

Toen jij de stilte vond

Liefdevolle verhalen van ouders
over de strijd van hun kind



Jouw pijn was te groot
voor het leven

Maar jouw liefde blijft
bij ons wonen



Voorwoord

'Hey Mir, kijk eens wat er in de krant staat?!' Mijn vader schuift de overlijdenspagina onder mijn neus. En daar staat het. Haar naam. Zou het ...? Nog een Joyce met precies dezelfde leeftijd als onze Joyce? Maar dan lees ik verder: ze is in besloten kring begraven. Ze heeft zelf gekozen om uit het leven te stappen.

Ik ben in shock. Joyce – mijn jeugdvriendin, mijn logeermaatje, het vrolijke meisje met wie ik eindeloos speelde – is er niet meer. Die dag heeft zich in mijn geheugen gegrift. De impact was groot. In onze buurt en zeker ook in mij. Waarom? Hoe groot moet je pijn zijn en hoe uitzichtloos moet het voelen om tot zo'n besluit te komen?

Dit boek bevat twaalf verhalen van ouders die hun kind verloren aan suïcide of aan euthanasie vanwege ondraaglijk en uitzichtloos psychisch lijden. Ouders die hebben geprobeerd woorden te vinden voor wat eigenlijk niet in woorden te vatten is. Ze delen hun diepste pijn. Niet om antwoorden te geven, maar om taboes te doorbreken, om te verbinden en om herkenning te bieden aan anderen.

Melanie schrijft in dit boek over rouw na suïcide. Haar eerdere verhaal over haar dochter Gaia in *Met Zonder Jou* raakte me diep. Ook in dit boek weet ze opnieuw voelbaar te maken hoe rauw en onzichtbaar het verdriet van nabestaanden kan zijn.

Hans, vader van Maartje, wilde eerst zelf schrijven, maar voor woorden was het nog te vroeg. Uitvaartbegeleider Iede Hoorn schrijft over Maartje. Hans ontwierp het omslag van dit boek. Elk lichtje staat voor een kind. Het donkere, kronkelige pad dat zij liepen, eindigt in licht. Daar waar ze hopelijk nu zijn.

We zijn bijzonder dankbaar voor de bijdrage van rouwdeskundige professor Manu Keirse. Hij maakt in heldere taal inzichtelijk hoe suïcidale gedachten zich ontwikkelen en hoe belangrijk het is om deze te herkennen, bespreekbaar te maken en te begeleiden. Zijn woorden geven perspectief en ruimte aan iets wat vaak als uitzichtloos wordt ervaren.

'Je kunt het pad naar zelfdoding op elk moment verlaten. Hoe verder je bent, hoe moeilijker dat wordt, maar niet onmogelijk. Elk gesprek en elk moment van erkenning kan levensreddend zijn.'

Met deze persoonlijke verhalen en inzichten hopen we dat dit boek ruimte maakt. Voor een gesprek, voor troost, voor erkenning. Voor wie rouwt, voor wie worstelt, voor wie achterblijft met duizenden-en-een vragen.

Voor alle kinderen die te vroeg afscheid moesten nemen.
En voor iedereen die hen zo liefhad.

Liefs,

Mirjam Louwen-van Bakkum
Oprichter Stichting Nooit Voorbij





Inhoud

Inleiding	11
Sander	15
Amber	47
Milou	77
Eline	109
Pleun	141
Raéle	175
Quinn	207
Marleen	239
Nomie	271
Ruben	303
Gaia	335
Iede over Maartje en haar uitvaart	349
Uitvaartbegeleiding met liefde en respect	353
Nawoord	355
Dankwoord	357

Momenten herkennen

Ik zou wensen dat mensen de momenten gaan herkennen waarop ze in de ban van suicide dreigen te raken en dan net zo lang wachten tot het moment is weggeëbd. Acute episoden waarin je suïcidale gedachten koestert, duren volgens Shneidman (1996) zelden langer dan 24 uur. De nodige kennis over zelfdoding leidt misschien niet altijd tot het voorkomen ervan, maar je bent dan in ieder geval goed voorbereid.

Baumeister (1990) heeft een model uitgewerkt in zes stadia, waarin een mens van het ene stadium van suïcidaliteit overstapt naar het volgende. Elk volgend stadium brengt meer gevaar met zich mee. Er is een omslagpunt waarop het lijden aan het leven erger wordt dan de verwachte pijn van het sterven. Je kunt het pad naar zelfdoding in elk stadium verlaten. Als je je aan die emotionele beproevingen weet te onttrekken, ga je niet over tot zelfdoding. Via deze stadia kun je de duidelijke omslagpunten ontdekken in de geest van jongeren. Hoewel je die stadia als progressieve stadia moet zien, overlappen ze elkaar ook vaak. Als je bijvoorbeeld in stadium 4 zit, wil dat niet zeggen dat de kenmerkende verschijnselen van stadium 2 zich dan niet meer voordoen. Je kunt heen en weer lopen over het pad van de suïcidale gedachten, en in principe op elk moment rechtsomkeert maken. Maar hoe verder je op het pad komt, hoe moeilijker dat wordt (Bering, 2018).

Stadium 1. Tekortschieten. De meeste mensen die besluiten tot zelfdoding, leiden een beter dan gemiddeld leven. Als je te veel gewend bent aan een rustig, aangenaam bestaan, kun je door een plotse daling van je levensstandaard gevaarlijk van slag raken. Vergeleken met iemand die zijn hele leven al onderaan rondzwakt, is het voor iemand die van een hoge berg tuimelt vele malen pijnlijker om diep te vallen. Het is de omvang van de discrepantie tussen je persoonlijke standaard en je huidige leefsituatie die een rol speelt in het op gang brengen van het presuïcidale proces. Het zijn de onhoudbare of onrealistische criteria die je hanteert voor je succes. Degenen die het grootste risico lopen, zijn zij die recent een tegenslag hebben moeten verwerken of vastzitten in het schemergebied tussen een gelukkig verleden en een (in hun beleving) hopeloze toekomst. Gewoon arm zijn is geen risicofactor, maar een tamelijk plotselinge overgang van welvaart naar armoede wel. Ook levenslang single zijn is geen risicofactor, maar de plotselinge overgang van een relatie naar het alleen komen te staan wel. Ook moeten voldoen aan onmogelijke eisen van buitenaf kan je ondergang inluiden. Wanneer anderen een groot vertrouwen in je hebben, kun je zwaar gebukt gaan onder de angst hen teleur te stellen.

