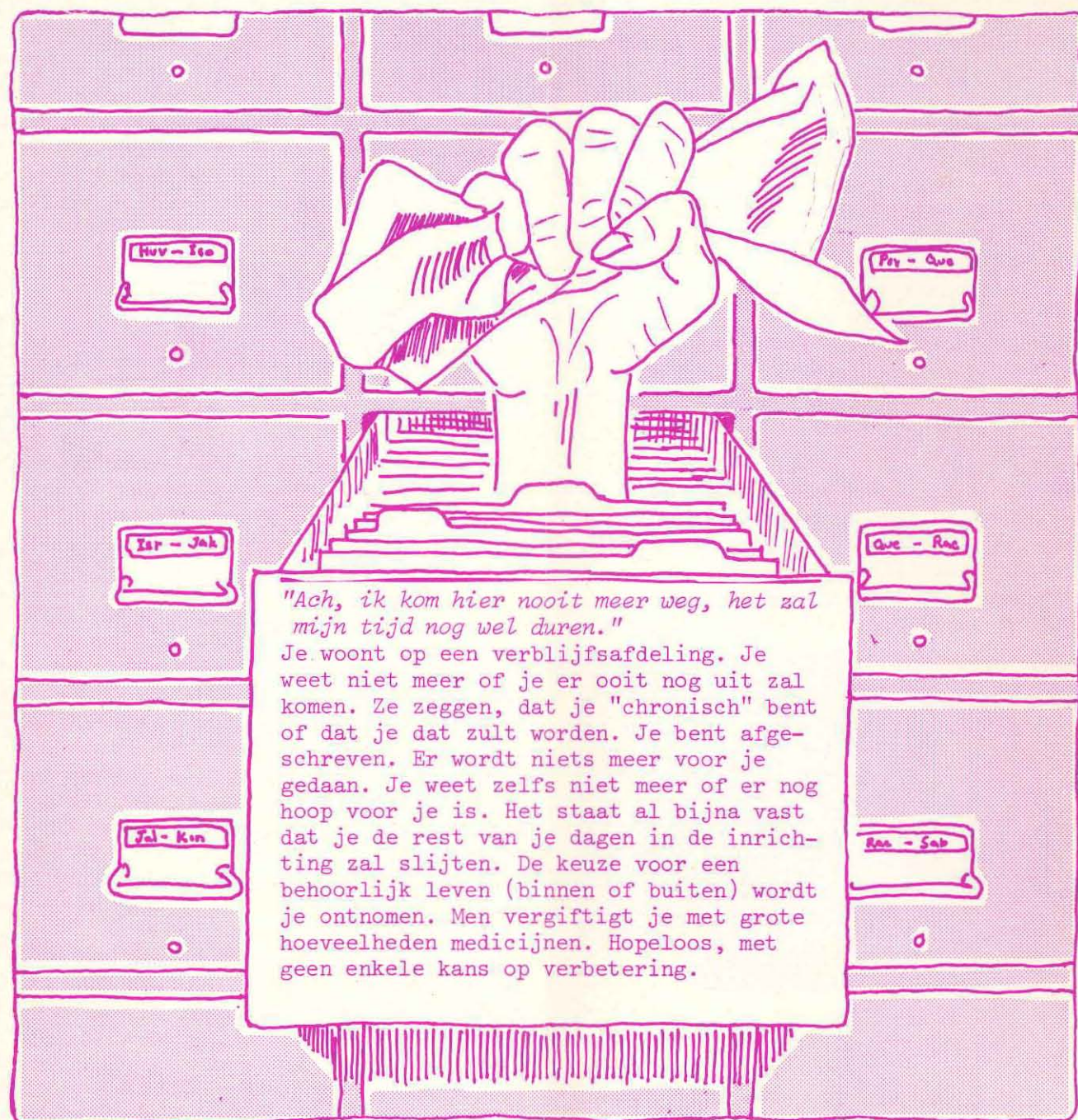


# OPERATIE « DUMP »



"Ach, ik kom hier nooit meer weg, het zal mijn tijd nog wel duren."

Je woont op een verblijfsafdeling. Je weet niet meer of je er ooit nog uit zal komen. Ze zeggen, dat je "chronisch" bent of dat je dat zult worden. Je bent afgeschreven. Er wordt niets meer voor je gedaan. Je weet zelfs niet meer of er nog hoop voor je is. Het staat al bijna vast dat je de rest van je dagen in de inrichting zal slijten. De keuze voor een behoorlijk leven (binnen of buiten) wordt je ontnomen. Men vergiftigt je met grote hoeveelheden medicijnen. Hopeloos, met geen enkele kans op verbetering.

## AFGESCHREVEN

Moa - Nes

Bent U in zo'n situatie beland dan even opgelet! De "Gekken"krant, Release Haarlem en vele andere organisaties bereiden een grootscheepse operatie voor.

De operatie, die gevoerd zal worden onder de naam "DUMP" heeft als doel verbetering in Uw benarde situatie te brengen. Wij zullen ons niet van dat doel laten afbrengen.

Daarvoor moet U ons vooral schrijven wat U niet bevalt en wat er gewoonweg niet deugt bij U op de afdeling. En misschien hebt U toch nog wel ideeën hoe we er wat aan kunnen doen. Schrijf naar de "Gekken"krant en meldt U aan bij Release Haarlem (Gasthuisvest 47a, Haarlem). Het wachtwoord is "DUMP"! "Gekkenkrant", Postbus 3286, Amsterdam.

# „ GEKKEN KRANT „

fl. 2,50  
verschijnt eens in de twee maanden

4<sup>e</sup> JAARGANG NOVEMBER 1977 NO 24



## VROUWEN & VUISTREGELS

24

24

STICHTING DE "GEKKEN"KRANT  
Postbus 3286, Amsterdam  
Postgiro 3058334  
Gemeentegiro R 11111  
Telefoon: 020 - 792620  
Telefonisch bereikbaar op  
maandagavond van 20.30 tot  
22.30 uur (dus niet meer op  
dinsdagavond).

Losse nummers f 2,50  
Abonnementen minimaal f 15,00  
per jaar, als u het kunt missen  
f 25,00 of meer: we kunnen dan  
meer kranten in de inrichtingen  
verspreiden !

Medewerkers:

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

Bijdragen aan deze krant:

Han Siepman  
Hans Koekoek  
Henny  
Jan Leutscher  
B.W. Nagtegaal  
Johan Apart  
Ada Blok  
E. de Moel  
Ko Bakker  
H.O.J.  
P.M.

## ALVAST WAT TIPS

Wie heeft er aan zichzelf gewerkt op de PAAZ in Utrecht in 1975 of 1976, en wil zich inzetten op één avond in de week een schooljaar lang te werken/spelen, zodat we aan het einde een theater-productie hebben? Voor verdere inlichtingen/aanmeldingen een briefje aan de redactie.

12 ex-patiënten van de P.A.A.Z. Tilburg (Maria-Ziekenhuis) hebben een boekje gemaakt met verhalen over hun ervaringen in het Maria-Ziekenhuis. Goed zo!  
Verkrijgbaar bij het Jongeren Advies Centrum Tilburg, Nieuwlandstraat 1, Tilburg, tel.: 013-435977, tegen de luttele som van vier piek!

De Werkgroep Psychiatrie (WEPS), bestaande uit medische studenten, gaat een avond organiseren over therapieën in de psychiatrie, toegespitst op de situatie in het Akademisch Ziekenhuis Utrecht. Wij zoeken hiervoor mensen, die in het A.Z.U. zijn behandeld en hun ervaringen kwijt willen. Anonimiteit, indien gewenst, is gewaarborgd.

Kontaktadres: Tjeerd van Althuis, Tafelbergdreef 136, Utrecht, tel.: 030-622895; Henk Klapwijk, Nassaustraaf 4a, Utrecht, tel.: 030-516617.

Er blijven altijd mensen, die door hun onleesbare handschrift grote onduidelijkheden creëren. Anderen stellen vragen, alsof wij een dokumentatiecentrum zijn. Al onze belangrijke dokumentatie komt in de krant, dus alle skriptieschrijvers kunnen oude nummers opvragen door een veelvoud van f 3,50 over te maken, en de gevraagde nummers worden binnen twee weken opgestuurd.

< 020-792620 >

**ALLEEN  
MAANDAGAVOND  
BELLEN**



Deze krant wordt gemaakt door en voor gekken.

We plaatsen in principe alle brieven, gedichten, fantasieën, uitspraken in interviews, diskussiestukken e.d., die u ons stuurt of vertelt. We vinden het belangrijk dat mensen, die gek genoemd worden, alles wat ze beleven, bedenken of fantaseren, kunnen uitwisselen. Hetgeen gepubliceerd is, gaat een eigen leven leiden, u bent daar verantwoordelijk voor als u ons kopij stuurt. Als u beschuldigingen uit jegens personen of instellingen, moet u daar zelf de eventuele konsekwenties van dragen. Maar laat dat de pret niet drukken. De redactionele stukken zijn voor onze verantwoording. We proberen daarin zo eerlijk mogelijk onze mening over een aantal zaken te geven. Op deze mening kunnen wij aangesproken worden. Op alle soorten stukken is kritiek mogelijk en zelfs gewenst. Diskussie is de bedoeling. Het gaat er tenslotte niet om zoveel mogelijk leed te registreren, maar door het openbaar en gemeenschappelijk te maken, het leed op te heffen.

# HET GEBEURDE IN HET WESTEN

Is dit misschien een speciaal vrouwennummer? Aan de ruimte die de vrouwen in dit nummer weten in te nemen, zou je het wel zeggen. De man-vrouw verhouding geeft problemen voor mannen én vrouwen, maar de rol van de vrouw wordt vaker vergeten. In de psychiatrie krijgen vrouwen soms met andere problemen te maken dan mannen en ook het traditionele opvoedingspatroon komt om de hoek kijken. In dit nummer dus allemaal.

## BRIEVEN

We komen maar niet door de brieven heen. Probeerden we vorige keer met een speciaal brievennummer schoon schip te maken, het mocht niet baten, er blijven er toch steeds een paar liggen. Hopelijk is uw brief er deze keer bij. Brieven zijn en blijven voor ons een belangrijke bron van inspiratie en informatie. We komen erdoor op het spoor van zaken, waaraan we aandacht moeten besteden en u kunt op die manier uw mening ten beste geven. Zie dus onze brievenrubriek. Ook onze tips en kontakten halen wij grotendeels uit uw brieven. Volhouden dus maar.

Verder is er weer van alles aan de hand, zoals:

## ITALIE

Toen we even niet opletten zijn een paar medewerkers naar Italië gereisd voor een alternatief kongres van bewegingen in de psychiatrie. Zij kwamen terug met een koffer vol schilderachtige verhalen, die wij over enige pagina's hebben uitgestrooid.

## MOERASDELTA

Minder schilderachtig is het tussenrapport van de zogenaamde kommissie Van Dijk. Wij hadden graag beter nieuws gebracht, maar over dit rapport, dat van belang had kunnen zijn, worden wij een beetje verdrietig. Toch maar lezen dat artikel om te beseffen dat we er nog lang niet zijn.

De Nasa is ook weer present en weer op de uitneembare binnenpagina. Het schijnt dat ze doorgaan totdat iederéén tegen elektroshock is en dit kwaad definitief uit de wereld is.

En de rest leest u natuurlijk ook.



# VROUWENTONGEN

## ZO WERDEN WE GROOT

Ik vond vrouwen altijd eng. Ik vergeleek mezelf altijd met andere vrouwen en kwam er dan natuurlijk slecht af. De hele dag hield ik me er mee bezig, misschien niet eens zo bewust.

Ik dacht altijd na over wat anderen van me zouden vinden. Nooit was ik goed genoeg. Nooit vrouwelijk genoeg, wat dat ook moge wezen. Alle vrouwen waren mijn rivalen. Tegen mannen keek ik op en was meestal al blij als iemand me sexueel de moeite waard vond. Mannen leken me gewichtiger, die deden de belangrijke dingen. Om mezelf toch nog enige waardering te geven bedacht ik, dat echt "vrouwelijke" vrouwen wel dom zouden wezen. Ik meette me alleen nog maar met mannen.

Langzaam aan veranderde mijn opvatting over andere vrouwen, toen ik van verschillende kanten merkte dat andere vrouwen net zoveel minderwaardigheidsgevoelens over zichzelf en hun lijf hadden als ik. Dat luchtte me op. Toch bleef ik het moeilijk vinden om toe te geven dat onder andere afgunst me scheidde van andere vrouwen. Toen ik dat dorst uit te spreken, bleken mijn ergste weerstanden tegen het omgaan met vrouwen overwonnen. Dit veranderde wel veel in mezelf.

Dat veel vrouwen zich machteloos stom en onbeduidend voelen en zich zorgzaam, afhankelijk, passief en volgzaam gedragen, komt natuurlijk niet uit de lucht vallen. Dat is niet toevallig, vrouwen hebben geleerd zich zorgzaam, dom en onbeduidend te voelen en gedragen.

In de tijd, dat een meisje opgroeit van baby tot vrouw leert ze wat haar omgeving (ouders, de school) van haar als meisje verwacht. Die verwachtingen blijven ook later van kracht. Ze zijn niet van vandaag of gisteren.

Over het algemeen probeert een kind ook aan die verwachtingen te voldoen, want dan vinden de ouderen je aardig en dat is prettig.

"Wat ik bijvoorbeeld moest doen als meisje was de kamers van mijn broers schoonhouden. Hun rommel opruimen en vieze sokken onder het bed vandaan vissen. Zo leerde ik, dat ik als meisje voor de mannen moest zorgen. Ik vond dat natuurlijk een naar karwei, maar ik deed het wel. Eerlijk gezegd vond ik het toen ook heel gewoon. Het huishouden was vrouwenwerk! Mijn moeder deed het toch ook?"

Niet alleen thuis, ook op school leren meisjes speciale meisjesdingen en jongens jongensdingen. Neem bijvoorbeeld de handenarbeidlessen. Gelukkig begint het nu wat te veranderen. De vrouwen, die dit stukje lezen, zullen toch wel hebben leren breien, haken, naaien en borduren. De mannen leerden timmeren, figuurzagen en elektronika. Meisjes leren op school alles, wat later van nut kan zijn in het huishouden. Dat is nog niet alles, zij leren te helpen en klaar te staan en het liefst nog zichzelf daarbij weg te cijferen!



