

Transcript podcast Met open ogen luisteren
Aflevering 4: Rina

Voice-over: Dit is een podcast van Wintertuin.

Corinne: Beste luisteraar, welkom bij *Met open ogen luisteren*. Ik ben Corinne Heyrman. Dadelijk hoor je een 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.

[Kwetterende vogels op de achtergrond]

Corinne: Van Rina, de geportretteerde van deze aflevering, kreeg ik tijdens onze eerste afspraak een bundel papieren mee. 'Mijn levensverhaal in het kort,' zei ze, 'want,' voegde ze eraan toe, 'het was veel.' Ik kon maar beter goed voorbereid zijn. Van haar leven kon wel een boek geschreven worden, gaf ze meerdere keren aan. En dat klopt.

[Inzet muziek; een levendig ritme van slagwerk]

Corinne: Het is heel veel. Als je naar haar verhaal luistert, houdt alles verband met elkaar. Samen zijn we gaan opnemen, schrappen, kijken wat er toch wel in moest, opnieuw opnemen. Dus presenteren wij jou hier, ons zorgvuldig knip-en-plakwerk. We wensen je daar een kwetsbare luisterervaring bij, van Rina en mezelf.

[Verandering muziek; rustiger en slepender]

Rina: Ik heb altijd moeten strijden om boven anderen uit te komen. En dat was thuis, en dat was in mijn huwelijk, en dat is nu eigenlijk nog. Ik moet nog, als ik aandacht wil, dan moet ik eigenlijk boven alles uitstijgen, dan moet ik gewoon schreeuwen. En dat wil ik niet meer. Ik wil niet meer schreeuwen. Ik wil zó gehoord worden.

[Verandering muziek; slagwerk]

Rina: Ik ben de moeder van vier kinderen. Ik ben 61. Ze schatten me allemaal tien jaar jonger (lacht). Ik heb lange grijze— ze zijn wat grijs, mijn haren. Ik heb geen make-up op. Als mensen me zo niet graag zien, dan draaien ze d'r eigen maar om. (lacht) Ik ben gewoon een vriendelijke vrouw.

Uh, mijn kleinzoon, die maakt me nou ontzettend gelukkig. Hij is nou... zevenenhalve week. Ik ben er... om de anderse dag ga ik er zeker naartoe. En ja, ik ga er altijd wel naartoe dat ik weet dat-ie de fles moet hebben. Dan ga ik hem lekker meteen als ik binnenkom, mag ik hem dan de fles geven. En ja, knutselen geeft mij gewoon echt rust. Ik ben nou zo'n, hoe heet zo'n, zuurstok ben ik aan het maken van karton en een stofje erover en dan weer een bloemetje erop en die weer ergens opzetten en daar weer versiersel omheen. En ik heb hangers, maak ik van garen en dan doe ik gewoon van kranten rolletjes maken en daar doe ik dan garen omheen en dan maak ik er een mooie hanger van. En wc-rolletjes, daar doe ik dan weer versiersel van maken die je tegen de muur aan kunt hangen. Spiegel van karton, met verf en met een of ander tafelkleedje dat ik...

[Overlap]

Rina: Zo ben ik eigenlijk altijd wel aan het knutselen. Altijd wel bezig. Ik zit wel bij een hobbyclub, maar ik doe dus de mensen proberen aan te sturen om iets te gaan maken. Dat doe ik bij de GGZ, dat is gewoon keileuk om te doen. En mijn groep die groeit steeds groter. Bij mij mag alles, moet niks.

