

Ja, ik heb er veel gehad. Mannen en vrouwen, van zo ongeveer alle leeftijden, in allerlei posities. Ik heb veel met ze gedeeld, ze alles over mezelf verteld en vaak heb ik ook iets over hun levens geleerd.

Ze waren niet allemaal aardig of aantrekkelijk, maar ach, je doet met wat je krijgen kunt. Op den duur scheiden de wegen altijd weer, dat staat al vast bij de eerste groet. Wat maakt het dan uit of zij jou op je minst voordelige momenten hebben gezien, dat ze zomaar jouw geheimen weten? Het is hun werk om intiem te zijn met jou.

Hoewel beide seksen voldeden, had ik toch de voorkeur voor mannen. Het liefst met veel ervaring. Toch lastig dat er dan elke keer weer vrouwen aangeboden worden; mijn voorkeur schijnt niet doorsnee te zijn.

Verliefd? Nee, nooit. Ook niet als ik heel kwetsbaar was, zelfs niet als ik ze volledig vertrouwde en me fijn bij ze voelde. Daar ben ik blij mee, want het zou helemaal niet zo raar zijn als het toch een keertje gebeurd zou zijn.

Hun kamertjes: kleine ruimtes waaraan ze hun eigen draai probeerden te geven, maar die toch altijd herkenbaar waren: hier werkt er eentje. Soms ontbraken zelfs de nachtkastjes niet.

Mijn god, wat heb ik veel beleefd in die kamertjes. En wat was het fijn toen er nog gerookt mocht worden; een sigaretje na of tijdens het zwoegen kan zoveel bevrediging bieden.

Nou ja, hulpverleners dus. De afgelopen 25 jaren waren ze veelvuldig aanwezig in mijn leven, en elk jaar brokkelde mijn toekomstbeeld verder af. Wensen en plannen liet ik los, want al die therapieën maakten weinig verschil. Ik was psychisch ziek. Ik had het opgegeven. En het voelde ook alsof de hulpverlening mij had opgegeven. Ik paste niet meer in de protocollen, werd een moeilijke cliënt.

Zo zag ik mezelf ook. Zelfstigma is een van de ergste dingen die ik mijzelf heb aangedaan.

“Wat zal je je machteloos hebben gevoeld.” Vriendelijke ogen kijken me aan en ik zie dat mijn verhaal haar raakt.

We kennen elkaar nu een jaar of vier, vanaf het moment dat ik de sprong durfde te wagen om over te stappen naar een kleinschalige GGZ-instelling. Mijn hulpvraag was kort: ik wil mijn trauma's aanpakken. Dat verzoek had ik meerdere keren ingediend bij de voorgaande instelling, met telkens een afwijzing. Ik zou er niet stabiel genoeg voor zijn. Het zou niet geschikt zijn 'voor mensen met jouw problematiek'.

En hier zit ik om het afbouwen van medicijnen te evalueren. Ik, de vrouw die ooit haar medicijnen bewaakte als een draak op een schatkist. Ik ben al over de helft.

Hier zit ik, na het verwerken van grote stukken trauma. Behandeld door een therapeut die het volste vertrouwen toonde in mijn draagkracht.

Hier zit ik, op een plek waar ik gehoord en gezien word. Waar ik ongelooflijk hard heb kunnen werken, simpelweg omdat er wederzijds vertrouwen is.

Hier zit ik, voorzichtig kijkend naar een toekomst zonder GGZ.



## Intieme Vreemden

Door: Marijke van den Hatert