Het is dus oppassen geblazen dat je niet door absurde regels de toekomst voor iemand afsluit. Denk bijvoorbeeld aan iemand die in een postnatale depressie haar kinderen heeft gedood (en volgens de psychiaters niet verantwoordelijk kan worden gesteld) en die het door de gerechtelijke instanties te lang onmogelijk wordt gemaakt om aan re-integratie in de samenleving te beginnen. Of aan de student aan de universiteit die na enkele maanden constateert dat de gekozen studierichting hem niet ligt en die tot een volgend academiejaar moet wachten voordat hij een andere studierichting kan beginnen. Als je de toegang afsluit naar het leven, zet je de deur open naar de dood.

Stadium 2. Zelfsabotage. Als je jezelf de schuld geeft van de negatieve gebeurtenissen in het eerste stadium, loop je verder het pad naar zelfdoding af. Je voelt dan het ondraaglijke gewicht van het oordeel van anderen op je drukken, al is het slechts de genadeloze maatschappij die je als je eigen persoonlijke beoordelaar hebt geïnternaliseerd. Je zelfbeeld is het product van hoe je denkt dat anderen je zien. Die gevoelens van waardeloosheid, schaamte, schuld, tekortschieten, door de mand vallen, vernedering en afwijzing brengen je ertoe een afkeer van jezelf te ontwikkelen. Daardoor voel je je letterlijk onwaardig om in deze wereld te vertoeven. Je kunt dan een onoverbrugbare afstand ervaren tot goede, normale medemensen. De gedachte om je bloot te geven kan zo beangstigend zijn, dat zelfdoding een minder pijnlijk alternatief lijkt dan dat moeilijke gesprek te moeten voeren. Suïcidale mensen denken dan dat zij de enige op de hele wereld zijn die zich in een ondraaglijke situatie bevinden.

Stadium 3. Een hoge mate van zelfbewustzijn. Doordat je jezelf voortdurend en in negatieve zin vergelijkt met hoe je vindt dat je moet zijn, begint dat zelfbewustzijn zich steeds sterker aan je op te dringen. Dat is heel pijnlijk. Als je op elk moment dat je wakker bent, alleen maar kunt denken dat je waardeloos bent en niet de moeite waard bent om van te houden, dan doet zo'n bewustzijn intens pijn. Je laat op een bepaald moment geen emotie meer toe, want als je die toelaat, breek je.

Hetty schrijft: 'Normaal ben ik dat helemaal niet, maar in die toestand zonder ik me zo af dat ik mijn kamer niet meer uit kom. Ik houd mensen op een afstand, neem de telefoon niet meer op, kijk niet meer op Facebook, en wil met niemand meer praten. En ik wil alleen maar slapen, omdat ik zelfs niet in mijn eigen hoofd wil zitten. Het put me uit. Ik word er doodmoe van.'

Stadium 4. Negatief affect. Je wilt ontsnappen aan een grenzeloos 'negatief affect', aan je zelfbewustzijn, aan de psychische pijn. Zelfdoding is dan niet een zorgvuldige overweging van pro en contra. Redelijke en logische argumenten hebben niet zoveel nut. Het bewustzijn heeft gewoon een verlammeende werking.

Stadium 5. Cognitieve deconstructie. Het vijfde stadium in het ontsnappingsmodel is psychologisch gezien wellicht het meest intrigerende. Het laat zien hoe de suïcidale geest verschilt van onze alledaagse cognitie. Met cognitieve deconstructie wordt de buitenwereld een stuk eenvoudiger, maar niet op een goede manier. Cognitieve deconstructie is precies wat het is: dingen worden afgebroken tot steeds simpelere en baselere elementen.

Als onderdeel van dit proces tast het ook je tijdsbeleving aan. De tijd kruipt voorbij. Je hebt een afkeer of angstig besef van het recente verleden (en misschien ook van de toekomst), dat je probeert te ontvluchten door je op een eenzijdige, emotioneloze manier op het heden te focussen. Het heden lijkt eindeloos lang en op een vage manier onaangenaam. Telkens als je op de klok kijkt, verbaast het je hoe weinig tijd er in werkelijkheid is verstreken. Suïcidale mensen lijken op mensen die zich te pletter vervelen. Je geest vernauwt zich tot 'een 'stroperig heden' waaruit het leven 'langzaam wegsijpelt'. Dat is een verdedigingsmechanisme dat je helpt niet te lang stil te staan bij eerdere mislukkingen en niet te piekeren over een ondraaglijke en hopeloze toekomst.

Als gevolg van het deconstructieve denken – dit obsessief bezig zijn met het betekenisloze moment – worden die negatieve gevoelens uit het vorige stadium tot op zekere hoogte getemperd. Dat is de reden waarom er meestal geen woedeuitbarstingen aan een zelfdoding voorafgaan, zoals je misschien zou denken, maar eerder een afstomping van emoties, een toestand van lusteloosheid. Het is allemaal niet

meer de moeite waard. Het steriele heden is geen plaats om te leven. En omdat er geen ontsnapping mogelijk is uit deze verstikkende opsluiting, is het begrijpelijk dat het slachtoffer onophoudelijk aan vergetelheid begint te denken.

