk bedankt voor deze dag, voor de mogelijkheid om met U samen te denken over de Gekkenkrant. Deze wil strijden voor de vele mensen die zijn opgenomen in psychiatrische ziekenhuizen die ouderwets-onmenselijk zijn in het behandelen van de zieke mens, die toch ter genezing daar is. U wil met uw krant de direkties en de verpleging laten zien, hoe erg hun manier van handelen is. Hartelijk dank daarvoor. Het zal zeer zeker lange tijd duren voor dit doorsijpelt maar U helpt eraan mee. Ik was bevoorrecht, ik was in een goed, zèer goed ziekenhuis en er zijn meerdere ziekenhuizen in ons land die goed zijn. Ook daarop kunt u wijzen en dat zal voor vele direkties een stimulans zijn om zo te gaan werken voor het heil van de mensen. In de hoop dat die dag voor U ook nut gehad heeft, wens ik U veel sukses en hartelijk dank.

INTERVIEW

GEKKENBELANGENGROEP

Zoals we al vaker in deze krant hebben beweerd, is het voor ons duidelijk dat er aan een aantal wantoestanden alleen iets zal veranderen wanneer opgenomen mensen zelf meer voor hun belangen gaan opkomen. Maar opgenomen mensen kunnen dat niet alleen: hulp van mensen van buiten is gewoon erg nodig. Maar helaas is het aantal groepen buiten de inrichtingen dat zich bezig houdt met de belangen van psychiatrische (ex-)patiënten nog op de vingers van één hand te tellen. Daarom spitsten wij meteen onze oortjes toen we hoorden van de GEKKENBELANGENGROEP in Utrecht. Deze groep liet vooral van de zomer van zich horen, toen ze een demonstratie organiseerde tegen de sluiting van de Professor Rümke Kliniek. Dat maakte ons erg nieuwsgierig, zodat we naar Utrecht reisden om daar aan Kiny, Mariandel, Margriet, Ida en Arjen te vragen:

- Wat doet de Gekkenbelangengroep?
 Gbg: "Wij vertegenwoordigen de belangen van mensen die in inrichtingen zijn opgenomen. Dat doen we op twee manieren: wij voeren actie tegen misstanden en wij verlenen hulp aan mensen die daarom vragen. Dat moet dan wel in Utrecht of omgeving zijn natuurlijk."
 - Wanneer iemand jullie schrijft die bijvoorbeeld met een machtiging is opgenomen en die eruit wil, dan kunnen jullie toch maar heel weinig doen, of niet?
 Gbg: "Nou, dat valt erg mee. We hebben in korte tijd toch twee mensen die een machtiging hadden eruit gekregen. We gaan in zo'n geval eerst met twee mensen erheen om te praten en na te gaan wat er precies gedaan kan worden. Dan gaan we daarna ook met de inrichting praten. Als je dat doet, dan blijkt

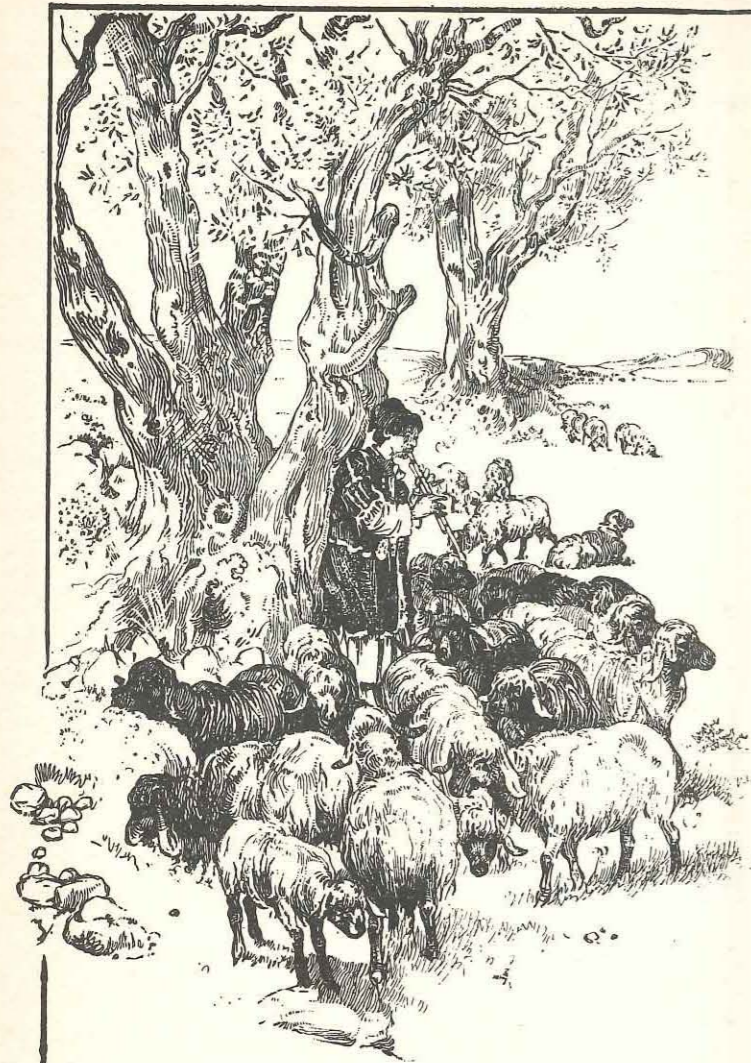
pas dat ze zelf lang niet altijd weten waarom ze iemand opgenomen hebben en wat er met hem moet gebeuren. Een psychiater zei over één van z'n "patiënten" dat die was opgenomen omdat hij "abnormaal gedrag vertoonde", maar wat is dat? Dat bleek te zijn dat iemand teveel briefkaarten schreef. Die psychiater zei ook nog dat bij die patiënt thuis de communicatie was scheef gelopen, maar ook dat er sprake was van een hersenstoornis. Het bleek bijvoorbeeld ook dat de arts die de machtiging had uitgeschreven helemaal geen contact had gehad met degenen voor wie die machtiging was. We hadden ook te maken met iemand die een fikkie had gestookt in haar kamertje. Toen we contact met haar kregen, zat ze in een isoleercel, met blinden voor de ramen, met de deur dicht en in de banden. Wij hebben bereikt dat de

