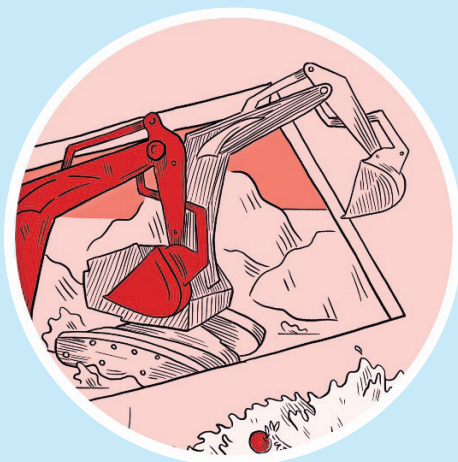


Trouw  
**deVerdieping**



**IN DE  
SEPARATEER**

*Verhalen uit  
de isoleercel*

# deVerdieping

**ISOLEERCEL** Patiënten beleven hun tijd in de isoleercel vaak heel verschillend. Waar Anita Hubner eindelijk rust vond, schreeuwde Jeroen Zwaal het een nacht lang uit. Slot van een drieluik.

tekst **Rianne Oosterom** illustratie **Gemma Pauwels**

## Verhalen van achter de loodzware deur van de 'separeer'

**A**ls Jeroen Zwaal even uit de isoleercel mocht om te luchten op de kleine binnenplaats van een ggz-instelling, vouwde hij zijn handen tot een kommetje en floot als een duif. Vanuit bomen of dakgoten in de verte klonk soms geroekoe terug. Als dat gebeurde was Zwaals dag goed, want hij had contact gemaakt met de buitenwereld. Daarna sloot de zware deur zich weer achter hem.

Achter de zwarte deur met het bloemengordijn was hij overgeleverd aan zijn eigen binnenwereld. De elf dagen die hij in de 'separeer' – zoals kleine afgesloten ruimte met alleen een matras, een deken en een po ook wordt genoemd – doorbracht, herinnert hij zich als een was vol verrukking en angst, als een vreemd continuüm in de tijd waarin hij zijn grip op de werkelijkheid volledig kwijtraakte.

Hij herinnert zich het gevoel van onmacht nog het sterkst. "Ik was zo ontzettend boos. Ik heb met het matras gesmeten en een hele nacht geschreeuwd, uit pure frustratie dat ik geen kant op kon. Toen ik eindelijk uit de isoleercel mocht, heb ik mijzelf vastgebonden met een theedoek, om aan te geven dat ze mij tegen mijn wil geketend hadden."

### Traumatisch

De isoleercel mag misschien klinken als een artefact uit het verleden, dat is niet het geval. Hoewel de meeste ggz-instellingen hun cellen graag zouden sluiten, lukt dat niet door personeelstekorten en een veranderde patiëntengroep, bleek vorige week uit onderzoek van Platform voor onderzoeksjournalistiek Investico voor *Trouw* en *De Groene Amsterdammer*.

Separeren is in de Nederlandse psychiatrie controversieel, allereerst omdat er geen wetenschappelijk bewijs is dat dit een effectieve maatregel is. Een behandeling in een kliniek moet in het algemeen een patiënt helpen een grotere mate van autonomie te bereiken, en dwang staat daar haaks op. Ook kan het verblijf in de isoleercel voor veel patiënten traumatisch zijn.

In 2008 schreef de inspectie voor gezondheidszorg al aan de toenmalige minister van volksgezondheid dat isolatie schadelijke gevolgen kan hebben voor de gezondheid: "De psychiatrische aandoening kan verergeren, er kunnen posttraumatische stressreacties ontstaan en het kan afbreuk doen aan de motivatie voor behandeling of aan het vertrouwen in de hulpverlening."

Als een patiënt bijvoorbeeld een psychose heeft (een toestand waarbij iemand zijn grip op de realiteit verliest, dingen ziet en hoort die er niet zijn en lijdt aan wanen), kan opgesloten zitten de angst voor dingen die niet werkelijk zijn versterken. Dan kan de afzondering die bedoeld is om rust te creëren, juist averechts werken.

Nederland staat internationaal bekend als land dat meer separeert dan andere landen, hoewel sommige wetenschappers dit betwisten. In ieder geval zijn de instellingen alhier niet de beste kinderen van de internationale klas. Daar komt nog bij dat het opsluiten van psychiatrisch patiënten in strijd is met het verdrag voor de mensenrechten voor gehandicapten van de Verenigde Naties.

### Psychose

Verhalen van patiënten over separatie blijven desondanks vaak binnen de vier muren van de isoleercel. "Je zegt niet even op een verjaardag dat je in de isoleercel hebt gezeten", zegt Anita Hubner (45). Zij heeft een bipolaire stoornis en kwam vijf jaar geleden in een beginnende

*'Je zegt niet even op een verjaardag dat je in de isoleercel hebt gezeten'*

psychose terecht in de isoleer op de Spoedeisende Psychiatrie Amsterdam, aan de Overtoom.