Een ander aspect van de cognitieve deconstructie is een plotselinge toename van concreet denken. Die concreetheid vind je vaak in afscheidsbrieven, alledaagse zinnnetjes als 'Vergeet niet de kat eten te geven' in plaats van beschouwende gedachten en filosofische bewoordingen. Deze cognitieve verschuiving naar concreet denken weerspiegelt de poging van het brein om zich met nutteloze mentale arbeid bezig te houden, om zo de eerder beschreven overstelpende emoties te vermijden. Zo begraven studenten zich soms in saaie academische bezigheden om zo in een toestand van 'emotionele doodsheid' terecht te komen, wat een doel op zich is. De macabere voorbereidingen op je eigen zelfdoding kunnen een welkome afwisseling vormen.

Er doen zich vaak ook positieve gevoelens voor. Als je je voorbereidt op je eigen dood, hoef je je geen zorgen meer te maken over de toekomst. Ook het verleden speelt geen rol meer, want het is bijna voorbij en zal je geen verdriet, zorgen of angst meer bezorgen. De naderende dood helpt je om je op het hier en nu te richten. Zelfs therapeuten laten zich vaak om de tuin leiden door die positieve omslag en hebben vlak voordat het gebeurde, geen enkel risico bespeurd. 'De betrokkene maakte een opgewektere indruk en had duidelijk plezier in het leven.'

Stadium 6. Ontremming. Er zijn veel zaken die je helpen om door te blijven ploeteren: de overtuiging dat zelfdoding moreel verkeerd is, het leed dat je nabestaanden aandoet, je vrees voor navolging, je instinctieve zelfbehoud. Als je echter in een toestand van cognitieve deconstructie verkeert, vallen deze remmen een voor een weg. Je bent niet meer in staat redelijk na te denken. Doordat je op een mechanische, geestdodende manier gefocust bent op concrete details, is je vermogen tot abstract denken schrikbarend afwezig. Onder andere omstandigheden levert dat vermogen je spirituele of andere beschermende gedachten op over bijvoorbeeld het zoeken naar een verborgen bedoeling van het lijden. Mensen die hun leven willen beëindigen, zijn overgegaan op een manier van denken die wordt gekenmerkt door een alles-of-nietsredenering. De situatie is dan zwart-wit: er bestaat alleen nog maar leven of dood. Je verkeert in een andere bewustzijnstoestand die heel ver afstaat van de normale ervaringen. En ook al doet zelfdoding vaak pijn, je kunt blijkbaar een immense tolerantie opbouwen voor fysieke pijn als het enige alternatief een aanhoudende geestelijke nood is. In dit laatste stadium ben je ook passiever en onderdaniger dan gewoonlijk, wat mede zou kunnen verklaren dat je jezelf toestaat je aan fysieke pijn te onderwerpen.

Hoe kun je nu die inzichten toepassen om te proberen zelfdoding te voorkomen? (Keirse, 2020) Het eerste belangrijke is te weten hoe het in zijn werk gaat en snappen wat er gebeurt. Daarna moet je de persoon die je wilt helpen, aanraden een stap terug te doen, zich niet te laten meeslepen, het eens vanuit die andere hoek te bekijken en na te gaan of dat een goed idee is. Je kunt misschien de persoon uitnodigen het als een tijdelijke toestand te zien, zodat hij ertoe komt te zeggen: 'Ik kom er nog eens op terug als ik me volgende maand nog altijd zo voel en dan beslis ik misschien.'

Literatuur

Baumeister, R.F. (1990). *Suicide as escape from self*. Psychological Review 97, pp. 90-113.

Bering, 2018.

Keirse, M. (2020). *Kinderen helpen bij verlies. Een boek voor iedereen die van kinderen houdt*. Tielt: Lannoo.

Shneidman, E.S. (1996). *The suicidal mind*. Oxford: Oxford University Press.





Sander

22-04-1989

24-02-2004



Familie Langen

Conny 30 oktober 1961

Tonio 3 mei 1962

Jeroen 17 augustus 1991

Annick 30 maart 1996



Schrijfster

Sander

♥ 22 april 1989

★ 24 februari 2004

Sander blijft in liefde
verbonden met ons gezin



Conny & Tonio

♥ 10 november 1979

10 augustus 1984



Jeroen & Milou
27 oktober 2013



Annick & Juri
19 augustus 2023



Koester alle momenten die je samen hebt, deze herinneringen blijven je altijd bij.

Sander, ons prachtige sterrenkind

Baby- en peutertijd

Sander is geboren op 22 april 1989. De doopnamen die hij kreeg, zijn Alexander Christiaan Wilhelmus. Alexander is zijn eigen doopnaam, Christiaan en Wilhelmus zijn vernoemingen naar zijn te vroeg overleden opa's, die hij helaas niet heeft gekend.

Sander is tien dagen over tijd geboren in het ziekenhuis. Hij was een gezonde baby van acht pond. Na de bevalling kregen we geen tijd om te genieten van ons mooie mannetje. Het was nacht, we werden verzorgd en ik moest naar de kraamafdeling en Sander naar de babyafdeling. Dit bezorgde me een enorm rotgevoel. Ik was net bevallen en zat vol emotie en adrenaline en toen werd ik alleen, zonder kind, een zaal ingereiden, waar alle moeders al sliepen. Tonio, mijn man, moest helaas ook vertrekken. Het was voor mij een lange nacht en ik dacht dat ik Sander steeds hoorde huilen. Na deze onrustige nacht was ik blij dat het ochtend was en ik hem in mijn armen kon sluiten. Daarna mochten we gelukkig snel naar huis, waar het echte genieten kon beginnen. We kregen een fijne kraamhulp, die ons rust en vertrouwen gaf.

We waren ontzettend blij met Sander, hij was de stamhouder van de naam Langen en dat maakte ons trots. Vóór Sander had ik een miskraam gehad na drieënhalve maand door de infectie toxoplasmose, dus we beseften goed de risico's die ik liep tijdens een zwangerschap. We waren zo blij en gelukkig dat alles nu goed was verlopen en hij gezond ter wereld was gekomen.