blinden weg zijn en dat ze meer vrijheid heeft gekregen. Nu komt ze zelfs eens per twee weken naar ons toe. Op het moment zijn we ook bezig met twee overplaatsingen. Ja, als je er echt achteraan gaat dan blijkt dat je nog heel wat kunt doen."
 - Is hulpverlening voor jullie het belangrijkste?
 Gbg: "Eerst wel, maar nu vinden we actie voeren eigenlijk belangrijker. We zijn in het verleden teveel met hulpverlening overspoeld. De actie leed daaronder. We zijn daar nog niet helemaal uit, maar we vinden dat het belangrijker is om misstanden op te ruimen dan om telkens opnieuw de mensen te helpen die er het slachtoffer van zijn. Op die manier verandert er namelijk nooit iets, de oorzaken van al die individuele gevallen blijven dan gewoon bestaan."
 - Als jullie nu meer aan actie gaan doen, kunnen mensen met problemen dan nog wel bij jullie terecht?
 Gbg: "Jazeker wel. We blijven wel mensen helpen, ook omdat dat voor de actie heel belangrijk is: zo komen we misstanden op het spoor. Als we iemand zelf niet kunnen helpen dan geven we dat door aan het JAC-Utrecht. Wanneer het te ver is geven we het aan een andere instantie door, wanneer die er is. Kijk, wij zijn te klein, met zes mensen, om alle hulpverlening te doen en ook nog actie te voeren."
 - Noem eens een voorbeeld van een actie.
 Gbg: "De Rümke-kliniek. Dat vonden wij een van de betere klinieken. Het was een therapeutische gemeenschap die vanwege de economie (!) plotseling werd gesloten. Nu is er in Utrecht en omgeving helemaal geen therapeutische gemeenschap meer. Toen zijn wij de straat opgegaan, zodat er publiciteit over kwam. Anders was alles in stilte gebeurd. Er was in dat besluit ook niemand gekend. We hebben ook een petitie aan de inspekteur gestuurd en die zei dat hij de sluiting ook betreunde. Hij zei dat hij de behoefte aan een nieuwe therapeutische gemeenschap wilde peilen. Wij vinden dat natuurlijk grote onzin:

die behoefte is zo duidelijk als wat!"
 - Vinden jullie dat een geslaagde actie?
 Gbg: "Ja. We kunnen er met een paar mensen echt niet voor zorgen dat er een nieuwe therapeutische gemeenschap komt. Daarom hadden wij een bescheiden doel: we wilden wel dat zoveel mogelijk mensen wisten wat er gebeurde. Dat is uitstekend gelukt. We hebben ook wel een beetje hoop dat er iets nieuws komt."
 - Wat voor acties zijn jullie in de toekomst van plan?
 Gbg: "Dat willen we nu nog niet zeggen, anders maken we misschien slapende honden wakker. Jullie zullen het wel merken. We kunnen wel zeggen dat we van plan zijn om een landelijke actie te beginnen over de AWBZ. Waarschijnlijk samen met de Cliëntenbond, want die is er ook mee bezig. Misschien lijkt het nu of wij alleen voor verbetering van de inrichtingen zijn, maar dat is toch niet waar hoor. Volgens ons liggen de oorzaken vooral ook in de maatschappij. Daar moet ook hard aan worden gewerkt."
 - Zijn jullie zelf ook ex-patiënten?
 Gbg: "Wij zijn met ons zessen. Drie daarvan zijn opgenomen geweest. De anderen voelen zich erg betrokken bij deze dingen. Vier mensen zijn min of meer aan het JAC-Utrecht verbonden. Dat is ook een beetje de achtergrond van deze groep: therapie zagen we niet meer zo zitten - we zagen meer in actie. We hebben toen een groep gevormd van JAC-mensen met hun vroegere klanten."
 - Dat lijkt ons een heel goed idee ook voor andere JAC's en misschien Releases om samen met hun klanten een actiegroep te vormen. Wie kan met jullie contact opnemen?
 Gbg: "We zijn er voor opgenomen mensen. We hebben trouwens dringend cliënten of ex-clieënten nodig om met ons mee te werken, want er is enorm veel te doen!"

Adres: oude gracht 371, Utrecht; tel. 030-310267 of 030-313824.





OVER

PATIËNTEN-

RADEN

Eén op de drie inrichtingen heeft op 't ogenblik een patiëntenraad of bewonersraad. Dat betekent dus, dat twee van de drie inrichtingen er nog geen hebben.

Dit verhaal is zo'n beetje bestemd voor de inrichtingen, waar zo'n patiëntenraad nog niet bestaat. Want als je daar zit, en je leest over hoe goed de patiëntenraden het ergens anders doen, dan kun je alleen maar denken: bij ons lukt zoiets nóóit!

En dat klopt natuurlijk wel, een goede patiëntenraad heb je ook niet van de ene dag op de andere.

Maar 't wordt natuurlijk wel makkelijker, als je zo'n beetje weet, hoe zo'n raad er nu ongeveer uitziet, wat ze daar nu eigenlijk doen als ze bij elkaar zitten, wat voor resultaten je er nu eigenlijk van kunt verwachten, en met welke moeilijkheden ze toch ook altijd weer blijven zitten.

Hoe begint een patiëntenraad?

In Coudewater, Rosmalen, vonden twee patiëntes, dat ze ook best wat medezeggenschap mochten hebben over de vorm van ontspanning, die werd gegeven. Ze gingen naar het hoofd ontspanning; die was het met hen eens; vond zelfs, dat er meer vertegenwoordigsters mee moesten denken; en zo werd heel ongemerkt de patiëntenraad geboren.

