

‘PSYCHISCHE AANDOENINGEN MOETEN BESPREEKBAAR WORDEN OP DE WERKVLOER’

Bijna twee miljoen Nederlanders hebben een psychische handicap, zoals een depressie of persoonlijkheids-, angst- of paniekstoornis. Toch is dit onderwerp nog vaak onbesproken op de werkvloer. Daar moet verandering in komen, vindt het CNV, mede dankzij het manifest ‘Psychische Diversiteit Werkt’. *Tekst: Meike Bergwerff*


Het taboe op psychische aandoeningen doorbreken, met hulp van zowel vakbonden als ondernemingsraden en werkgevers. Dat is het doel van het manifest dat zes ingrediënten bevat die moeten bijdragen aan een grotere bekendheid, meer begrip en

openheid over psychische aandoeningen.

ONDERSCHAT

Jan de Vries, voorzitter van CNV Connectief, denkt dat de proble-

matiek waar veel werknemers mee kampen, onderschat is. ‘Bij vakbonden en ondernemingsraden is onbekend hoeveel mensen met psychische klachten of problemen rondlopen.’ Tegelijk heerst er een taboe op het onderwerp, denkt hij. ‘Een fysieke beperking is zichtbaar en herkenbaar, psychische problemen zijn dat niet. Daarom komt het moeilijker op de agenda van de werkgever. Dus is het goed dat we dit manifest ondertekenen. We nemen onze verantwoordelijkheid.’ Dankzij de commissie Diversiteit is het onderwerp op de agenda gekomen bij de vakbond. Margriet Janssen-Stol zit in die commissie vanuit de sector Onderwijs van CNV Connectief en is betrokken geweest bij het ontwikkelen van het manifest en bijbehorend rapport. ‘We zijn er al bijna drie jaar mee bezig. We lazen steeds meer over het onderwerp en de cijfers die bekend zijn over psychische aandoeningen.’ Daarom werd er een rapport geschreven over het onderwerp, om de aandacht te vergroten. Dit werd vervolgens op het jaarcongres van de commissie in samenwerking met Samen Sterk



Velen hebben geen idee wat een psychose of depressie inhoudt. Of wat de verschillen zijn.

zonder Stigma, een initiatief van directeuren uit de GGZ, toegelicht. 'Die samenwerking heeft ook onze ogen geopend', zegt Janssen-Stol. 'We begonnen na te denken over hoe je met deze klachten om moet gaan, ook op het werk.'

AMBASSADEURS

De ervaringsverhalen van ambassadeurs die vanuit Samen Sterk zonder Stigma aanwezig waren op het jaarcongres, overtuigden De Vries nog meer. 'Deze groep van ambassadeurs bestaat niet alleen uit mensen met een handicap, maar ook uit hun naasten of beroepskrachten. Zij proberen de vooroordelen en stigmatisering rondom psychische aandoeningen te doorbreken.' Zo ook Karin den Oudsten. Twintig jaar geleden, na haar eerste bevalling, kreeg ze een depressie. Na haar tweede bevalling werd ze acuut psychotisch, met een opname als gevolg. 'Ik heb altijd goede banen gehad bij multinationals. Bij mijn terugkomst werd ik op een respectvolle manier begeleid door de bedrijfsarts en kon ik mijn werk weer oppakken.' Maar jaren later, nadat Den Oudsten werd ontslagen wegens boventaligheid, was er minder begrip. 'De plotselinge stress zorgde voor symptomen van een beginnende psychose. De bedrijfsarts was inmiddels met pensioen, de nieuwe luisterde amper naar mijn verhaal. Hij vertelde me dat ik moest afvallen en moest gaan sporten. Dan zou het allemaal goed komen.' Haar psychische gezondheid ging achteruit in de maanden die volgden en Den Oudsten nam zelf het besluit om per

direct te stoppen met haar werk. Ze liet zich omscholen en geeft nu gastlessen aan kraamverzorgenden, studenten Verloskunde en hbo-verpleegkundigen in diverse medische centra. Ook begeleidt ze vanuit haar eigen praktijk mensen met psychische klachten. Ze wil met het ambassadeurschap de onwetendheid over het onderwerp wegnemen. 'Velen hebben geen idee wat een psychose of depressie inhoudt. Of wat de verschillen zijn.'