We merkten al snel dat Sander weinig sliep. Hij was een huilbaby en had een tomeloze energie. Hij keek het liefst met zijn grote bruine ogen de wijde wereld in en volgde werkelijk alles. Hij wilde hij er gewoon bij zijn. Als ik hem in zijn bedje legde, werd hij een onrustige, ontevreden baby. Lag hij in zijn kinderwagen of box, dan lachte hij en genoot hij van alle aandacht. Als ik met hem ging wandelen, vond hij het heerlijk om gereden te worden en lachte hij naar iedereen.

Bij familie en vrienden was hij de eerste baby, dus hij werd bedolven onder alle aandacht en kreeg veel cadeautjes. Hij was al vroeg een kleine charmeur.

Na de bevalling heb ik een aantal weken borstvoeding kunnen geven. Door fikse borstontstekingen moest ik hier helaas mee stoppen. Sander ging over op de flesvoeding en dit had natuurlijk voordelen. Het was intensief om zo'n energieke baby te hebben, wij kwamen niet aan rust toe en moesten erg wennen. Als ik even alleen boodschappen ging doen, hoorde ik zelfs het gehuil nog in mijn hoofd. Soms kwam mijn moeder bij ons slapen en verzorgde zij Sander 's nachts, zodat wij een nacht door konden slapen. Dat was heel fijn.

Sander heeft het vanaf zijn geboorte moeilijk gehad. Wij hebben dat ook altijd gevoeld en gemerkt. Sanders hele leven ging met pieken en dalen, het ging goed met hem of niet, hier zat niets tussenin.

Ik ging met hem op babyzwemmen, dat vond hij heerlijk ontspannend. Later na het behalen van zijn diploma's is hij een echte waterrat gebleven. Hij was altijd wel ergens in of rond een zwembad te vinden.

Van kleins af aan had hij een enorme wilskracht

Zijn ontwikkeling verliep goed en hij at ontzettend goed. Ik had zelf weleens het idee dat hij te weinig kreeg, maar hij zat op het maximum en qua gewicht mocht hij er niets bij hebben volgens het consultatiebureau. Als hij echter zo huilde en energiek bezig was geweest, gaf ik hem soms wat extra. Dan werd hij merkbaar rustiger en was hij meer voldaan.

Van kleins af aan had hij een enorme wilskracht. Hij wilde altijd dingen ontdekken en doen. Elke keer dachten we dat als hij dát maar kan, dan krijgt hij rust. Zo werkte het echter niet bij hem. Als hij kon kruipen, wilde hij lopen. Als hij kon lopen, wilde hij klimmen. Altijd wilde hij meer en nog belangrijker, het moest goed zijn.



Bij veertien maanden vertelde iemand op het consultatiebureau dat Sanders suikerspiegel misschien te laag werd 's nachts, omdat hij altijd zo energiek was. We mochten proberen om hem 's avonds voor het slapen gaan een theelepeltje honing te geven. Een wondermiddel bleek al snel, want Sander begon het ritme van slapen 's nachts goed op te pakken.

Toen Sander eenmaal woordjes begon te zeggen, ging het snel en stond dat mondje bijna nooit meer stil. Hij was nieuwsgierig en leergierig, hij wilde alles uitgebreid weten en aan zijn waarom-vragen kwam geen einde. We merkten al snel dat hij vrij diep inging op zaken. Als wij het antwoord niet aan hem gaven, dan zocht hij het bij iemand anders.

Sander was een gevoelig kind. Hij voelde stemmingen en sferen feilloos aan. Als we ergens kwamen waar een gespannen sfeer hing, dan nam hij dat over en merkte ik dit aan hem. Zo hadden de twee zoons van mijn stiefvader een moeizame verhouding met hun vader. Hij zag hen en zijn kleinkinderen erg weinig. Sander zei dan: 'Zij doen opa verdriet.'

Als kleine uk ging Sander al vroeg mee op pad naar onze dierenwinkel. De box werd hier neergezet en ook daar ontbrak het hem niet aan aandacht. Het liefst liep hij zelf rond, waarbij ik ontzettend moest oppassen wat hij ging doen. Hij ging altijd op avontuur en zag geen gevaar. Hij is regelmatig gevallen en pas als hij pijn had, dan wist hij dat het echt niet kon.

Af en toe ging ik samen met oma op pad met Sander, een midweekje weg, waar papa en opa dan later op bezoek kwamen. Naar de kinderboerderij, samen naar zee. Hij genoot volop van dit soort uitjes, samen dingen ondernemen, alle aandacht. Heerlijk om gewoon samen te zijn. Natuur en dieren waren altijd een succes. Hij ging ook boekjes lezen op zijn manier: hij las hele verhalen voor met een boek op zijn kop. Aan fantasie ontbrak het hem niet en hij onthield ontzettend goed de verhalen die aan hem verteld werden.

In augustus 1991 werd zijn broertje geboren, Jeroen. Wat was hij trots en zorgzaam voor hem! Hij voelde zich de grote broer en moest leren dat de aandacht nu verdeeld werd. Hij wilde ontzettend lief zijn voor zijn broertje, maar in zijn enthousiasme kon hij soms een beetje te onstuimig zijn. Dat had hij met meer dingen. Hij deed vaak eerst, voordat hij nadacht, al bedoelde hij het juist goed.

