

Een psychose door therapeutische training

EEN PSYCHOSE DOOR THERAPEUTISCHE TRAINING

Een verslag van binnenuit en De Kracht

Carlos Monteiro

Inhoud

Voorwoord 7

Inleiding 9

Over Kaapverdië en het Christelijk Rationalisme 11

Hoofdstuk 1: Mijn leven voor de psychose: een introductie in Carlos' leven 17

Hoofdstuk 2: De trainingsweken 36

Hoofdstuk 3: Levenservaring tijdens de psychose 53

Hoofdstuk 4: Levenservaring na de psychose 70

Hoofdstuk 5: Mijn visie op het hele gebeuren en op de toekomst 88

Nawoord van Juanita Slengard 92

Dankwoord 94

Appendix A: Observaties van Carlos door twee studenten 95

Appendix B: Drie brieven van het AMC aan de huisarts 99

Appendix C: Psychologisch onderzoek bij Bavo Zevenkamp 112

Appendix D: De brief van het Ministerie van Defensie aan de compagniecommandant 115

Appendix E: Tevredenheidsbetuiging van de militaire dienst 116

Appendix F: Getuigschrift van ABN AMRO 117

Appendix G: Propedeuse hbo Psycho Sociaal Werk 118

Appendix H: De jungiaanse zelfontdekkingstechniek 120

Verantwoording 122

Bronnen 122

Fotobijlage 123

Colofon

Teksten:	Carlos Monteiro
Inleiding:	Hans Bogers
Nawoord:	Juanita Slengard
Eindredactie:	Carlos Monteiro
Vormgeving:	Brave New Books
Bronnen:	Dr. C.E.S. Choenni, Kaapverdianen in Nederland, 2004 Hotel Val Sinestra
Foto's:	Carlos Monteiro Hotel Val Sinestra
Scanwerk:	Carlos Monteiro

ISBN 9789402121070

© 2014 Carlos Monteiro

© Omslagillustratie: Brave New Books

wil mijn ervaringen delen met studenten die een studie in de richting van de hulpverlening (willen) volgen. Daarnaast zet ik met dit boek de psychose weer verder van me af door mijn ervaringen op papier te zetten.

Ik ben mij ervan bewust dat ik met dit boek veel van mezelf laat zien, maar doe dit bewust zodat mijn ervaringen anderen verder kunnen helpen. De naam van mijn vrouw, een vriendin uit Duivendrecht, mijn oom en zijn vrouw in Portugal, de studenten, de docenten en van de bewoners van het Crisiscentrum en van de Kliniek Bavo Zevenkamp die in dit boek voorkomen zijn geanonimiseerd.

Voorwoord

In dit boek leest u dat de opleiding Psycho Sociaal Werk behoorlijk veel invloed heeft gehad op mijn leven omdat de persoonsgerichte training die ik verplicht volgde tijdens de opleiding leidde tot een psychose.

Persoonsgerichte trainingen zijn therapeutische trainingen waaraan de eerste- en tweedejaarsstudenten van de hbo-opleiding Psycho Sociaal Werk (psw) verplicht deelnemen. Tijdens de trainingen zijn twee therapeuten (begeleiders) aanwezig; zij zitten aan weerszijden van een lege stoel, waarop een student plaats kan nemen. De overige studenten maken een kring. De training begint op een maandag, eindigt op een vrijdag en bestaat uit drie sessies per dag; elke sessie duurt ongeveer drie uur. Tijdens de trainingen gebruiken de begeleiders therapeutische taal en wordt er gelet op lichaamstaal, zodat de studenten die op de stoel plaatsnemen hun gevoelens kunnen uiten. Door middel van therapeutische taal tijdens de trainingen en de interacties tussen de studenten onderling, roepen de studenten bepaalde gevoelens op. Ze uiten gevoelens, zoals verdriet, angst, agressie en lust, op een zachte of op een extreme wijze. De aanwezigheid van en de mate waarin studenten deze basisgevoelens uiten, verschillen per persoon. De bedoeling van dit soort trainingen is vooral dat studenten de genoemde gevoelens *gaan* uiten. In mijn geval pakte het echter anders uit.