Ook Jeroen Zwaal (44), die in 2011 elf dagen in de isoleer van Pro Persona in Nijmegen zat, schaamde zich aanvankelijk voor zijn ervaring. "Als je in een isoleercel terecht komt, moet je wel héél gek zijn, denken mensen." Zwaal kwam in de separeer terecht toen hij tijdens een opname een zelfmoordpoging deed, staat in zijn dossier. Zelf herinnert hij zich dat hij een tas in de gordijnen hing.

Om hem tegen zichzelf te beschermen, besloot het personeel hem te isoleren. Volgens Zwaal was dat niet terecht, omdat hij zegt dat hij vooral verward was en zichzelf niet echt iets wilde aandoen. Daarom diende hij later een klacht in over zijn verblijf in de isoleercel,

zegt hij. "Maar het blijft hun woord tegen het mijne."

In de isoleercel keek hij eindeloos naar buiten, waar twee graafmachines een geul groeven. In zijn psychose zag hij in het zwiepen van de armen en het optillen van de grond een balletvoorstelling. Hij glimlachte als hij eraan terug denkt. "Het klinkt raar, maar ik dacht op dat moment: dit is een cadeau van de wereld aan mij."

Maar zo licht als de balletvoorstelling achter het raam voelde, zo zwaar waren zijn andere ervaringen binnen de vier muren. Hij had wanen waarin het Amerikaanse leger het op hem gemunt had, hij dacht een tijdje dat hij dood was, en wist even heel zeker dat hij het voorste deel van een lichtstraal was, een verantwoordelijkheid die hij niet wilde dragen. Die hem angst aanjoeg.

Op een helder moment tussen zijn wanen door realiseerde Zwaal zich dat er krijtverf zat op de zwarte deur waar hij al de hele tijd tegenaan keek. Hij vroeg de verpleging om een krijtje en begon te tekenen: een reeks olifanten, mannetjes, vrouwtjes, abstracte golfbewegingen, sommen, hijzelf en zijn dochter, een appelboom, kruisen. In elf dagen maakte hij twintig tekeningen.

"Hoe ziek ik ook was, het voelt niet alsof een vreemde die tekeningen heeft gemaakt. Ik heb er elke dag foto's van gemaakt, als ik mijn telefoon even mocht bekijken. Eerst durfde ik er niet naar te kijken, zat ik in een rouwproces vol schaamte, maar in de jaren daarna ben ik dankbaarder geworden: dit is mijn echte rapportage, het verslag van wat er in mijn hoofd gebeurde in de isoleercel. Er zit zo veel in", zegt Zwaal.

Het tekenen hielp Zwaal om zijn tijd in de isoleercel uit te zitten. "Ik herinner mij een sterk gevoel van alleen zijn. Ik had juist troost nodig op dat moment. Omdat ik werd opgesloten, ging ik in de overlevingsmodus. Ik was alleen maar bezig met zorgen: hoe kom ik hieruit. Ik had op dat moment juist behoefte aan iemand die naast mij kwam staan."

### Gedwongen medicatie

De ervaringen van patiënten met een isoleercel verschillen, blijkt uit het weinige onderzoek dat in Nederland verricht is. Een studie onder enkele tientallen adolescenten, laat zien dat als zij mogen kiezen tussen separatie of gedwongen medicatie, toch meer dan de helft liever wordt geïsoleerd.

De wetenschappers, die hun artikel in 2016 in het *Tijdschrift voor psychiatrie* publiceerden, zeggen daarom ook dat beleidsmakers niet enkelzijdig isoleren moeten stoppen, maar ook

voorkeuren van patiënten, die per doelgroep verschillen, moeten onderzoeken en meewegen.

Waar Zwaal een nacht lang schreeuwde uit wanhoop, vond Anita Hubner juist in de isoleercel de rust die ze op dat moment nodig had. Een periode van overspannenheid en een conflict op haar werk daarbovenop zorgde ervoor dat ze in een crisis belandde. Nadat ze haar bezorgde vrienden hardhandig de deur uit had gezet – ze hoefde geen hulp – kwam de politie langs.