Op de St. Bavo te Noordwijkerhout werd zoveel gekankerd over het eten, dat het personeel zelf een menu-kommissie samenstelde, en toen merkte, dat het noodzakelijk was om daar ook patiënten in op te nemen. En na verloop van tijd zeiden de patiënten tegen elkaar: "We zitten nu wel te klagen over het eten, maar mogen we nu ook eens klagen over de verpleging, of over de arbeidstherapie?" (zie het interview in Gekkenkrant nr. 11).

Het begint dus heel simpel: een eenvoudige en voor de hand liggende klacht, waar je als patiënt achter aan moet gaan, tot je een personeelslid ontmoet, dat vindt dat er met zo'n klacht iets moet worden gedaan.

Hoe zit zo'n patiëntenraad nu in elkaar?

Meestal bestaat een patiëntenraad uit vertegenwoordigers van de verschillende afdelingen. Liefst twee per afdeling, of één, maar dan met een vaste plaatsvervanger.

Op Coudewater bestaat hij uit 35 dames, die eens per maand vergaderen. 15 daarvan zitten in een werkgroep, die wekelijks bijeenkomt om gemaakte plannen door te voeren.

En dan is er nog een bestuur van 5 dames, plus een gespreksleider. Maar voorzitter en sekretaris zelf zijn patiënten.

In het Willem Arntszhuis hebben ze twee "patiëntenparlementen", voor beide vleugels van het gebouw één. Yvonne Willems is daar de voorzitter. Zij is zelf ex-patiënte van het W.A.-huis, en werkt er nu als "ombudsvrouw". Betaald door de Gemeentelijke Sociale Dienst.

De Centrale Patiëntenraad op het RPI bestaat uit vertegenwoordigers van de zaalraden. Voorzitter is dokter Wielenga.

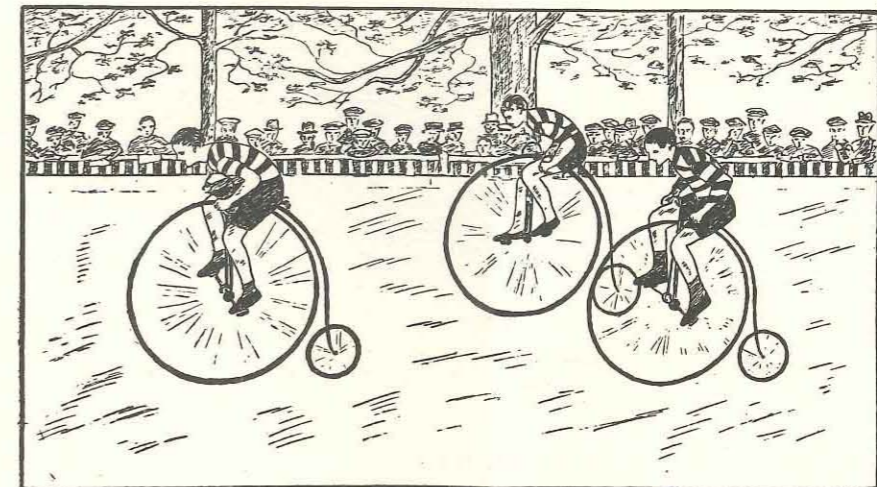
In Coudewater en het W.A.-huis hebben de raden medewerking van de inrichting in de vorm van kamers en subsidie.

Bij de RPI moeten de kosten door de patiënten zelf worden betaald.

Bij de patiëntenraad St. Bavo ook; maar daar werkt de inrichting weer mee door de werkzaamheden te beschouwen als therapie, dat wil zeggen dat de raadsleden hun werkzaamheden verrichten in therapietijd.

Je zou dus kunnen zeggen, dat de patiëntenraden allemaal op één of andere manier medewerking van de directie krijgen. Alleen lijkt het onszelf leuker om als raad geld en een kamer te krijgen, zodat je zelf wat meer armslag krijgt om aan de slag te gaan, dan meteen een hele voorzitter en géén geld. Maar ja, zo is het nu eenmaal toch wel gesteld bij alle patiëntenraden: het hangt toch wel zeker voor de helft van de directie af, hoe het op touw wordt gezet. Je moet, vooral in het begin, roeien met de riemen die je hebt.

Verder is het zo, vrijwel bij alle patiëntenraden, dat ze vaste commissies of werkgroepen hebben gevormd over belangrijke zaken. Zo is er altijd een menu-kommissie. Vaak ook een commissie, die de rechten van de patiënt bestudeert. En in Bloemendaal is bijvoorbeeld een verkeerskommissie, die de nummerborden van "hardrijders" op het terrein noteert, en ze dan op het matje roept.



Wat gebeurt er zoal in die raad?

Je zou kunnen zeggen, dat in een patiëntenraad drie soort zaken aan de orde komen:

- "gewone" wensen en klachten uit de zalen en afdelingen, zoals klachten over het eten;
- ideeën, die in de raad zelf ontstaan, zoals "wat zijn eigenlijk de rechten van een patiënt?"; "kan de rente op patiëntengelden niet worden verhoogd?";
- en het contact met de directie: het meedenken over nieuwe beleidsplannen, het uitnodigen van de staf om over hun ideeën te komen praten, enzovoort.

Onlangs zijn we als redactie uitgenodigd voor een bijeenkomst van het patiëntenparlement van het Willem Arntszhuis. Een verpleger kwam daar praten over hoe ze een bepaalde afdeling op een heel nieuwe manier wilden opzetten. En daarna werd er gepraat over het probleem, dat de dominee zo familiaar en opdringerig was, en dat je je daar als patiënt zo moeilijk tegen kon verweren. En of er niet weer eens verkeerslessen konden worden georganiseerd.

In de meeste raden maakt men zich zorgen over het probleem van betrokkenheid. De raadsleden zelf zijn sterk bij alles betrokken, maar het blijkt vaak moeilijk om de mensen van de afdelingen zelf enthousiast te maken en mee te laten denken. Dat staat bijvoorbeeld in het jaarverslag van Bloemendaal.

En in de notulen van de Centrale Patiëntenraad van de RPI lees je:

"Er komen weinig initiatieven uit de diverse unit-raden. Alleen de primaire behoeften van de unit-raden, per afdeling, komen naar voren."