"Ik herinner me nog goed dat ik tijdens een logeerpartij graag met de jongens in de straat indiaantje wilde spelen. Dat mocht wel, maar ik moest dan wel op de kleintjes passen. Die waren natuurlijk een blok aan mijn been, waardoor ik me niet echt uit kon leven."

Er wordt ook onderscheid gemaakt in meisjes- en jongensspelletjes. Jongensspelen zijn ruw, wild en avontuurlijk. Van meisjes wordt verwacht, dat zij rustiger, liever en dichter bij huis spelen.

Door jongens en meisjes in rijen, klassen en zelfs scholen van elkaar te scheiden, wordt dit nog eens extra benadrukt. Ook op gemengde scholen spelen de meisjes dikwijls samen, omdat de jongens zo "wild" zijn en de jongens omdat de meisjes zo "kinderachtig" zijn.



## GENIEP

Meisjes is het minder toegestaan zich lichamelijk te uiten. Traditioneel mogen jongens vechten, schreeuwen, stompen, trappen, kwaad worden en niet huilen. Meisjes mogen schelden, krijsen, krabben, knijpen, roddelen en huilen. Traditionele kleding, zoals rokken en knellende schoenen, ontnemt meisjes hun bewegingsvrijheid.

Eigenlijk wordt meisjes al vroeg geleerd zich netjes te gedragen en vertonen. Het gaat erom, dat vrouwen door anderen gezien worden, daarom moeten ze zich mooi en aantrekkelijk maken. Wat mooi en aantrekkelijk is, wordt niet door vrouwen zelf bepaald maar door "de mode". Anderen mogen plezier aan jouw lichaam beleven, jij zelf niet.

"Langzaam maar zeker vergat ik, dat ik ook nog plezier aan mijn lijf kon beleven. Behalve dat het "sexuele" taboe was, en ik bijvoorbeeld alleen in het geniep aan mijn lijf kon zitten, leerde ik ook dat mijn lichaam er was bij de gratie van goedkeuring van anderen. Ik wilde graag "knap" zijn omdat men dan met me omging. Ik vergat eenvoudigweg, dat ik al "knap" was van mezelf."

Met het ongesteld worden leren de meeste meisjes nog eens extra, hoe lastig je lichaam kan zijn. Dit moet natuurlijk wel verborgen worden gehouden! Wie is er niet benauwd geweest dat ze het maandverband door je kleren heen konden zien zitten? Er zijn nu dan ook tampons uitgevonden. De reclame slogan daarbij luidt: je merkt er niets van!

En zo worden meisjes groot.



## BESCHIKBAAR

Als dan jongens en meisjes uiteindelijk belangstelling voor elkaar gaan krijgen, is dat meestal niet in de eerste plaats om vriendschap. Ze zijn dan al te ver uit elkaar gegroeid. Meisjes beijveren zich om de mooiste en aantrekkelijkste te zijn. Ze stellen zich ter beschikking.

Jongens concurreren met elkaar om veroveringen. Wie niet meedoet, telt niet mee. Zo heeft ieder zijn rol. Afgekeken van de volwassenen.



"Toen ik mijn eerste tongzoen onderging, maakte ik me bezorgd. Ik moest dan toch vanzelfsprekend met die jongen gaan? En dan daarna trouwen? In eerste instantie kwam het niet in me op dat ik ook iets te willen had. Ik werd uitgezocht en gevraagd en daarmee uit. Ik spande me in om gevraagd te worden (niet openlijk, want ik durfde het amper aan mezelf toe te geven). Ik nam zelf geen initiatief. Dat werd ook niet van me verwacht."

Zo leren meisjes om af te wachten. Pas later, als echtgenote, moeder, kollega wordt er iets van ze verwacht. Zorg en dienstbaarheid, klaar staan en afhankelijk zijn.

## SPELBREKER

Hoe komt het dat vrouwen met zo weinig genoegen nemen? Het lijkt wel, of het iedereen goed uitkomt, dat vrouwen dezelfde rol houden. De mannen, omdat ze niet te veel van hun rol willen prijsgeven. Hun functie in de maatschappij wordt immers als belangrijker gezien dan die van vrouwen; wie zou zo'n positie nou op willen geven?

De vrouwen zelf, omdat het onzeker en eng is om te veranderen. Omdat ze geleerd hebben genoegen te nemen met huis en haard. Omdat ze met de nek worden aangekeken als ze meer willen dan dat. Omdat ze zo worden opgevoed, dat ze de rollen "willen" vervullen, waarvoor de maatschappij hen nodig heeft.

En tenslotte de hele maatschappij. Omdat het zo verdeeld is, dat de mannen het werk doen, waarna ze thuis bij de vrouw kunnen uitrusten en door haar verzorgd worden. Het huishoudelijk werk wordt door vrouwen gedaan, onbetaald. Het levert meestal weinig duidelijke waardering op. Zo betaalt onze maatschappij één persoon en krijgt er werk voor twee van terug. Een koopje.

Als de rollen in het spel zo goed op elkaar aansluiten is het moeilijk om spelbreker te zijn.

Het lijkt er inderdaad op of het iedereen goed uitkomt, dat wij vrouwen de rol op de achtergrond houden.

## ONTHAND

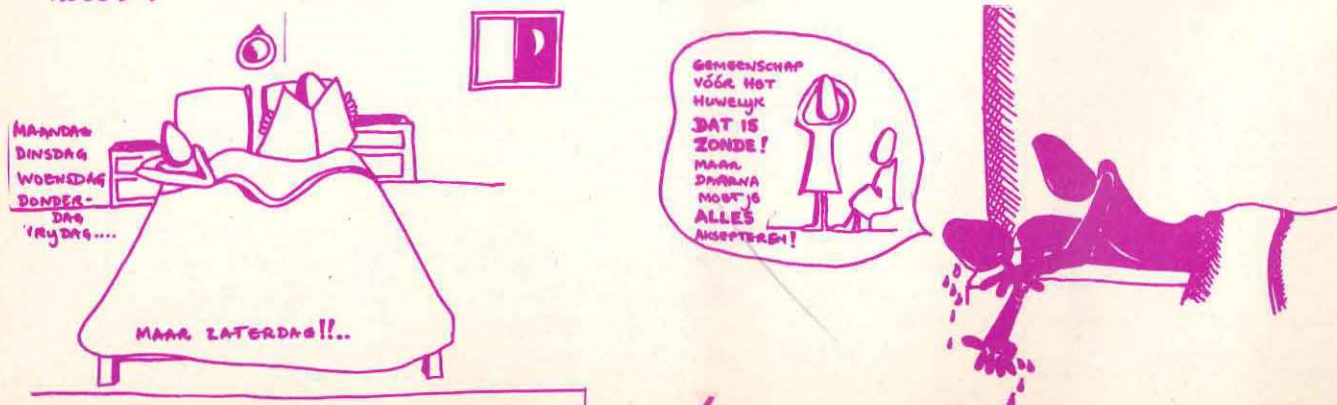
"Na een lange tijd van ontdekken hoe ik mijn best deed om aardig gevonden te worden, had ik geen zin meer om er zoveel moeite voor te doen.

Altijd paste ik me aan, het juiste woord en gebaar op het juiste moment, glimlachen, vriendelijk blijven, voor anderen zorgen. Mooie rokken en broeken aan, waar mijn figuur goed in uit kwam, afgestemd op de mannen om me heen. Me dienstbaar maken, het aardige meisje spelen, dat alles ver weg van mijn gevoel.

Er zomaar mee ophouden is natuurlijk onzin. Ik merkte bijvoorbeeld, toen ik voor het eerst nee zei tegen een man die me uitnodigde, dat ik me naar voelde, schuldig en onbestemd. Ook mijn eigen lichaam strelen vond ik belachelijk. Ik had echt alles afgeleerd. Ik voelde me onthand, alsof ik niet bestond.

Voor anderen zorgen geeft je ook een taak, een gevoel, dat je ergens voor bestaat. Je weet tenminste wat er van je verwacht wordt, en hoe je gewaardeerd wordt.

Als dit alles wegvalt, omdat je dat wilt, stort je je in het onzekere. Mensen vonden me vaker onaardig en ik maakte een soort van crisis door. Het kost pijn, moeite, schuld en schaamte om weer wat eigen waardering te krijgen. Ook al stoot ik daarmee anderen voor het hoofd, omdat je het niet helemaal doet zoals "het hoort".



# WE WORDEN BEETGENOMEN THERAPIE & SEX 1



"De NVSH-arts, waar ik onder kontrôle was, vond dat ik maf aan het doen was en ze stelde voor om maar eens hulp te vragen. Ik had er nog nooit bij stil gestaan dat ik hulp nodig zou hebben. Ja, ik voelde me niet lekker, maar ja.

Die arts, die me doorverwees, had een vriendje dat klinisch psycholoog was en dat het wel wilde doen. Eigenlijk ben ik via alles om bij die man terecht gekomen. Na het eerste gesprek zei hij: "Kom maar elke week terug, dan houd ik de hele middag voor je vrij".

Ik had zelf geen flauw benul, ik was bang en blij, dat iemand zoveel aandacht voor me had. Ik kon daar de hele middag praten en alles vertellen en er was iemand die aardig was en naar me luisterde. Dat was echt ontzettend fijn. Nee, er waren geen duidelijke afspraken, we praatten van 2 tot 5 uur. Ik hoefde ook niks te betalen. Ik zat toen wel in het ziekenfonds, maar dat heeft hij nooit gevraagd. Na de 6e of 7e keer praten stelde hij voor om een soort hypnosekuur te doen. Want dan zou ik van al mijn angsten afkomen. Eerst hebben we een paar weken ontspanningsoefeningen gedaan en toen begon hij met die hypnose. Ik had iets van: "alles wat helpt is prima". Ik moest altijd dunne kleren dragen en op een keer, toen ik erg soezerig was, maar best door had wat er om me heen gebeurde, tilde hij m'n rok omhoog. Dat vond ik echt lullig, stiekem. Hij dacht waarschijnlijk, dat ik het niet in de gaten had.

Wat wel prettig was van die hypnose is, dat ik me helemaal leerde ontspannen, en daar had ik ook iets aan. In spannende situaties kon ik me beter handhaven. Hij begon steeds aardiger te worden, met hele verhalen van "je bent zo mooi, leer toch aksepteren dat je mooi en aardig bent. Kortom een heel slijmverhaal. Op een of andere manier geloofde ik erin.

De manier, waarop hij met me naar bed ging, had ook niks met verkrachten of overweldigen te maken, er was echt zo'n sfeer van ik ben aardig voor je en op mij kun je vertrouwen. Zoiets van: een middag in de week ben je veilig. Ik vertrouwde het toch niet helemaal, zeker niet na die keer dat hij zo stiekem aan mijn jurk zat. Het was heel geheimzinnig, want het gebeurde allemaal in een ziekenhuis. De deuren gingen dicht, er ging een lampje aan zodat niemand hem zou storen. Op een gegeven ogenblik werd het ook een soort gewoonte, als ik kwam zei hij: "Trek je kleren maar uit", en dan gingen we vrijen. Hij zei, dat zijn vrouw het best vond, maar toch mocht ze het niet weten. Ik deed er aan mee, aan de ene kant omdat ik ook wel dankbaar moest zijn: er was zomaar iemand die een druk bezette baan had, want dat liet ie altijd wel merken, die een middag in de week ter beschikking was. Ik vond dat vrijen eigenlijk helemaal niet fijn, het wond me helemaal niet op. Ja, ik weet niet, het hoorde erbij. Een soort ruil: hij luisterde naar mijn toestand en ik moest iets terug doen, zeker omdat alles gratis was.

Ik praatte er eigenlijk ook nooit met iemand over. Ik schaamde me er best voor. Ik vond het ook wel gek hoor, dat ik hulp nodig had. Anderen kregen pas wat in de gaten toen hij me thuis kwam opzoeken, en toen heeft een jongen, die ook in dat huis woonde, hem er zo ongeveer uitgetrapt. Die jongen was razend, die vond het

een schande dat hij met mij naar bed ging, terwijl ik nog zo bang en labiel was. Hij noemde dat geen therapie. Die jongen probeerde me duidelijk te maken, dat ik belazerd werd. Ik vond het eigenlijk wel een eer dat iemand me zo maar op kwam zoeken. In elk geval heeft hij hem toen het huis uitgetrapt. Toen liet hij een tijdlang niets van zich horen.

Alles bij elkaar heeft het, geloof ik, wel 2½ jaar geduurd. Op het laatst kreeg ik er ook zo'n weerzin in, dat ik er ook niet meer heen wilde. Eerst ging ik er elke week heen, maar hij zal ook wel gemerkt hebben dat ik steeds meer weerzin voelde als hij me aanraakte, ik ging ook vlug in een stoel zitten, als ik er dan toch was.

Ik durfde het ook niet te zeggen dat het me niet beviel. Dat durf ik nu pas sinds kort. Ik had gewoon geleerd dat ik aardig moest zijn voor iedereen. Kijk, als ik nu terug kijk, denk ik dat ik er niks aan gehad heb en dat ik gewoon een goedkope hoer ben geweest, maar toen was ik blij dat er iemand aandacht voor me had. Mijn leven was toen heel chaotisch en hij was toen een soort vast punt.

Ik ben na deze ervaring erg argwanend geworden. Ik ben daarna nog een keer in therapie geweest en werd toen opgenomen. Na de kliniek kwam ik in een dagkliniek. Ik bleef de therapeuten nauwlettend observeren, zo van: hoe gedragen ze zich, zijn ze wel te vertrouwen.

Ik weet niet precies wat je er tegen kunt doen. Je moet een soort grens voor jezelf trekken. Ook al heb je nog zoveel behoefte aan warmte en steun, als ze ongevraagd aan je gaan zitten, dan is het fout. Dat is het maffe, hè, dat het zo lang geduurd heeft voordat ik erover durfde te praten. Je kunt er eigenlijk ook zo weinig aan doen. Als je een aanklacht indient dan heb je geen poot om op te staan. Ten eerste ben je met zijn tweeën, ten tweede ben ik psychiatrisch patiënt en bewijs maar eens dat je het niet leuk vond of zo.