Sander was ondertussen tweeënhalf jaar en mocht naar de peuterspeelzaal. Hij voelde zich groot en ging er graag naartoe. Hij kreeg daar de individuele aandacht die hij nodig had. Ze hadden daar structuur en begrepen Sander en wat hij nodig had. Sander was daar een sociaalvaardig kind, speelde veel met andere kinderen en was behulpzaam naar iedereen. Vaak kregen wij te horen wat een open, pienter, leergierig en intelligent kind Sander was. Als ouders vonden wij dat natuurlijk ook, maar we wisten het niet zeker, hij was natuurlijk de oudste. Wel merkten ze daar ook zijn gevoeligheid op. Zo vond hij het tijdens kerst ineens spannend. Het was donkerder en er brandden kaarsen, dat vond hij te eng. Echter, met wat aandacht en geduld kwam zijn glimlach dan snel weer terug.

Hij deed en ging gewoon

Als ik Jeroen aan het voeden was, keek Sander mij uitdagend aan en ging hij dingen doen die niet mochten. Hij voelde feilloos aan dat ik op dat moment niets kon doen. Zo had een boterham in zijn ogen de vorm van een videoband en hij probeerde die dan in de videorecorder te doen. Ik kon wel roepen, maar hij keek mij dan met zijn grote, onschuldige ogen aan en deed het toch.

Ook was ik hem boven een keer kwijt. Hij bleek in de wasmachine te zijn gekropen en riep ineens: 'Kiekeboe!' Ik moest dan eigenlijk boos worden, maar als hij me dan aankeek met een onschuldige blik in zijn ogen, kon ik dit niet en moest ik vaak mijn lach inhouden.

Ergens op bezoek gaan met twee van die knullen was vaak een hele onderneming. Jeroen was klein en Sander ging op ontdekkingsreis. We kwamen

altijd ogen en oren tekort. Sander heeft altijd moeite met 'nee' gehad en dan kwamen zijn volharding en wilskracht naar voren. Zo kreeg hij op vakantie zijn zin een keer niet. Hij zei: 'Ik ga weg' en pakte zijn tas, die groter was dan hijzelf, en sleepte deze mee, de wijde wereld in. Hij had geen angst om alleen te zijn, hij deed en ging gewoon. Of de keer dat we op vakantie aan het winkelen waren. Hij wilde alleen op pad. We hebben dit een keer laten gebeuren en volgden hem op gepaste afstand. Sander ging gewoon en keek dan ook niet om, hij voelde zich groot en liep gewoon door.

Lagereschooltijd – Groep 1 en 2

Tegen de tijd dat hij vier jaar werd in april 1993, was hij uitgekeken op de peuterspeelzaal. Hij wilde ontzettend graag naar 'de grote school' en was toe aan nieuwe uitdagingen. Zijn vriendinnetjes uit de buurt waren net iets ouder en zaten al op school, waardoor hij zich alleen voelde.

Sander had echter pech. De groepen waren te groot en te vol geworden en hij mocht alleen de ochtenden komen. Voor hem was dat onbegrijpelijk. Waarom mochten zijn vriendinnetjes en vriendjes komen en hij niet? Elke keer probeerden we dit hem weer uit te leggen. Maar voor een kind van vier jaar is dit niet te bevatten. Na de grote vakantie mocht hij dan eindelijk hele dagen, wat was hij blij!

Het eerste kleuterjaar verliep vrij goed tot het weer april werd. De groepen liepen weer vol en werden weer te groot. Er werd vanuit school besloten om vroegtijdig kinderen over te plaatsen van groep 1 naar groep 2. Sander begreep er niets van, zijn vriendinnetjes en vriendjes mochten naar de volgende groep en hij weer niet! Hij ging slecht slapen en ook weer in bed plassen. Tot wij erachter kwamen wat er aan de hand was. Na overleg met school mocht hij ook eerder mee over naar groep 2. Wat was hij blij! In groep 2 werd het ons duidelijk dat Sander 'anders' was dan andere kinderen. Hij kreeg niet echt aansluiting bij zijn klasgenootjes. Als hij wel aansluiting had, dan liep het vaak niet goed. Dit was voornamelijk bij jongens van dezelfde

leeftijd. Hij ging de competitie aan en wilde zich waarmaken. Er werd over en weer geplaagd, wat hij niet leuk vond en waarmee hij zich niet goed een houding wist te geven. Met meisjes had hij dit niet, ze waren zijn vriendinnetjes en zij vonden hem lief.

Hij zag, voelde en ervaarde dingen anders dan de andere kinderen

Hij zag, voelde en ervaarde dingen anders dan de andere kinderen. Sander had duidelijke grenzen nodig in verband met zijn sterke karakter. Als hij deze structuur niet kreeg, dan kon hij zelfs volwassenen 'gebruiken'. Hij kon volwassenen tegen elkaar uitspelen, waardoor hij kreeg wat hij wilde. Als hij 'nee' kreeg, vroeg hij het aan een ander en dan lukte het vaak wel. Sander gaf niet echt om knutselen, dat vond hij zelfs een straf. Bouwen, dingen bedenken, daar lag zijn passie.

Eind groep 2 liepen de kleutergroepen weer vol en werden er weer kinderen eerder doorgeplaatst naar groep 3. Dit waren weer zijn vriendinnetjes en vriendjes, en weer was hij er niet bij. Thuis kregen we een heel verdrietige Sander en hij zat duidelijk niet lekker in zijn vel. Er volgde een gesprek op school en na overleg mocht Sander toch naar groep 3. Hij genoot bij die grote kinderen van groep 3 en trok zich daaraan op. We merkten ook dat hij daar veel minder competitie had en alles merkbaar rustiger verliep. Bij deze kinderen van groep 3 was hij duidelijk de jongste. Hij hoefde zich niet te bewijzen en kon veel meer zichzelf zijn.

Aan het eind van dat schooljaar (officieel nog groep 2) kregen wij plotseling te horen dat Sander niet definitief naar groep 3 kon. Hij zou dit emotioneel niet aankunnen. Wij hadden daar sterk onze twijfels over. Voor Sander zou dit weer een teleurstelling zijn. Nog een jaar 'fröbelen' en hij wilde zo graag leren lezen en schrijven. Hoe moesten wij dit aan hem uitleggen?

