

# 'Het was de kist in óf

Het was de bekende Asser, inmiddels overleden, zwer-  
ver Tokkel die hem aan het  
denken zette. "Peter, jij moet  
keuzes maken in je leven.  
Want anders ga je dood." De  
boodschap was niet aan  
dovemansoren gericht. Ba-  
rendsen kroop uit het diepe  
dal. Zijn levensverhaal staat  
in het boek *Beschadigd maar  
niet geknakt*.

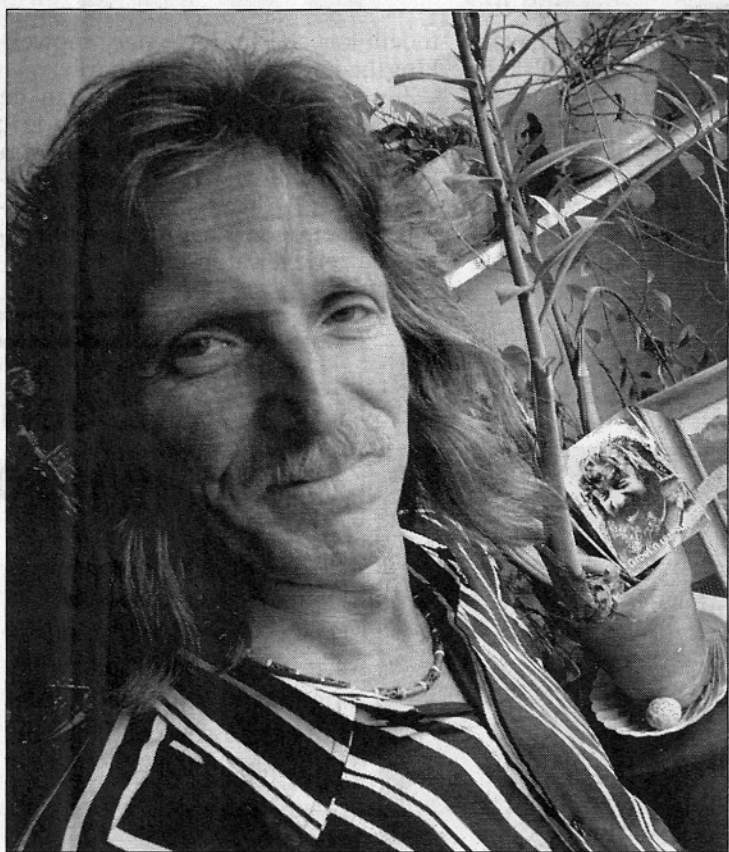
Door Marieke Kwak

**ASSEN** ■ Dertig jaar lang was  
hij verslaafd aan alcohol en  
een korte periode aan drugs.  
Hij raakte alles kwijt wat hem  
lief was: familie, vrienden,  
werk en uiteindelijk zijn huis.  
Maar die inktzwarte periode  
heeft Assenaar Peter Barend-  
sen (50) achter zich gelaten.  
"Negen jaar geleden heb ik de  
knop omgezet", zegt hij. "Het  
was óf de kist in óf het roer  
om."

Barendsen groeide op in een  
normaal gezin, met een juf als  
moeder en een ambtenaar als  
vader. Rond zijn twaalfde jaar  
ging het mis. "Er is iets ge-  
beurd waar ik liever niet over  
praat, wat een enorme impact  
op mij heeft gehad. Ik raakte in  
mezelf gekeerd. En toen ging  
ik op een dag een borrel drin-  
ken. Ik zag hoe de drank ande-  
re stille mensen vrijer maakte.  
De drank verdoofde mijn pijn.  
Heerlijk."

Daarna ging het bergaf-  
waarts. Barendsen deed de ho-  
recavakschool, maakte die ook  
af, en vertoefde in een wereld  
waar de drank voor het grijpen  
lag. Hij raakte verslaafd. Om-  
dat hij meer geld nodig had,  
haalde hij zijn laspapier en  
ging aan de slag op raffinade-  
rijen. Eerst als lasser, later als  
pijpfitter. Het laswerk kon hij  
niet meer doen omdat zijn  
handen te veel trilden.

Begin jaren negentig woog  
Barendsen nog maar vijftig kilo.  
Zijn maag verdroeg niets



Ex-dakloze Peter Barendsen in zijn huisje, waar hij onder meer foto's  
heeft neergezet van de overleden zwerver Tokkel en hemzelf op de  
Col d'Espinel in Frankrijk. "Dat ik die berg beklommen heb, is zo'n  
overwinning geweest voor mij. Ik ga er nog ieder jaar heen."