Mijn wantrouwen tegenover mannen is wel versterkt door deze situatie. Kijk, als je een café ingaat, dan weet je dat je rotzooi kunt verwachten. Als ik dan iets met een man begin, dan kies ik daarvoor. Maar hier verwachtte ik dat hij mij zou helpen mijn chaos wat te ordenen, ik had behoefte aan iets solides en warmes.

Het vervelende was ook, dat ik toen nog niet kwaad kon worden, maar alles op mijzelf betrok. Ik vond toen ruzie het meest afschuwelijke wat je kon bedenken. Dat had ik bij de nonnen afgeleerd.

Ik hield die situatie eigenlijk zo lang vol, omdat ik er belang bij had om te denken dat iemand iets om me gaf. Dat zo iemand mij mooi vond en belangrijk om mee te vrijen. Maar die therapie leverde niks op, ik werd alleen wantrouwiger in die twee jaar. Ik raakte aan de drank en werd tenslotte opgenomen.

Ik denk achteraf dat die man gewoon geen verstand had van therapie, maar er af en toe een boekje over gelezen had. Ik wist toen zelf ook niet, wat therapie was, het was voor mij toen heel geheimzinnig. Ik keek ontzettend tegen een therapeut op. Ik had niet het gevoel dat ik hem iets kon weigeren. Hij wist wat goed voor me was. Dus, als hij met me vree, dan zal dat wel goed voor me zijn. Ik wilde ook klein zijn, warmte ontvangen van een soort vader, nou ja, daar hoorde dan een neukpartij bij. Achteraf denk je: ik had nee moeten zeggen, maar daar kom je niet op, het gaat zo vanzelf.

Ik denk dat het voor veel vrouwen best moeilijk is om een gelijkwaardige relatie te hebben. Ik heb zo de neiging om me als mindere op te stellen. En als je hulp vraagt, dan komt die ongelijkwaardigheid er nog eens boven op. Ook ik had moeilijkheden met seksualiteit, maar die los je toch niet op als een therapeut met je gaat neuken."



HELP!



IK DOE  
HET  
NIET  
LANGER!

## THERAPIE & SEX II

"De psycholoog in het ziekenhuis waar ik werkte was de eerste man na zes jaar waar ik een beetje vertrouwen in had, omdat hij naar mij luisterde. Omdat ik zo maar ineens binnen 5 minuten een heleboel over mijn seksuele problemen kon vertellen, ik had het toen heel moeilijk met mezelf en daardoor ook met mijn kontakten met andere mensen. Ik mocht dus iedere week met hem komen praten en na een tijdje vond hij het nodig, dat ik 3 keer per week kwam. En ik hoefde niets te betalen. Ik vond het natuurlijk fijn, dat ik zoveel aandacht kreeg en dat ik over mezelf kon praten, maar ik had niet in de gaten dat hij ook nog iets meer van me wilde. Voor zijn eigen plezier. Hij vond waarschijnlijk, dat hij toch iets terug moest hebben voor zijn goeie daad. Hij is nooit met me naar bed geweest, omdat ik me daar heftig tegen verzet heb.

Maar op het moment, dat hij het probeerde, was wel dat vertrouwen in één klap weg. Ik baalde verschrikkelijk en ben ook niet meer naar hem toe gegaan.

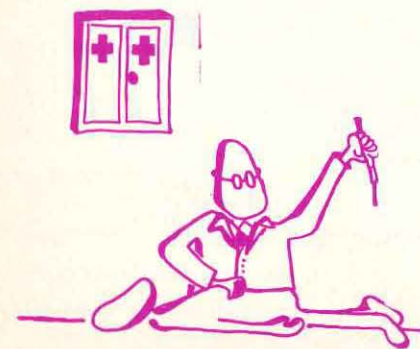
Na een paar jaar kwam ik weer met hem in contact, en ik kon wel met hem uitpraten, waarom het destijds stukgelopen was. Hij zei, dat hij het zich kon voorstellen, en ik ging toch weer naar hem toe, want hij kende mij goed en ik had toen een ontzettende angst voor alles wat met therapie te maken had. Dus hij was nog een beetje vertrouwd. Op een gegeven moment had ik een ontzettende ruzie met een vriend gehad en ik vertelde daarover. Nu wist ik wel iets over psychodrama, maar ik wist op één of andere manier, dat hij er niet zo heel veel van wist, laat staan dat hij er ervaring mee had. Dus dat wilde hij wel even bij mij proberen. Hij deed de gordijnen dicht en zei: "Ga maar op de grond liggen". Ik keek natuurlijk heel vreemd en dacht: "Wat krijgen we nu weer?". Toen legde hij uit, dat hij dan naast me kwam liggen en dat ik dan net moest doen, alsof ik met mijn vriend in bed lag en hoe die ruzie dan ging. Nu gaat dat bij psychodrama misschien wel zo, maar als hij een beetje psycholoog was, moest hij toch wel weten, dat hij zoiets nou juist niet met mij moest proberen. Ik heb gezegd, dat ik op deze manier niet kon praten, en vanaf die tijd moest ik ook iets gaan betalen voor de "konsulten". Nu heb ik niets tegen betalen, maar we werden ineens heel afstandelijk tegen elkaar. En zeer spoedig daarna ben ik gestopt met de therapie.

Misschien is het wel moeilijk voor een man, als er een aantrekkelijk meisje van 17 jaar met haar seksuele problemen bij je komt, maar toch vind ik, dat een "psycholoog" zijn eigen gevoelens dan meer onder controle moet hebben."

## THERAPIE & SEX III

Dr. Doolittle

"Het is alweer bijna tien jaar geleden dat ik die psychoanalyticus ontmoette. Ik was toen 19 jaar. Hij is nu al jaren dood en kan dus geen kwaad meer uitrichten. Wat mij overkwam, doet me altijd denken aan die Amerikaanse film "My fair lady", waarin Dr. Doolittle een arm, slecht opgevoed bloemverkoopstertje onder zijn hoede neemt om er een keurig nette dame van te maken (Audrey Hepburn). Mijn beste vriendin was toen al twee jaar bij hem in therapie, toen hij haar vroeg om mij eens mee te nemen. Ik vond het wel spannend en dus gingen we daar samen een avond op visite. Hij was een eind in de zestig, kort en dik en vrijgezel, en hij kwam uit Wenen. We babbelden wat en hij bood ons taartjes aan. >>



Toen ik het tweede taartje weigerde omdat ik niet zo vet wilde worden, deed hij de uitspraak, dat vrouwen rond en mollig horen te zijn, omdat mannen daar van houden. Ik moest me ook beter kleden, geen broeken, maar rokken. Hij bood me aan een jurk voor me te kopen en een nieuw horlogebandje. Ik droeg namelijk m'n horloge met een lintje om mijn pols. Hij had allerlei plannen met me, dat was duidelijk.

Om me regelmatig te zien bood hij me een soort baantje aan: elke woensdagavond postzegels afweken voor zijn verzameling, tegen vergoeding van een tientje. Hij vroeg mij ook, of ik hem een brief wilde schrijven. Hij was namelijk handschrijfkundige. Hij bekeek voor bedrijven sollicitatiebrieven, om dan een oordeel over het karakter van de sollicitant te geven. Ik beloofde hem te schrijven.

De volgende week kwam ik alleen. Ik heb inderdaad een stuk of wat postzegels afgeweekt, maar ik werd al gauw uit de keuken gehaald. Hij had mijn brief gekregen en daarover wilde hij praten. De uitslag van de handschrifttest was eigenlijk voorspelbaar: ik was zéér intelligent, doch ook zéér neurotisch, en aan dat laatste wilde hij wel wat doen. Hij vroeg me, hoe het met mijn relaties met mannen zat, en stelde toen dat hij een sexbom van me wilde maken. Ik voelde me wat ongemakkelijk worden en sputterde wat tegen. Nou ja, in plaats van een sexbom kon het dan ook een pracht-mevrouwetje worden. Ik zag mezelf al zitten met keurig witte handschoentjes aan ..... Toen het tijd werd om op te stappen nodigde hij me uit om de volgende zondag mee naar een konsert te gaan, de heropvoeding kon beginnen. Op de valreep, toen ik mijn jas aantrok, konstaterde hij dat het ophanglusje van mijn jas kapot was. Dat hoorde niet bij een dame, en mijn eerste opdracht was om het te naaien.

Waarom ik ondanks alles bleef komen, kwam ook door de reacties van mijn vriendin. Zij was jaloers. Om hem elke keer te kunnen zien moest zij (of in feite haar vader) voor ieder uur zestig gulden (wel belastingaftrekbaar) betalen. Ik kon zo maar gratis therapie krijgen en nog een heleboel meer.

Goed, ik ben met hem naar het konsert geweest, ik heb hem toen weliswaar amper gezien omdat hij in de pauze een ontmoeting zou hebben met de dirigent die hij nog kende. Hij heeft me nog wel uitgefoeterd omdat ik vijf minuten te laat op de afspraak kwam, maar dat was dan ook mijn manier om te protesteren.

De keer daarop, toen ik weer bij hem kwam, begon ik te begrijpen dat het niet helemaal pluis was. Hij liet me toen zijn huis zien, en vooral de logeerkamer. Als ik problemen had met vriendjes of zo moest ik vooral naar hem toekomen, dan kon ik in het logeerbed blijven slapen. Daar bovenop deed hij de onvergetelijke uitspraak, toen hij me zijn nieuwe Alpha Romeo sportwagen liet zien, dat de mensheid onder te verdelen is in wolven en schapen: hij behoorde tot de wolven. Nou, ik voelde me meer Roodkapje. Ik ben op dat moment definitief opgestapt, woedend en machteloos op mijn fietsje.

Mijn vriendin verloor toen ook het vertrouwen in hem. Maar goed ook, al was het pas na twee jaar."



## VUISTREGELS:

Veel vrouwen voelen zich niet lekker. Nerveus, toberig, somber. Zitten vol zelfkritiek, hebben migraine of buikpijn.

Willen iets anders. Dit kan toch niet alles zijn? Voelen zich vast zitten en komen er niet meer alleen uit.

Als je besluit om "in therapie" te gaan, of dat al bent, let dan op het volgende:

**1** JE HEBT HET RECHT OM DE VERANTWOORDELIJKHEID VOOR JEZELF TE BEHOUDEN, OOK ALS JE IN BEHANDELING BENT!  
JE HEBT HET RECHT OM ZELF TE BEPALEN WAT ER MET JE GEBEURT!

- Maak zakelijke afspraken over waar je aan wilt werken en op welke termijn ongeveer; in een zogenaamd therapeutisch "kontraakt" die afspraken op papier zetten.
- Vraag net zolang door, tot je duidelijkheid hebt over de te volgen methode, laat je niet overdonderen door dure of geleerde woorden.
- Bespreek welke gevolgen de behandeling kan hebben voor je dagelijks leven.
- Het is betrouwbaar wanneer je behandelaar in een team zit, waarin men regelmatig overlegt over de manier van werken.
- Wantrouw een behandeling, waarin niets geregeld is over betaling en duur van de zittingen.

**2** JE HEBT HET RECHT OM ZELF JE BEHANDELING TE KIEZEN EN/OF DE RELATIE TE BEËINDIGEN!

- Probeer voor jezelf op te komen en denk erover na als je iets niet bevalt.
- Vertrouw op de juistheid van je eigen gevoelens.
- Als je het gevoel hebt dat er iets niet klopt, of dat dit iets is wat je niet wilt, praat er dan over met je vrienden, of, als dat niet lukt, zet het dan op papier, schrijf ons een brief of bel naar een telefonische hulpdienst.
- Spreek je kritiek door met je behandelaar.
- Als je voelt, dat je er alles aan gedaan hebt en ontevreden blijft, beëindig dan de relatie; zorg wel, dat je niet zelf met allerlei onuitgesproken gevoelens blijft zitten; rond het samen af als het mogelijk is.

**3** JE HEBT HET RECHT OM TE BESCHIKKEN OVER JE EIGEN LICHAAM!

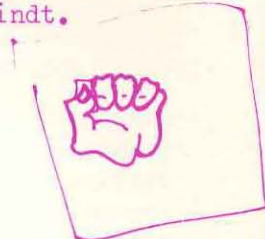
- Je bent niemand iets verschuldigd, ook niet aan je behandelaar; als deze intiem lichamelijk contact met je wil, denk dan heel goed na of jij dat ook wilt.
- Wees niet bang om sloom, gek, onvrouwelijk, stijf of preuts gevonden te worden als je dit contact afwijst.
- Denk niet "Dat hoort er zeker bij", ook niet, als je voor sexuele klachten in behandeling bent.
- Ga naar een rechtswinkel als je niet zeker bent van je rechten, of als je iemand aan wilt klagen.
- Bedenk dat een behandeling iets anders is dan een privé-relatie. Ook al klinkt dit hard en verlang je wel vaak naar een intiemere relatie (dat is heel gewoon); het gaat erom dat jij geholpen wordt om met anderen prettiger te leven.
- Je behandelaar mag geen misbruik maken van de ongelijke relatie, van jouw behoefte aan warmte en liefde.
- Wantrouw elke behandelaar, die jouw problemen op wil lossen, het eigenlijke werk moet je zelf doen.

**4** ALS JE PSYCHIATRISCH OPGENOMEN BENT, HEB JE RECHT OP SEXUALITEIT!  
JE HEBT RECHT OP JE EIGEN SEXUELE VOORKEUR!

- Je hebt recht op privacy bij het ontvangen van je partner.
- Je hebt het recht op het kiezen van anti-conceptiemiddelen of abortus.
- Voel je niet verplicht om in te gaan op avances van patiënten of personeel.
- Voel je niet verplicht om altijd beschikbaar te zijn voor huishoudelijk werk.
- Laat je niet hysterisch, gefrustreerd, aanstellerig of onvrouwelijk noemen, maar probeer voor jezelf op te komen.