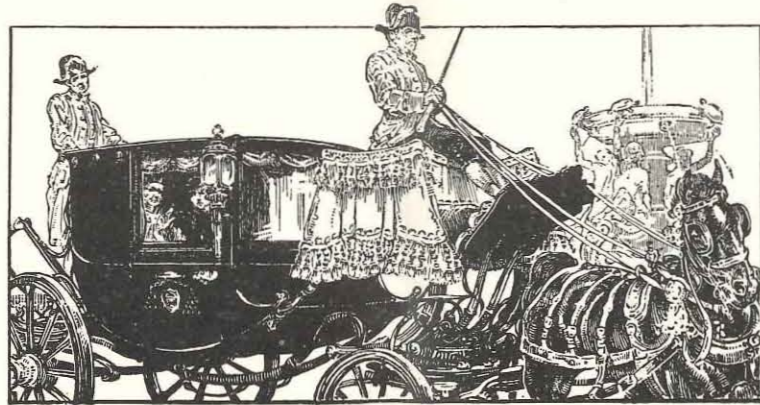
In de notulen van de volgende vergadering zie je, dat ze die zin willen veranderen in:

"(..) men heeft (..) de indruk, dat er nog een drempelvrees bestaat om onderwerpen ter bespreking in de Centrale Patiëntenraad te berde te brengen."

Uit dat laatste krijg je dan meteen een idee, waar dat gebrek aan betrokkenheid aan zou kunnen liggen. Namelijk, dat het voor een patiëntenraad heel verleidelijk is om je met zogenaamd "interessantere" zaken bezig te houden dan met de gewone huis-, tuin- en keukenklachten van iedereen.

Terwijl het daar toch in de eerste plaats om was begonnen.

Maar ook hier speelt weer mee, dat het toch weer niet alleen de patiënten zijn, die kunnen bepalen, waarover wordt gesproken. Dat wordt helemaal duidelijk, als je leest, wat er in Eindhoven gebeurde, toen Staatssecretaris Hendriks op bezoek was. Namens de Centrale Patiëntenraad werd hem een discussiestuk aangeboden, opgesteld door een niet-lid van de raad. Dat was voor de voorzitter, dokter Wielenga, bijna een reden om niet langer als voorzitter te willen optreden.



Heb je nu iets aan zo'n patiëntenraad?

Ja, dat hangt er natuurlijk van af wat je van zo'n raad verwacht. Er zijn resultaten bereikt, waar iedereen tevreden over zal zijn.

In elke inrichting, waar een patiëntenraad bestaat, is bijvoorbeeld een menu-kommissie gevormd. In het W.A.-huis komt binnenkort een aparte patiënten-telefooncel, en in meerdere inrichtingen (onder andere "Bloemendaal") heeft de patiëntenraad een vast spreekuur voor bewoners. In Coude-water zelfs een spreekuur-kommissie, die op eigen initiatief met patiënten gaat praten. We kregen een brief van de sekretaress: "De kommissie spreekuur is ondertussen ook gestart en we hebben al enkele mensen kunnen helpen. Eén keer ben ik zelfs al toegelaten in hun separeerkamer, en heb ik daar met een jong meisje een goed gesprek gehad. Daar tegenover staat, dat ik een keer niet werd toegelaten, en dat meisje, dat naar mij dringend gevraagd had, is toen weggelopen, en nu al drie weken zoek. Ik hoop vurig, dat ze weer goed terecht komt, en ik bel elke paar dagen op. Ik denk, dat ze op dat paviljoen wel niet gauw meer zullen weigeren om iemand van kommissie spreekuur toe te laten."

Maar aan de andere kant lees je dan weer in "Informantsz" nr. 7 (de patiëntenkrant van het Willem Arntsz-huis): "Wanneer zal nu eindelijk de beloofde kennismaking met de direktie plaatsvinden?"

Er zijn mensen, die van een patiëntenraad verwachten, dat ze zich geheel onafhankelijk opstelt tegenover de direktie. Met advokaten en al, om net als een vakbond een eigen plaats aan de onderhandelingstafel te bevechten. Een schone droom, waarvan wij hopen, dat die - liefst over niet al te lange tijd - bewaarheid wordt. Maar voorlopig zijn we daar nog niet. Voorlopig hebben we nog met de werkelijkheid van alle dag te maken. Waarin het stapje voor stapje gaat. Met medewerking van een direktie. Terwijl er dan toch belangrijke resultaten uit de bus komen.

Informatie over patiëntenraden

Goede, zakelijke informatie over patiëntenraden is te vinden in twee uitgaven, die door patiëntenraden zelf verzorgd zijn:

1. Reglement patiëntenraad Coude-water, te bestellen bij de Patiëntenraad Coude-water, Rosmalen.
 2. Informatie voor patiëntenraden, te bestellen bij Bewonersraad St. Bavo, Noordwijkerhout.
- Beide uitgaven zijn gratis, een briefkaart is dus voldoende.

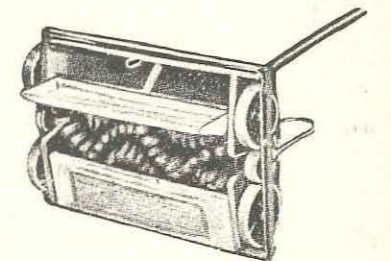
Voor het overige geldt natuurlijk ook voor patiëntenraden de lijfspreuk van de redactie:

"in inrichtingen waar het stil is,

is het goed mis!"



St. Joris.



EVEN SOLLICITEREN

Wij hebben veel geschreven over de middeleeuwse ellende en andere wantoestanden in Sint Joris te Delft (zie nr. 7 & nr. 9). Dat begon een jaar geleden, en half Delft is nog steeds in beroering. Op de "Open dag van de psychiatrie", die onlangs in Delft werd georganiseerd, kregen wij van de Sint Joris-staf de wind van voren. Wij spraken onder andere met de chemicus Ruud Muusze, en zagen vanuit de verte enkele van de kille geneeskundigen en de rentmeester. Men verweet ons, dat wij Sint Joris alleen door het slijk wilden halen en dat door onze aktie nu niemand wil solliciteren. Daarom solliciteren wij: De redactie van de Gekkenkrant meldt zich aan om als kollektief de leiding van het Sint Joris Gasthuis te Delft op zich te nemen.