Foto: Hilbrand Dijkhuizen

meer, hij had hartproblemen,  
verlammingsverschijnselen  
en zijn geheugen liet het afwe-  
ten. Korsakov, luidde de diag-  
nose. Barendsen ging kliniek  
in, kliniek uit en werd officieel  
dakloos.

Uitgerekend een zwerper  
zette hem na vijf ellendige ja-  
ren, waarin hij geregeld over-  
last veroorzaakte, op het goe-  
de spoor. Tokkel, met wie hij  
vooral in de nachtelijke uren  
optrok, sprak de woorden: "Jij  
moet een keuze maken in je le-  
ven. Je hoort niet meer bij de  
gewone samenleving, maar je  
voelt je ook niet thuis tussen  
de zwervers. Als je zo doorgaat,  
ga je dood."

Tokkel zat er niet ver naast.  
Barendsen kreeg een hartstil-  
stand, die hij overleefde. De  
dokter sprak de harde woor-  
den: "Jij bent bezig te sterven.  
Je staat met één been in het  
graf." Barendsen overdacht  
zijn toekomst, met een laatste  
fles whisky erbij, en besloot  
dat hij een ander leven wilde.  
Maar hoe pak je zoiets aan? "Ik  
heb het geluk gehad dat ik bij  
de goede hulpverleners te-  
recht ben gekomen. Te vaak  
krijgen verslaafden een etiket  
opgeplakt en worden ze psy-  
chiatrisch patiënt. Met als ge-  
volg dat ze verslaafd raken aan  
de pillen. Dat wilde ik niet."

Barendsen ging naar ont-

# 'het roer om'

## Boek moet zorgen voor meer begrip

*Beschadigd maar niet geknakt*, geschreven door Marcella Kleine, is een uitgave van GGZ-WMO Drenthe. Het boek bevat verhalen van mensen die op wat voor manier dan ook in aanraking zijn gekomen met psychiatrie of verslavingszorg. Aan het woord komen onder anderen mensen met een vluchteling, een veteraan, een chronisch psychiatrische pa-

tiënt, een ex-verslaafde en een agressieveling. De initiatiefgroep wil met het boek laten zien dat psychische problemen iedereen kunnen overkomen. Zij hopen dat er meer begrip komt voor (ex-)psychiatrische patiënten. Het boek is te bestellen via initiatiefgroep.ggzwmo@web.nl of 06-30471473. De prijs is 12,95 euro exclusief 2,95 euro verzendkosten.

wenningskliniek De Nieuwe Skuul in Texel. "Ze doen daar niet aan symptoombestrijding, maar kijken wat de oorzaak van je gedrag is. Waarom drink je? Waarom help je jezelf zo in de vernieling?" Die aanpak werkte. De Assenaar kicke af, volgde de mbo-opleiding sociaal pedagogisch werk en heeft sinds januari een betaalde baan bij Verslavingszorg Noord-Nederland. Die doet hij naast zijn vrijwilligerswerk bij onder meer zelfhulpgroepen en het project *Help, mijn buurman verzuipt*. Hij woont weer in een eigen huisje.

"Dat was nog niet eens zo makkelijk. Je zit in een zwart gat als je de kliniek uit komt. Je hebt geen vrienden in de normale samenleving, weet niet hoe je met anderen moet omgaan en bent eenzaam. Daardoor komen je angsten terug. Ik werd knettergek, helemaal alleen in dat huisje. Zo gek dat ik weer naar buiten ging, om daar op een bankje te slapen. Gelukkig ging ik al vrij snel weer naar school en kreeg ik allerlei contacten, maar dat geldt niet voor iedereen. Het mooie is dat het contact met mijn familie ook weer is hersteld. Dat was zo ontroerend..."

## Omgangstips

Mensen die kampen met psychische problemen stuiten vaak op onbegrip in omgeving. In het boekje is daarom een hoofdstuk opgenomen met 'tips in de omgang met'.

Een greep:

-Sta er bij stil dat het in elke familie kan voorkomen dat iemand een psychiatrische beperking heeft of psychische problemen krijgt.

-Luister naar de ander en denk mee, zelfs wanneer je niet alles van de problematiek begrijpt. Probeer niet alles beter te weten.

-Gun mensen die het nodig hebben, de tijd om zich terug te trekken.

-Bied hulp bij praktische zaken. Leeg de brievenbus als iemand is opgenomen of geef de platen water. Breng iemand naar een afspraak als deze angstig of verward is en niet met het openbaar vervoer durft.

-Denk na bij wat u zegt. Een opmerking als 'jij hebt altijd vakantie' kan veel pijn veroorzaken.