Er zijn goede en slechte behandelaars, goede en slechte behandelingen. Steeds meer vrouwen gaan de laatste tijd Radikale Vrouwen Therapie doen, omdat ze er zeker van willen zijn dat hun rechten gerespekteerd worden. Ook komen veel mensen tot de slotsom dat je beter elkaar kunt helpen in praatgroepen of zelf-hulp-groepen. Je hebt dan helemaal geen deskundige meer nodig. Hieronder vind je een lijst van adressen en mogelijkheden om je verder te oriënteren. We komen er nog op terug. Schrijf ons alvast wat jij ervan vindt.

## ADRESSEN:



### VORMING EN THERAPIE:

F.O.R.T. (Feministische Oefengroep op basis van Radikale Therapie), inlichtingen: Postbus 10637, Amsterdam.

VOS-kursussen (Vrouwen Oriënteren zich op de Samenleving): deze zijn overal in het land.

Landelijke Stichting in Utrecht, Kulturele Raad, Lange Nieuwstraat 63, Utrecht, tel.: 030 - 31307.

### VROUWENTELEFOON:

Vrouwen met vragen, problemen, nieuwtjes, enz. kunnen bellen met andere vrouwen, die daarvoor speciaal aan de telefoon zitten.

Vrouwen bellen vrouw. Amsterdam: 020 - 250150:

Friesland: 05100 - 33300

Rotterdam: 010 - 131442

Roermond: 04750 - 18000

### ABORTUS:

Abortusklinieken, Stichting directe hulpverlening N.V.S.H., Den Haag, Van Beveringstraat 143, tel.: 070 - 412341; Zwolle: Oosterlaan 5, tel.: 052200 - 17000.

### HOMOSEXUALITEIT:

Centraal telefoonnummer in Nederland voor inlichtingen: 020 - 235554 (dagelijks, in noodgevallen ook 's nachts).

### MISHANDELING:

Blijf van mijn lijf, Amsterdam, huis voor mishandelde vrouwen, adres geheim, informatie: 020 - 942758, korrespondentie: postbus 4214, Amsterdam; Zwolle: informatie 05704 - 1702; Groningen: informatie JAC Groningen, tel.: 050 - 183130. Stichting Adullam, opvangcentrum voor mishandelde vrouwen, Den Haag, informatie via politie, sociale dienst.

### VERKRACHTING:

Vrouwen tegen verkrachting, Amsterdam, Amstel 30, tel.: 020 - 242949, en telefonische opvang ma. t/m vrij. van 16.00 tot 20.00 uur: 020 - 247644.

Opvang verkrachte vrouwen, Utrecht: Vrouwenhuis, Twijnstraat 69, tel.: 030 - 319182.

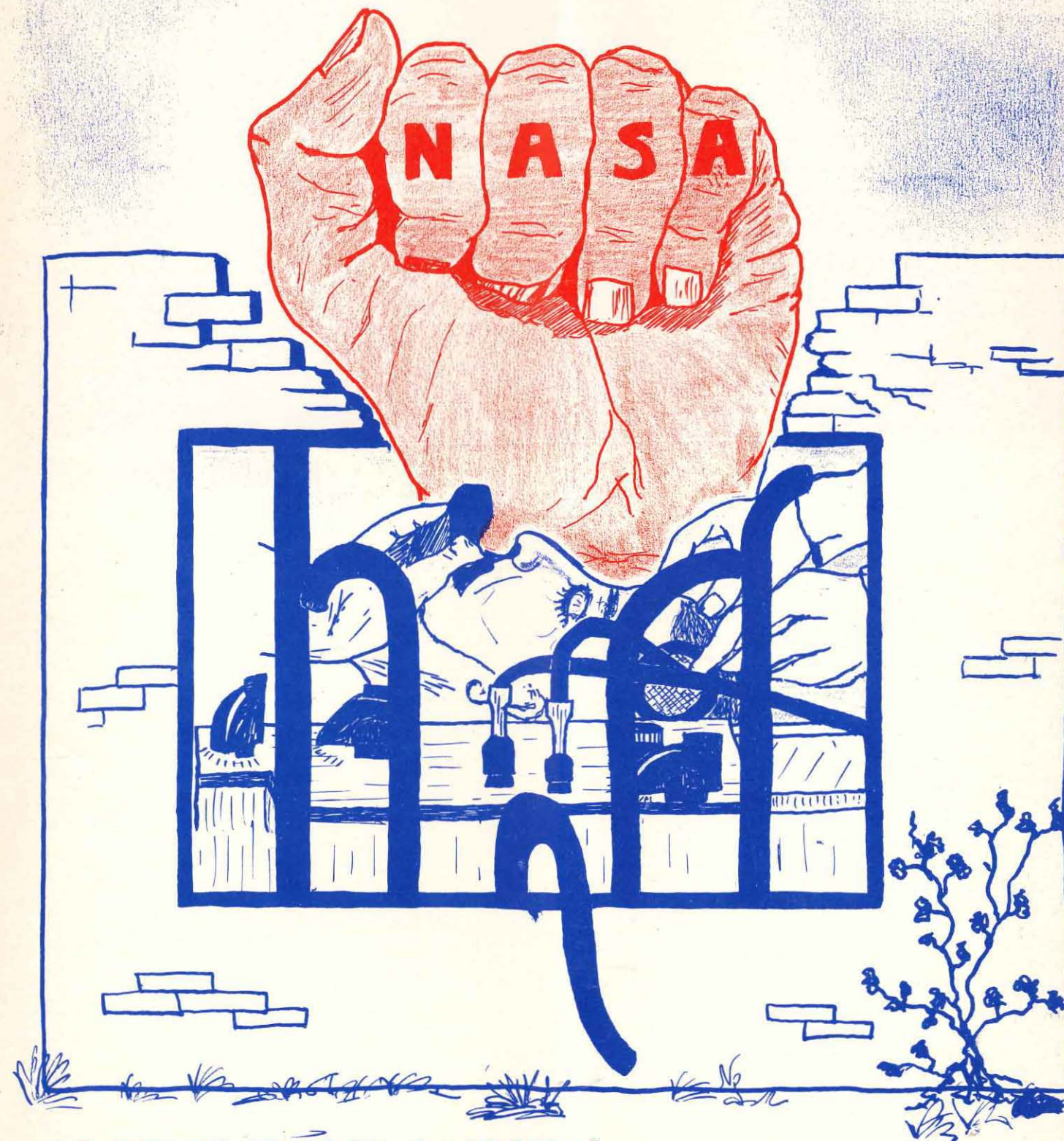
### VROUW EN WERK:

Vrouwensekretariaat NVV, Plein 40-45, I Amsterdam, tel.: 020 - 134626 (voor hulp bij werkproblemen).

### OVERGANG:

Polikliniek van de overgang, Utrecht, Akademisch Ziekenhuis (interne geneeskunde), Utrecht, tel.: 030 - 332412.

# NON-UNA-SECONDA



**NASALE KLANKEN: ZWARTE LIJST,  
ZIEKENVERPLEGING, ONRUST, KULTUURFASE  
SCHOONHEIDSFOUTJES :NASA DEEL 5**



NASA-PRESS-STOP-Urgent.

## <<< NIEUWS VAN HET

- Een schrijfster die in een praatgroep zit met dr. Van Tilburg schrijft ons: VAN TILBURG shockt niet. In de NASA-enquête gas, hij slechts het officiële standpunt weer van de Valeriuskliniek in Amsterdam. Maar zelf is hij tegen: er valt volgens hem geen geldig motief meer voor shocken te verzinnen.
- Drs. TOPHOF, psycholoog te Heiloo, staat ten onrechte op de zwarte lijst (Gekkenkrant no. 22). Hij shockt namelijk niet. Nou ja, alcoholisten, daar jaagt hij nog wel eens een stroompje door van 0,1 milliampère. Maar dat heet gedrags-therapie, zie je.
- Wie wel shockt, en nog niet ontdekt was: dr. SOONS, in het Laurentius-ziekenhuis in Roermond, op het Mgr. Driessenpaviljoen: 2 à 3 keer per jaar. Eén van zijn medewerkers lichtte het JAC daarover in, zodoende dat wij het weten.
- Een leerlingverpleger meldt ons: de geneesheer-direkteur van Hernesseroord, Middelharnis, doceert in zijn lessen aan toekomstige psychiatrische verplegers dat shocktherapie absoluut nodig is voor "niet te verhelpen depressies" (bedoelt hij: niet door hem te verhelpen?). Die leerlingen geloven dat. Weten zij veel.
- In het Elisabeth Ziekenhuis te Alkmaar wordt als volgt geshockt, vertelt ons een verpleegster aldaar. "Omdat de patiënt hier slechts een rusperiode ondergaat en er eigenlijk niets aan zijn probleem wordt gedaan, zijn er veel recidieven. Vaak worden deze na een zelfmoordpoging weer opgenomen en dan krijgen deze mensen te horen, dat ze toch wel erg vervelend zijn en dat ze zich moeten schamen. Het zijn vaak deze recidivisten, die geshockt worden onder het mom dat ze alles geprobeerd hebben."
- "Eind augustus 1977 was de shock-apparatuur, die het Psychiatrisch ziekenhuis VOORBURG te Vught nog steeds bezit, aanwezig op Zilverlinden 5 (de short stay-afdeling). Vanuit de bewoners werden toen vragen gesteld. Een paar antwoorden uit het verpleegkundig team:
  1. het is hier even geweest omdat het schoongemaakt moest worden;
  2. het wordt en is voor niemand gebruikt;
  3. het is verouderd en kan toch niet meer gebruikt worden."
 Tot zover onze Voorburg-korrespondent.
- "Op ENDEGEEST te Oegstgeest wordt niet meer geshockt." 18 patiënten hebben onder deze verklaring hun handtekening gezet en hem naar ons toegestuurd. De zwarte lijst klopt niet, zeggen ze. Tegelijkertijd meldt ons een andere briefschrijver uit Noordwijkerhout, dat daar de Endegeest-slachtoffers wel rondlopen met hun intrieste shock-herinneringen. Dat zal dan wel vroeger gebeurd zijn; we hopen tenminste, dat de 18 patiënten gelijk hebben en dat het nu afgelopen is op Endegeest.



## SHOCK FRONT >>>

- In het Centraal Ziekenhuis in Alkmaar shocken de heren APPELMAN en CREUZBERG. In Alkmaar staat nog een ziekenhuis: het Elisabeth Gasthuis. Vroeger werden hier stroomstoten uitgedeeld door de heer STRAATMAN, nu vervult de heer VAN KEMENADE deze functie.
- Een griezelig bericht kregen we over het ST. JOSEPH in Apeldoorn. De doktoren VAN OUD en VAN DEN HOVEN enige jaren geleden: "Wij gaan al jouw angstige dromen en gevoelens in 6 weken oplossen door 2 x in de week iets op jouw hoofd vast te zetten." Briefschrijfster was toen .... 14 jaar.
- Uit het St. Gregorius in Brunssum bereikt ons de melding, dat dokter KOSELKA iedere dag shockt. "Naast het grote apparaat heeft hij nog een handzaam klein apparaatje om snel te kunnen inspringen in noodgevallen." Hij vergeet wel toestemming te vragen aan zijn patiënten - een schoonheidsfoutje.
- Een prettig bericht uit ZON & SCHILD, Amersfoort. Geneesheer-direkteur JACOBS laat ons weten, dat er niet meer geshockt wordt. Ook in de URSULA-kliniek in Wassenaar schijnt men sinds 1973 niet meer te shocken. Weten ze zeker dat ze het niet uitbesteden?
- Een verpleegkundige uit DENNENOORD, Zuidlaren, meldt ons, dat dokter BLANKSMA op het Noordersanatorium de gewraakte methode toepast.
- Een bron, die zichzelf betrouwbaar noemt, vertelt dat in HUIZE PADUA, Boekel, niet meer geshockt wordt sinds er iemand aan is overleden.
- In DUIN & BOSCH, Bakkum, wil de heer EELMAN zich nog wel eens vergrijpen aan het shockapparaat.
- In het Bethesda (PAAZ), Hoogeveen, shockt dokter VENEMA. Zou dat dezelfde Venema zijn, die in BRINKGREVEN, Deventer, naar depressieve patiënten zocht omdat hij nog zo weinig ervaring had met elektroshocktherapie?
- Ook in de R.P.I. in Eindhoven (20 x per jaar), het WILHELMINA-Ziekenhuis in Doetinchem en VELDWIJK in Ermelo blijkt men te shocken. Bedankt, patiëntenraad, voor de informatie.
- Overigens blijven de klachten en schrijnende verhalen over de gevolgen van elektroshock: blijvend geheugenverlies, angst, slaapstoornissen, smaak- en reukstoornissen, potentiële stoornissen, in onze postbus rollen.
- De NASA gaat daarom onvermoeibaar door met acties, het bestoken van de media en de deskundigen, het parlement, de publieke opinie. Wie nog niet meegedaan heeft aan de advertentiekampagne in de dagbladen kan zijn naam en eventueel beroep nog doorgeven en geld (minimaal f 10,=) storten op giro 3058334 van Stichting de Gekkenkrant, postbus 3286 in Amsterdam, onder vermelding van NASA-advertentie. DOEN, WANT HET IS NODIG.



## TWEESPALT

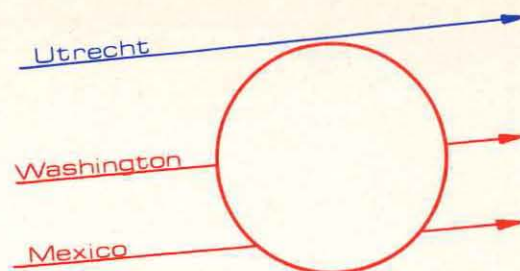
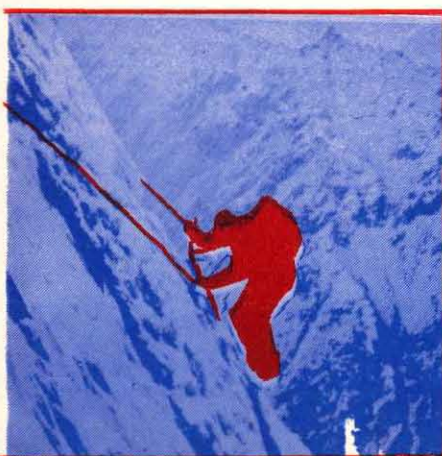
In het Tijdschrift voor Ziekenverpleging van september lazen wij een beschouwing van psychiater D. Jacobs, van Zon en Schild, over de NASA-akties tegen elektroshock. En we stonden paf.

