

Transcript podcast Met open ogen luisteren Aflevering 2: Margret

Voice-over: Dit is een podcast van Wintertuin.

Corinne Heyrman: Beste luisteraar, welkom bij 'Met open ogen luisteren'. Ik ben Corinne Heyrman. Dadelijk hoor je één van de zes audioportretten van mensen die een verhaal te vertellen hebben rond psychische kwetsbaarheid. Maar eerst geef ik jullie graag een inkijkje in het proces vooraf.

[Het geluid van druppels]

Er zijn mensen met hartritmestoornissen, er zijn mensen met wondroos, er zijn mensen met een psychose, een angststoornis of een andere lichamelijke of psychische aandoening. Het blijft mij verbazen dat het makkelijker is om te zeggen dat je hartproblemen hebt dan een psychische ontregeling. Daarbij komt dat vanaf we het over psychische ontregeling hebben, er een gat in de grond lijkt te zakken, er een onevenwicht ontstaat, een zwakte, een pijnlijkheid, een gevoeligheid. En dat vind ik interessant, als mens en ook als maker. Hoe kunnen we wel met open ogen luisteren naar een ander?

[Zachte muziek]

Dat ben ik gaan onderzoeken, samen met zes andere ervaringsdeskundigen. Meerdere keren ging ik bij hen langs, om tot een passend en veelzijdig portret te komen. Met Margret, de geportretteerde van deze keer, zaten we tijdens onze derde afspraak te luisteren naar haar verhaal. 'Ik kan mijn stem wel horen,' zei ze, 'maar als het over mijn kinderen gaat, word ik kwetsbaar.'

Ik wens jou ook zo'n kwetsbare luisterervaring, van Margret en mezelf.

Margret: Ik heb zo'n, zo'n vuilnisbakje gekocht, omdat ik mijn huis niet meer uit durfde. En, ja, mezelf weg zal kwijnen in het hoekje van de bank, eigenlijk.

[Muziek]

Margret: Ja, zo'n hond kijkt je aan en die wil een aai en die kwispelt en die wordt zo vrolijk van je. Geen oordeel, hè.

[Muziek]

Margret: Ocherm, het beest heeft het af en toe zo zwaar denk ik...(lacht) Als ik me rot voel en in tranen op de bank zit, ja dan... begin ik maar tegen hem, ja... Het is maar goed dat-ie het allemaal niet kan navertellen wat ik af en toe zeg en denk. (lacht)

[Muzikaal stukje, blaf aan het einde]

Margret: Ik ben Margret, ik ben vijftig jaar. Moeder van vier kinderen, gescheiden en oma van bijna zes kleinkinderen.

[Geluid ziekenhuis]

Margret: Ik werk op de Woenselse Poort van het GGzE, dat is de forensische kliniek binnen het GGzE. Ik begeleid daar alle cliënten die behoefte hebben aan ondersteuning vanuit een ervaringsdeskundige.

[Geluid ziekenhuis]

Margret: Toen ik hier ging solliciteren was de reactie van mijn omgeving ook zo van: ja en waarom doe je dat, het is hartstikke gevaarlijk daar, en dadelijk pakken ze jou ook. Want je hoort in de media natuurlijk alleen maar de slechte dingen. De goeie dingen die dagelijks gedaan worden, hè, die zie je niet.

[Geluid ziekenhuis]

Margret: Ik was vroeger ook zo'n type, dan zag je die dingen op tv gebeuren en dan dacht je altijd van: ja, dat is lekker ver weg, gebeurt mij niet, er zal wel iets gebeurd zijn hè, ik bedoel, het gebeurt niet zomaar. Totdat het je zelf overkomt.

[Muziek zwelt aan]

Margret: Ik kan met alles wat ik heb meegemaakt, kan ik gewoon iets goeds doen. Er is nog wel iets te halen uit het leven.