Een agent vroeg, heel rustig en belangstellend: "Mevrouw: hoe gaat het met u?" Hubner barstte in tranen uit. Ze kon alleen maar zeggen: "Ik ben zo ontzettend moe." Ook al droeg ze haar huispyjama, de aardige agenten konden haar bewegen mee te komen naar het bu-

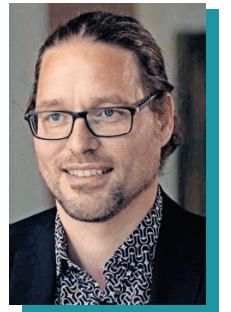




## ISOLEERCELMONOLOGEN

Anita Hubner en Jeroen Zwaal reconstrueerden voor *Trouw* wat zij precies dachten en deden toen ze in de isoleercel zaten. Wat voor wanen ze hadden, waar ze bang voor waren, hoe het was om te worden opgesloten. In de 'isoleercelmonologen', twee **podcastfragmenten** die in de online versie van dit artikel staan, vertellen zij over hun ervaringen alsof ze weer binnen vier muren zitten. Zo willen ze luisteraars en ook zorgverleners een kijkje in het hoofd van een psychotische patiënt geven – juist omdat zij merken dat mensen zich

er weinig bij kunnen voorstellen. Zwaal en Hubner, beiden zelfstandig ondernemer, zetten zich als ervaringsdeskundigen in om het stigma op psychische ziekten te verminderen. De online versie van dit artikel en ook de eerdere delen van de serie over de isoleercel, zijn te vinden via [trouw.nl/iso-leercel](https://trouw.nl/iso-leercel). Verslaggeefster Rianne Oosterom praatte met Jeroen Zwaal door over zijn monoloog in de podcast 'Trouw: Achter de schermen', die via de bekende potkastkanalen is te beluisteren.



reau. Daar werd ze in een cel gezet, tot de ambulancebroeders er waren om haar naar de ggz-instelling te brengen.

Hubner realiseerde zich in de cel dat het vrijdag was, de dag dat ze altijd yogales had bij Johan Noorloos in De Jordaan. Ze deed daarom zelf wat oefeningen op de kale celvloer. Daar sloop het idee haar hoofd in dat ze een engel was. Samen met haar yogadocent vloog ze naar de hemel, waar de engelen haar weer terugstuurden: "Jij hebt nog zoveel moois te brengen aan de wereld", zeiden ze.

### Eindelijk rust

Die gedachte zette door toen ze in de isoleercel werd gestopt. Een lange, vriendelijke verpleegkundige bracht haar erheen. "Ik dacht: eindelijk rust, en oh, een zacht matras! Alleen

lukte het niet om te slapen, doordat er een streep licht onder de deur kwam. Ik heb veel gelegen, maar ook geïjst. Alles liep door elkaar in mijn hoofd, alsof ik in een absurde film was beland."

Waarom Hubner op dat moment überhaupt in de isoleercel werd gezet, is niet helemaal duidelijk. Het kan te maken hebben met het feit dat haar vrienden zeiden dat zij agressief was toen zij aan de deur kwamen, of dat zij er vooral in werd gezet om haar een 'time-out' te geven na de nacht in de cel en de verwachting bij haar thuis.

Later oordeelde de rechter dat de opname niet correct is verlopen. Als een patiënt gedwongen wordt opgenomen, moet een rechter beslissen of iemand terecht van zijn of haar vrijheid is beroofd. Na drie dagen zat Hubner

daarom vrijwillig op de 'vrije afdeling'.

Desondanks herinnert Hubner zich de periode in de isoleercel – het moet zo'n 24 uur geweest zijn – niet als vervelend. "Ik vond de rust terug waar ik die hele periode daarvoor naar op zoek was. Ik vond veiligheid, de nabijheid van mensen." Ze mocht zelfs naar de wc toen ze daarom vroeg, omdat ze niet op de kartonnen po wilde.

Een keer ging het mis. Hubner werd heel boos toen een jonge arts, die haar kwam bekijken zei: "Ik heb gehoord dat het niet goed met u gaat, dat hebben uw vrienden aangegeven." Hubner: "Er is heel veel te winnen in hoe je verwarde personen aanspreekt: Les één: zeg nooit dat het niet goed met ze gaat, want dat geloven ze zelf op dat moment niet. Je moet eerder luisteren, een kop thee zetten."

Die nabijheid van een ander, waar Hubner aan refereert, daar had Zwaal ook behoefte aan. Contact, zoals hij dat zocht met de vogeltjes. Hij herinnert zich dat een verpleegkundige zei: "Ik zie dat je verdrietig bent." Toen hij reageerde met "Ja, en je bent te laat, het hoeft al niet meer", vertrok ze. "Waarom kwam ze niet naast mij zitten of haalde ze een glaasje water?", zegt Zwaal.

Zwaal kijkt niet alléén negatief terug op zijn verblijf in de isoleercel. "Ik ben daar de boosheid die ik had opgekropt kwijtgeraakt. Maar het was fijner geweest om dat op een andere plek te doen, bijvoorbeeld midden in een bos in Noorwegen. Zet wat eten neer, zorg dat er een begeleider in de buurt is, stel mij bloot aan weer, wind en kou; dan voel ik dat ik het ben. Zó'n isoleercel zou ik wel willen."