



HARRY GROB (60) bleef met vier kinderen achter nadat zijn vrouw een einde aan haar leven had gemaakt. Het gezin viel al snel uit elkaar. „Ik hoop nog steeds dat het goed komt met alle kinderen.”

Door onze medewerker **Friederike de Raat** Foto **Eric Brinkhorst**

‘Pas na maanden drong tot me door dat ze er niet meer was’

Ik ontmoette Aukje in de trein. Ik weet de datum nog: 22 maart 1981. Ik was 22, zij 27. Ik studeerde aan de Pedagogische Academie in Groningen, waar ik in een kraakpand woonde. Zij was een kleuterleidster uit Ermelo en was per trein op weg naar Vroomshoop, waar haar moeder woonde. Ik vond haar meteen leuk. Nu weet ik dat het een therapeuten-tic is, om je aangetrokken te voelen tot mensen die hulp nodig hebben. Aukje bleek psychiatrisch patiënt en was al een paar keer opgenomen geweest. „Toen ik haar voorstelde aan mijn ouders, waarschuwde mijn vader mij. Of ik wel wist wat dat betekende, een relatie met iemand die al een paar keer een psychose had gehad. Maar ik was zo jong, zo naïef. En verliefd. Het is echt nooit bij me opgekomen om haar te verlaten. Liefde is *for better and for worse*, vind ik nog steeds.

„De eerste keer dat ik haar bezocht nadat ze weer een psychose had gekregen, was dat erg confronterend om te zien. Het was kort na onze kennismaking, ze zat toen weer in een inrichting. Het personeel had me voorbereid. Dat ze in een iso-leercel zat en niet meer zichzelf was. Nadat ik haar gezien had, heb ik, toen ik weer buiten stond, heel hard geschreeuwd, van pijn en verdriet. Ik had zoiets nog nooit meegemaakt. Ze was volledig van de wereld. Ze had een heel vreemde blik, je kon zien dat ze er niet was. Haar waanbeelden en de stemmen die ze hoorde, hadden altijd te maken met het geloof. Aukje kwam uit een streng gelovig gezin.

„Na drie maanden heb ik haar opgehaald uit die instelling en op de fiets, in een bloesemlaantje in Groningen, heb ik haar gevraagd: wat wil je nou, in die inrichting blijven of samen met mij genieten van het leven? Ze kwam bij me wonen in Groningen en het ging goed. In maart 1983 werd onze zoon geboren. Tien dagen later kreeg ze weer een psychose. Die duurde drie maanden. Met de kennis die ik nu heb, over haar ziekte, over het verloop van ons leven, denk ik dat we, ook als we toen beter hadden overwogen of kinderen een verstandige keuze waren geweest, toch nog steeds kinderen hadden gewild. Sterker nog, we droomden van zes kinderen, wonen op een boerderijtje, een zelfvoorzienend leven. Ik vond de wereld in het algemeen niet mooi en wilde een paradijsje creëren voor mijn gezin.

„Het bleek voorlopig de laatste psy-

chose van Aukje. Zeventien jaar lang ging het daarna goed. In die tijd kregen we nog drie kinderen. De geboorte van onze oudste zoon bracht wel een schrikreactie bij mij teweeg: nu moest ik nog iemand beschermen. Ik kreeg het idee dat dat zou lukken door veel geld te verdienen. Om die reden heb ik een jaar lang dure wijnen verkocht. Een van mijn klanten had vakantieparken in Duitsland en vroeg me om die villa's te gaan verhuren. Dat ging even goed, maar mislukte uiteindelijk. Ik was geen zakenman, vroeg te weinig provisie. Het werken in een vakantiesfeer en veel in het buitenland zijn was leuk, en ik kon mijn gezin onderhouden, maar het was te commercieel voor mij. Maar het zal ook misgegaan zijn doordat vakantie-huisjes verhuren gewoon niet mijn passie was.

„Medio 1983 verhuisden we van Groningen naar Vroomshoop. In 1990 ben ik het onderwijs in gegaan. Invalbaantjes in klassen waar anderen overspannen van werden, in het speciaal onderwijs. Dat was het dus ook niet. Vervolgens heb ik nog een half jaar als dealermanager voor een Amerikaanse grasmaaierfabrikant gewerkt. Ik verdiende bakken geld, maar werd ontslagen wegens een conflict met de baas.

„Ik dacht altijd dat ik alles aankon en iedereen kon helpen, maar op een gegeven moment was ik totaal uitgeput en zwaar overspannen. Dat was rond 1991. Ik werd zelfs deels afgekeurd. In de jaren daarna heb ik veel therapie en trainingen gevolgd, en traditionele en alternatieve behandelingen ondergaan, in Nederland en in het buitenland.

„Ik heb in die tijd fabelachtig goede hulpverleners meegemaakt, maar ook veel onzin aangehoord. Ik dacht: 'Dit moet anders en beter kunnen'. Zo ontdekte ik mijn passie: werken met mensen. In die tijd heb ik de basis gelegd voor het coachingsbedrijf dat ik nog steeds heb. Ik werk voor grote organisaties, zowel commercieel als overheid. 'Als 't nergens meer werkt, is er altijd Harry nog', is mijn reputatie.

„In 2000 ging het weer slechter met Aukje, ze kreeg opnieuw een psychose.

Leven

Harry Grob werd geboren in 1959. Hij deed de Pedagogische Academie in Groningen. In 1981 ontmoette hij Aukje, met wie hij drie zoons en een dochter kreeg. Hij heeft inmiddels ook een kleinzoon. In 2001 maakt Aukje een einde aan haar leven. Harry werkte achtereenvolgens als leerkracht, wijnverkoop, verhuurder van vakantievilla's, grasmachine-dealermanager en als docent in het speciaal onderwijs. Nu heeft hij al zo'n 25 jaar zijn eigen coachingsbureau.