EEN KNULLIG ANTWOORD

Er is nog een reden, dat we de zaak eigenhandig aan willen pakken: dat is vanwege de brief, die Staatssecretaris Hendriks schreef als antwoord op de vragen, die de Tweede Kamer-leden Van der Lek (PSP) en Coppes (PPR) stelden naar aanleiding van de Gekkenkrant-artikelen. Voor deze parlementaire procedure hadden wij een lijst opgesteld van 36 klachten. De bedoeling van ons en van Van der Lek en Coppes was, dat de Staatssecretaris een onderzoek zou instellen. Van het begin af aan hebben wij gevraagd om een onafhankelijk onderzoek. Dat is niet gebeurd. Nu heeft de Inspekteur voor de Geestelijke Volksgezondheid onderzocht, of hijzelf de afgelopen jaren wel goed genoeg heeft gecontroleerd

En dat bleek ook uit de antwoorden. Je zou verwachten, dat bij een onderzoek naar dergelijke klachten minstens ook de patiënten (ex-patiënten) en verpleegkundigen gehoord zouden worden, maar niets daarvan. Het blijkt uit de brief, dat met degenen, die direkt verantwoordelijk zijn voor het (wan-)beleid de klachtenlijst even is doorgepraat en een verdedigend antwoord is opgesteld. Zo kunnen, volgens de Staatssecretaris "de moderne inzichten in Sint Joris niet goed gedijen vanwege de bouwkundige situatie, die niet optimaal is." Bovendien wordt die bouwkundige situatie als exkuus gebruikt voor de algemene werkwijze en de therapie-mogelijkheden, terwijl in de nieuwbouw-paviljoens van Sint Joris evengoed sprake is van nalatige medische en psychische behandeling.

Ter illustratie een paar vragen met antwoord van de Staatssecretaris:

Klacht

Onvoldoende toezicht tijdens de behandeling, te weinig contact patiënt-behandelend geneesheer.



Zo gaat het maar door, de Staatssecretaris doet zijn uiterste best het beleid van de directie te verdedigen, zonder serieus te praten met de slachtoffers van de inrichting. Wij hebben eigenlijk de hoop op iets konstruktiefs van deze kant opgegeven, en willen Sint Joris eigenhandig tot een instituut maken, waar mensen beter uitkomen dan dat ze erin kwamen. Het verwijt, dat wij alleen maar kritiek hebben en zo negatief zijn, zal niet langer opgaan.

DE ARMEN UIT DE MOUWEN

Antwoord van de Staatssecretaris

"Hier speelt het onderscheid tussen opname- en verblijfsafdelingen een zekere rol. Het contact van de arts met de patiënt wordt mede bepaald door de therapeutische behoefte en is van geval tot geval wisselend. Het is de inspekteur niet gebleken, dat het toezicht op de behandeling onvoldoende is."

Ons commentaar

De Staatssecretaris vindt het heel gewoon, dat mensen, die langer dan 2 jaar worden verpleegd, en daarom zijn overgebracht naar een verblijfsafdeling, minder therapeutische behoeften zouden hebben. Wat heeft de inspekteur ondernomen om te weten te komen, of het toezicht op de behandeling wel voldoende is? Wij hebben van zoveel kanten klachten binnen gekregen, dat het toezicht onvoldoende is, dat we de inspekteur ervan verdenken, dat hij alleen met de behandelend geneesheer of ja-knikkende verpleegkundigen heeft gesproken.

Klacht

Onherstelbaar geestelijk letsel bij veel patiënten en ex-patiënten door inhumane, onmenselijke bejegening tijdens verblijf in het Sint Joris-Gasthuis.

Antwoord van de Staatssecretaris

"Gegevens terzake waren rechtstreeks aan de inspekteur voor de geestelijke volksgezondheid te zenden. Tot dusver is bij zijn onderzoek niet van zodanige feiten gebleken."

Ons commentaar

Mensen, die geestelijk letsel overhielden van hun konsentratiekamp-ervaringen, meldden, dat ook niet rechtstreeks bij de betreffende regeringsinspektie. En als die inspektie navraag doet bij de kampkommandant, zal die ook wel ontkennen, dat zich zoiets heeft voorgedaan. Waarmee we maar willen zeggen, dat we het antwoord van de Staatssecretaris kortzichtig en teleurstellend vinden. (Dit is maar een voorbeeld, wij weten ook wel, dat een psychiatrische inrichting iets anders is dan een konsentratiekamp.)

GELD :



REDACTIE DOET BOEKJE OPEN

Inkomsten/uitgaven over de periode tot 1 nov. 1974

Abonnementen	f 15.597,44	Drukkosten	f 15.516,--
Giften, subsidies	f 12.030,35	Kantoorkosten	f 1.803,27
Losse verkoop/honoraria lezingen	f 2.091,65	Frankeerkosten	f 2.639,35
		Positief saldo	f 9.760,82
	<u>f 29.719,44</u>		<u>f 29.719,44</u>

Kommentaar bij deze inkomsten/uitgaven-rekening:

Het positieve saldo van ruim f 9.000,-- is te danken aan een startsubsidie van het voormalige Release van f 4.000,-- en een subsidie van het Nationaal Fonds Geestelijke Volksgezondheid. De onkosten zijn laag, omdat wij geen lonen uitbetalen of berekenen, en vooral in de beginfase veel handwerk deden (bijvoorbeeld met de hand vergaren, nieten, adressen schrijven).