[Geluid van golven]

Rina: Ik ben in Oirschot geboren. We hadden zes jongens, drie meiden, en daar was ik de middelste van. Ik moest wel altijd thuis meehelpen. Moest altijd gepoetst worden, altijd schoonmaken. Ik heb op een gegeven moment – ik zat in de vijfde of in de zesde klas – toen wist ik al dat ik thuis moest gaan werken, dat ik niet verder kon gaan leren. Toen zat ik, op een gegeven moment, zat ik op de huishoudschool en toen stond ik na de school, na de klas, stond ik effe te kletsen en toen kwam mijn moeder langsgereden, langsgefietst, en die riep toen heel hard van: “Zoude onderhand niet naar huis komen, want er moet nog gepoetst worden!” Nou, dat heb ik, dat ben ik ook nooit meer vergeten, dat dat gebeurd is. Dat vreet nog aan mij. En ik moest dan ‘s avonds, moest ik ook nog altijd brood smeren voor de jongens. Dan kwamen ze ‘s avonds thuis en dan waren ze weer aan het mopperen wat er op het brood zat en tot ik op een gegeven moment gezegd heb van: maak je eigen brood maar, want dan kan je erop doen wat je wilt, dan heb ik dat gemopper allemaal niet meer.

En ik was best wel vrij van geest, dus ik wilde heel snel gaan stappen. En toen was er in Oirschot was er dan – een tienersociaal heette dat – en daar mocht je dan naartoe. Maar dat was ik al heel snel beu, daar gebeurde te weinig (lacht). En toen ben ik naar Best toe gegaan, zonder dat mijn ouders dat wisten.

[Inzet up-tempo muziek]

Rina: Dat heette toen Stuif es in, daar ging ik naartoe en daar ging ik dansen. En gewoon lol maken, plezier. En ja, dan mocht ik ten minste alcohol drinken, dat mocht in Oirschot niet. (lacht)

Toen zijn we op een gegeven moment, ben ik naar Liemt gegaan, en daar heb ik dus mijn ex-man leren kennen. Ik liep er heel die zaal rond, want iedereen, ja, ik kende eigenlijk weer heel veel mensen. En, ja, toen op een gegeven moment ben ik met hem gaan dansen, weet ik veel. Maar ik weet wel dat wij een relatie gekregen hebben op Meatloaf, *Paradise by the Dashboard Light*.

En toen werd je, ja, toen werd je echt gevraagd van: goh, zou je met mij samen willen zijn? Verkering, was het woord vroeger. (lacht) Heb ik vijf jaar een relatie mee gehad, toen zijn we getrouwd, en bij hen hadden ze een boomkwekerij, dus het was wel erg druk. En als het mooi weer was en ik had tijd, dan ging ik mee skoefelen en ging ik mee de kwekerij in, dat vond ik leuk.

Maar toen ik eenmaal zwanger was... en dat had ik me niet gerealiseerd, toen mijn dochter geboren is, dat ik... eigenlijk nergens meer naartoe kon. Hedde ook nog eentje die altijd

huilt, een huilend kind. En hij was er gewoon niet. En ja, er is toch wel weer vrij snel een tweede opgekomen, want jonge oma wilde ik zijn. Toen waren er nog maar drie. Maar ja, toen kwam die vierde nog en toen werd het helemaal... Ik had gewoon eigenlijk nooit geen tijd voor mezelf. Was of met de boomkwekerij bezig, of ik was met de kinderen bezig, en wat ik zelf wilde, ja, dat werd gewoon niet gevraagd, daar werd niet naar gekeken.

Hadden wij samen maar veel meer kunnen praten. Ik heb dat altijd gewild, maar hij, ja, die kan dat niet. Dan houdt het op een gegeven moment op, en heb ik de knoop doorgehakt en gezegd van: ja, ik kan hier niet mee verder.

We zijn twaalfeneenhalf jaar getrouwd en toen wilde hij een groot feest. Zeg ik: dat gaat niet gebeuren. Zeg: ik ga niet de schijnheilige ophangen dat alles goed gaat. Ik zeg: wat wij gaan doen is een weekendje weg met het gezin. En toen zijn we een weekendje weg geweest. Nou, dat was keileuk. En dan denk ik van: jeetje. Dat is toch jammer, daar kan ik... ik schiet nu weer vol, hoor. Daar kan ik echt om huilen. Vind ik zo erg.

In 2001 zijn we officieel gescheiden en een jaar... een goeie – nou ja, nog niet helemaal een jaar naderhand heeft-ie – jawel, was wel een jaar naderhand – heeft-ie zelfmoord gepleegd. Dus toen stond ik er alleen voor met mijn vier kinderen. En dat was ontzettend zwaar.