BEWUSTWORDING

Herman Ploem, kaderlid van de sector Overheid bij CNV Connectief, zat in de klankbordgroep van het onderzoek. Die groep moest uitzoeken wat de ondernemingsraden en vakbonden al doen met het onderwerp. Ploem vindt bewustwording creëren het belangrijkste doel van het onderzoek en manifest. 'Je wilt mensen niet pushen, maar wel kennis stimuleren. En vooral geen botte aanpak hantieren.' Hij hoopt dat het manifest zal bijdragen aan meer openheid over het onderwerp in de samenleving. 'Het besef dat iedereen anders is en we daar begrip voor moeten hebben.'

Op de werkvloer zijn tegenwoordig artsen en maatschappelijk werkers, aldus Ploem. 'Mensen die een burn-out of depressie hebben gehad, kunnen daarna soms weer aan het werk en zijn dan van toegevoegde waarde.' Dat benadrukt ook ambassadeur Den Oudsten. 'Werken na het doormaken van psychische klachten geeft structuur. Een psychose betekent niet dat je geen talenten meer hebt.'

De werkgever moet aangespoord



worden, aldus Janssen-Stol. 'Zorg voor trainingen, zet de bedrijfsarts in. Je moet mensen vooral aan het werk laten gaan en niet stigmatiseren met een stempel. We zijn met z'n allen verantwoordelijk voor het functioneren van elkaar, dus moeten we ook gezamenlijk de draaglast verminderen.'

VERSCHILLEN

Volgens Ploem wordt met het nieuwe werken de menselijke maat teruggebracht in organisaties en is er meer oog voor diversiteit en andere culturen. 'Menselijker met elkaar omgaan, respect hebben voor elkaar. Het past ook bij het



Foto's: Shutterstock

Toch blijft het voor velen moeilijk om bij hun baas aan te kaarten dat er iets aan de hand is.

CNV dat iedereen mee mag doen.' Toch blijft het voor velen moeilijk om bij hun baas aan te kaarten dat er iets aan de hand is. Dat weet Petra Palstra, die boekhoudkundige functies bekleedde, maar al te goed. 'Ik hoorde op mijn dertigste dat ik autisme heb, maar ik wist altijd wel dat er iets was.' Ze had depressie-gerelateerde klachten en piekerde veel, maar wist niet waar het vandaan kwam. 'Ik heb lang gedacht dat je alleen hulp mocht vragen als je gek was, maar uiteindelijk heb ik het toch aangepakt.'

In eerste instantie schrok ze van de diagnose. 'Ik verwachtte het niet en daarom had ik er in het begin

wel moeite mee. Ik was zelf mijn aandoening aan het stigmatiseren en dacht: ik ga nooit mensen leren kennen. Maar ik moest er zelf mee aan de slag.' Met de tijd groeide de acceptatie. Nu, als ambassadeur van Samen Sterk zonder Stigma, wil ze bijdragen aan de informatievoorziening over psychische aandoeningen. 'Er is veel onbegrip over autisme, hoor ik ook van mensen waarmee ik praat, en dat is jammer. Daar wil ik iets aan doen.'

VERDER VERDIEPEN

Zowel De Vries als CNV Vakcentrale-bestuurder Willem Jelle Berg hopen dat het manifest, en vooral

het onderwerp, gaat leven op de werkvloer. 'Het moet bijdragen aan bewustwording en onze leden uitnodigen om zich er meer in te verdiepen', zegt De Vries. Dat kan bijvoorbeeld met workshops. 'Als het bewustzijn en de kennis bij ons allen wordt vergroot en er geen taboe meer is, hoop ik dat collega's met psychische aandoeningen dat ook gaan merken.'

Het manifest is een eerste stap. 'We gaan nu kritisch kijken naar hoe we afspraken maken in diverse cao's. Krijgt diversiteit, waaronder ook psychische, daarin een plaats? 'Dat inventariseren we nu. Psychische diversiteit moet daarom ook meer bekend worden bij onze onderhandelaars', zegt De Vries. 'Deze veranderingen vragen om een nieuwe cultuur in de organisatie wat betreft het sociaal beleid, aldus Berg. 'Het draait om de gemeenschap die een werkor- ganisatie is, of het nu een school, de brandweer of de thuiszorg is. We moeten mensen niet afschrijven als ze het even wat moeilijker hebben.'