

‘Succes is een keuze! Word jij ook zo naar van die kreet?’



Zo luidde de titel... van de succesvolste bijeenkomst aller tijden van het Stigma Café, op die glorieuze dinsdag 12 maart in het Vinkhuys.

Maar even serieus... Succes is een keuze!? Begint het bij jou ook te jeuken als jij die kreet hoort? Want, wat is dat dan eigenlijk... Succes? En wie bepaalt dat voor jou?

Mag je lekker zelf besluiten wat voor jou ‘succes’ inhoudt? Misschien heb jij een keertje niet de standaard definitie: van huisje, boompje, beestje. Plus een riant bedrag op de bankrekening?

De boodschap van de kreet ‘Succes is een keuze’ lijkt ook: dat als je maar hard genoeg werkt, je alles kunt bereiken. En als je dat niet lukt, dan heb jij dus ergens een steekje laten vallen. *Maar niet alles in het leven valt zomaar te kiezen, toch?* Al werk je er nog zo hard aan. Denk bijvoorbeeld aan de vastgeroeste opvattingen van je familie, je persoonlijke belastbaarheid of... een gevoeligheid voor psychoses.

Als het één en ander tegenzit, waardoor je niet aan ‘de standaard definitie’ kunt voldoen...Wat noem je dan succes? Daarover hadden onze drie sprekers – gelukkig - zo hun eigen ideeën.

Twee psychoses

Alexander zijn leven is in grote mate bepaald door de psychoses die hij kreeg. Eén op zijn 19e en één op zijn 24e. Hij vertelde hoe hij daarna zijn leven volledig opnieuw op moest bouwen. En werken aan een nieuwe identiteit. Want wie was hij nou, nadat alles hem onder de voeten was weggeveegd, door zulke heftige gebeurtenissen? En wat wou en ‘kon’ hij nou nog met zijn leven?

Nadat hij in zijn dorp was gepest n.a.v. zijn psychoses (voor dorpsgek uitgemaakt), verhuisde Alexander naar Groningen. Door therapie en lotgenotencontact én door zijn leefstijl aan te pakken (minder te drinken, meer te sporten en goed te eten), kwam hij weer met zichzelf in contact. Hij kreeg weer ‘zin in dingen’ en ontdekte wat hij eigenlijk echt belangrijk en leuk vond.

Huisje, boompje, beestje? Nou eerder vriendschap, zelfontwikkeling en familie. Hij heeft inmiddels een opleiding tot ervaringsdeskundige gevolgd. En werkt nu twaalf uur per week, die hij langzaam aan het uitbreiden is. Echt heel fijn is dat hij de laatste tijd met minder medicatie toe kan, waardoor hij zichzelf nu nog meer ‘zichzelf’ voelt. En ja, dat ervaart hij zelf zeker als een succes.

In Kimberley’s familie

...bestond succes duidelijk uit hard werken en een goede baan. Die goede baan had ze dan ook een tijd, inclusief knappe vrienden en een sportschoolabonnement, waar ze hard trainde om ‘mooi’ te zijn. Toen ze door angst en overspanningsklachten haar werk niet meer aandurfde, was daar helaas geen begrip voor. Noch vanuit de familie, noch vanuit de vriendenkring. Sterker nog... de meeste van haar vrienden is ze kwijtgeraakt. Ze paste niet meer in ‘het plaatje’.

Uiteindelijk heeft Kimberley voor zichzelf gekozen. Door naar haar eigen lichaam en intuïtie te luisteren, is het haar gelukt om een positieve draai te vinden in - best wel- een rotsituatie. Ook door heel veel (van zich af) te schrijven. Zij ziet als “haar grootste succes... dat het haar gelukt is zichzelf te accepteren.. En dat zij nu van zichzelf in haar eigen tempo, met haar eigen kleine stapjes, mag groeien.”

Kimberley zou zich heel graag inzetten voor anderen, die in een soortgelijke situatie terecht zijn gekomen. En overweegt daarom, net als Alexander, een opleiding tot ervaringsdeskundige te doen. Zij weet namelijk... hoe alleen je je kunt voelen. En wil daarom de boodschap uitzenden: *Je staat er niet alleen voor. En je bent niet de enige. Je kunt het!*

Peter werkte zich dood.