[Inzet muziek]

Rina: Het heeft allemaal zo moeten lopen. Het heeft allemaal zo moeten zijn. Er was toen wel hulp in huis, dus er is voor de kinderen, is er best wel wat aandacht geweest, maar voor mij was er totaal geen aandacht.

Mijn oudste had iets, mijn tweede oudste had iets en mijn jongste had iets. En die derde die zat daar tussen, en die viel altijd buiten de boot. En mijn kinderen hebben wel eens ooit gezegd van: mam, als wij thuiskomen uit school, jij zit altijd aan de telefoon. Dat klopte. Want dan was die hulpverlener die er belde, en dan was het die hulpverlener die er belde en dan belde die instantie weer. Ik was altijd maar bezig met bellen. Ze hadden er geen idee van hoe nou eigenlijk het gezin in elkaar stak. Want dan kwam die hulpverlener en dan was die weg en dan kwam de volgende hulpverlener. En dan moet ik zeggen, ik heb natuurlijk ook best wel een grote fout gemaakt. Dat wil ik ook echt wel toegeven, dat ik op een gegeven moment toen hij dat gedaan had, dan denk je van: ach, toe maar, laat maar. Laat ze maar gaan spelen, laat ze dit maar doen. Dat heb ik te veel toegegeven. En daar zijn natuurlijk ook wel problemen door ontstaan. Maar als er dan die instanties in zitten, die zijn er toch voor om daarmee voor te waken, dat ik dat eens anders aan moet gaan pakken. Want als je nu kijkt, ze zitten dus allemaal bij de... drie van de vier zitten bij de GGZ. Ja, mijn kinderen die hebben gewoon heel veel last van psychoses.

Mijn oudste dochter die is dus opgenomen geweest toen ze– de eerste keer, en die zijn ze dus met ziekenwagen en politie zijn ze die op wezen halen, maar ik ben weggegaan. Ik kon dat niet aanzien. Ik ben niet weggegaan omdat ik niet bij d'r wilde zijn, maar die strijd die geleverd moest worden om haar mee te krijgen, die kon ik niet aan.

[Inzet onheilspellende muziek]

Rina: En ik heb wel op een hoekje gestaan hoor, ik heb ze horen schreeuwen. Ik heb ook meegemaakt dat d'r eentje op het spoor gelegen heeft, die ze ervan af hebben gehaald. Gelukkig dat die levend eraf gehaald is. Maar elke keer als ik een ziekenwagen hoor, die hoor ik al heel ver weg, hoor ik die al aankomen, en dat gaat mij door merg en been.

En ja, daar ben ik eigenlijk nooit echt heel erg veel in geholpen. Van: hoe pak je nou zoiets aan, stel dat het nog een keer gebeurt? Wat doe je dan? Hoe ga je ermee om? En als ik kijk hoe dat er met de cliënten om werd gegaan, en wordt gegaan, en met de naasten, ja, daar ben ik zo niet tevreden over. Dat ik eigenlijk al heel lang roep dat mijn zoon meer... meer hulp nodig heeft, en nou is het dus gigantisch uit de hand gelopen, dat-ie dus bij de begeleiding waar dat-ie bij zit dus een raam ingetrapt heeft, en dat-ie dus de begeleiding behoorlijk bang gemaakt heeft. En er is hulpverlening bij ons geweest en die heeft hem dus gezien, op wat voor manier dat-ie reageerde. Toen kwamen ze erachter dat er toch wel meer hulp nodig was als dat ze nu gaven. Hè hè, na meer als een jaar, eindelijk wordt er ingezien... Ik zeg niet dat het niet goed is hè, dat hoor je me niet zeggen, maar dat het niet voldoende is. Dat het eerst gigantisch uit te hand moet lopen, voordat er iets kan gebeuren. Ik weet dat het nu... zijn ze bezig om daar heel veel te veranderen en ik hoop dat ze er echt mee verder gaan, want dat vind ik heel knap, dat ze dus ingezien hebben dat ze naar de mensen toe gaan en dat er ook naar de naasten geluisterd wordt en dat die naasten ook aandacht krijgen. Want die hebben het zó zwaar. En als daar geen aandacht voor is, dan vallen die mensen ook uit. En hoe moet dan een gezin gerund worden? Want ik zit dan in de naastenraad en dat vind ik heel erg belangrijk. Ja, wij zijn dus gewoon bezig om te zorgen dat de naasten meer gehoord en gezien worden. Ik denk dat dat al van huis uit, heb ik altijd al... mijn eigen moeten bewijzen. En als ik ergens mee zit, wie dat er dan op dat moment in de buurt is bij mij, die krijgt mijn verhaal te horen. Maar als ik het dan verteld heb, dan is het niet weg, maar dan is de grootste druk eraf.