In dit boek beschrijf ik kort mijn levenservaring voor de psychose, en laat ik zien wat er gebeurde tijdens en na de psychose. Deelname aan een intensieve therapeutische training in groepsverband kan een psychose veroorzaken. Daarover is in het algemeen weinig bekend. Ik

Inleiding

Voor u ligt een bijzonder boek. Bijzonder omdat het, helder en van binnenuit, een ervaring beschrijft die niet veel mensen kunnen naver- tellen. De reden voor deze stilte is dat patiënten ‘ontgrenzende’ erva- ringen, zoals hoofdpersoon Carlos ze meemaakt, over het algemeen zo snel mogelijk willen vergeten en de wereld van dagelijkse gebeurte- nissen weer willen binnentreden. Wij hebben het hier over een zoge- naamde psychotische decompensatie.

Carlos beschrijft openhartig en nauwgezet het ontstaan én zijn herstel van de psychotische episode in zijn leven. Binnen de psychia- trie wordt een psychose beschouwd als een van de ernstigste aandoe- ningen, onder andere gekenmerkt door het vervallen van de grenzen tussen de binnen- en buitenwereld. Ook het horen van als niet-eigen beschouwde stemmen en ingevingen is vaak een onderdeel van een psychose.

Carlos maakt ons deelgenoot van zijn ervaringen, vanaf het begin van de problemen, die zich manifesteren tijdens trainingssessies gedu- rende een verplicht onderdeel van een opleiding tot hulpverlener, tot aan zijn opname in een psychiatrisch centrum. Hij geeft een kritisch beeld van de gebeurtenissen die volgen: de gesprekken met psychi- atrisch geschoolde hulpverleners en de effecten van de voorgeschre- ven antipsychotische medicatie, maar ook de reacties van zijn vrouw, vrienden en medestudenten – van dit alles wordt verslag gedaan.

Naast aan medische interventies wordt ook speciale aandacht ge- schonken aan de zogenaamde geestelijke dimensie, die voor het her- stel van Carlos zeer belangrijk is geweest. Met dit boek nodigt Carlos de traditionele en gevestigde hulpverlening uit om, naast fysieke en psychologische aspecten, óók een plaats in te ruimen voor de geeste- lijke dimensie.

Zelf werkte ik jarenlang met drugs- en alcoholverslaafden, waarbij het opviel dat – ondanks uitgebreide therapeutische inspanningen – voor een deel van de patiënten geen herstel bleek weggelegd. Dat hierbij mogelijk ook geestelijke invloeden een rol spelen, wordt mijns inziens helaas nog te weinig erkend.

Carlos is ervan overtuigd dat er, naast de ontremmende werking van het losmaken van emotionele blokkades, ook een geestelijke dimensie heeft meegewerkt aan het ontstaan van zijn psychose. Op het gevaar af oudtestamentisch te klinken, volgt hier een inkadering van de geestelijke dimensie, waarbij spirituele entiteiten of geesten een storende invloed kunnen hebben op hiervoor gevoelige mensen. Carlos laat in dit boek zien dat een aantal problemen dat in de traditionele hulpverlening ten onrechte gemedicaliseerd wordt, in feite toe te schrijven is aan onbewust mediumschap.

