

Tekst en foto's: Eveline Altena

Conferentie *Meet the Xperts* schudt de psychiatrie op


Yes, we can!

Psychiatrische patiënten trainen om hun lotgenoten te helpen. In de Verenigde Staten werpt deze aanpak vruchten af. Amerikaanse psychiatrisch ervaringsdeskundigen maken diepe indruk op vierhonderd Nederlandse hulpverleners.

“Waarom zou je beter worden als je niets hebt om voor te leven?”

Het is 7 oktober. Vierhonderd Europese psychiatrische hulpverleners hangen aan de lippen van Dwayne Mayes (51), ex-dakloze, ex-drugsverslaafde, ex-psychiatrisch patiënt. Als peuter al werd hij mishandeld, vertelt hij. Jarenlang leefde hij op straat. Hij belandde in inrichtingen en in de gevangenis. Met het label depressief op zijn voorhoofd kon hij als dertigjarige geen woord meer uitbrengen. Mayes is een van de 25 sprekers en workshopbegeleiders op de conferentie *Meet the Xperts* in Utrecht. Ze komen uit alle hoeken en gaten van de Verenigde Staten en zijn bijna allemaal psychiatrisch ervaringsdeskundigen. Hun verhalen maken een onvergetelijke indruk op de conferentiedeelnemers.

Mayes vertrekt zijn gezicht in afschuw als hij vertelt wat hij soms ziet in psychiatrische ziekenhuizen. “Stel je voor. Het gaat om mensen die zoveel hebben meegemaakt. En binnen al die ingewikkelde diagnoses vraagt niemand *Maar wat is er precies gebeurd in je leven?* Dat is toch gek? Zo’n simpele vraag, en in de vijftien minuten tijd die een psychiater heeft om jou te labelen wordt die nog achterwege gelaten ook.” Soms flitsen zijn ogen een seconde van woede als hij praat over alwetende doktoren, maar daarna lacht hij alweer. Want geloven in herstel is immers veel productiever? Ooit werd de sympathieke New Yorker tijdens zijn verblijf in een

inrichting benaderd om een *Howie the Harp*-training te volgen. Howie, bijgenaamd *the Harp* vanwege zijn harmonicaspel, zou ongetwijfeld glimlachend deze conferentie hebben bijgewoond als hij nog had geleefd. Deze in 1995 overleden Amerikaanse dakloze, psychiatrische patiënt had zo’n afschuw van de behandeling die hij als tiener in een psychiatrische inrichting kreeg, dat hij na ging denken over hoe het wél zou moeten. Alles wat hij bedacht werd omgezet in ijzersterke programma’s die psychiatrische ervaringsdeskundigen trainen om lotgenoten te helpen. Ook in Nederland bestaan *Howie the Harp*-centra. Ziehier een aantal speerpunten van Howie én van de conferentie. Wie begrijpt beter wat je doorstaat als je ziek bent: de arts met zijn kennis uit een boek of een lotgenoot? Wie bepaalt dat jij nooit meer zult herstellen: de dame achter het loket die zegt dat ze geen bankrekening voor je kan openen omdat je geen huis hebt? Of de organisatie die inziet



dat je, om te kunnen herstellen, goed moet eten en slapen, en dat je een sociaal netwerk, bezigheden en lichaamsbeweging nodig hebt? Waarom zou je beter worden als je niets hebt om voor te leven? Waarom zou je je achter je ziekte mogen verschuilen? Maar bovenal: waarom zou je, volgestopt met medicijnen, jarenlang rokend en koffiedrinkend naar een tv-scherm moeten staren terwijl je misschien nog een echt leven zou kunnen leiden?

Iemand als Dwayne Mayes heeft voor zichzelf, mede door de *Howie the Harp*-training te volgen, een prachtig leven weten te creëren. Inmiddels adviseert hij zorginstellingen en geeft hij lezingen, waarin hij pleit voor hulptrajecten die het gezonde deel van de gediagnosticeerde mens als uitgangspunt voor de hulpverlening nemen. Tijdens zijn gloedvolle betoog op deze conferentie is boven zijn hoofd een geprojecteerde simulatie te zien van een eicelbevruchting vanwaaruit een embryo tot baby uitgroeit. De zaal is muisstil. Als ik hem later interview, zegt hij, dat bij hem de ommekeer kwam toen hij vader zou worden. Wetend dat mishandelde kinderen vaak mishandelende ouders worden, zette hij alles op alles om zichzelf te redden. En nu, 21 jaar later, heeft hij een liefdevolle relatie met zijn dochter. “Ze belt me om te zeggen dat ze van me houdt”, grapt hij, “en plotseling staat er dan weer een heel stuk minder op mijn bankrekening.” Hij is niet “depressievrij”, zegt hij, “en ik verwacht ook niet dat ik dat word.” Wel weet hij wat hem te doen staat als hij een mentale storm ziet aankomen. “Mijn werk houdt me dag en nacht bezig. Ik wil doordringen in de psychiatrie waar behandelers vaak over de hoofden van de patiënten heen plannen uitzetten die niet werken.”

Rokus Loopik (55), sociaal-psychiatrisch verpleegkundige en *Stratjournaal*-columnist, loopt deze dag stralend rond. Samen met de *RINO-groep Utrecht*, gespecialiseerd in opleidingen en trainingen in de GGz, heeft hij *Meet the Xperts* georganiseerd. Loopiks visie op de psychi-

“Waarom zou je, volgestopt met medicijnen, jarenlang rokend en koffiedrinkend naar een tv-scherm moeten staren?”

atrie past bepaald niet binnen de reguliere GGz-hokjes. Sinds 2004 organiseert hij studiereizen, met name naar de VS, om cliënten uit Nederland kennis te laten maken met de in de VS sterk groeiende ‘zorg-bewegingen’ waarin ervaringsdeskundigheid een centrale rol speelt, en waar bovendien een krachtige focus op herstel ligt. Zijn passie voor deze behandelmethodes is dermate groot dat hij regelmatig naar de VS afreist voor werkbezoeken. Met deze conferentie komt een wens van hem uit om Europese hulpverleners te laten kennismaken met *the American way* in de psychiatrie. “Ik krijg bijna tranen in mijn ogen van de saamhorigheid vandaag”, zegt Loopik. “Niemand wordt uitgestoten.” Hij wijst naar een deelnemer, een ex-verslaafde jongen. “Hij is met me mee geweest op een studiereis. Nu geeft hij zelf trainingen. Ik ben apetrots op hem.”

Aan het eind van de dag kan Loopik dik tevreden zijn. De conferentie is buitengewoon goed verlopen. De hele dag zinderde de sfeer van een krachtig positivisme. De deelnemers zijn overduidelijk geïnspireerd geraakt door de Amerikaanse ervaringsgerichte kijk op psychiatrie. Na afloop verzamelen conferentiegangers zich in de bar van de Utrechtse *Winkel van Sinkel* aan de Oudegracht. Er wordt druk nagepraat en veel gelachen, visitekaartjes worden uitgewisseld. Je kunt je nauwelijks voorstellen dat een groot gedeelte van de aanwezigen in een ander leven misschien wel apathisch starend patiënt had kunnen zijn.

• www.rokusloopik.com / www.howietheharp.nl