[Muziek]

Margret: Ik ben altijd zelfstandig ondernemer geweest. En de laatste jaren was ik fotograaf. Ik werkte samen met mijn zus, zij had een videograafbureau.

[Camerageluidje: klik klik]

Margret: Wij deden voornamelijk beginnende artiesten fotograferen en filmen, hun promotiemateriaal. Hun optredens.

[Camerageluidje: klik klik]

Margret: Ja, ik heb ook visagie gedaan en styling, hè, dus mensen aankleden. Dus ik deed eigenlijk het totaalplaatje, hè, met zo'n artiest. Aankleden, al dat soort dingen. Maar fotografie gaat helaas niet meer, waardoor het omgaan met een camera voor mij geen optie meer is. Dus ik de keuze heb gemaakt om, eh, ja, te moeten stoppen.

Ik ben ook niet meer in het bezit van een fotocamera. Want dat brengt bij mij nog heel veel verdriet terug, want dat was gewoon iets dat ik heel graag deed. Ik maak nog wel foto's van mijn kinderen en mijn kleinkinderen, maar alleen maar met mijn telefoon.

[Muziek]

Margret: Mijn hele leven is eigenlijk...eh, ben ik slachtoffer geweest van. Ik heb op hele jonge leeftijd, ben ik seksueel misbruikt door mijn stiefvader.

Tijdens mijn opgroeien ben ik, eh, emotioneel verwaarloosd. Ik ben daardoor ziek geworden, ik heb een eetstoornis ontwikkeld. Bijna mijn hele leven wel heb ik heel veel last gehad van... daardoor van suïcidale gedachten. Doordat ik eigenlijk mijn verleden nooit echt goed verwerkt heb gehad. Negen jaar geleden ben ik gescheiden na een... relatie van 17 jaar en eh... die partner heeft mij eerst een jaar gestalkt en toen hij er vervolgens achter kwam dat ik een nieuwe relatie had, heeft-ie geprobeerd om mij te vermoorden. Door mij vijf keer op straat neer te steken.

[Pauze, geluid vogels]

Margret: Toen ik ben neergestoken ben ik naar het ziekenhuis gegaan, daar ben ik geopereerd en toen ik uit die narcose kwam, was ik met mijn toenmalige vriend eh, in het ziekenhuis alleen, waren we een uurtje ofzo. En in dat gesprek heb ik eh, een handje vol pijnstillers in mijn hand gehad en gezegd: 'Doe ik dit of ga ik voor het leven?' En dat is voor mij echt de keuze geweest van: nou ja, dan ga je er ook voor.

En uiteindelijk ben ik door mijn traumaverwerking eh... en hele goede begeleiding vanuit de gemeente bij een cursus gekomen die doet kijken of je ervaringsdeskundige zou kunnen zijn. En ja, daarna was ik ervan overtuigd dat ik mijn... ja, zoals mensen het noemen 'leed', wilde inzetten om andere mensen te ondersteunen.

[Muziek start]

Margret: Ik heb al heel snel toen ik hier kwam werken een gesprek gehad met een cliënt, flinke kerel, zit hier niet voor niets. En die dan gewoon na een half uur praten mij aankijkt en zegt, ja echt heel klein en heel kwetsbaar gewoon zegt van: 'Oh, ik heb nooit geweten dat iets wat ik doe zoveel impact op iemand kan hebben.' Of een vrouw die hier rondloopt en die zegt van: goh, nou kan ik eindelijk met iemand praten die weet hoe het voelt om dit mee te maken, hè. Zij zitten hier in een relatieve mannenwereld, qua cliënten dan, en ja die kunnen dan niet dagelijks praten over die dingen waar ze dan toch tegenaan lopen.

[Muziek]

Margret: Je wordt er natuurlijk wel heel erg mee geconfronteerd.

Hij zit in een tbs-kliniek.