Op ons verzoek vond er een onderzoek van de Onderwijs Begeleidingsdienst (OBD) plaats. Met



de uitslag konden wij geen kant op. Sander had geen voorbereiding gehad voor groep 3, waardoor het op dat moment onmogelijk was om over te gaan naar groep 3. Op het emotionele en sociale vlak had Sander moeite, zijn motoriek was te grof. Wij stonden met onze rug tegen de muur. Sander moest nog een jaar langer kleuteren. Voor Sander was dit erg moeilijk, hij begreep er niets van en wij eerlijk gezegd ook niet.

Na de grote vakantie had de school besloten om de kleutergroepen anders in te delen, omdat de groepen elke keer te snel volliepen. In plaats van groep 1 en groep 2 gingen ze combinatiegroepen maken. Na de grote vakantie kwam Sander dan ook van een groep 2/3 in groep 1/2 terecht. Dit was echt een enorme overgang en hij vond dit verschrikkelijk! Hij kwam weer bij kleine ukkies terecht, bij wie hij zich niet thuis voelde.

We hebben toen zelf hulp gezocht bij een fysiotherapeut, om zijn motoriek te verfijnen. Ze hebben daar diverse testen gedaan en daaruit bleek dat het niet nodig was. Sander vond het echter leuk, daarom besloten we dit toch door te laten gaan voor hem. Hij heeft daar zeker wat aan gehad. Bovendien kreeg hij daar de individuele aandacht waar hij zo van hield.

De laatste kleuterperiode is hij gaan nagelbijten. Naar ons idee verveelde hij zich duidelijk, hij was er echt klaar mee. De laatste maanden waren heel moeilijk en duurden ontzettend lang. Met de toezegging van school om hem meer bezig te laten zijn met letters en dergelijke is naar ons gevoel weinig tot niets gedaan.

Ik denk niet dat school in de gaten heeft gehad hoeveel impact deze lange kleuterjaren op hem hebben gehad

Dit was de eerste keer dat hij vertelde dat hij niet op deze wereld hoorde. Een kind van zeven jaar! Ik denk niet dat school in de gaten heeft gehad hoeveel impact deze lange kleuterjaren op hem hebben gehad. Hij zei dit ook zomaar

tussen een paar zinnen door. Eerst dacht ik: hoor ik dat goed? We vroegen aan hem wat hij daarmee precies bedoelde. Hij probeerde dit wel aan ons uit te leggen, maar hij vond het moeilijk. Hij liet hiermee zijn frustratie zien en gaf hiermee aan dat hij voelde en merkte dat hij niet meer in de kleutergroep thuishoorde, maar bij de kinderen in groep 3.

Een lichtpuntje was de geboorte van Annick in maart 1996. Wat was hij blij met zijn zusje! Weer kwamen zijn zorgzaamheid en betrokkenheid naar boven. Hij wilde het zo ontzettend graag goed doen. In die zomervakantie zijn we naar Walibi geweest, waar een grote K'NEX-speelgoedtentoonstelling was. Hij keek zijn ogen uit en daar zagen we door zijn stralende, grote ogen zijn enthousiasme voor bouwen en ontwerpen weer opbloeien.

Thuis of bij opa en oma vond hij het altijd heerlijk om samen dingen te ondernemen, iets te ontwerpen en te bouwen. Opa was handig met oud technisch speelgoed en ze bouwden dan samen op de grond een rijdende hijskraan. Dat vond hij geweldig en hij genoot ervan.

Lagereschooltijd – Groep 3 en 4

Na de grote vakantie mocht hij dan eindelijk naar groep 3. Nu mocht hij gaan lezen en schrijven. Hij bloeide weer helemaal op. Het lezen had hij zich snel eigen gemaakt en hij las van alles. De bibliotheek werd daardoor een vast uitstapje.

In deze groep is zijn passie voor het universum begonnen. Alles wat met sterren en planeten te maken had, wilde hij weten. Later kwamen daar andere dingen bij, zoals Egypte en de Grieken. Groep 3 had een echte structuurleerkracht, dit was voor Sander ideaal. De grenzen waren duidelijk, hij wist wat er van hem verwacht werd. Hij bloeide weer op als ons open, gevoelige, nieuwsgierige en leergierige kind. Met zijn verjaardag kreeg hij van opa een boek over sterren en planeten. Dat vond hij geweldig en de persoonlijke brief die opa hierin voor hem geschreven had, las hij vlekkeloos voor!

In groep 4 begon het plagen en pesten weer. Sander wist zich geen houding te geven en begon

dan te lachen. Als hij het beu was en zijn grens was bereikt, viel hij uit in emotionele woede-uitbarstingen. Dit was zijn onmacht in dat soort situaties. Hier werd door school niet adequaat op gereageerd, waardoor het kon escaleren. Hij ging deze onmacht verbloemen door stoer gedrag te vertonen en juist de jongens op te zoeken bij wie hij beter niet kon zijn. Gelukkig vertelde hij thuis alles en vaak moesten we er dan weer achteraan om het proberen op te lossen.

Hoe zijn dag op school was geweest, was altijd duidelijk aan hem te merken. Kwam hij boos thuis, dan was er iets gebeurd en moest iedereen in zijn buurt het ontgelden. Had hij een goede dag gehad, dan kwam hij vrolijk thuis en was hij ontzettend lief en behulpzaam voor iedereen. De school werd hoe langer hoe meer bepalend voor zijn gedrag.

Wat gebeurde daar in de klas?

Hij begon zich weer te vervelen in groep 4. Zo kwam hij een keer thuis met aan één kant korte haren, die hij zelf had afgeknipt. Een andere keer kwam hij thuis met in twee pijpen van zijn spijkerbroek stroken van onder naar boven geknipt. Hoe kreeg hij dat voor elkaar? Hoe kon het zijn dat een leerkracht dat niet had gezien? Wat gebeurde daar in de klas?

