

Jan Kleene: 'Het went nooit' Manisch depressief bipolair pieken dalen. Uitgeverij Boekscout, Soest 2015 ISBN: 9789402220322 (Bipolaire stoornis/ Manisch depressief/ ED)Zie ook www.boekscout.nl

Soort boek/ziekte stijl:

"Ik kom uit Giethoorn en lijd al veertig jaar aan manische depressies, ook wel bipolaire stoornis genoemd. Dit werd als een taboe gezien, maar ik ben de schaamte voorbij. In mijn jongste jeugd was de ziekte nog niet zichtbaar. Vanaf mijn pubertijd werd mijn leven gekweld door pieken en dalen. Er zijn vooroordelen en ik voelde mij onbegrepen. Ik wil alles met u delen en heb dat verpakt in een boeiend verhaal." (Boekscout.nl)

In dit boek van 178 pagina's beschrijft Jan Kleene zijn leven met manische depressie. Hij gaat uitgebreid in op zijn gelukkige jeugd te Giethoorn, nog zonder last. Op de periode op de Havo waar hij na drie jaar veranderde van een jongen met last van manische depressie. Op zijn volwassen en persoonlijk leven en hoe en wanneer hij niet kon functioneren. Ook licht hij toe hoe medicijnen, opnames, therapie en therapeuten hem al dan niet geholpen hebben.

Over de schrijver:

Jan Kleene (1959)groeide op in Giethoorn in een warm gezin met zonen en een vader die gek waren van voetbal. Zijn vader, broers en Jan waren vaak op de voetbalvereniging te zien: *'Ik ben praktisch op het voetbalveld van de vereniging opgegroeid.'*

Tussen zijn vijftiende en vijfendertigste begreep hij zelf niets van zijn gedrag en zijn omgeving ook niet. Hij wist niet wat hem mankeerde, had ook geen hulp of begeleiding. Die kwam pas later.

Na drie Havo ging hij naar vier Mavo en daarna werken toen hij voor zijn eindexamen Mavo was gezakt. Dat werken deed hij al in de Horeca en daar ging hij volledig werken, totdat dat niet meer lukte. Hij belandde in een uitkering. Met behoud van uitkering kon hij werken en tegelijk een opleiding voor Sociaal Pedagogisch Werker volgen die hij met glans afmaakte. Maar ook daar werken liep door de ziekte weer fout. Nu is Jan Kleene schrijver: hij heeft twee boeken geschreven: dit boek en een thriller die zich afspeelt in Giethoorn. Daarnaast neemt op verschillende manieren deel aan het Giethoornse dorpsleven en doet en deed veel vrijwilligerswerk voor de Giethoornse gemeenschap en voetbalclub SV Giethoorn.

Kleene is getrouwd met Bonny van Staf (zijn houvast), heeft drie kinderen en twee kleinkinderen.

Korte beschrijving:

"Ik zal u in dit boek vertellen over wat ik tot nu toe met mijn geschenk heb gedaan. U zult zien dat ik heel erg diepe dalen en zeer hoge pieken heb beleefd. Artsen zeggen dat ik manische depressief ben, ook wel bipolaire stoornis genoemd." (Pag. 7)

Jan Kleene vertelt smakelijke belevenissen uit zijn jeugd in het dorp Giethoorn. Hij licht daarna toe hoe hij in drie Havo, gedurende de pubertijd, in een persoon met stemmingswisselingen veranderde, soms schuw en teruggetrokken, dan weer manisch, druk. Over die tijd schrijft hij: *'Ik vind dat de spreuk redeloos, radeloos en reddeloos zeer op mij van toepassing is'* (pag.48).

Na doublering van drie Havo gaat hij naar vier Mavo. Hij zakt voor het eindexamen en gaat werken in de Horeca. Hij beschrijft hoe hij Bonnie leert kennen en zijn 'volwassen' leven verliep: in 1983 trouwt hij met Bonny en worden respectievelijk Daantje, Marietje en Bassie. Er volgde een eerste opname op de PAAZ omdat Jan meer last kreeg van depressie en manie, waardoor hij o.a., na een ongeluk met een auto, op de intensive care belandde, en er voor zijn leven gevreesd werd. Er volgden meerdere opnames als gevolg van de bipolaire stoornis waardoor Jan dan weer heftig depressief was (ook een keer suïcidaal, dan weer manisch. Het werken in de Horeca kan hij niet volhouden en hij belandt in een uitkering. Hij gaat na een tijdje werken met jongeren en de opleiding tot sociaal pedagogisch werker volgen: het diploma behaalt hij met glans. Maar ook hier kan hij niet blijven werken door zijn aandoening.