Er zijn ook best wel cliënten waarvan ik weet wat zij gedaan hebben, wat heel dichtbij komt met wat ik zelf heb meegemaakt. Of als misschien een keer iemand heel erg uit zijn plaat gaat, en je op die manier geconfronteerd wordt met je, met je eigen verleden.

[Muziek]

Margret: Ik kan nooit meer helemaal goed lopen. Mijn knie kan niet meer helemaal buigen. Ik heb altijd pijn in mijn knie ook. Ik ben ook in mijn... langs mijn ruggenwervel, in mijn schouder en in mijn arm gestoken, dus ik heb ook geen kracht in mijn armen eigenlijk. Dus ik

sport dagelijks, anders zou ik niet zo heel goed, niet zo heel mobiel zijn. Ja, en daarnaast de grootste schade is natuurlijk psychisch. Ik blijf... ik heb jarenlang EMDR gehad en therapie. Maar ja, ik blijf last houden van mijn PTSS-klachten. Dat is ook verklaard, de psycholoog zei toendertijd van: luister, jouw vader is een deel van jouw leven. Ook al ben je niet getrouwd, het is en blijft de vader van jouw kinderen. Dus ja, je zult altijd op de een of andere manier geconfronteerd worden, hè. Ik hoef mijn zoon maar aan te kijken, die lijkt als twee druppels water op zijn vader.

[Vallende regendruppels en muziek]

Corinne: Hoe kijk jij erop dat hij ooit wel weer vrijkomt?

Margret: Ja. Ja. Dat blijft natuurlijk een heel dubbel verhaal. Aan de ene kant gun ik hem die vrijheid, want hij heeft natuurlijk kinderen enzo en die willen heel graag hun vader in de buitenwereld, hè, zodat ze gewoon normaal contact met hem kunnen opbieden, eh opbouwen. Ik ben nooit een haatdragend type en alles dat soort dingen geweest en ik ben ook, ik ken mijn eigen vader niet. Ik weet hoe het is om thuis niet de liefde te krijgen en de aandacht die je eigenlijk heel graag zou willen, hè. En ik denk dat dat is wat ik mijn kinderen wel altijd gegund heb.

[Muziek]

Margret: Ik vind wel, en daar faalt ons rechtssysteem wel, dat als iemand weer terugkomt in de maatschappij en zijn kans verdient, hè, dat-ie dan ook gewoon in mijn achtertuin mag gaan wonen.

Mij is gewoon letterlijk gezegd: je kinderen zijn volwassen, je kunt nu vluchten. Dat is ons rechtssysteem.

[Muziek]

Margret: Ik weet natuurlijk al acht jaar: er komt een dag dat hij misschien gewoon ooit buiten komt, en ik ga ook al acht jaar met mijn kinderen in gesprek dat er waarschijnlijk een moment komt dat ja, hun moeder zijn spullen pakt en gaat verhuizen. En dan niet naar de andere straat, maar waarschijnlijk naar de andere kant van Nederland. Of misschien wel buiten Nederland.

[Muziek]

Margret: Vroeger was ik een strenge en strikte moeder, hè. Wat er met mij gebeurd is, heeft heel veel impact op mij gehad, waardoor ik vooral een moeder ben met schuldgevoel, hè. Als ik niet was gaan scheiden dan... was dit niet gebeurd. Weet je, dat is een beetje de fase waar ik de afgelopen acht jaar in leef.

Mijn twee oudste kinderen zijn twee dochters en de twee jongsten zijn twee jongens. Er zit best wel wat leeftijdsverschil tussen. Die twee oudsten die zeggen ook gewoon zo van: nou luister, mam, hè, je hebt gewoon het recht om te gaan scheiden. Wij vinden het... wij vonden het niet leuk dat je wilde scheiden, maar oké, scheiden is... En wat papa heeft gedaan staat

daar los van. Dat is iets waar hij zelf verantwoordelijk voor is. Mijn twee jongste kinderen waren twee handen op één buik met hun vader, en hebben daar iets meer moeite mee. Zij vinden wel dat de keuze bij papa lag, hè, maar zij vinden ook wel dat, ja, als ik gebleven was het misschien niet gebeurd was.