Eerst dachten we: Hoera! Als psychiaters zó defensief op de NASA reageren, dan voelen ze zich kennelijk aangevallen. En toen we het artikel nog eens goed over-lazen, begrepen we ook, op welke manier psychiater Jacobs zich aan het verdedigen is: hij doet net of de NASA een patiënt is. (Misschien is dat wel wat alle psy-chiaters doen met mensen waar ze bang voor zijn: ze doen gewoon net of het patiënten zijn.)

Om te beginnen gaat hij er van uit, dat de NASA op eerlijke wijze en met de beste bedoelingen bezig is. (Dat moet natuur-lijk ook wel, anders kun je er straks geen patiënt van maken, en is het gewoon een schurk.) Maar, betreurt hij vervol-gens, die NASA-mensen laten zich helaas meer door emotionele dan door rationeel-wetenschappelijke motieven beïnvloeden. Daar heeft hij natuurlijk ook best begrip voor, want, inderdaad, elektroshock "is nu eenmaal geen milde, zachtaardige behande-ling. Maar zijn andere behandelingsmetho-des dat dan wèl? En zien we op de tele-visie niet dagelijks afschrikwekkende din-gen, die geen enkel nut hebben?" (Hij vindt dus, dat elektroshock wel nut heeft.)

Te emotioneel dus, die NASA, en vervolgens tigt hij aan het werk om die emoties te "verklaren":

- Zou het huiver kunnen zijn voor zaken waar men wat vreemd tegenaan kijkt (zo-als bijvoorbeeld: elektriciteit door de hersenen)?
- Misschien een soort verzet tegen "het onbewust machtsstreven van degenen, die de E.S. toedienen?" (Maar is dat niet vechten tegen windmolens? denkt hij er wel gelijk bij.)



- De angst van patiënten voor de elektroshock, zou dat er achter zitten? Maar, stelt hij zich zelf meteen gerust, de niet-angstige patiënten hoor je niet; bovendien: patiënten zijn toch ook bang voor narcose en zo?

Kortom, die emoties zijn gebaseerd op foute gedachtegangen, zie je Jacobs nu denken. Toch begrijpt hij wel, waar zulke on-rationeel-wetenschappelijke motieven vandaan komen. "Onmachtgevoelens, bedreiging, onvrede, innerlijke onrust zijn in de huidige cultuurfase verschijnselen waarmee we rekening moeten houden." En dan konkludeert hij voorzichtig zijn diagnose: misschien moeten we al die kri-tiek op mensen, die zich met psychische ziektes bezig houden, bestempelen als "afweermecanisme"; als een zieke reactie dus.

De NASA is hiermee zonder mankeren tot pa-tiënt verklaard. Want gezonde mensen weten immers: "met rustige overweging, begrip, argumentatie, discussie met alle betrokke-nen kan méér bereikt worden". Ja, ja.

Waarom is psychiater Jacobs er toch zo bij gebaat om de NASA tot patiënt te ver-klaren? Begint hij dat al te emotionele gedrag wat te lastig te vinden? Het lijkt er wel op. Aan het eind van zijn artikel schrijft hij: "Het is niet zo moeilijk door allerlei afschrikwekkende verhalen of door alléén negatieve reacties te publice-ren vele zaken onmogelijk te maken, bij-voorbeeld:

- een therapievorm te blokkeren;
- publiek angstig te maken;
- patiënten, die behandeld moeten worden, nog angstiger te laten worden;
- personeel, dat erbij betrokken is, on-zeker te laten worden;
- tweespalt te zaaien onder deskundigen, zodat voor- en tegenstanders in een dis-kussie geraken die op een cirkelredenering lijkt."

Potverdikkie! Als wij dat allemaal hebben weten te bereiken met ons kleine NASA-groepje, dan is er toch echt wel wat aan de knikker met die elektroshock! Niet, dat wíj dat niet wisten. Maar nu hoort U het ook eens van een ander!

## VERGADEREN IN NEDERLAND

"hou het een beetje gezellig jongens!!"

Na tweeëneenhalf jaar vergaderen heeft de commissie Van Dijk eind vorige maand een tussenrapport openbaar gemaakt. Deze kom-missie heet officieel: "Werkgroep rechts-positie psychiatrische patiënten in psy-chiatrische ziekenhuizen". De commissie werd in mei 1975 door staats-sekretaris Hendriks van Volksgezondheid ingesteld. De overheid stelt dergelijke commissies vaak in, wanneer ze met een be-paald probleem geen raad meer weet. Zo ging het ook met de psychiatrische in-richtingen. Er kwam - vooral ook via de Gekkenkrant - een stroom van kritiek en ellende los uit talloze inrichtingen in het land. Bovendien bleek, dat patiënten daar eigenlijk niets tegen konden doen, omdat ze praktisch geen rechten hadden. Daar had nooit iemand aan gedacht: "Wat moet een gek nou met rechten, daar zorgt de dokter toch wel voor!". Maar dat was dus niet meer vol te houden. De Minister en staatssekretaris konden al die proble-men niet aan. Dan maar een commissie. En telkens wanneer iemand vraagt: "Wanneer geberut er eens wat?", dan is het ant-woord: "Tja, we moeten wachten tot de commissie klaar is.". Zo gaat dat.

### Geheimzinnig

Nu is de commissie dan een beetje klaar, want echte aanbevelingen staan pas in het eindrapport, en daar kan best opnieuw 2½ jaar overheen gaan. De commissie is van het begin af heel geheimzinnig geweest: niemand mocht weten wat er werd besproken, op verzoeken van de cliëntenbond om ook zijn zegje te mogen doen, werd eerst een jaar niet gereageerd, en toen het dan ein-delijk mocht, had de commissie zijn tussen-rapport eigenlijk al klaar. Toen had het dus niet zoveel zin meer. Nu heeft de kom-missie met geen enkele groep gesproken die strijdt voor een betere rechtspositie. De commissie wil nu graag, dat zoveel moge-lijk mensen reageren op dit tussenrapport. OOK U!



Wat staat er in?

In de eerste plaats een hoop kritiek. Allerlei misstanden worden door de kommis-sie erkend. Dat is belangrijk, omdat tot nu toe alle officiële reacties altijd wa-ren, dat het heus wel mee viel, of dat het om een uitzondering ging. Te veel medicijn-en in verkeerde combinaties komen voor, zo laat de commissie merken. Strafshocks bestaan, koudwaterbaden voor straf bestaan ook. Bedreiging van vrijwillig opgenomen patiënten met een gedwongen opname komt voor. Invullen van registers met toegepaste dwangmaatregelen - wat verplicht is! - ge-beurt haast niet. Geld van patiënten - vaak heel veel geld - wordt door directies beheerd zonder enige kontrôle daarop. De geneeskundige inspectie doet bij lange na niet genoeg. De zalen zijn vaak te groot, er is daar te weinig privacy. De patiënten en fami-lieleden worden heel slecht voorgelicht over rechten en zelfs over de behandeling. Er is veel te weinig personeel. Patiënten worden geplaagd, onder druk gezet en met pressiemiddelen bestookt. Separeren (iso-latiecel) is slecht voor mensen en gebeurt heel vaak erg onzorgvuldig.

### Hongerig nijlpaard

Het komt voor, dat op patiënten wordt geëxperimenteerd met medicijnen. Patiënten wor-den belemmerd in hun contact met de buiten-wereld; vaak zelfs als strafmaatregel. Met de paar rechten die patiënten dan nog wel hebben, wordt gesold doordat bijvoorbeeld geneeskundige verklaringen slecht of hele-maal niet worden ingevuld, doordat patiënten geen juridische bijstand (kunnen) krijgen. Inspectie voor de geestelijke volksgezondheid en medische tuchtkolleges zijn eigen-lijk niet geschikt om bij te klagen, omdat heel veel patiënten die instellingen niet vertrouwen. Ook binnen de inrichtingen zijn te weinig mogelijkheden voor klachten. Directies en artsen houden zich vaak niet aan afspraken die ze met patiënten maken,

enzovoort.  
Allemaal dingen, waarvan de kommissie laat merken dat ze heel goed weet dat ze bestaan. Voor U en ons geen nieuws natuurlijk, maar het is aardig wanneer een officiële kommissie het eens toegeeft.

Zeker wanneer men weet, dat dit allemaal wordt toegegeven, vallen de adviezen van de kommissie zwaar tegen. Er zijn wel een paar leuke ideeën bij, maar die zijn wel heel erg minimaal. Alsof je een gekookt eitje geeft aan een hongerig nijlpaart.

Elke opgenomen patiënt moet schriftelijk in handen krijgen wat zijn rechten precies zijn en wat de huisregels van de inrichting zijn. Iedere patiënt moet bij een inbewaringstelling (spoedopname) automatisch een advocaat krijgen en voor alle andere zaken heel duidelijke mogelijkheden voor rechtsbijstand. De verklaring, die de familie van een patiënt of de patiënt zelf vaak moet ondertekenen wanneer een vrijwillige patiënt weg wil, en waarin staat dat men nu zelf alle verantwoording neemt, moet worden afgeschaft wanneer die verklaring als pressiemiddel wordt gebruikt. Patiënten moeten stemrecht hebben. Er moet een ombudsman komen, die zaken moet oplossen die conflicten geven tussen patiënten en inrichtingen. Maar welke bevoegdheden zo'n ombudsman heeft is niet duidelijk. Ook blijft in het duister, waarom dit beter zou werken dan de huidige inspectie, die gedeeltelijk dezelfde taak heeft. Dat soort minder belangrijke dingen stelt de kommissie wel voor.

#### Moedige stellingname?

Op een paar punten wordt wel iets goeds gedacht, maar dan meteen weer teruggekrabbeld. Isoleren, zo vindt de kommissie, is bijna altijd zeer schadelijk (!), maar het mag wel, wanneer tenminste wat meer op papier wordt gezet over de reden ervan. En wanneer het duidelijk is, wie de verantwoording draagt. Dat betekent dus, dat de artsen en verpleegkundigen, die het nu - vaak willens en wetens - op een verkeerde manier toepassen, dat die straks ook nog even een smoes op papier moeten zetten. Hoera, denk je, wanneer je leest dat hersenoperaties, kastratie, sterilisatie niet mogen worden toegepast, zelfs wanneer de patiënt dat zou willen.

Moedig, denk je dan, dat zo'n kommissie stelling durft te nemen tegen dergelijke afschuwelijke ingrepen, die natuurlijk nooit een werkelijke oplossing van iemands problemen betekenen.

Maar helaas, de kommissie is niet moedig. Een eindje verder staat, dat het wel weer mag wanneer een onafhankelijke psychiater het goed vindt en wanneer er voldoende overleg met de familie en dergelijke is geweest. Wederom staat dus de vertrouwde figuur van de almachtige psychiater met de deurknop van de achterdeur in zijn hand. Even halfslachtig, en daardoor ook weinig effectief draait de kommissie om de toepassing van dwangmaatregelen heen (onder meer isoleren, spanzeilen, Zweedse banden, medicijnen - wanneer dit laatste als dwangmiddel wordt gebruikt, kun je het beter platspuiten noemen, vinden wij). Tegen de wil van de patiënt zou men die dingen eigenlijk niet moeten gebruiken, maar .... "in uiterste noodzaak" mag het wel. Wie dat bepaalt, aan wie diegene verantwoording schuldig is, laat zich raden.

#### Niet kwaadwillig

Het standpunt over shocktherapie is hetzelfde deuntje. Liever niet, maar wel weer in het geval van die twee zogenaamde ziektebeelden (vitale depressie en pernicioze psychose), die altijd als smoes zijn gebruikt. En wederom: wie bepaalt hier de noodzaak? Dezelfde mensen, die dat nu ook doen, gecontroleerd op dezelfde manier. Kontakt met de buitenwereld via de telefoon? De kommissie staat pal. Behalve "in uitzonderingsgevallen", dan weer liever niet.

Voor het hele rapport geldt: hoe belangrijker het onderwerp, hoe laffer het standpunt. De belangrijkste dingen blijven dus helemaal bij het oude. Wij geloven heus wel, dat de meeste artsen en direkties het goed menen en niet kwaadwillig misbruik maken van hun bevoegdheden. Maar zoals overal zijn er uitzonderingen: verdwaasden, kwaadwilligen, en natuurlijk domme mensen met macht. In dit geval kunnen ze over iemands wel en wee beschikken, vaak voorgoed. Daarom is een waterdichte controle nodig. Waarborgen voor de weerloze patiënt. Die zijn er nu niet, en als het aan de kommissie Van Dijk ligt, komen die er nooit.

Interimrapport van de werkgroep Rechtspositie patiënten in psychiatrische ziekenhuizen. Te bestellen bij de Staatsdrukkerij, tel.: 070 - 624555, of schrijven naar: Fluwelen Burgwal 18, Den Haag.

Wie de kommissie zelf wil schrijven moet dat zeker doen! Adres: Kommissie Van Dijk: p/a Ministerie van Volksgezondheid en Milieuhygiëne, t.a.v. Mr. G.V.C. Dekker, Dokter Reijersstraat 12, Leidschendam.

# BASAGLIA BENE ! BENE !

10 september

We bevinden ons in Triëst (Italië) op het terrein van de inrichting San Giovanni. Er is hier een kongres aan de gang over democratische psychiatrie. De derde bijeenkomst van het internationale netwerk voor alternatieve psychiatrie. Het is hier een drukte van jewelste. Duizenden kongres-gangers zijn hier naartoe gestroomd. Deze inrichting lijkt wel een bedevaartsoord. Overal staan tentjes, de paviljoens zijn propvol. Mensen maken muziek, drinken wijn, vrijen en discussiëren. "Een psychotherapeutisch Woodstock met een dot anti-psychiatrische religie", grappen we tegen elkaar, "subkultuurtje, weet je nog wel?".