Vorig jaar verscheen zijn boek *Laat je de kop niet gek maken*. Hij woont in Enschede.

De kinderen waren in de puberteit en dat gaf weleens conflicten. Waarschijnlijk was ook de overgang debet aan haar verslechterende gezondheidstoestand. Weer werd ze enkele malen opgenomen. Twee maal deed ze thuis een zelfmoordpoging. De tweede keer ontdekte mijn zoon haar, vreselijk. Ik heb haar toen gevraagd om nooit meer een poging thuis te doen, voor de kinderen. Het onbegrijpelijke is dat Aukje een heel sterke band had met de kinderen. Ze moet die zelfmoordpogingen echt onder invloed van stemmen hebben gedaan. Maar soms denk ik ook: ze had alles goed gepland, want vooraf heeft ze nog met veel mensen gesproken. Dat jaar zat ze veel in instellingen. Op 6 april 2001 heeft ze een einde aan haar leven gemaakt.

„Als zoiets gebeurt, beland je in een film. Ik herinner me dat ik achter de lijkwagen aanreed, met vier huilende kinderen, maar me eigenlijk niet realiseerde wat er was gebeurd. Het heeft drie maanden geduurd voordat het tot me doordrong dat ze er echt niet meer was. Ik had namelijk nooit gedacht dat ze écht een einde aan haar leven zou maken. Als ze bijvoorbeeld te veel medicijnen innam, liet ze tien pillen in het potje zitten. Ik dacht dat die pogingen wanhoopskreten waren. Achteraf denk ik: mijn geest blokkeren was mijn manier om er mee om te gaan. Ik heb vele malen haar kleding en boeken doorzocht of ik wellicht toch een afscheidsbrief vond. Tevergeefs.

„Na Aukjes dood heb ik mijn best gedaan om het gezinsleven zo leuk mogelijk te houden. We zijn naar Amerika geweest, ik kocht een oude Landrover, allemaal leuke dingen, als troost, als afleiding, als goedmakertje voor de schuldgevoelens die ik had omdat ik Aukje er niet van had kunnen weerhouden om een einde aan haar leven te maken. Ik hoopte dat haar tragische overlijden mij en mijn kinderen dichterbij elkaar zou brengen, maar het gezin viel al snel uit elkaar. Ik kreeg veel boosheid en onredelijkheid over me heen, maar dat snapte ik wel.

„Binnen anderhalf jaar woonden alleen mijn jongste zoon en ik nog thuis. Twee andere kinderen gingen studeren en één

kind moest wegens gedragsproblemen naar een opvanggezin.

„Ik hoorde vaak van mensen: 'Dat je nog overleefd staat...' Maar ik had de keuze tussen verbitteren of verbeteren. Ik probeerde door ons verdriet heen te manoeuvreren. Dat wil niet zeggen dat er geen momenten van intensief verdriet zijn geweest. Een paar jaar geleden nog heb ik heel hard gehuild. Dat was toen ik langs een vakantiehuis kwam waar we samen waren geweest. Kennelijk kan ik mijn verdriet de rest van de tijd een plekje geven. Maar ik heb er ook bewust voor gekozen om er niet in te blijven hangen. En door het contact met mijn cliënten en door te schrijven verwerk ik ook dingen.

„Mijn grootste angst is dat het met mijn kinderen ook slecht zal aflopen. Ze zijn deels erfelijk belast. Met twee van hen gaat het heel goed, maar de andere twee hebben ook regelmatig psychoses gehad. Een paar keer heb ik er helemaal doorheen gezeten. Dat was bijvoorbeeld toen iemand tegen me zei: 'Misschien komt het nooit goed tussen jou en je kinderen.' Dat deed veel pijn. Ik hoop nog steeds dat het goed komt met alle kinderen. Problemen van cliënten kun je loslaten, die van je kinderen niet.

„Toch ben ik gelukkig en dankbaar voor het leven dat ik heb. Ik kijk er nogal 'oosters' tegenaan: ik heb dit leven omdat ik kennelijk sterk ben. Het heeft me ook veel goeds gebracht. Ik kan nu mensen helpen, soms kan ik zelfs voorkomen dat ze in de psychiatrie belanden, dat is toch prachtig? Cru gezegd heb ik van mijn ellende mijn werk gemaakt. En het helpt natuurlijk dat ik een aartsoptimist ben die vooral de goede herinneringen bewaart. En het is niet allemaal binnen één jaar gebeurd, hè?

„In 2013 heb ik mijn huidige vriendin ontmoet. Een maand na onze ontmoeting kreeg ik enorme hoofdpijn. Ik zag bijna niets meer, had veel pijnstillers nodig. De arts dacht aan clusterhoofdpijn, maar het bleek een hersentumor van vijf centimeter. Na twee operaties gaat het nu weer goed. Ik werk wat minder, maar ik kan er oud mee worden. Ik behandel nu alleen nog individuele cliënten en geef geen trainingen meer. Vorig jaar heb ik de geboorte van mijn eerste kleinkind gevierd en de uitgave van mijn boek, *Laat je de kop niet gek maken*. Ja, op mijn zestigste kijk ik terug op een fijn en goed leven. Er waren dieptepunten, maar ik heb er wel heel veel uitgehaald.”

Praten over zelfdoding kan bij de landelijke hulplijn '113 Zelfmoordpreventie'. Telefoon 0900-0113 of www.113.nl

‘Ik kijk er nogal ‘oosters’ tegenaan: ik heb dit leven omdat ik kennelijk sterk ben’