[Rustige zeegeluiden]

Margret: Als ik helemaal vol zit, dan is er voor mij maar één manier en dat is de zee. Dan stap ik in de trein en dan ga ik naar de zee, en dan kan ik eh... Ik ben iemand die normaal gesproken niet stil kan zitten, maar dan kan ik urenlang met oordopjes, in het oneindige van de zee, mijn muziekje luisteren.

[Muziek piano]

Margret: Ik zet gewoon een Spotifylist aan, hè, de ene keer een rocklijst of een eighties. Alle oude muziek, of de top 40, maakt me niet uit. En dat zet ik het gewoon op en ja, ik laat het maar gewoon afspeelen. En op een gegeven moment krijg je de meest rare muziek waar je normaal nooit naar zou luisteren (lacht), dus leer je ook nog eens wat anders kennen.

[Muziek piano, geluid van zeemeeuwen]

Margret: Ik heb drie dagen in het ziekenhuis gelegen, omdat ik, eh, aan mijn knie geopereerd moest worden eigenlijk, hè. En ik ben toen, eh... Ik ben neergestoken, letterlijk en figuurlijk, aan het eind van de straat, bij mij om de hoek. Terwijl ik mijn zoon naar school had gebracht en terug naar huis liep. Eh, dus toen ik ontslagen was, durfde ik niet naar huis. Toen heb ik, eh, één nacht volgens mij, bij mijn vriend toentertijd doorgebracht. Die woonde twee straten achter mij. En toen heb ik besloten om de volgende dag meteen – met mijn krukken, nog zwaar in verdriet – terug te gaan daar waar ik neergestoken ben, om die plaats op te zoeken. In de hoop dat dat mij iets aan verlichting zou brengen. Dat heb ik de volgende dag gedaan en ik ben daar letterlijk en figuurlijk ingestort (lacht). Maar wel trots op mezelf, want ik heb het wel gedaan, waardoor ik dus wel naar huis kon. Ik ben overigens wel een jaar daarna verhuisd. Ik ben een heel jaar bezig geweest met: ik kan hier niet blijven wonen, want ik moest die straat elke dag door. Ook het feit dat ik door de mensen in de buurt werd aangesproken, hè, er liepen mensen daar rond die mij op straat – mijn overbuurman heeft mij op straat gevonden. Die man was net zo getraumatiseerd als ik. Die raakte zijn vrouw kwijt, zijn baan kwijt. Daar voel je je extra schuldig over, hè.

Dan stond in een keer weer iemand aan de deur met een bos bloemen na drie maanden die, ja, 'ik heb het zo moeilijk, ik wil je toch even een hart onder de riem steken'. Maar ook hele nare dingen. Mijn zoon is huilend thuis gekomen, omdat zijn vriendje niet met hem mocht spelen omdat mijn zoons vader een moordenaar was. Mij werd aangesproken dat ik een waardeloze moeder was, omdat ik mijn kinderen in huis had terwijl ik zo getraumatiseerd was.

Ja, het stond in de krant en als je... Helaas heeft onze wereld, met internet natuurlijk, onbepert voor iedereen toegang, en mag je ook maar gewoon vinden wat je vindt en dat kun je anoniem posten. Ik ben zo dom geweest om dat te gaan lezen. Mensen die niet weten wie je bent, waar je vandaan komt en waar het over gaat, en die hebben dan toch een

mening over mij of over mijn kinderen of over hem.

[Gitaarmuziek start]

Margret: Ik ben altijd, na wat ik heb meegemaakt, heel nieuwsgierig geweest naar wat... waarom iemand wordt zoals die wordt, hè. Dus wat mij is aangedaan wordt heel vaak weggezet als iemand is slecht, of iemand is ziek. Maar ik ben juist heel erg benieuwd naar de persoon daarachter. Waarom is iemand geworden zoals die is?