[Geluid van ruisende wind]

Corinne: Een sneeuwgan steekt de weg over. Vier kopieën achter haar aan. Pootjes op asfalt. Een vrouw die haar rok tilt om door een regenplas te gaan. Deze vrouw kan oversteken, over elk soort ondergrond. Achteromkijken kent ze als haar achternaam. Altijd een regenjas, want elk moment kan omslaan. Deze moeder weet dondersgoed wat slecht weer is, beheerst het schuilen. Wachten. Deur openen. Binnen regenen. Thee zetten. Volle koelkast. Met een magneet is een lijstje vastgemaakt: 'Niet vergeten: dinsdagavond ademhalen'. Blaren kun je met een schone naald openprikken. Moeders hebben ook moeders, een op hol geslagen kopieerapparaat. Ja, er bestaan zebrapaden, maar ook die bieden geen garantie op een zachte val. Een mama is niet magisch, herhaal dat drie maal. Alles in huis heeft de vrouw met grondpennen en draad vastgeklonken. Tegelijkertijd weet ze als geen ander dat, als de wind snaait, je maar beter loslaat. De vijf sneeuwganzen zijn ondertussen aan de andere kant van de weg. Ondanks het dreigende ronken is dat iets dat keer op keer gaat. In de verte klinkt iets schels. De moeder borst op, slaat haar vleugels om haar kroost.

Dit was *Met open ogen luisteren*, gemaakt door Rina 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 gedicht dat je hoorde is geschreven door mij.

Deze luisterervaring is ook een podiumprogramma. Heb je hier interesse in, kijk dan op wintertuin.nl/metopenogenluisteren. En kijk op wintertuin.nl/podcast om meer van hun podcasts te beluisteren. Heb je nog interesse in een andere podcast over het thema psychische kwetsbaarheid, dan is *In de bovenkooi* een aanrader, gemaakt door Laura Keulartz en Rosa Rooduijn, over filosofie en psychiatrie.

Fragment 'In de bovenkooi':

Stem 1: Stoor jij je ook wel eens aan alle pseudopsychologische onzin op het internet, van Buzzfeed-lijstjes tot *mental health influencers* op TikTok? Maar kan je je ook niet helemaal vinden in de strikte labels van de psychiatrie?

Stem 2: Steeds meer mensen hebben mentale problemen, maar de manier waarop we erover praten blijft beperkt.

Stem 1: Wij zijn Rosa Rooduijn en Laura Keulartz, allebei filosoof. En in de podcast *In de bovenkooi* gaan wij – door middel van filosofie, literatuur, persoonlijke ervaringen – op zoek naar andere verhalen over de psyche.

Stem 2: Want... heb je of ben je een stoornis?

Stem 1: Verandert medicatie je persoonlijkheid?

Stem 2: Heeft deze generatie echt meer last van mentale problemen?

Stem 1: En kunnen mentale problemen eigenlijk besmettelijk zijn?

Stem 2: Ben je nou nieuwsgierig geworden? Luister dan naar *In de bovenkooi*, de podcast over alles wat je therapeut je niet vertelt.

Stem 1: Om de week op zondag in je favoriete podcastapp.

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!