Als we de leerkracht daarop probeerden aan te spreken, dan kwamen we in een discussie terecht over dat wij twijfelden aan de capaciteiten van de leerkracht. Wij wilden geen lastige ouders zijn, maar wilden graag samen tot een oplossing komen in het belang van Sander. Hij verveelde zich duidelijk, anders liet hij dit gedrag niet zien.

We gingen het in andere dingen zoeken voor hem, we kregen leermateriaal via leerkrachten in de familie. Dit vond hij ontzettend leuk en zo konden wij hem toch geven waar hij zelf om vroeg. Zo heeft hij thuis een bibliotheek aangelegd van alle boeken die wij in huis hadden. Van de Harry Potterboeken, waar hij helemaal gek van was, tot de Donald Ducks.

Alles werd genummerd en opgeschreven, hij was daar uren mee zoet.

Lagereschooltijd – Groep 5 t/m 8

Op school werd de nadruk op het sociale vlak gelegd en werden zijn interesses en leergierigheid weer naar de achtergrond geschoven. In groep 5 ging het redelijk. We kwamen erachter dat hij alleen liet zien wat hij wilde laten zien. De leerkracht vertelde dat hij de tafels niet kende. Dat vonden wij vreemd. Bij navraag bij hemzelf bleek dat hij ze wel kende, maar dan ging hij dit toch niet herhalen voor een juf of meneer? Grote onzin vond hij dat.

Thuis was het soms pittig met hem. Hij had een sterk karakter met een enorm gevoel voor rechtvaardigheid. Hij ging graag discussies aan en stelde ook steeds meer regels ter discussie. We moesten goed aan hem uitleggen waarom iets wel of niet kon. Die structuur gaf duidelijkheid en rust. Ook was hij gevoelig en kwetsbaar en daar moesten wij goed rekening mee houden. Die liefde en bevestiging had hij ook zeker nodig van ons.

Af en toe sprak ik hierover met collega's. Zij zeiden dan: 'Gelukkig ben je thuis moeder en geen professionele hulpverlener. Je bent thuis emotioneel betrokken bij je kind, waardoor je anders handelt dan op je werk.' Dat stelde ons op dat moment gerust. Iedereen zei ook altijd: 'Hij komt er wel met zijn capaciteiten en kwaliteiten en vooral met jullie onvoorwaardelijke en liefdevolle ondersteuning.'

Toch had ik vaak een bepaalde angst. Ik zag hoe Sander altijd bang was iets tekort te komen, terwijl hij juist van iedereen het meeste kreeg. Hij had bij veel mensen een speciaal plekje gecreëerd, wat hij helaas zelf niet altijd ervaarde en voelde.

In een druk gezin vond Sander het ook weleens fijn om zijn rust op een andere manier te pakken. Hij ging dan met Tonio mee als hij naar klanten toe moest. Hij ging dan helpen, zei hij, maar uiteindelijk bleef hij in de auto zitten met zijn



Gameboy of een boek. Als ze na afloop naar huis terugreden, zei hij: 'Pap, we gaan naar de grote M, hè?' Natuurlijk kon Tonio dan geen nee zeggen.

We wisten dat we Sander niet van school hoefden te halen als hij dit niet zelf wilde

Zijn humor begrepen leeftijdsgenoten niet altijd, waardoor hij niet altijd de goede aansluiting kreeg. Ook al liep het niet goed op school, we wisten dat we Sander niet van school hoefden te halen als hij dit niet zelf wilde. Hij zou dan niets meer doen, zo zat hij nu eenmaal in elkaar. Achteraf speelde dit natuurlijk door ons hoofd, wat als we dit wel hadden doorgezet? Was het dan misschien anders gelopen?

Sander haalde zonder veel moeite mooie cijfers. Wel kon hij soms vastlopen met zijn planning, hij kon zo lekker chaotisch zijn. Zijn denkvermogen ging vaak sneller dan zijn handelen, daardoor kon hij slordig gaan werken en snelheidsfouten maken.

De vakanties vierden we eerst vooral in Nederland, later in Frankrijk. Sander wilde graag een keer naar Spanje toe. Zo gezegd, zo gedaan en in de meivakantie gingen we! Hij vond het geweldig. Helaas was het weer minder. Sander ging dan lief met zijn zusje naar de knutselclub en deed spelletjes met haar.

Eind groep 6 werd er een Cito-toets afgelegd. De juf zag zonder meer zijn capaciteiten. De toets bevestigde dit: hij kwam al uit op vwo-niveau. Op haar verzoek kwam er weer een OBD-onderzoek. Zou het nu duidelijk worden wat er met Sander aan de hand was? Deze test had hij helaas niet helemaal waarheidsgetrouw ingevuld. Dit vertelde hij me eerlijk thuis. Hij was bang dat hij op een negatieve manier afgerekend zou worden op school. Hij beseftte niet dat deze test juist nodig was om hem te helpen. Dit heb ik teruggekoppeld naar het onderzoeksbureau, maar zij geloofden niet dat dit mogelijk was. De test en de uitslag werden gewoon doorgezet.

De uitslag viel voor Sander en ons erg tegen. Er kwam uit dat hij achteraf gezien beter niet langer had moeten kleuteren, maar door had moeten gaan naar groep 3 en op emotioneel gebied ondersteund had moeten worden. Daar stonden we dan.

Er werd bevestigd wat wij geroepen hadden in groep 2. Wie hadden dat toen besloten? De OBD en de school, maar daar werd niet over gesproken! Dit was ontzettend confronterend en frustrerend voor zowel Sander als ons.

Het advies dat gegeven werd, was sociale vaardigheidstraining. Zelf was ik toen werkzaam in de jeugdhulpverlening en gaf ik sociale vaardigheidstrainingen. Het geeft een ontzettend triest gevoel dat ik als moeder en professional hierin al die jaren niet gehoord ben geweest. Uit de test kwam een laag zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen naar voren, iets wat ons niet verraste na al die negatieve ervaringen die hij ondertussen had opgedaan op school vanaf de kleutergroepen.