Indien het concept van onbewust mediumschap in de dagelijkse praktijk van de Geestelijke Gezondheids Zorg (GGZ) zou worden toegepast, zou men veel, tot nu toe onverklaarbare, gedragingen van patiënten in een ander licht kunnen plaatsen. Op deze wijze bezien is veel van de achterliggende filosofie van de traditionele hulpverlening materialistisch te noemen. Materialistisch staat hier dan voor het uitsluiten van geestelijke invloeden op een mens. Tegenwoordig gaan grote sommen onderzoeksgeld naar het bestuderen van biochemische processen in de hersenen, waarbij veel interessante nieuwe ontdekkingen worden gerapporteerd. De centrale vraag blijft echter of de mens een biochemische computer is, waarvan de hardware op zichzelf bewustzijn van zichzelf kan ervaren. Of zou het kunnen zijn dat de mens en alle levende wezens, in aansluiting op veel oude religieuze overtuigingen, bezielde zijn en door een zielsaspect ‘levenstijd’ ontvangen? Wanneer het einde van het fysieke leven is aangebroken, verhuist de ziel naar een andere dimensie, met achterlating van het stoffelijk omhulsel op aarde.

Hans Bogers

Den Haag, 5 mei 2014

Over Kaapverdië en het Christelijk Rationalisme

Kaapverdië (Cabo Verde = Groene Kaap) is het land waar ik geboren ben; om precies te zijn werd ik geboren op het eiland São Vicente. Kaapverdië ligt in de Atlantische Oceaan voor de westkust van Afrika, ter hoogte van Senegal, ongeveer 1500 kilometer ten zuiden van de Canarische eilanden. Eigenlijk is het niet één land, maar een eilandengroep die bestaat uit twee delen. Het eerste deel is de noordelijke eilandengroep Barlavento, deze bestaat voornamelijk uit de eilanden Santo Antão, São Vicente, Santa Luzia, São Nicolau, Sal en Boa Vista. Het tweede deel is de zuidelijke eilandengroep Sotavento, deze bestaat voornamelijk uit de eilanden Santiago (São Tiago), Maio, Fogo en Brava. Praia is de hoofdstad van Kaapverdië; deze stad ligt op het eiland Santiago. De Kaapverdische eilanden hebben een vulkanische oorsprong, net als de Canarische eilanden.

Kaapverdië werd ontdekt in het jaar 1460 door de Portugezen. Tijdens de slavenhandel werden er duizenden slaven uit Afrika (de meeste uit Guinee-Bissau) gehaald om te werken op de eilandengroep, onder leiding van Europese kolonisten. Toen er op het eiland genoeg slaven waren voor de verbouwing van voedsel en katoen, ontwikkelden de eilanden zich als slavenmarkt voor de koloniën in Amerika. Naast slaven en katoen was zout een belangrijk exportproduct; de eilanden beschikten over grote witte meren vol zout.

Portugal stopte met de handel in slaven in 1854 en schafte de slavernij af in 1869. In de periode van de slavenhandel ontdekte een andere belangrijke ontdekkingsreiziger de Kaapverdische Eilanden: Charles Darwin. Hij wordt beschouwd als de belangrijkste grondlegger van de evolutietheorie van de materie. Hij vertrekt met zijn schip de Beagle uit Engeland op 27 december 1831 voor een reis, die vijf jaar zou gaan duren. Het eiland Santiago is vervolgens zijn eerste stop, op 16 januari

1832. Het is ook Darwins eerste kennismaking met de tropen. Santiago is de plek waar hij zijn eerste belangrijke ontdekking doet die uiteindelijk, samen met de vele observaties die nog zouden volgen, leidde tot zijn evolutietheorie. Op 7 februari 1832 verlaat de Beagle Kaapverdië en vaart Darwin verder richting Brazilië.

Portugees is de officiële taal op Kaapverdië, maar er wordt vooral Creools (Kaapverdisch) gesproken, een mengtaal van voornamelijk Portugees en andere talen. De afzonderlijke eilanden gebruiken verschillende dialecten van het Creools.

Taal is een belangrijke factor bij het uiten van gevoelens, en ook bij de training speelde het een rol. Een medestudente van Curaçaose afkomst speelde tijdens de training en tijdens mijn psychose een belangrijke rol bij het uiten van mijn gevoelens; met haar communiceren leek makkelijker, ook al spraken we beiden Nederlands. Niet zo lang geleden heb ik in *Pleasure* gelezen dat taalwetenschappers erachter zijn gekomen dat de taal Papiamentu oorspronkelijk uit Kaapverdië komt. Toen begreep ik pas waarom ik destijds vooral met deze medestudente kon communiceren: onze moedertalen lagen immers dicht bij elkaar.