Jan Kleene licht zo in dit boek toe hoe de aandoening zijn persoonlijke leven, schooltijd, gezinsleven, werk, vrije tijd heeft beïnvloed en wat hem op de been hield: zijn familie en het Giethoornse leven waarbinnen hij veel vrijwilligerswerk deed. Hij beschrijft hoe zijn stemmingen waren en wat er gebeurde als die aanwezig waren: hij ging van sombere, naar halleluja stemmingen, waarin hij dacht de hele wereld aan te kunnen, overal tegelijk wilde zijn en van alles doen wat hij niet waar kon maken. Daarnaast bespreekt hij zijn hulpverleners, psychiaters met wie het al dan niet klikte, gaat in op opnames op de PAAZ, binnen de psychiatrie, therapie en groepstherapie, et cetera onder andere in het hoofdstuk getiteld 'Psychiaters, psychologen, therapeuten, pillen, PAAZ en BOR.'

Aan het eind van het boek gaat hij in hoofdstukken in op hoe het nu met hem gaat, wat zijn daginvulling is en wat Bonnie, kinderen, kleinkinderen, familie en de gemeenschap Giethoorn voor hem betekenen. En dat is veel, ook al gaat de ziekte nooit over.

Wat viel op:

- Het boek is doorspekt met ervaringen uit Jan's leven dat zich grotendeels afspeelt in Giethoorn, waar hij is geboren, getogen en ook weer woont. Ook leuk om te lezen.
- Hoe zeer de bipolaire stoornis zijn leven heeft beïnvloed.
- Hoe Jan spreekt over zijn manische perioden die hij als plezierig ervoer, maar de terugval daarna.
- Dat hij oog heeft voor het effect van zijn manier van in het leven staan op zijn omgeving, maar er maar beperkt wat aan kan doen.
- Dat medicatie wat kan helpen en inzichten ook.
- Hoe kleinkinderen hem helpen en hij nu beter in het leven staat.

Citaten:

Pag.6 : 'Ook heeft mijn ziekte mijn omgeving soms tot wanhoop gedreven. Nu ik 56 jaar ben besef ik ook wat ik hen heb aangedaan. Ook besef ik dat ik hier niet al te veel aan kan doen, mijn ziekte is immers aangeboren. Wel zet ik mij in om het leed te verzachten door talloze soorten van medicatie te nemen om zowel de depressies als de manies de kop in te drukken. Daarnaast is hulp van een psychiater en een legertje van psychologen ofwel therapeuten onontbeerlijk.'

Pag.10: 'De hulpverleners hebben mij mede gevormd. Ik heb geleerd dat anderen niet altijd zo negatief naar mij kijken zoals ik naar mezelf kijk.'

Pag. 17: 'Als jochie verkochten we voor de winkel van meneer Lekker stoezebolten (lis-dodden) voor twintig cent per bos. We oogsten ze zelf rondom het Molengat.'

Pag.41: 'Bij alles wat ik meemaakte in het dorp had ik nooit last van sombere gedachten of uitbundige uitspattingen.'

Pag.49: 'In heel Giethoorn heb ik nog nooit iemand gekend die dezelfde ziekte had. Had ik maar iemand gehad die mijn gevoelens herkende. Een tijdje geleden heb ik een wandeling in Twente gemaakt met de vereniging voor manisch depressieven. Dit was een feest der herkenning, maar sommigen gingen mij te veel de diepte in met verhalen over zelfmoord en andere narigheid.'

Pag.57: 'Sinds vast staat dat Bonny een ernstige vorm van COPD heeft en onlangs nog drie weken in het ziekenhuis heeft gelegen, is het mijn beurt om haar te verzorgen. Ik doe het met liefde en het is voor mij een soort pay back time.'

Pag.124: 'Weer een periode uit mijn leven afgesloten en weer een heleboel lieve mensen achtergelaten. Mijn ziekte gaat nooit over.'

Pag.146: 'Wat betekent mijn gezin voor mij? Heel veel, na mijzelf het belangrijkste op de hele wereld. Zonder hen ben ik onthand en raak ik de weg kwijt.'

Pag.149: 'Psychiaters en psychologen zijn net mensen, je kunt ook gewoon een gesprek met ze voeren. Wel zullen ze altijd afstand houden, eenmaal had ik een hulpverlener die wel vriendschappelijk met mij omging, maar dat heeft hij dan ook onmiddellijk afgekapt.'

Pag. 159: 'Sinds een tijdje volg ik ook weer groepstherapie, gewoon om stabiel te worden, aan therapie heb ik meer aan dan pilletjes.'

Zie ook: http://www.boekscout.nl/shop/.aspx/Het_went_nooit_-_Manisch_depressief_bipolair_pieken_dalen_Manisch_depressief_bipolair?bookId=6048

Recensies/Extra:

http://www.rtvoost.nl/verhalen/default.aspx?nid=222335&cat=889&_ga=1.114024580.2065104821.1453208610

<http://www.steenwijkercourant.nl/nieuws/regio/407155/jan-kleene-schrijft-boek-over-manische-depressies.html>

<https://nl-nl.facebook.com/rtvoost/posts/10153250135951061>

<http://www.destentor.nl/regio/steenwijkerland/giethoorn-decor-van-moord-in-thriller-van-jan-kleene-1.5619928>