Inkomsten/Uitgaven over de periode van 1 nov. 1974 tot 1 dec. 1975

Saldo	f 9.760,82	Drukkerij/binderij	f 21.827,94
Abonnementen/steunabonnementen	f 35.292,89	Kantoorbehoeften	f 2.750,10
Giften, subsidies	f 4.176,20	Huren	f 750,--
Verspreiding	f 467,--	Frankeerkosten	f 7.711,67
Losse verkoop	f 3.032,80	Diversen	f 7.506,45
Diversen/honoraria	f 2.961,--	Typen, adresseerkosten	f 1.157,72
		Positief saldo	f 13.986,83
	<u>f 55.690,71</u>		<u>f 55.690,71</u>

Vergeleken bij het vorige boekjaar valt onmiddellijk de omzetting op. Begonnen werd met enkele honderden abonné's; nu ruim 2500. Onkosten stegen ook, omdat de redactie niet langer alle vrije tijd wilde offeren aan monotone handwerkzaamheden. De rubriek "verspreiding" zijn inkomsten uit verkoop in de inrichtingen. Een zeer laag bedrag als men bedenkt, dat per oplage meer dan 3000 exemplaren naar de inrichtingen gaan. Dit boekjaar ontvingen wij een subsidie van f 3.000,-- van het Koningin Juliana Fonds. Uitgave "diversen" zijn reis-onkosten, gemaakt bij werkbezoeken aan inrichtingen, bezoeken van congressen, patiëntenraad bijeenkomsten, etc. Eten en verblijfskosten worden uit eigen zak betaald. Het positief saldo is genoeg om na deze krant 13 nog drie kranten te maken. Hopelijk hebben we tegen die tijd weer een aantal giften en betalingen binnen.

KERSTTIJD EENZAAMHEID?

De KLIËNTENBOND in Den Haag is met Kerst open: 24 december vanaf 8-uur 's avonds; de eerste en de tweede kerstdag tot ongeveer middernacht. Wat is er dan?

Een goede film, goochelaar, zang en een dansje, mogelijk ook nog. Mensen uit Den Haag: vervoer is op de kerstnacht mogelijk. Adres: Het keldertje, Hengelolaan 19 (hoek Maartensdijklaan). Van buiten het haagje: vanaf station Centraal met bus 25 en vanaf het Hollands-spoor met tram 8 naar de Kalvermarkt, maar dan wel weer over stappen op bus 25. Draal niet!

radio:

Op tweede kerstdag zal VPRO vrijdag een gekken programma maken. Onze krankzinnige adviezen hebben hiertoe bijgedragen. Hoor allen toe. Van een tot acht op Hilversum twee. Bezetting van de media.

corky:

Eerste en tweede Kerstdag en Oud en Nieuw kunt U bellen met: Corky Raymakers, telefoon 023-327214. Hij weet niet de oplossing voor alle problemen, maar hij weet wel hoe het is om in een inrichting te zijn met die dagen. U kunt bellen tussen 's morgens tien en 's nachts twee uur. Woont U in de buurt, dan kunt U ook langs komen, adres: Kleine Houtstraat 66(rood), Haarlem.

spigtje

Liefste God laat mij piano spelen
laat mij niet lijden
laat mij het ziekenhuis verlaten
laat mij gelukkig zijn
laat mij niet spelen met de toetsen
laat mij vrij man zijn
Ik bid u dat dat gebeurd.

Redactie!
Dit ding, in een opwelling geschreven,
is misschien iets voor de Gekkenkrant.
Zo niet dan heb ik pech gehad.
Maar het is altijd te proberen.

Spigtje.

van der stelt

Wil de Heer Kees v.d. Stelt contact opnemen met Dick Genemans, tel. 02523-8141 tst. 2080 Langevelderweg 27, Noordwijkerhout.

wischhoff

Doordat ik gewoon bang ben om relaties op te bouwen met andere mensen, voel ik me soms eenzaam. Ik wil proberen die angst te doorbreken, daarom zoek ik 'n lief meisje. Om wat mee te praten, om naar elkaar te luisteren Of om samen eens uit de band te springen en wat je verder maar wilt. Als je er wat voor voelt schrijf dan naar: Pieter Wischhoff, Poeldijksestraat 102, Den Haag. Je krijgt altijd antwoord.

janszen

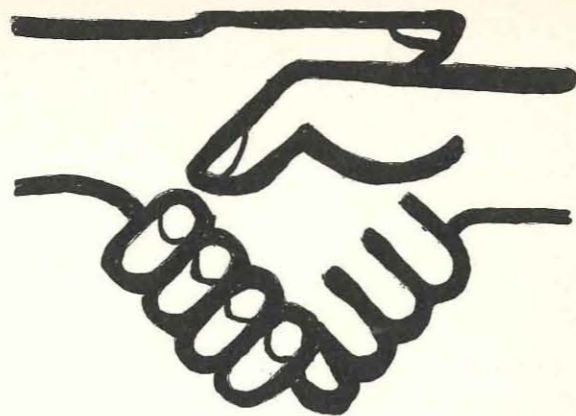
Janszen heeft zijn been gebroken
Janszen viel over een steen.
Duizend vrienden en verwanten
zitten om zijn ziekbed heen.

Janszen heeft zijn ziel gebroken
vindt de wereld hard als steen
Duizend "vrienden" en verwanten
laten Janszen nu.....
-- alleen.

Ida Vos

burghouts es.