Normaal is deze inrichting zo goed als verlaten. De meeste patiënten wonen weer thuis of ze worden opgevangen in "buitencentra", huizen, gewoon ergens in een wijk. Uiteindelijk is het de bedoeling, dat deze inrichting volledig gesloten wordt. De legendarische psychiater Basaglia is hier de baas. Hij heeft hier ook dit maffe kongres georganiseerd.

#### Maria

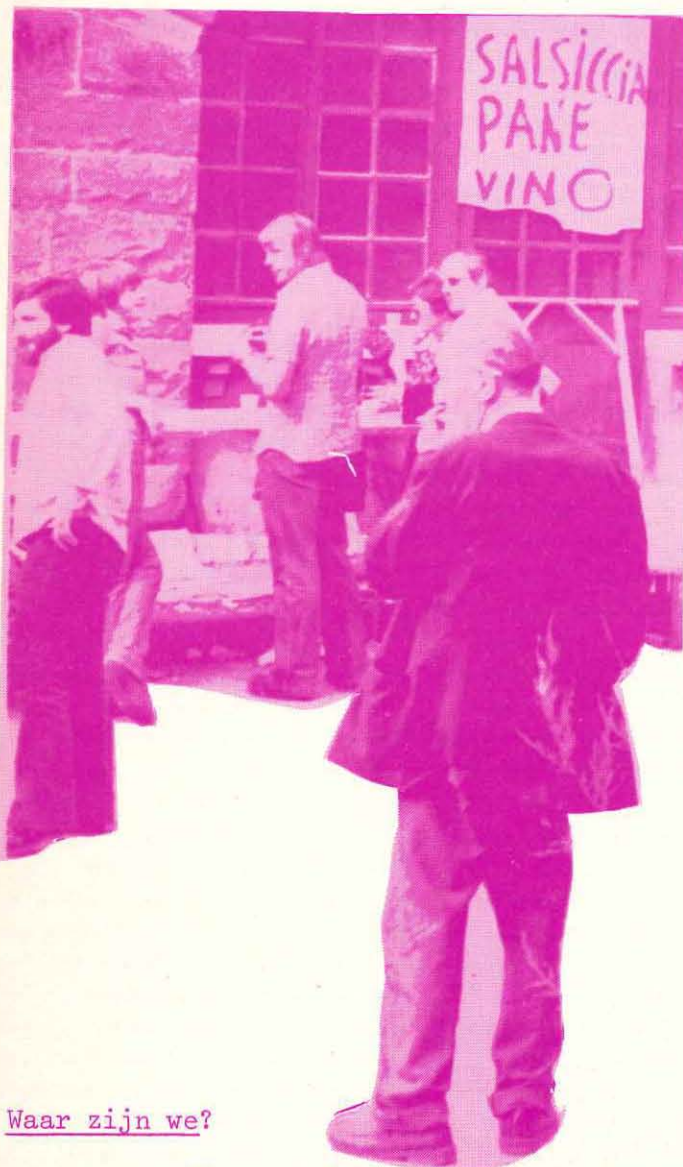
We proberen van een oudere vrouw te weten te komen, wat voor man die Basaglia is. "Basaglie bene ... eh ... non bene?", vragen wij met Hollandse nuchterheid. Ze aarzelt wat. Ze is een prachtvrouw. Rondborstig, zwaarlijvig. Zo eentje, die prima in haar vel zit. We stellen de vraag nog eens op een andere manier. Tenslotte zegt ze: "Basaglia Bene!" "Het is een goede man, hij heeft veel met mij en mijn man gepraat, hij vraagt geen geld, hij geeft de gekken hun vrijheid weer terug, hij zet zich in voor de arbeidende klasse en hij moet hier een dagelijks gevecht leveren met de Christen-Democraten (Italiaanse CDA) om de gekken uit de inrichting te krijgen." (Dat klinkt goed, eerlijk, we staan paf. Daar moet je in Nederland eens mee aankomen. Tjonge!) We proberen verder te praten met deze uitzonderlijk vriendelijke dame. Maria heet ze. Het lukt niet zo best: wij zijn snel door onze woordenschat heen, zij begint steeds sneller in het Italiaans te praten.

Maar wij bevinden ons in zeer aangenaam gezelschap. Ook Maria heeft er schik in. We wandelen samen over het inrichtings-terrein in de richting van de uitgang. Maria begint wat te neuriën, en dan begint ze te zingen: strijdliederen, hoerenliederen. Noem maar op. Aanvankelijk zijn we nog wat verlegen, maar weldra zingen we mee uit volle borst. "Avanti Populo", "De Internationale". Schoorvoetend maken we eerst wat danspasjes, dan laten we ons helemaal gaan. Uitbundig dansend en zingend verlaten we de inrichting. De stad in! Dit moet je toch maar meemaken! Tralala ... pomperdepom ... tralala ... Dan is het in Nederland maar een slappe hap. Hier is het reuze aangenaam. Meer liedjes, en nu allemaal uit volle borst! God allemachtig, het lijkt wel een Italiaanse opera. We maken weer dansjes en krijgen dikke zoenen van Maria. Onze stemmen slaan over. Maria zingt prachtig. Schorre stem. Gloedvol. Bij de strijdliederen worden de trekken in haar gelaat vast beraden en volhardend, van iemand die het bij het rechte eind heeft. Bij een kinderlied wordt haar gezicht open, rond, wat boertig. Bij een hoerenlied kijkt ze uitdagend, terwijl ze wulps haar grote lijf heen en weer beweegt. "Avanti Populo"! De bus in! Down town! We krijgen dorst!

In de bus hangt een bedrukte stemming. De mensen kijken ons wat schuin aan. Ze moeten een stapje opzij doen voor die uitbundige gekken. "Basaglia" roepen wij, "aan de kant". De Italianen blijven wat suffig aan de handvaten hangen. De zittenden blijven stijf zitten, knieën tegen elkaar. Hmm, slappe boel hier! We zoeken geld voor een kaartje, maar Maria zegt, dat het niet hoeft: "Je moet gek doen", zegt ze. En dan begint ze. Ze steekt de tong uit haar mond, begint te raaskallen "BBBBasaglia". Ze maakt obscene gebaren. De buspassagiers deinzen verschrikt achteruit. Maria gaat ze achterna, jaagt ze de stuipten op het lijf. Terwijl ze wartaal blijft uitslaan, pikt ze een verbouwerde heer het kaartje uit de hand. Snel stopt ze het weg. De man waagt het niet om het kaartje terug te vragen. Zachtjes mompelt hij vreselijke verwijten, maar Maria is al weer verder. Ze laat haar ogen rollen, slijm loopt uit haar mond. "Jezus, deze vrouw is krankzinnig", zullen de mensen wel denken. Ze speelt haar rol zo perfect, dat wij na vijf minuten wat onwennig worden. Maria merkt, dat onmiddellijk en komt op ons af. Murmelend, stamelend, over haar borsten wrijvend. Ze vraagt of we bang worden, terwijl we ook nog naar onze ogen priemt.

"Ja, we zijn een beetje bang." Ze speelt zo goed, dat het waarachtig lijkt of de krankzinnigheid definitief heeft toegeslagen. Je ziet de pijn van jaren, in haar gezicht, in haar houding. Dan krijgen we een knipoogje en ze gaat weer verder met buspassagiertje pesten. Weer staan we paf.

Zo kun je dus ook de zaak in de maling nemen! Prima! Weg uit deze bus met zijn getergde passagiers, die zo goed weten hoe het hoort. De straat op! Gierend van de lach, weer zingen. "Avanti Populo!" We maken weer rondedansjes. Hele aria's zingt ze voor ons ten afscheid en ze doet nog een keer voor hoe je gek moet doen. Wij doen mee, daar midden op het plein in Triëst. We houden het niet lang vol. Proestend en schaterend van de lach gaan we uitelkaar. Zoenen, dikke zoenen! "Vaarwel wijze vrouw", "Basaglia Bene!", brullen we over het marktplein. En dan het café in: pils.



Waar zijn we?

Wat deden wij daar eigenlijk op dat maffe kongres? Wij hebben altijd uitgesproken de pest aan kongressen, lezingen en vooral de praatjesmakers, die daar verschijnen. Hier was iets speciaals aan de hand.

Die Basaglia, daar hadden wij toch wel aardige dingen over gehoord. Wij hadden zijn warhoofdige en ingewikkelde boekjes over gekken en de kapitalistische samenleving gelezen. Maar wat die man hier in Triëst organiseert, dat is toch wel formidabel. De meeste gekken zijn hier uit de inrichting!

In Arezzo, waar hij ook gewerkt heeft, heeft hij letterlijk de muren, met behulp van bewoners en omwonenden, afgebroken! Dat is andere koek, dat kennen we niet in Nederland. Bij ons heet dat al gauw: onverantwoord en niet zuiver medisch handelen of zoiets. Hier in Italië gaat het er heftig aan toe. Daarbij komt, dat psychiatrie en gezondheidszorg veel duidelijker dan in Holland politieke aspecten heeft. Op het kongres werd dat tot het vervelendst toe, tot in de hoogste abstrakties uitgewerkt. Maria verwoordde dat heel eenvoudig. Basaglia moet gewoon opbotsen tegen de Italiaanse CDA. En dat heeft te maken met de manier van werken van Basaglia. Hij beschouwt gekte niet als een ziekte of iets, waar zonder meer iets aan gedaan moet worden. Hij vindt, dat er ook hele nuttige dingen in zitten. En dat de mensen opgesloten worden in inrichtingen, daar is hij het helemaal niet mee eens. Dat pikken die Italiaanse CDA'ers niet. Dat vinden ze eng, onmedisch en te links. Als ze Basaglia een hak kunnen zetten, dan zullen ze dat niet laten. Vernieuwingen in de psychiatrie gaan daar met heftige emoties gepaard. Basaglia moet steeds tussen de klippen door zeilen, want ook van links krijgt hij veel kritiek.

Dat was het geval op dit kongres. We zullen er kort over zijn, want het was een chaotische toestand op zijn Italiaans. Linkse groepen hadden weer zeer veel kritiek op Basaglia en ze holden hem steeds achterna om hem dat in elke vergadering te zeggen. Ongeacht wat voor vergadering dat nu was. Voor ons was het nogal lastig om de lijn van het kongres te volgen, zodat we zelf maar weer een nieuw alternatief kongresje hielden met Gekkenkranten uit Frankrijk, België en Amerika. Als krant heb je nu eenmaal aparte problemen. Daar komen wij in latere nummers nog op terug. De Cliëntenbond, die ook vertegenwoordigd was, had in paviljoen F de organisatie overgenomen. Dat ging prima. Patiënten uit heel de wereld voerden daar het woord. Een uitgebreid verslag daarvan leest U in het Cliëntenbond-bulletin. Dat leest U, omdat U lid bent van de Cliëntenbond, zodat wij het hierbij laten. Avanti Populo!

# NEUROLEPTICA



Over de neuroleptica (sterke kalmerende middelen) hebben we het al vaak gehad. De laatste keer in nummer 21 van deze opvallende krant, waarin die handige, uitneembare medicijnenrubriek stond, met alle namen en zo ...

Hoewel wij niet vervelend willen zijn, kunnen wij het niet laten de bijwerkingen van medicijnen te benadrukken, vooral van de medicijnen die ons juist "beter" moeten doen voelen. Dat hadden trouwens meer lieden door, zoals de actiegroep "Helder van Geest enz.", die het op Largactil had gemunt (trouwens een tijd niets van gehoord).

Nu was het Geneesmiddelenbulletin, een overheidsblaadje dat aan alle Nederlandse artsen en apothekers wordt toegestuurd, in augustus helemaal aan bepaalde bijwerkingen van deze neuroleptica gewijd. Wat doen deze kalmerende middelen namelijk voor ellendigs? Via een werking op de hersenen kunnen ze de spieren tot onverwachte acties of juist onverwachte slapte aanzetten. Zo kunnen ze al heel snel na het innemen van zo'n middel samentrekking van allerlei spieren veroorzaken, wat een spastisch effect geeft. Of je wordt onrustig en beweeglijk, zodat de dokter je nog wat meer van dat middel geeft, omdat hij die bijwerking aanziet voor "gekte" of zoiets. Of je wordt stijf en stram. Na langere tijd (1 tot 2 jaar, en dat komt best vaak voor) kunnen trekkingen en onwillekeurige bewegingen optreden, zoals erg smakken met de mond; dit gaat dan vaak nooit meer over.

Nu wisten velen van ons dit natuurlijk al uit eigen ondervinding of van zien en horen. Maar wat in dit artikel zo schokte, was toch wel de grote regelmaat, waarmee deze bijwerkingen optreden. De meeste van die

middelen blijken dat in wel 40% van de gevallen te doen. En dat voor middelen, die je juist uit je ellende moeten halen. Geen wonder, dat veel gebruikers rapporteren, dat ze door hun medicijnen alleen maar zieker worden.

Het Geneesmiddelenbulletin waarschuwt ook tegen het geven van andere medicijnen om de bijwerkingen tegen te gaan (hiervoor wordt bijvoorbeeld heel vaak Disipal gegeven, tegelijk met het kalmerende medicijn). Het blijkt, dat het optreden van de blijvende bijwerkingen hier zelfs door kan worden bevorderd. Volgens het Bulletin is er maar één manier om deze bijwerkingen te voorkomen: deze medicijnen zo weinig mogelijk gebruiken, en dan nog alleen zo kort mogelijk en in lage doseringen.

En dat is volgens ons nou precies het tegendeel van de praktische gang van zaken in een groot deel van de psychiatrie. Nietwaar, dokter?

Toch maar eens ophouden met die medicijnen!

In het volgende gedicht, dat ons werd gestuurd, hebben we de namen van een aantal van deze neuroleptica maar even voor U onderstreept.

