



'Op een gezonde manier een relatie aangaan kan ik niet'

Zijn hele leven heeft Erik altijd al mensen om zich heen gehad. Thuis, op zijn werk, bij vrienden. Eenzaam is anders. En toch is die eenzaamheid iets wat hij al 56 jaar lang ervaart. 'Ik praat veel, ben extravert. Mensen zeggen wel eens: hoe kun jij nou eenzaam zijn? Maar ik heb me altijd een buitenbeentje gevoeld.' Een relaas van emotioneel vallen en opstaan, 12 ambachten en 13 ongelukken. En teruggevonden vechtlust.

Het goede nieuws: na 56 jaar is er eindelijk een diagnose die kloppend lijkt. Borderline. Het is een stoornis die mensen heel impulsief maakt. Borderliners zijn bang om door hun partner in de steek te worden gelaten. Ze twijfelen aan zichzelf, zijn onzeker. Sociaal isolement ligt op de loer. Precies wat Erik al vroeg ervoer. 'Al op de middelbare school, toen ik van Rijswijk naar Wateringen in het Westland verhuisde en altijd 'die Rijswijker' bleef. Ik heb vroeger meer dingen gehad die erop wezen. Impulsiviteit. Hevige

emoties. Depressiviteit ook wel. Dat heeft zich allemaal voor mijn dertigste al geopenbaard.'

Met een carrière in het familiebedrijf in het verschiet lijkt zijn toekomst te zijn uitgestippeld. Het loopt anders. Met de impulsiviteit die nu een naam heeft stapt hij eruit, om te verhuizen van het Westland naar de geboortegrond van zijn echtgenote. Hij zoekt er rust en ruimte, maar kan er niet ontsnappen aan wat er diep in zijn binnenste zit.

Westlandse cultuur

'Maar de stap naar het hulpverleningstraject is groot. Je probeert altijd een masker op te houden, zeker in de Westlandse cultuur waar ik vandaan kom. Dat maakt de stap om hulp te zoeken nog groter. Toch heb ik dat uiteindelijk wel gedaan, twintig jaar terug. Ik heb in een periode van depressiviteit contact gezocht met een psycholoog. Die heeft mij super behandeld,

maar hij heeft nooit het onderliggende bereikt. Die mensen zijn ook geen tovenaars. Het zijn geen helderzienden. Het is aan jou om te zeggen: wat wil ik, waar loop ik tegenaan? Maar dat kun je niet aangeven. Het enige wat je weet is dat je je niet fijn voelt.'

Beheerder van strandhuizen

Ondertussen hopt hij van baan naar baan. In loondienst, een eigen bedrijf, om uiteindelijk campingbeheerder in Oostenrijk en Italië te worden. 'Maar dat verdiende eigenlijk te weinig.' Terug in Nederland valt zijn oog op een andere baan: beheerder van strandhuizen in Noord-Holland. Erik: 'Dát was het. Het was twintig minuten hiervandaan. Ik zat er heel erg op mijn plek. Maar ik bleek slecht in grenzen stellen. Soms was ik wel twintig uur op een dag in touw. Het ging goed, totdat ik dat bedrijfsongeval kreeg.'

Gebroken been en een zwaar verlies

Hij breekt zijn been, op een lelijke manier. Werken als strandhuisbeheerder is er niet meer bij. Erik moet langdurig thuis herstellen van de problemen met zijn been, in de periode dat zijn vrouw na een jarenlange ziekte net is overleden. 'Toen heb ik wel heel erg diep gezeten.' Een chronische darmziekte maakt dat hij levenslang aan de medicijnen vast zit. Ook dat nog.

Vechtlust

Een vroegere vriendin uit het Westland, met wie hij toevallig weer contact heeft, schiet te hulp. Ze helpt Erik bij het traject om letselschade te claimen, zorgt dat de plaatselijke Jumbo boodschappen aan huis brengt, regelt thuishulp. 'Daardoor kreeg ik mijn vechtlust weer een beetje terug.' Ook bij de hulpverlening komt hij weer in beeld. 'Toen de psycholoog die mij zou gaan helpen mijn dossier zag, zei hij meteen al: dit kán helemaal niet. Dit is een chronisch geval van onderbehandeling.'

Hechte band met mensen

Inmiddels is Erik zover dat hij zijn eigen situatie beter onder ogen kan zien. 'De laatste jaren heb ik pas een beetje geleerd wat er met mij aan de

hand is. Eenzaamheid is iets wat je zelf maakt. Het is subjectief. Iemand anders voelt zich misschien niet eenzaam als hij al een praatje met de postbode maakt. Door de therapie die ik nu volg ben ik me niet minder eenzaam gaan voelen, maar ik kan het wel beter begrijpen. Ik heb wel vrienden, maar vrienden op afstand. Ik heb juist heel erg de behoefte aan een hechte band met mensen. Ik probeer die eenzaamheid te doorbreken door een partner te zoeken. Maar dat is lastig. Als ik te sterk aan iemand ga hangen voelt het voor die ander te benauwend. En dan loopt die relatie weer stuk. Ik ben niet op een gezonde manier in staat een band aan te gaan.

Ik ben extravert, praat veel. Mensen zeggen wel eens: hoe kun jij nou eenzaam zijn? Maar ik voel die band niet.'

Hechtingsstoornis

De diagnose, na jaren van onduidelijkheid ('Was het ADHD? Autisme?') is alvast iets. 'Ik werk er hard aan, maar hoe draai je zo iets om, na 56 jaar? Ik ben bezig om het te accepteren. Het gaat mij lukken.' Met dank aan zijn hulptroepen kan hij stukje bij beetje de puzzel leggen. 'Ik was er één van een tweeling. Mijn broertje overleed vrij snel na de geboorte. We lagen beide apart in een couveuse. Fysiek contact met mijn moeder of broertje had ik niet. Op zo'n moment gaan ouders niet hechten aan een kind. Die redeneerden misschien wel: we zijn al één kind kwijt, laten we alsjeblieft maar niet te veel aan die andere gaan hangen. Zo is er een hechtingsstoornis ontstaan. Daar heb ik die verlatingsangst aan overgehouden, dat ik me altijd aan iemand wil vastklampen en ga overcompenseren. Maar daardoor bereik ik juist het tegenovergestelde van wat ik wil.'



Dit verhaal is aangeleverd door Nicolette van der Mark, communicatieprofessional die regelmatig voor Includio werkt.



*Elke buurt
een betere buurt*