

Een vis heeft niet door dat hij in water zwemt

Alma krabbelt gedachteloos op een papiertje. Ze neemt deel aan een verplichte scholing van haar werk en ze voelt zich net zo enthousiast als haar omgeving: een kaal zaaltje, systeemplafond, haperende beamer, slappe koffie. Ze onderdrukt een gaap. Dan ineens trekt iets haar aandacht: de onbalans en het onverklaarbare. Dát heeft zij ook altijd gevoeld. Ze is gelijk bij de les. Want al heeft ze deze training over werken met mensen met een licht verstandelijk beperking nooit eerder gevolgd, iets in het verhaal raakt haar. Ze probeert te achterhalen wat het is en realiseert zich met een schok: het doet haar denken aan haar moeder...

Alma groeide op in een buitengebied in Drenthe. Klein vrijstaand huisje, burens op een paar honderd meter afstand. Haar vader was niet in beeld. Moeder had het contact met de familie verbroken. Ze brachten de tijd voornamelijk samen door. Toen Alma naar school ging en vriendinnetjes kreeg, merkte ze dat het daar anders ging dan bij haar thuis. Het voelde warmer en gezelliger, maar ze besteedde er weinig aandacht aan. Ze wist immers niet beter. Een vis heeft niet door dat hij in water zwemt.

Tot ze in de puberteit kwam en tegengas begon te geven. Moeder legde de oorzaak van de ruzies bij Alma: „Waarom ben je overal zo'n leuk kind, behalve thuis?“ Ze werd boos, ging schreeuwen en stuurde Alma naar haar kamer, waar ze soms hele weekenden moest blijven.

Op de training van haar werk leert Alma hoe ze aanwijzingen voor een licht verstandelijke beperking kan herkennen. Onevenwichtig gedrag: het gevoel dat je soms met een

volwassene praat, en een moment later met een kind. Verbaal sterk, maar zonder begrip van inhoud. Door die kennis kon Alma zich voorstellen dat haar moeder zich vaak overspoeld voelde door het leven, zich machteloos waande om passend te handelen, wat haar weer razend maakte. Dat ze zich misschien ook schaamde. Het lost Alma's eenzaamheid echter niet op en ze meldt zich bij mij voor therapie.

Vandaag is de laatste sessie. Alma vertelt mij met een trots glimlachje dat ze tijdens de behandeling volwassen is geworden. Ze kan nu lachen om hoe zij binnenkwam: beetje stuurs, wat ongeïnteresseerd: „Ik gedroeg me soms als een kind“, zegt ze.

„Ik wist niet hoe ik mij voelde, laat staan dat ik het kon verwoorden! Bovendien schaamde ik me voor de hele situatie. Daardoor vertelde ik vrienden maar een klein deel van wat er speelde, waardoor zij mij niet goed konden helpen en ik me daardoor nog eenzamer voelde. Ik voel de pijn van vroeger nog wel, maar kan er nu met mildheid naar kijken. Mildheid voor mijzelf, én voor mijn moeder.“



Froukje Jackson en Irma van Steijn zijn beiden GZ-psycholoog bij Maarsingh & van Steijn. Froukje in Groningen en Irma in Leeuwarden. Zij schrijven om en om een wekelijkse geanonimiseerde column over wat zij meemaken in o.a. de spreekkamer. f.jackson@maarsinghenvansteijn.nl of i.vansteijn@maarsinghenvansteijn.nl.