

# BRAM BAKKER

Psychiater Bram Bakker (55) buigt zich elke maand over onze geestelijke gezondheid.

## Blij met Gordon

**D**e afgelopen zomer kreeg mediaster Gordon weer eens heel veel aandacht. De reden was een andere dan gebruikelijk: hij had uit zichzelf laten weten dat hij in een verslavingskliniek zat. Wat hem daartoe had aangezet werd niet precies duidelijk, maar het riep veel op. De reacties op zijn ontboezeming dat hij het gebruik van drank en drugs niet meer onder controle had, liepen sterk uiteen, van 'dapper' tot 'aandachtsgeil'. Ik reken mezelf tot de sympathisanten. Niet vanwege Gordon als persoon, daar mag iedereen van alles van vinden. Ik steun deze *coming-out* vanuit de overtuiging dat het belangrijk is dat juist ook beroemdheden hun zwakke kanten durven te openbaren.

We fantaseren met zijn allen graag dat rijk en bekend worden de weg is naar het ultieme levensgeluk, maar dat is niet waar. Er is zelfs een Amerikaans onderzoek geweest dat aantoonde dat de *rich and famous* vaker verslaafd of depressief zijn en gemiddeld ook eerder overlijden, niet zelden door een overdosis of zelfmoord. Michael Jackson, Prince, Whitney Houston, Kurt Cobain: het is een lange lijst. Voor gewone stervelingen is het troostrijk als juist die bekende mensen open durven te zijn over hun zwakke kanten. De positieve talenten krijgen vanzelf aandacht, daar dankt men de status aan, maar hoe mooi is het als iemand ook oprecht voor zijn zwakheden uitkomt? De mensen die wij vaak bewonderen, zijn rolmodellen. Maar in het gunstigste geval niet alleen positieve: ze hebben misschien speciale talenten, maar ook 'gewone' zwakheden. Vanwege mijn beroepsgeheim zal ik nooit een naam noemen, maar je zou schrikken als je de lijst BN'ers

zou zien die ooit een beroep op me deden. Op de vraag of ze iets zouden willen vertellen over hun kwetsbare psyche was bijna altijd het antwoord: "Dat kan ik me in mijn positie niet veroorloven." Het treurigst vond ik een geval van seksueel misbruik van een jonge vrouw door een hulpverlener.

### Het is goed dat BN'ers hun kwetsbaarheden laten zien

Uit angst voor reputatieschade weerhield haar bekende vader haar van aangifte... Iets minder heftig, maar nog steeds gênant: een profvoetballer die door club en spelersmakelaar een verbod krijgt opgelegd om publiekelijk iets te zeggen over zijn depressies. "Daar ga je op het veld nog jaren last van krijgen, van de teksten die van de tribune zullen komen." Een aanname, en zo verandert er in ieder geval niets. Zoals er in die sport ook al onwaarschijnlijk weinig homoseksuele mannen actief lijken te zijn... Laten we ons vooral beperken tot de conclusie die voor iedereen geldt: uiteindelijk zijn we allemaal gewone stervelingen en is niets menselijks ons vreemd. Zwakheden zeker niet, en dat geldt evengoed voor de ogenschijnlijk succesvolle individuen. Daarom ben ik blij dat Gordon alle verslaafden een hart onder de riem stak, of dat bijvoorbeeld het Engelse koningshuis psychische kwetsbaarheden bespreekbaar durft te maken. Er zijn gelukkig meer voorbeelden. Maar het kan niet genoeg gezegd: bij iedereen ligt altijd de psychische kwetsbaarheid op de loer.



BRAM BAKKER  
F