



## De zondebok

Ik ga met de lift naar de eerste etage en zoek mijn passagier op in het gezellige restaurant. Sinterklaas heeft het land nog maar nauwelijks verlaten en de Kerstman heeft zijn intrede gedaan. In de hoek staat een grote kerstboom, de dennengeur komt je tegemoet. In de boom alleen sfeervolle verlichting en een grote zilverkleurige piek getooid met belletjes. Er is dit jaar democratisch besloten een 'Wensboom' te plaatsen. Naast de boom staat een klein tafeltje met daarop een kistje. Daarin liggen rode, groene en witte hartjes, aan elk hartje een goudkleurig lintje. De bewoners kunnen hun wens kenbaar maken, het hartje in de boom hangen en dan maar hopen dat het uitkomt.

Mijn passagier zit alleen aan een lange tafel voor de liefhebbers die zin hebben in een bakje troost. Aan een grote ronde tafel, schuin achter haar, zitten al meerdere ouderen te genieten van de vers gezette koffie. Ze zijn druk in gesprek totdat ik mijn passagier benader. Er klinkt nog wat geroezemoes, vreemd sfeertje, er hangt hier iets in de lucht, mij bekruipt een beetje een unheimisch gevoel.

Als mevrouw opstaat, neemt het volume van het geroezemoes toe, ik krijg het gevoel dat er over haar geroddeld wordt. Ze probeert het groepje te negeren, dat lukt maar deels, de reactie is niet mals; als blikken konden doden...

We verlaten het restaurant, de bus staat voor, het trapje alvast naar beneden geklapt, maar ze wil graag voorin zitten en vraagt of dat mag. Dat is natuurlijk geen probleem. Mijn gast zit nog maar nauwelijks, of ze slaakt een zucht van verlichting en begint te vertellen: "O chauffeur, wat ben ik blij dat ik hier weer even weg ben, even rust, wat een ellende." Mijn vermoeden wordt bewaarheid, hier komt nog een heel verhaal achteraan, een luisterend oor is dikwijls van onschatbare waarde.

Ze vervolgt: "Chauffeur, ik zit opgesloten in een open inrichting, het is voor mij een luxe gevangenis, het spreekwoord zegt: 'Wijsheid komt met de jaren'. Je zou verwachten dat ouderen beter zouden moeten weten, maar in meerdere verzorgingshuizen en zorgcentra komt pesten onder de inwonende ouderen voor. Het gaat heel ver, ik heb er slapeloze nachten van. Ik word genegeerd en buitengesloten, soms wordt mij de weg geblokkeerd met een rollator. De lift gaat soms vlak voor mijn neus dicht, voor mijn voordeur vind ik regelmatig uitgelezen kranten en reclamefolders. Als één van de bewoners jarig is worden er, in mijn bijzijn, met opzet luidruchtig medebewoners uitgenodigd voor de koffie met gebak, maar mij wordt niets gevraagd. Het zijn allemaal schrijnende voorbeelden die aantonen dat pesten niet alleen iets is van de jeugd. Eten doe ik tegenwoordig op mijn

kamer, in het restaurant werd het mij onmogelijk gemaakt. In mijn richting werden vaak negatieve opmerkingen gemaakt en soms werd er zelfs onder de tafel geschopt. Ik ben het slachtoffer van pesten en dat is iets anders dan plagen. Het is een dominant groepje, een kliek, die hier de dienst uitmaakt, ze hebben maling aan het ingestelde pestprotocol. De leidinggevenden krijgen er maar geen vat op, steeds meer ouderen sluiten zich aan bij het groepje. Ze kiezen de kant van de sterkste en blijven zo onder de radar, meelopers. Op de gang of in het restaurant word ik maar zelden gegroet, soms maken ze een moeilijke draai met de rollator, zodat het lijkt alsof ze zich met de rug naar me toekeren. Het zijn niet alleen de bewoners, maar ook enkele personeelsleden maken zich schuldig aan pesterijen, is het niet schandalig?"

Ik luister ademloos, moet me op de weg en de route concentreren, wat een ellende en wat een verdriet op je oude dag.

Pesten is dikwijls systematisch gericht op één persoon, terwijl plagen vaak eenmalig of over en weer plaats vindt, er is sprake van een ongelijke machtsverdeling.

Mevrouw gaat verder: "Kijk chauffeur, we wonen met z'n allen in één huis, zonder dat we voor elkaar hebben gekozen en daar veelal verblijven tot we komen te overlijden. Ondanks dat er regelmatig activiteiten worden georganiseerd, zorgen verveling en allerlei psychische en fysieke mankementen voor extra frustraties en spanningen. Die kunnen in zo'n situatie snel worden botgevierd op een zondebok. Ik durf eigenlijk niet te zeggen dat ik word gepest, maar hierdoor leef ik wel in een sociaal isolement, ik ben bang en angstig om het geringe contact met andere medebewoners te verliezen. Ik trek me meestal terug, er zijn momenten dat er gevoelens van depressiviteit ontstaan, mijn bloeddruk en mijn stressniveau stijgen. Door het pesten wordt mijn tevredenheid over het leven negatief beïnvloed. Er is in onze woonvoorziening wel een vertrouwenspersoon, een soort bemiddelaar, die kan je benaderen met het verzoek om hulp, maar schaamte weerhoudt mij er van. Er zou ook een deskundigheidstraining voor personeel moeten zijn, om de signalen van pestgedrag beter te leren herkennen. Er zou meer aandacht moeten komen voor wat de gevolgen zijn van de slachtoffers. De leiding van ons verzorgingstehuis zou ook informatieavonden kunnen organiseren om het pesten onder de aandacht te brengen en nieuwe bewoners een goede introductie te geven. Ik heb me dikwijls afgevraagd wat de oorzaak zou kunnen zijn, het zal niet altijd aan een ander liggen, komt het door mijn gedrag, ben ik te dik, te lelijk, te eigenwijs, is het dikke bult eigen schuld?"

Bij het naderen van het brengadres, gaat ze verder: "Mijn welgemeende excuus chauffeur, u bent eigenlijk op het verkeerde moment op de verkeerde plaats. Ik moest mijn verhaal kwijt, ik realiseer me nu dat dit eigenlijk niet het meest geschikte moment was. Misschien heb ik te weinig rekening gehouden met mijn medemens? Zou dit één van de problemen zijn waardoor ik mensen in het harnas of in de gordijnen jaag?"

Ik stel haar gerust dat ze zich daarover geen zorgen hoeft te maken. Veel ouderen hebben hun verhaal, wij bieden graag een luisterend oor. Ik vraag haar of ze misschien ook een hartje in de boom heeft gehangen? Ze heeft daarover wel getwijfeld, want ze wilde niet gezien worden. Ze heeft haar wens op haar kamer geschreven en luidt als volgt: "Een periode van warme vriendschap, in een sfeer van begrip, steun, respect en vertrouwen. Heb

uw naaste lief als uzelf, wat u niet wilt dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet.”

‘Kwaakduze’