## "MEDICIJNEN"

*Il wil, zei Melleril  
wel eens naar de wasserette.  
Ben jij nou dol, antwoordde Sordinol;  
zeker weer met je zusje Mellerette.  
Je lijkt wel gek, zei Dalmadorm.  
Belachelijk, sprak Tofranil.  
Ik vind het enôrm!  
antwoordde Valium. Maar jij bent imbeciel,  
schold Anafranil.  
Poeh, wat een lef, zuchtte Mutabon-F,  
jullie zijn allemaal gek, als je dat maar  
beseft.*

*Sodemieter op, schreeuwde Cogentin,  
want anders krijg je een trap tegen je  
onderkin,  
Wat zijn jullie toch mal, glimlachte  
Disipal...*

*Dat vind ik óók, bevestigde Isonox,  
jullie zijn allemaal hardstikke knots.  
Snik, snik, huilde Temesta, als jullie zo  
doorgaan,*

*is het beter dat ik weg ga.  
Stel je niet zo aan, sprak Tryptizol,  
als we zo doorgaan worden we helemaal dol.  
Nou en, zei Vitamientje-B, laat die stakker  
toch gaan,*

*kom maar Temesta, ik ga mee.  
Nu is het genoeg, krijgste Sinequan,  
anders hak ik jullie volledig in de pan.  
Tja, mompelde Serenase, zoiets zou mij  
niets verbazen.*

*Laten we nu stoppen, vroeg een Aspirine,  
want ik wil even praten met JOSEPHINE.*

# B R I E V E N



## L I E F E N L E E D

### NATUURLIJK !

Natuurlijk heeft de Gekkenkrant altijd gelijk als zij stelt, dat het niet gaat om het registreren van zoveel mogelijk leed, maar om het opheffen daarvan. Toch wil ik mijn bevindingen met de psychiatrie en haar dochterondernemingen wel eens op papier zetten, misschien alleen voor mezelf, om te trachten iets van me af te schrijven, maar misschien ook om mijn relaas enigszins bij te kunnen laten dragen tot het eindelijk voor iedereen duidelijk maken dat er iets M O E T veranderen.

Het begin van mijn verhaal dateert al van 12 jaar geleden, toen ik als zesjarige ten gevolge van afwijkend gedrag, angsten die zeer de richting uitneigden van fobieën, enz., terecht kwam bij de Polikliniek voor Psychiatrie te Utrecht (Hartingstraat). Bij kinderpsychiatrie werd ik letterlijk en figuurlijk afgeleverd, er waren daar een aantal heren psychiaters, die probeerden mij aan te zetten tot spelen, om mij vervolgens te observeren. Ik deed half wat mij werd gevraagd, maar ik stelde niet het vertrouwen in hen dat ze van me wilden, integendeel: ik wantrouwde hen, en ik haatte hen omdat ik niet begreep, wat ze van mij wilden.

Dat duurde zo'n anderhalf jaar voort. Ondertussen kreeg ik E.E.G.'s en dergelijke, en men konstateerde zowaar een kleine hersenbeschadiging, veroorzaakt door complicaties bij mijn geboorte. Daarop achtten zij de zaak afgedaan, en mijn ouders kregen te horen, dat het vanzelf wel weer goed zou komen. Maar het kwam niet goed. Mijn toestand verslechterde, ik voelde me ook lichamenlijk beroerd, hoewel ik niets maakte. De angsten werden heviger, en ik begon mij steeds vreemder te gedragen, zeiden ze.

Mijn ouders hebben in die tijd wel hulp gezocht, maar steeds weer luidde het commentaar: "Geen plaats". Toch kwam er, toen in acht jaar was en het alsmaar erger werd, ik helemaal geen vriendjes of vriendinnetjes meer had, hallucinaties had, enz., een oproep om bij een

psychiater in Bilthoven te komen: dr. Viëtor. Koninginmedag '68 gingen we er heen.

Nog zie ik die kamer voor me: de boekenkasten langs de wanden, de bloemen in de ramen die zo'n gemeen contrast vormden met de verstikkende benauwenis in die kamer, het Mariabeeld, alsof de patiënten daaruit moed moesten putten, en achter het statige buro de grijsende man. De Dokter. Hij vroeg en ik antwoordde niet, ik antwoordde nooit wat hij wilde dat ik antwoorden zou. Tenslotte konkludeerde de man, dat vroeg naar bed gaan mij wel genezen zou.

Maar zomer '69 werd ik opgenomen in Berg en Bosch te Bilthoven, voor onderzoek en observatie. Ik kreeg luminal, mogadon en later ook librium, valium, temesta, seresta, lexanonil. Niets hielp.

Ik kreeg weer E.E.G.'s en werd zelfs 1 maal geshocked, wat ik met vrij grote zekerheid kan vaststellen. Ik bleef daar twee weken. Weer kregen mijn ouders hetzelfde te horen, en sindsdien hebben we van Viëtor nooit meer iets vernomen. In stilte heb ik toen gezworen, dat ik nooit meer bijstand aanvaardde van een psychiater. Ondertussen droeg ik al met grote nadruk het stempel van "gek", vooral bij klas- en leeftijdgenootjes.

Jarenlang heb ik woerd tegenover mezelf gehouden, tot vorig jaar na een aantal fikse tegenslagen (een enkele vriendin die je na zes jaar laat zitten, een zus die je steeds weer met je neus op het feit drukt dat alles, wat met haar is misgegaan, jouw schuld is, mislukte relaties, volslagen eenzaamheid, verhouding met gehuwde, maar begrijpende en eerlijke man, enz.). Na vele medicijnen, door mijn huisarts verstrekt, werd ik weer naar de Polikliniek voor Psychiatrie in Utrecht verwezen.

Pas afgestudeerde psychiaters doen daar wat ervaring op, en om de paar maanden krijg je een andere. Twee studenten vangen je de eerste keer op, en registreren met een beroepsvreugde, waar een ervaren dokter jaloers op zou zijn, je ellende. Ik ben daar tot op heden nog altijd onder behandeling, nog altijd blijven de resultaten uit. Natuurlijk weet ik, dat je het zelf moet doen, maar waarom zijn

er dan psychiaters?

Na enkele maanden (januari van het vorig jaar, meen ik) werd ik doorverwezen naar het I.M.P., omdat ik psychotherapie nodig had en die daar het beste gegarandeerd zou zijn. Toen ik daar kwam voor een inleidend gesprek, deelde de therapeut me echter meteen mede, dat ik niet komen kon, omdat ik nog op school zat en ik bij mijn vader partikulier verzekerd was. Daar sta je dan weer. Weer naar de Hartingstraat, de veertiende psychiater tegemoet. Ik deed dat jaar eindexamen HAVO, maar ik was zo ziek en zo in de war, dat de wereld steeds voor me vervaagde en ik vaak niet eens de letters in mijn boeken kon ontcijferen. Toch ben ik geslaagd. Ik had en heb nog altijd last van hallucinaties, ziekteverschijnselen, terwijl alles lichamenlijk in orde is.

Tenslotte meldde ik mij op aanraden van mijn psychiater, die overigens steeds zei dat hij liever lunchte als ie met mij bezig was, vrijwillig bij de P.A.A.Z. van het ziekenhuis Overvecht, eveneens te Utrecht.

Voor het intake-gesprek moest de hele familie meekomen, en terwijl wij in de "huiskamer" (de zogenaamde moderne psychiatrie: schuif maar aan en alles komt vanzelf weer goed) wachtten, oordeelden de twee jonge therapeuten of ik wel gek genoeg was. Ik mocht komen, en er werd een afspraak gemaakt.

Mijn indruk was echter, dat dit ziekenhuis me geen stap verder helpen zou, omdat ik juist met mezelf wilde klaarkomen, daarna pas met anderen, en dat bracht ik in de loop der dag steeds naar voren. Ze zeiden, dat ik het eerst maar proberen moest, en er werd me voorlopig een dagbehandeling opgedrongen. Ik aksepteerde dat, maar ik had er meteen spijt van, maar ik wilde toch ook de kans niet onbenut laten, en daarom raadpleegde ik mijn psychiater. Advies: altijd proberen, je weet maar nooit.

Verder was er niemand, met wie ik kon praten, ook niet na mijn pogingen mijn polsen door te snijden, en tenslotte maakte dat me zo kwaad, dat ik naar Overvecht ben gegaan en de opname heb geannuleerd. Na veel trekken en wikken en wegen lieten ze me gaan. Hiermee heb ik bewust voor het alleen-doen gekozen en dat weet ik, maar soms is het net even te zwaar. En eigenlijk redeneer ik nog altijd vanuit hetzelfde standpunt: de Wereld Is Ziek. Het enige, wat ik hier nog aan zou willen toevoegen, is: bestaat er werkelijk een efficiënte en menswaardige psychiatrische bijstand??? Wie het weet, mag het zeggen.

## MIJN KARRIERE ALS GROEPSLID

(vervolg van krant 23)

We hadden gespreksgroep, bewegingstherapie, creatieve, sport- en arbeidstherapie.

### Arbeidstherapie van Wim Trienekens

Vroeger, toen ik als electriciën op de bouw werkte, zat ik steeds na te denken of ik de leiding over die balk of over die andere moest leggen. Ik was zo bang dat ik het verkeerd zou maken, dat ik bijna niets voor m'n baas presteerde. Nu leerde ik, hoe ik die angst om te falen kon overwinnen. Met dit soort problemen hoefde ik niet bij dokter Vissers van Opname 1 aan te komen, dan zei hij: "Ja, Hans, ik geloof dat je daar niet op je plaats was, we zullen een beroepskeuzetest laten maken". Terwijl er aan die faalangst gewerkt moest worden!

### Bewegingstherapie van Frans van Hattum

We deden oefeningen, die bekend waren vanuit je psychose, met andere woorden: je herkende de psychotische situatie, en je moest je er zelf weer uit vechten. Bij mij ging het over een stadssituatie, ik kan niet tegen het drukke verkeer, het maakt me agressief. Ook een veel te kleine kamer maakt me onrustig. Ik kom zelf van het platteland. Nadat ik me eruit had gevochten, bespraken we het, waar ik erg veel aan had.



## ONZE MINISTERS

Ik ben 26 jaar, heb enige jaren "inrichtingenervaring" en wil de lezers van de "Gekken"krant nu graag iets van me laten vernemen.

Na jarenlang "vrijwillig" in het psychiatrisch centrum "Licht en Kracht" te hebben verbleven, is het me zo langzamerhand duidelijk geworden, dat heel veel psychiaters zich zonder meer in dienst stellen van het zogenaamde establishment (uiteraard worden zij daarvoor goed betaald), en daarom met de zogenaamde krankzinnigenwet in de hand de normale mensenrechten van heel veel patiënten-kliënten bewust en openlijk ontkennen, soms zelfs met openlijk plezier.

In onze krankzinnige samenleving, waarin de mensen bedonderd worden bij het leven, en waarin het nuchter zelfbewustzijn van het individu bewust en geregeld wordt ondermijnd (denk bijvoorbeeld eens aan het zogenaamde reklamewezens, waarin speciaal daarvoor opgeleide "reklamepsychologen" (academici nota bene) meewerken), is het mijns inziens niet te verantwoorden, dat er een zogenaamde krankzinnigenwet bestaat, die dan ook nog door vele psychiaters en verpleegkundigen wordt gebruikt om de normale menselijke rechten van hen, die in een psychiatrisch centrum verblijven, te verkrachten bij het leven. Daarom vind ik, dat het de hoogste tijd is om die krankzinnigenwet in zijn geheel te laten verdwijnen. Als het niet anders kan, dan is geweld zeker gerechtvaardigd, vind ik, temeer daar zij, die worden opgenomen, meestal slachtoffers zijn van krankzinnige tendenzen in de samenleving.

Overigens ben ik van mening, dat vele zogenaamde "behandelingsplannen" krankzinnig van aard zijn, omdat er een overduidelijk gebrek aan visie uit blijkt, en de algemene tendens gewoon betuttelend is, terwijl essentiële problemen, zoals bijvoorbeeld het gebrek aan normale woonruimte, op botte wijze zonder meer ontkend worden.

En dat is nu een typisch voorbeeld van schending van de mensenrechten. Situaties zoals ik zoëven beschreef, komen veel voor in ons land, en ik vind het dus eigenlijk krankzinnig, dat sommige ministers dan nog tegen "oostbloklanden" durven tekeer gaan als het gaat om mensenrechten.

Het zijn onze ministers en zij moeten ons helpen.

Laten we in elk geval niet vergeten, dat de internationale overeenkomsten betreffende de rechten van de mens, die



in Helsinki tot stand zijn gekomen, óók voor ons gelden. Ik stel voor dat wij, die in psychiatrische centra worden betutteld, gemanipuleerd en ook wel eens opgesloten, ons niet langer laten aanvechten, doe wie dan ook.

## TETTELAR c.s.,

Ik ben heel erg kwaad over die twee "leuke" psychiaters hier in Tilburg. Zij werken zoals jullie weten tot 1 januari 1978 nog op de PAAZ. Het is nu begin september, dus al die tijd doen ze nog vele mensen leed aan. Ik vraag me af, of het niet beter was geweest als zij op staande voet weg hadden kunnen gaan! In mijn ogen gebruiken zij een soort drugtherapie met vreselijke gevolgen voor de patiënt.

Een normale vrouw, "moeder van een gezin", komt voor controle bij Van Huizen en moet 2 uur wachten; Van Huizen vraagt hoe het gaat, waarop de vrouw begint te huilen. Hij belt naar de PAAZ en er komen 2 broeders, die haar oppakken en in de isoleer zetten, waar ze 3 dagen lang haar verdriet moet gaan verwerken bij het gevangenisraam met tralies en 2 dikke deuren, die op slot zitten. Thuis wachten 4 kinderen, die vinden dat mamma zo lang weg blijft!

Ik zelf ben ook patiënt geweest en onder behandeling van Van Huizen, dus weet verdomd goed hoe een mens zich daarbij voelt. Hierbij neem ik met een groot kruis afscheid van het echtpaar. Bedankt, Tettelar en Van Huizen, voor alle verwoestingen die jullie aangericht hebben, ook aan mijn adres.

Pas op, dat je ons niet tegen komt, want dan krijg je te doen met "psychopaten". Geniet maar van Uw welverwoerd geld!