Op de een of andere manier is het voor mij nu ook een passie aan het worden. Klinkt natuurlijk heel raar als je hoort wat je meemaakt en dan zegt: daar zit voor mij een nieuwe passie in. Maar het is iets dat mij dagelijks op een goede manier bezighoudt, doordat ik hier mijn werk nu kan doen.

Eh, mijn grootste droom is, of ja droom is heel groot gegrepen, maar ik zou heel graag willen gaan spreken, dus voorlichtingen gaan geven over wat ik heb meegemaakt en waarvan ik vind dat een aantal dingen misschien ook hadden kunnen voorkomen als er meer gekeken wordt vanuit het perspectief van het slachtoffer.

Ik hoop ooit in Den Haag te kunnen gaan zitten met onze Minister van Veiligheid en daar eens mee in gesprek te kunnen. Wat ik vind wat hier fout gaat.

En ik zou daar heel graag over willen gaan spreken over de impact daarvan, maar ik heb een angst om te spreken voor grote groepen. (lacht)

Corinne: (lachend) Dat zou je niet zeggen.

Margret: (lachend) Nee, maar dit is een-op-een, dus dit lukt mij heel goed.

Corinne: Ja, wat zijn zo'n tips, hè, iedereen naakt voorstellen.

Margret: Ja precies. Sta ik de hele tijd met een rood hoofd.

[Corinne en Margret lachen]

[Muziek loopt af]

Margret: Ik denk dan altijd maar: dan is het nog ergens goed voor geweest, hè. Dan heb je- dan draag je die littekens niet voor niks.

[Muziek van Mark Lohman]:

*De hond kijkt me aan, hij snapt niet wat ik zeg
Soms kijk ik in de spiegel en snap ik zelf ook niet meer wat ik denk
Ik ga naar buiten, de zon is allang op
Ik zie mezelf en de net gelapte ramen van de Etos*

*Als ik niks heb misdaan, waarom kijk ik mezelf zo aan?
En voelt het al die tijd alsof de wereld ook zo kijkt*

*Maar ik loop door, net zolang tot ik de oceaan weer zie
De wind, het water, zand en de muziek
Bij de zee wordt alles constant weggespoeld
Bij de zee is er geen schuldgevoel*

*De hond kijkt me aan, hij snapt niet wat ik zeg
Maar het is oké, het is een hond en ik ben nog steeds een mens
Zittend op het randje van mijn bed
Een hoopje pillen in mijn linkerhand en mijn rechterhand een nieuwe dag*

*Als ik niks heb misdaan, waarom kijk ik mezelf zo aan?
En voelt het al die tijd alsof de wereld ook zo kijkt*

*Maar ik loop door, net zolang tot ik de oceaan weer zie
De wind, het water, zand en de muziek
Bij de zee wordt alles constant weggespoeld
Bij de zee is er geen schuldgevoel
Bij de zee is er geen schuldgevoel*

Corinne: Dit was 'Met open ogen luisteren', gemaakt door Margret en Corinne Heyrman, dat ben ik. Dit project was niet mogelijk geweest zonder Noortje Kessels, Rosa van Ederen, Wintertuin, De Woenselse Poort, GGzE en Plusminus. Ook veel dank aan het Fonds voor Cultuurparticipatie en Kunstloc Brabant. Het lied dat je hoorde is geschreven door Mark Lohman.

Deze luisterervaring is ook een podiumprogramma. Heb je hier interesse in, kijk dan op www.wintertuin.nl/metopenogenluisteren. En kijk op wintertuin.nl/podcast om meer van hun podcasts te beluisteren.

Voice-over: Dit was een podcast van Wintertuin, aangesloten bij De Nieuwe Oost. Volg ons via jouw favoriete podcastapp voor meer podcasts over verhalen, literatuur en schrijven. Tot de volgende keer!