Hallo, Hallo, hier de administratie!
Willen N. Burghouts, B. Groenendaal en J. Leentvaar ons nog even hun adres laten weten?
Dan kunnen wij jullie giro overschrijving in ons systeem verwerken. Bedankt!



nederland

Mijn naam is Moustapha Bouih, ik ben Marokkaan, 40 jaar en spreek goed Nederlands. Ik zoek serieuze kennismaking met een verstandige, ongeveer 40-jarige vrouw omdat ik binnenkort de inrichting denk te verlaten en af en toe iemand wil hebben waar ik goed mee kan praten. Graag schrijven naar: Moustapha Bouih afd. Boerhave heren Willem van Arntz Hoeve Den Dolder.

een theater

HET GEKKENTHEATER is een groepje van negen mensen die in een psychiatrische inrichting werken of als patiënt daarin opgenomen zijn (geweest). Zij zijn samen improviserend gaan spelen om hun vragen en problemen op psychiatrisch gebied ook anderen te kunnen voorleggen.

wij zijn de bekeken mensen
bewegen in spiegels
aan touwtjes van de kijkers
bekkentrekkers
clowns voor ingewijd publiek
dat niet mag lachen anders
gaan wij huilen
's nachts sluiten wij de ogen
voor de ontmaskering
wij wassen ons gezicht in tranen

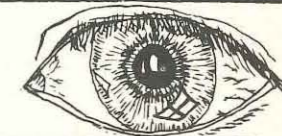
KORTE INHOUD van het PROGRAMMA:

1. Inleiding - hoe gek is dit?
2. Relaties - wat betekent het om relaties met anderen aan te gaan?
3. Zie je het niet meer?
4. Drie kamers - wat is alleen zijn?
5. Aike is ziek want zij trekt haar pyjama niet meer uit.
6. Demonstratie - hoe kijkt de wetenschap eigenlijk naar patiënten (waar verhaal).
7. Dag dokter!
8. Het Grootwinkelbedrijf der Psychiatrie.

alg. inlichtingen: Ruud v. Honschoten
tel. 020-762973 of 023-331933.

Jonge man (32) zoekt serieuze kennismaking met jonge vrouw, liefst donker type, voor duurzame relatie met begripvolle jonge vrouw. Brieven aan Baterijstraat 3 te Delfzijl.

Ik zoek een penvriendin. Zou de redactie van de Gekkenkrant me daarbij kunnen helpen? Ik ben 23 jaar en jongeman. Ik ben opgenomen in het psychiatrisch ziekenhuis Endegeest. Brieven naar de redactie.



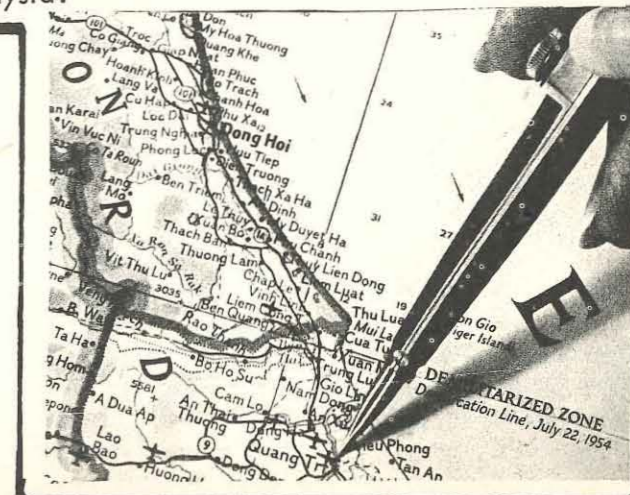
Bij de cliëntenbond, altijd weer actief, verschenen: een stuk, dat gaat over: Welke moeilijkheden kun je verwachten als je na een opname een rijbewijs wilt gaan halen (of vernieuwen)?

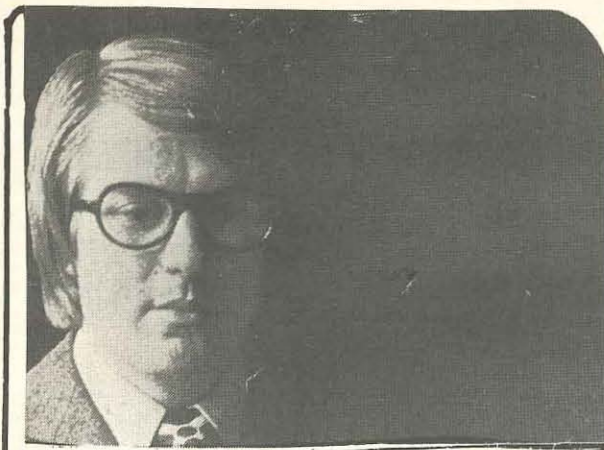
Tevens te krijgen een informatie-stencil over: de A.W.B.Z. (Algem. Wet Bijzondere Ziektekosten), eigen bijdrage-regeling, met mooie voorbeelden hoe je een brief moet schrijven naar b.v. de koningin, het ziekenfonds of meneer Hendriks in het bijzonder. Verder nog in dit stencil vele nuttige adressen (het kost vijftig cent).

BEIDE TE BESTELLEN BIJ:
SEKRETARIAAT VAN DE KLIËNTENBOND
POSTBUS 9510
DEN HAAG

aardbol

Zojuist een donatie naar de stichting "Gekkenkrant overgemaakt. 'T was nogal lastig om dat vanuit Malaysia te doen, dus maar gewacht tot ik weer terug was in Nederland. Dan voor de regelmatige toezending van de krant naar Malaysia.





HET PARTICULIER INITIATIEF

In vijf jaar tijds is een particulier initiatief tot uitgave van boeken in grote letter uitgegroeid tot een Grote Letter Bibliotheek, die nu 100 titels omvat. Ervaring leert dat hoewel de markt bescheiden en de oplage gering zijn, deze uitgaven toch duidelijk in een behoefte voorzien. Bejaardentehuizen, verpleeg- en ziekenhuizen, dienstencentra en het welzijnswerk tonen een groeiende belangstelling. Er wordt naar gestreefd om naast de populaire & familie- en streekromans, een grotere verscheidenheid in auteurs en onderwerpen te bereiken, zodat ook de meer geoeffende lezer aan zijn trekken komt. Inlichtingen bij: Grote Letter Bibliotheek Oudaen 3, Amsterdam. tel. 020-446435.

Hiermede wilde ik nog even reageren op het augustusnummer van dit jaar en wel de brief van "Het particulier initiatief". Hierbij wordt gevraagd om personen die bezoeken willen afleggen en om personen die anderen in de maatschappij begeleiden. Nu heb ik daarover te klagen gehad en was er altijd heel blij mee. Ik ben nu 2 jaar uit de inrichting en wil graag iemand die daarom vraagt helpen. Ik ben 29 jaar oud en heb 3 en een half jaar in Wolfheze gezeten. Mijn naam is Ton en ik woon in Arnhem maar ik kom ook veel in Amsterdam omdat mijn familie daar woont. Nu, ik hoop iets van U te horen. Alvast bedankt voor de moeite.