## ZE VERDIENEN AAN JE ELLENDE

Met vrouw (15 jaar getrouwd) naar je psychiater, voor de zoveelste keer. "Ja, ik heb geen ruimte meer om je op te nemen, dus ga ik je shocken, weet je wat dat is?" "Neen", zei ik.

Ook mijn vrouw niet, het werd niet verder uitgelegd, ook niet aan haar. Onder de dope ging ik de volgende dag met de auto (alleen!!) naar het ziekenhuis. Een duwtje links, een duwtje rechts, en daar lig je op de tafel, een stuk rubber wordt in je mond gedrukt, een grote verpleegster staat klaar om je in de houtgreep te nemen en de dokter staat achter je, klaar met de staven die hij heel lief op je slapen drukt en zoekt naar het juiste plekje. En dan gebeurt er iets, een moment denk je: "ik ben in verkeerde handen gevallen", maar daar krijg je niet lang de kans voor. Je gaat door een hel, pijn is erg, maar dit is veel erger. Ze zijn met je hersenen bezig, en dat is je ziel.

Goed, ik kom bij uit mijn bewusteloos zijn, en het eerste wat ik probeer te doen is wegwezen! Dat gaat niet direkt, maar na een paar keer proberen lukt het, geen verpleger of verpleegster die je verder opvangt of bewaakt, dus ga ik de deur uit van het ziekenhuis en stap in de auto!! Ik rij naar mijn moeder (73 jaar), 1 km verder, en zit bij dat oude mens zeer apatisch, zij begrijpt er natuurlijk ook niets van. Inmiddels is mijn vrouw door het ziekenhuis gebeld, want ik was verdwenen, en waar was ik??

"Hij is naar jullie-toegegaan" (Hij). Mijn vrouw is mij gaan zoeken en heeft mij gevonden bij mijn moeder. "Je moet naar het ziekenhuis." Ik wist niet, of ik er al geweest was, zeer verward, ze heeft gebeld en ik had de shocks al gehad.

De eerstvolgende keer dat ik daar kwam (je blijft toch onder de dope) werd er gezegd: "Je moet niet weglopen als je die shocks hebt gehad, anders helpt het nog niet!!", alsof ik dat wist, en ..... is dat zo? Tja, dan lul je toch niet meer, wat een bedrijf. Ik geloof, dat zo'n psychiater er f 100,— per keer voor krijgt, ... leuke handel ...

Nou ja, goed, dat is dan zo'n 7 keer gebeurd. Ik herinner mij, dat de laatste keer vóór het mij toegediend werd, ik liep te wachten op de gang van het ziekenhuis, dat de dokter er aan kwam en ik hem smeekte: "Hoeft het alstublieft niet meer??!!" Hij zag het aan mijn gezicht, pakte mijn arm en zei: "Kom nou maar, nog één keer."

En toen was het afgelopen.

Ik ben daarna nooit meer geworden zoals ik vroeger was.

Deze ziekte die ik heb, ja, nog wel, is een ziekte van onze maatschappij, de ziekte van gebrek aan liefde, broederschap en begrip. Die kun je niet oplossen met shocktherapie, dat is een varkensmethode. Dus laten ze daar alstublieft mee stoppen. Het zal hen misschen f 10.000,— per jaar schelen op hun bankrekening, maar toe, stop er mee, artsen, psychiaters, ga aan jullie WERK .....



Door Rosenberg moet de bezem. Waarom komen jullie niet op Heren en Dames III? De troep en die afschuwelijke rot Mussolini, ja, zo noemen we onze Italiaanse dokter, Rombardo. Iedereen heeft het hier rot, en de directeur zit in Honoloeloe met vrouw en sekretaresse en veroordeelt niet de Russen.

Omdat die dan zijn eigen veroordeelt, want onze gestichten zijn geen haar beter. Ook dwang en straf en mishandeling, net als in Rusland, al en niet om politiek, maar wat maakt het voor verschil? Of je nou voor de ene of andere afwijking hier moet zitten: opgesloten ben je, een dissident ben je.

Kraan is een mispunt, maar er zijn er nog heel wat van die soort, jullie moeten de ouderen maar eens vragen van Dames III. Ze kropen daar voor die zusters, dokters en die regenten van het bestuur. Nou zijn er andere dokters en andere regenten, veel geblaas, maar weinig wol, dus blijft het koud voor ons, ik ril, geef ons moed. Veel sukses. (M'n naam niet zeggen, ben bang.)

## SCHADUW OVER VOGELENZANG

Ja, Vogelenzang, mijn negende opname sinds 1968. Schandalig, wat een begeleiding. In de jaren '68-'71 heb ik alcoholproblemen gehad, twee ontwenningkuren. Sindsdien heb ik ervoor geknokt om met vallen en opstaan helemaal van de alcohol af te komen. Voor 't laatst dronk ik van 13 op 14 juli om mezelf moed in te drinken om me wat aan te doen. De politie liet me eerst in het Rode-Kruis-ziekenhuis in Beverwijk opnemen. Daarna heb ik tot nu toe geen druppel meer gedronken. Op 31 augustus 1977 kwam ik in Vogelenzang. Ik was nog geen twee dagen hier, komt er zo'n snotneus van een verpleegster naar me toe

om mij te vragen waar ik geweest ben en wat ik gedaan heb. Ik zei: "Gewandeld in het bos". Een week later een gesprek met verpleegster Annie. Zij vroeg mij: "Drink je ook?". Ik zeg: "Waarom vragen jullie me dat toch steeds? Ik ben blij, dat ik nee kan zeggen, maar ik zeg er eerlijk bij, ik moet wel waakzaam zijn, en jullie kunnen mij er alleen sterkte mee wensen".

Mijn vader komt plotseling te overlijden. Je moet niet denken, dat ook maar één van die verpleegkundigen mij komt kondoleren en mij sterkte toewenst; zelfs de hoofdverpleegkundige, Riet Vijfhuizen, niet. Het mooiste komt nu: ik mag met toestemming even buiten het terrein om geld te halen bij de bank om met een taxi naar Nes aan de Amstel te gaan, naar de begrafenis van m'n vader. Dezelfde dag om 16.30 uur moet ik op het matje komen, en het was Paul de Rooy, die onder andere zei: "Je drinkt, we hebben geen vertrouwen in je en je hebt maar een kontrakt te tekenen, anders kun je met ontslag." Schandalig, wat een dreigement, terwijl ik niet meer tegen de maatschappij en het leven op kan. Hij zei: "Wanneer heb je voor het laatst gedronken?" Ik zeg: "Van 13 op 14 juli, en daarna geen druppel meer". Hij zegt: "Je bent vanmorgen nog in de kroeg geweest". Ontzettend, wat een beschuldiging, terwijl mijn vader nog boven de aarde staat. Ik zeg: "Wie zegt dat toch allemaal?", en ik kreeg weer eens een vreselijke huilbui.

Hij loopt naar de gang en komt terug met een zekere Guus van Voorst, en die gaat dit zeggen: "Ik zat in de bus en toen zag ik je lopen". Wat een motivatie van die mafkees. Ik was gelijk zo van de kaart, dat ik niets meer kon uitbrengen. Later heeft hij gezegd, dat hij me de kroeg in zag gaan. Helemaal niet waar, een grote, valse beschuldiging dus. Bij het "open rapport" ben ik fel van leer getrokken en heb ik verpleegster Annie Gansvoort bedankt, dat zij juist in deze dagen van mijn vader's overlijden mij zo vals beschuldigd hadden; ik was erg emotioneel. Later nog met haar uitgepraat, en zij bleven erbij dat ze sterk de indruk hadden dat ik nog wel eens dronk. Daar heb je nu zo voor geknopt. Vreselijk. Zij kwam met het kontrakt van onder geleide wandelen en urine-onderzoek en dergelijke. Zij zegt: "Tekenen, anders kun je met ontslag". Nu heb ik nog per brief 'n gesprek met de Geneesheer-direkteur aangevraagd en wil ten spoedigste naar een ander pavil-

joen worden overgeplaatst. Eerst heb ik de zaak nog met dokter Hanneman doorgepraat, maar dat heeft me geen bevrediging gegeven. Ik ben er kapot van, en ik negeer de verpleging; ik heb geen greintje vertrouwen meer in ze. Het is vechten tegen de Bierkaai.

## AKTIE TEGEN STEMMEN

Ook ik zit met het probleem van de vele stemmen uit de omgeving, die men het beste zou kunnen omschrijven als bevelautomatie.

Als je niet uitkijkt, ga je er wel aan ten gronde. Aan dergelijke mensen erger je je dood, of niet soms, met hun eeuwige noodlottige bemoeizucht.

Deze onmogelijke toestand duurde 10 jaar. Toen had ik het wel bekeken. Weldra liet ik de hele rotzooi smoren, zodat ze in hun eigen vet gaar konden koken. Ik werd verpleegd in een universiteitskliniek, waar men je helemaal uithoorde, ze opgedirkt tegenover je gingen zitten en verder helemaal niks. Na 5 minuten stond je dan op straat met het medicijnbriefje in je hand, nadat de psychiater heeft laten blijken dat je weer op kunt krassen.

Uw brief kwam als een verrassing en sloeg in als een donderslag bij heldere hemel. Ik wist niet, dat het nog mogelijk was dat er nog andere mensen waren die echt behandelden, waardoor men jezelf kan worden zonder dat slappe geleuter over medicijnen.

## NOG MEER

Mijn hartelijke dank voor het artikeltje "Aktie tegen stemmen". Zelf word ik gedurende 24 uur per dag beluisterd, bekeken en toegesproken door deze SS-terreurbende, zowel in mijn eigen huis als daarbuiten.

80% invalide ben ik hierdoor geworden en slik al 9 jaar pilletjes tegen zogenaamde waan-ideeën omtrent mijn privé-leven. Omdat ik vrij wil zijn en daar buiten, hebben ze 5 willekeurige arrestaties en vrijheidsberovingen op mij verricht. Kortom een SS/KGB-mentaliteit van de terreurbende, die de Rechten van de Mens in Nederland vertrappt.

## SSST..... STEMMEN!!

Ik kan maar één ding zeggen: laat een schizofreen ook luisteren naar de stemmen en er zijn voordeel mee doen. Ook het gevoel de gehele wereld te zijn is niet zo erg. Het betekent alleen, dat je veel verder bent in de geestelijke ontwikkeling dan de rest van de mensen.

# ALLERLEI ZAKEN !

## WEG MET PSYCHOCHIRURGIE

René Mol wil zich actief gaan inzetten voor het afschaffen van psychochirurgie: het opzettelijk aanbrengen van hersenletsel, teneinde de psychische problematiek van iemand te beïnvloeden. Hij noemt onder andere de volgende redenen:

- over het resultaat van zo'n ingreep bestaan geen garanties;
- de hersenbeschadiging is onherroepelijk;
- niemand weet precies welk stukje hersenweefsel nu precies bij welk probleemgedrag hoort;
- deskundigen zijn het er niet met elkaar over eens, wat nu eigenlijk "psychisch ontregeld zijn" betekent.

(Het National Institute of Mental Health in Amerika heeft dan ook besloten geen geld meer voor psychochirurgisch onderzoek beschikbaar te stellen.)

Wie doet met René mee? Zijn adres is: René Mol, Molenaerplein 16, Heemstede.



## BESTAAT HIER EEN AKTIEGROEP VOOR?

1. Een zuster van mij is opgenomen in de Willem Arntz-Stichting in Den Dolder. Uit krantenpublicaties herinner ik mij, dat er een actiegroep bestaat heeft in Den Dolder. Kunt U mij opgeven van het doel was van deze actiegroep en of deze nog bestaat?
2. Mijn moeder is eind augustus/begin september opgenomen geweest in het St. Lukas Ziekenhuis in Amsterdam. Daarbij zijn een aantal kledingstukken van haar in de wasserij van het ziekenhuis gegaan en zoekgeraakt. Ik heb er over getelefoneerd en gekorrespondeerd met het ziekenhuis, doch ze blijven zoek. Het betekent voor haar een schadepost, want ze heeft alleen de A.O.W. Bestaat er ook een actiegroep voor ziekenhuizen, en, zo ja, waar?

Met dank voor de inlichtingen.

"Wegwijzer tijdens en na je opname" is een informatieboekje voor patiënten en ex-patiënten over wonen en werken, rechten, financiën, crisis-situaties, eenzaamheidsproblemen, therapiemogelijkheden, goedkope eethuisjes en fietsverhuur, en dat alles, alleen als je in Utrecht/Amersfoort en omstreken woont, want de trein is duur vandaag de dag.

De wegwijzer is een uitgave van de Cliëntenbond afd. Utrecht, en te bestellen door storting van f 3,50 op postgiro 3582195 t.n.v. penningmeester Cliëntenbond in de Welzijnszorg afd. Utrecht te Utrecht. Op de stortingskaart wel vermelden: "Wegwijzer".

En ook nog:

Inloopavonden van de Cliëntenbond worden gehouden iedere zondagavond vanaf 8 uur op de bovenverdieping van het NVSH-informatiecentrum, Wittevrouwensingel 100 in Utrecht. Tot ziens.

Ik ben een man van 72 jaar, gescheiden, gepensioneerd. De werkwijze reeds 10 jaar als volgt. Een leuke grap bedenken, scheiding 7 jaar rekken, persiflage schrijven van iemand die op zijn dood zit te wachten, schrijver gaat dood, mensen van de omroep worden er in betrokken, af luisteren, schaduwen en er een onderscheiding voor uitreiken. Bepraten om je op te laten nemen, zonder ooit een dokter gezien te hebben. Geen verwijskaart, opgenomen met volle vrijheid, gekke dingen in de trein, portofoon, wisselgeld, boete, pseudo-bezoekers en patiënten, psychiater gaat dood, sportkrant drukken na drie maanden ontslagen. Gaarne zou ik contact met iemand hebben met soortgelijke ervaringen, daar mijn lichamelijke gezondheid na het laatste prostaat-onderzoek beduidend slechter is geworden.

Gezocht: vriendelijk contactgezin om te korresponderen met of eventueel bezoek te ontvangen van een 20-jarige jongeman (gehoorgestoord), die opgenomen is in een psychiatrisch centrum in Drente. Brieven naar: Asserstraat 5 te Beilen.