Wat al die jaren op school met hem gebeurd was, dat werd niet besproken door de OBD en de school. Daar keken ze niet op terug. Alsof dat niets had gedaan met ons kind! Ik zei weleens dat Sander net een harde schijf was van een computer: alle negatieve ervaringen sloeg hij op en die kreeg je er niet meer uit, en de positieve ervaringen beklifden niet.

Vanuit professioneel oogpunt benoemde ik nog dat hij kenmerken had van een disharmonisch intelligentieprofiel en hoogbegaafdheid. Het snelle denken, de originele oplossingen, eerst het verband willen zien voordat hij aan de slag ging, zijn chaotische planning, zijn gevoeligheid, zijn apart gevoel voor humor, zijn rechtvaardigheidsgevoel, zijn brede interesses. Dit alles kwam er nu niet uit, door het omzeilen van de test. Iets wat onmogelijk was volgens de psycholoog. Ik wist echter zeker dat Sander dat had gedaan, anders zei hij dat niet.

Later, na zijn overlijden, kwamen we erachter dat hij online intelligentietesten had gemaakt. Deze rapporten hebben we kunnen opvragen en daar kwam uit dat hij daadwerkelijk een hoog IQ had.

Ik heb weleens gezegd: ‘Legde hij de lat voor zichzelf maar lager’

Vanuit de OBD werd gezegd dat wij de lat thuis te hoog zouden leggen en te veel van hem zouden verwachten. Hieruit bleek dat ze al die jaren slecht naar ons geluisterd hadden. Sander legde zelf die lat zo hoog. Ik heb weleens gezegd: ‘Legde hij de lat voor zichzelf maar lager.’ En: ‘Was hij maar gelukkig.’ Als er iets gebeurde wat hij niet begreep, kon hij dat niet zomaar loslaten. Hij bleef daar dan op terugkomen.

Er hebben enkele gesprekken plaatsgevonden met de pesters. Als er pauze was, dan liep er echter regelmatig geen surveillance rond. En dan gebeurt er vaak het meest! We woonden dicht bij school en als ik vrij was en een keer een rondje liep om te gaan kijken, dan schoot er ineens een leerkracht naar buiten. Dat maakte ons machteloos. We wisten dat er veel gebeurde op school en we verwachtten dat ons kind daar veilig was. Dat was duidelijk niet het geval.

Thuis zagen wij zijn temperament. Bij vaste structuur ging het goed en aan ons vertelde hij alles. Hier had hij geen gebrek aan zelfvertrouwen. Hij stond op feestjes zo op tafel om een gedicht voor zijn oma voor te dragen. Voor zijn oma's en opa was hij ontzettend lief en zorgzaam. Hij had wel uitdaging nodig. Zo leerde hij zichzelf Engels. Op school vond hij dit te simpel. Veel ging via televisieprogramma's, hij las veel en hij had een Amerikaanse chatvriendin. Hij vond het een uitdaging om hier steeds beter in te worden. Ook zijn rechtvaardigheidsgevoel bleef sterk. Af en toe kwam hij samen met Tonio en Jeroen naar de kinderen op mijn werk (jeugdhulpverlening). Hij keek dan enorm op naar de grote kinderen van de groep en maakte snel contact met hen. Hij besepte goed dat die kinderen het niet zo goed hadden als wij en niet al die dingen konden doen die voor ons vanzelfsprekend waren.

Van zijn eigen verjaardag genoot hij het meest. Hij stond graag in het middelpunt en was altijd echt jarig. Er werden zeker wat vriendjes

gevraagd op zijn feestjes, maar zijn vriendinnetjes waren altijd in de meerderheid of hij vierde het samen met een vriendinnetje. Met verjaardagen pakten we altijd uit. Ik was vaak creatief bezig om persoonlijke traktaties te maken, waar Sander dan mee kon pronken. Ook deden we van alles qua activiteiten op feestjes, waar we met mooie herinneringen op terugkijken.

De sinterklaastijd was altijd een spannende en drukke tijd, Sander geloofde niet meer, maar was zich er goed van bewust dat zijn zusje nog wel geloofde. Hij was dan degene die haar aanspoorde om bij de schoorsteen te gaan zingen en om haar schoen te zetten. Natuurlijk zette hij zijn schoen er gelijk naast, want ja, daar kan Sinterklaas natuurlijk niet omheen! Dat was schitterend om te zien.

Toch werden door de ervaringen op school zijn buien hoe langer hoe meer bepalend in ons gezin. De kinderen waren heel verschillend. Waar Sander graag de aandacht had, waren Jeroen en Annick veel meer op de achtergrond. Jeroen had andere interesses, was meer een buitenkind en hield van auto's. Sander kon echt de rivaliteit aangaan met Jeroen. Het was soms beter om Jeroen aan te spreken als de broertjes even ruzie hadden, dan was het eerder gesust. Bij uitstapjes en vakanties keken we of er dingen voor Sander te doen waren waar hij zich op kon richten.

De jongens droegen in die tijd vaak dezelfde kleren en ze leken daardoor voor de buitenwereld veel op elkaar. Dat was iets wat ze samen wilden, dan waren ze een eenheid. Annick was een meisje. Van haar kon hij meer hebben, ook doordat ze veel jonger was. Hij hielp haar ook met dingen, ging met haar spelen of haalde haar op van school.

Wij hadden onderhand geen vertrouwen meer in de school, maar Sander zat ondertussen halverwege groep 7. We waren er inmiddels wel achter dat het echt een prestatieschool was, waar het sociale welbevinden veel minder belangrijk was. Uiteindelijk hebben we ruim twaalf jaar met deze basisschool te maken gehad en hebben we