A. Hoepmans
Middachtensingel 224
Arnhem.

IDEE

Wie weet waar je jiu-jitsu lessen kan krijgen? Zou iemand dat in onze krant willen zetten? Het is prima om je te verdediaen als weerloze.

Kunt U de mogelijkheid overwegen om deze 13 nummers in boekvorm te laten verschijnen in het Frans, Duits en Engels onder b.v. de titel: "de EEG in het licht van de psychiatrie".

Op de afdeling Wieringerland C van het PZ te Santpoort heeft geen van de patiënten een kastje. (Sic)

WIJ OOK!

De stichting Excerpte Medica organiseert van 21 t/m 23 april 1976 in Amsterdam het eerste internationale congres over patiëntenberaad. In plenaire zittingen zullen onderwerpen aan de orde komen als:

- moet de patiënt de waarheid verteld worden?
- rechten van de patiënt,
- patiëntenberaad in de psychiatrie,
- invloed van de massamedia op het gedragspatroon van de patiënt,
- het alert zijn van de arts op de behoefte aan informatie, advies en begeleiding van de patiënt,

In aparte groepen zal gediscussieerd kunnen worden over specifieke onderwerpen als:

- sterven en stervensbegeleiding,
- patiëntenberaad en de huisarts,
- patiëntenberaad als onderdeel van de medische opleiding,
- patiëntenberaad bij kinderen en bejaarden,
- communicatie met zwakzinnigen.

Behalve professionele werkers uit de gezondheidszorg zullen ook vertegenwoordigers van overheid en patiënten/konsumenten organisaties aan het woord komen. Tevens zal de mogelijkheid bestaan voorlichtingsmateriaal ten toon te stellen. Verdere informatie bij: Congres sekretariaat Excerpta Medica Postbus 1126, Amsterdam.

goed

Er is opgericht: EEN WERKGROEP (EX) PSYCHIATRIESE PATIENTEN voor de regio Tilburg. p/a Nieuwlandstraat 1, Tilburg. tel.: (013) -435977 Marijke - Jacquie

DOELSTELLINGEN: belangenbehartiging, mentaliteitsverandering.

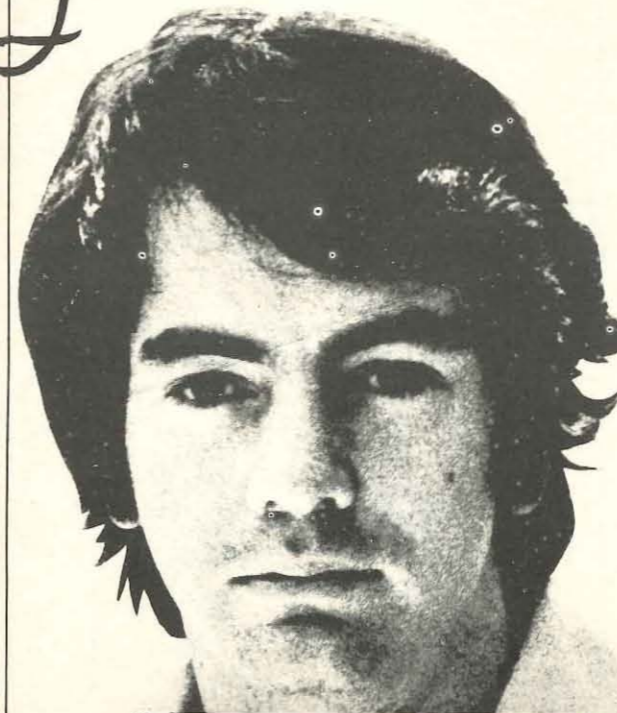
In de vorige krant hebben wij aleens mensen opgeroepen die lezingen willen geven, over psychiatrische onderwerpen. Omdat ze er zelf ervaring mee hebben. De redactie wordt nogal eens gevraagd om ergens over te komen vertellen. Wij komen altijd wanneer we door (ex-) patiënten worden uitgenodigd. Voor andere belangstellenden hebben we te weinig tijd, helaas. Nu denken wij dat er genoeg lezers van de Gekkenkrant zijn die heel wat te vertellen hebben en die dat best kunnen overnemen. Hier volgt nogmaals de bon. Het centrale adres voor lezingen, zowel aanvragen om te luisteren als om te spreken: postbus 7071 Panningen. Daar moet dus deze bon naartoe.

Joop de Bie
Postbus 7071, Panningen.

WELJA, KOM MAAR OP.
Ik heb best zin om eens een lezing te houden over

naam:.....
adres:..... plaats:
tel:.....

Neil Diamond



Ondergetekende (naam)
..... (adres)
..... (plaats)
..... (tel.)
..... (psych. ziekenhuis)

wil zijn/haar medewerking verlenen aan dit onderzoek.
Bij voorkeur op (datum)

U kunt het opsturen zonder postzegel naar:
release den haag
Antwoordnummer 1769
Den Haag

NOU REKEN MAAR !,
Ik geef mij onverwijld op als abonnee van deze eigenaardige krant,
Naam:
Adres:
Plaats: postcode:.....
Omdat ik weinig geld heb betaal ik f10,-.
Eigenlijk kan ik best f 25,- betalen Nou vooruit, ik zit er goed bij en ben heel enthousiast over die krant, ik betaal nog wat meer, f

Ik krijg binnenkort een acceptgiro. Vanaf het volgende nummer krijg ik een jaar lang de Gekkenkrant.

Ik word lid van de Klëntenbond omdat ik patiënt ben
omdat ik patiënt ben geweest....

..... (naam)
..... (straat)
..... (plaats)

Ik word donateur omdat ik die bond goed vind.
..... (naam)
..... (straat)
..... (plaats)



de cliëntenbondbon

opsturen naar :
Schubertplantsoen 4
Voorschoten