In 2013 had Kaapverdië 531.046 inwoners. De meerderheid van de Kaapverdianse bevolking bestaat uit (lichtgekleurde) Creolen. Oorspronkelijk waren Kaapverdianen nakomelingen van Portugese mannen en Afrikaanse slavinnen. Tegenwoordig is de bevolking echter een mix van oorspronkelijke bewoners en mensen uit andere culturen. Meer dan een half miljoen Kaapverdianen wonen buiten Kaapverdië, van wie ongeveer twintig duizend in Nederland; driekwart van hen woont in Rotterdam, de rest woont in de omgeving van deze stad en in en om andere grote steden zoals Amsterdam.

Kaapverdianen hebben een sterke familiale betrokkenheid. Ze hebben opvallend veel ooms, tantes, neven en nichten met wie zij contact onderhouden. Mensen van hetzelfde eiland of dezelfde streek hebben automatisch banden met elkaar. Op dit netwerk van familieleden en vrienden doet men regelmatig een beroep. Doordat de Kaap-

verdiaanse gemeenschap in Nederland niet zo groot is, kan men elkaar 'plaatsen'.¹ Met 'elkaar plaatsen' wordt bedoeld dat men vaak weet wie wie is.

Over het algemeen staan Kaapverdianen bekend als ijverige werknemers, harde werkers, hulpvaardige mensen, en men hoort ze bijna niet klagen.

Oorspronkelijk waren de meeste inwoners van Kaapverdië rooms-katholiek; de laatste tientallen jaren neemt het Christelijk Rationalisme, dat afkomstig is uit Brazilië, een belangrijke plaats in het leven van de Kaapverdianen in. Het Christelijk Rationalisme is een spirituele leerstelling. Deze filosofische doctrine werd in 1910 in Brazilië gesticht door Luiz de Mattos en Luiz Alves Thomaz. Luiz de Mattos, die voor het intellectuele gedeelte tekende, maakte zich zorgen over de erbarmelijke spirituele omstandigheden waarin de mensheid zich bevond. Hij besloot verschillende wetenschappelijke en religieuze boeken uit die tijd te bestuderen, om de oorzaak van de problemen te achterhalen en te werken aan een oplossing. De voornaamste oorzaak van de problemen ligt, volgens Luiz de Mattos, in het feit dat de mens zichzelf niet erkent als Kracht en Materie – geest en fysiek lichaam. Hij is de grondlegger van de evolutietheorie van het Krachtdeeltje. Hij legt uit in zijn boeken dat het Krachtdeeltje, datgene dat uiteindelijk een Geest wordt, het volgende chronologische traject doorloopt: mineraalrijk, plantenrijk, dierenrijk, mensenrijk. In een van zijn boeken legde hij een link naar de evolutietheorie van Darwin en noemde hem een wijze man.

Luiz de Mattos werd geboren op 3 januari 1860 in Chaves (Portugal). Op 13-jarige leeftijd emigreerde hij naar Brazilië en op 15 januari 1926 overleed hij daar in Rio de Janeiro. Luiz Alves Thomaz, de boezemvriend van Luiz de Mattos, werd geboren op 4 augustus 1871 in Moita (Portugal). Op vijftienjarige leeftijd emigreerde hij naar Brazilië en op 8 december 1931 overleed hij daar te Santos.

Sinds 1990 ben ik een leerling van het Christelijk Rationalisme. Bij deze spirituele beweging leert men dat het beoefenen van spiritualiteit als de hoogste vorm van wetenschap beschouwd dient te worden; niet als religie of sekte, omdat het spirituele leven ook rationeel verklaard