Nou ja, bijna. Tot twee keer toe werd hij met alle tekenen van een hartinfarct - zo hoog was zijn bloeddruk - met de ambulance naar het ziekenhuis gebracht. Inmiddels is Peter een jaar geleden volledig afgekeurd. Daar zijn wel twee burn-outs en twee bijna-dood-ervaringen aan vooraf gegaan.

Peter ontbrak het nooit aan gezonde ambitie. Na een afgebroken koksopleiding heeft hij zich opgewerkt in de zorg vanuit een baantje als schoonmaker. Hij greep een schone kans toen hij met zijn kokservaring zijn collega's mocht begeleiden naar 'goed gastheerschap' in een aantal restaurants in verpleeghuizen. Dat ging goed, "totdat de man met de hamer kwam." En Peter in zijn eerste burn-out terecht kwam. Helemaal op.

Omdat de zorgsector door het UWV voortaan als te zwaar voor hem werd beschouwd, begon hij (terwijl hij eigenlijk nog ziek was) een catering bedrijf. Dat strandde na twee jaar. Tot over zijn oren in de schulden ging hij terug in de zorg, waar hij met open armen werd ontvangen. Hij kwam terug in zijn oude functie en werd met hard werken en studeren zelfs afdelingschef. Maar.. zijn lichaam was op. En hij werd voor de eerste keer met spoed naar het ziekenhuis gereisd.

Het UWV leek het daarop een goed idee dat hij zijn koksopleiding hervatte. Hij was daarna twee jaar kok, totdat hij weer instortte. En opnieuw met loeiende sirenes werd afgevoerd naar het ziekenhuis. Na twee jaar rust en niets gehoord te hebben van het UWV werd hij in een gesprekje van 30 minuten weer helemaal goedgekeurd. Hij kon wel weer de zorg in, vonden ze.

Maar Peter was op en gaf aan: Binnen een half jaar ben ik echt dood. Gelukkig geloofde een van de UWV-medewerkers zijn claim. Peter had namelijk ook nog eens last van fibromyalgie. Dus wat was er echt nog mogelijk? Na een hoger beroep-procedure is Peter toen echt voorgoed afgekeurd.

Toch succes?

Peter's drang naar succes heeft hem uiteindelijk behoorlijk met zichzelf geconfronteerd. De eerste tijd, durfde hij zelfs niet meer naar verjaardagen en feestjes. Zo bang was hij voor de vraag: Wat doe jij, eigenlijk? Hij had altijd keihard gewerkt, een goede baan gehad en goed verdiend. En nu?

Inmiddels vertelt hij gewoon wat er is gebeurd. De reacties variëren nog steeds, van vooral een bedankje voor de heldere waarschuwing tot... doodse stilte. Hij heeft ook weleens meegemaakt dat iemand boos op hem werd: 'Waarom kun jij niet meer werken, als ik dat wel kan?'

Hoe dan ook. Het raakt Peter echt niet meer. Hij heeft zijn eigen, nieuwe succes gecreëerd. "Ik ben blij met mijn verrukkelijke leven nu. Als trotse huisman. En mijn lieve vrouw."

Finale

Zonder grappen, dit was een behoorlijk geslaagd Stigma Café. Goede opkomst, goede sprekers en een fijne sfeer. Zoals altijd, eindigden we het café met een napraat. Zodat iedereen op zijn of haar gemak ervaringen kon wisselen met elkaar. Dit keer aan de hand van de stimulerende vraag: Wat vind jij 'succes'? Uit de antwoorden bleek wel dat iedereen zijn definitie van succes wat had genuanceerd. "Als ik mij kan ontwikkelen" of "dat ik mij zelf aanvaard zoals ik ben" waren kreten die voorbij kwamen. Een jongen bij mij aan tafel hield het ook bij zelfontwikkeling. Totdat hij vervolgde: "Maar dan heb ik het over persoonlijk, maar niet echt succes, he....."