



NIMRA WERD AANGEVALLEN DOOR EEN PATIËNT

# ‘Vanuit het niets greep ze me bij de keel’

**Nimra** (35) belandt in een nachtmerrie als **een patiënt** van de psychiatrische inrichting waar ze werkt, haar aanvalt en zelfs **probeert te wurgen**. ‘Negen maanden later was ze gewoon weer terug.’

Tekst Jorieke van Noorloos Foto Dirk-Jan van Dijk

**I**'neens was ze daar. We zaten rustig op de afdeling te eten toen een cliënt vanuit het niets op me afstoot en me naar de keel greep. Ik kreeg geen adem meer en klapte achterover, mijn hoofd kwam keihard op de grond terecht. Ik zag de woede in haar ogen terwijl ze me bleef schoppen, slaan en krabben en een stoelpoot in mijn oog probeerde te rammen. Ik riep naar andere cliënten dat ze hulp moesten halen, maar zij waren doodsbang en bleven stokstijf zitten. Mijn pieper – waarmee ik normaal collega's kan alarmeren – had de cliënt bij me weggeschopt. Ik kon niets doen, dacht op dat moment echt dat mijn laatste uur had geslagen. Pas toen ze voor de tweede keer met een stoel boven me hing, kon een collega haar uiteindelijk van me aftrekken.'

### **Alles deed pijn**

'Ik werkte al een aantal jaar op de gesloten afdeling van een GGZ-inrichting. Cliënten worden hier zowel vrijwillig als gedwongen opgenomen omdat zij een gevaar voor zichzelf of hun omgeving vormen. Agressie op het werk is mij helaas niet vreemd. Mijn collega's en ik hebben de sleutels in handen en dat is voor cliënten vervelend. Ik heb inmiddels de nodige incidenten meegemaakt. Maar echt bang was ik nooit. Na een dienst zet ik vaak de muziek in de auto keihard aan. Even knallen onderweg. Of ik praat er met collega's of mijn moeder en zus over; zij werken ook in de psychiatrie. Zo kon ik alles goed naast me neerleggen. Je raakt er ook aan gewend met dit werk. Tenminste dat dacht ik, maar het wurg-incident maakte ontzettend veel bij me los. Normaal laat ik mijn emoties niet snel zien, maar op dat moment kwam alles eruit. Mijn hele lichaam trilde en ik moest enorm huilen. Langzaam beseftte ik wat er was gebeurd. Pas toen zag ik ook hoe ik eruitzag: mijn been lag helemaal open, mijn armen zaten onder de krabwonden en ik had

**'Mijn been  
lag open,  
mijn armen  
zaten  
onder de  
krabwonden  
en ik had  
kneuzingen  
in mijn nek'**

kneuzingen in mijn nek. Alles deed pijn. Gelukkig werd ik goed opgevangen door mijn collega's. De avonddienst die zo normaal was begonnen, eindigde uiteindelijk met een aangifte op het politiebureau. De politie kwam langs en heeft mij en de cliënt meegenomen voor verhoor. Eén collega ging met me mee om me te steunen, dat voelde heel fijn. Ondanks mijn emoties lukte het me op de een of andere manier om de agenten rustig te vertellen wat er was gebeurd. Waarom ze haar woede op mij botvierde? Daar kan ik echt geen antwoord op geven. Ze kwam verward over en haar bui is van het ene op het andere moment omgeslagen. Daar is geen aanwijsbare trigger voor geweest. Ze is uiteindelijk overgeplaatst naar een andere GGZ-instelling.'

### **Dichtgeknepen keel**

'Eenmaal thuis heb ik lang met mijn ouders en man gepraat. Ze schrokken toen ze me zagen. Mijn man was woedend, vroeg zich af hoe dit had kunnen gebeuren. Ik ben daarna als een blok in slaap gevallen, zo moe was ik van alles wat er was gebeurd. Het weekend na het incident ben ik thuisgebleven. De aanval bleef maar door mijn hoofd gaan, ik probeerde voor mezelf op een rijtje te zetten wat er precies was gebeurd. Ik sliep amper en mijn verdriet maakte plaats voor boosheid. Waarom was mij dit overkomen? Had ik dit uitgelokt? Ook was ik teleurgesteld in mezelf. Ik ben gewoon 'bevrozen' en kon daardoor niks doen. Ik had mezelf moeten verdedigen, ik had nota bene kickbokstrainingen gevolgd! Ik was er altijd van overtuigd dat ik mijn mannetje wel zou kunnen staan. Ondanks alles ben ik de maandag erop toch weer aan het werk gedaan. Ik had afleiding nodig en had ook het idee dat ik niet te lang moest wegblijven, anders zou de stap naar werk te groot worden.

Afgezien van de mentale klap, heb ik ook lang last gehad van de lichamelijke klachten die ik overhield aan de aanval. Omdat mijn keel zo lang was dichtgeknepen, was die gekneusd geraakt. Slikken was lange tijd ontzettend pijnlijk, alsof ik altijd een te grote brok in mijn keel had. Daarnaast bleef mijn nek lang beurs, waardoor de pijn uitstraalde naar mijn armen. Ook kon ik mijn kinderen niet op mijn knie laten zitten vanwege de wond die ik door de klappen met de stoel had opgelopen. Ik was bang dat mijn klachten blijvend zouden zijn, maar dankzij therapie bij een chiropractor zijn de klachten uiteindelijk verdwenen. Omdat het voorval voor mij behoorlijk traumatisch was, heb ik ook EMDR-therapie gevolgd, maar dat bleek niets voor mij. Ik heb ontzettend veel met mijn man, ouders en vriendinnen gepraat, dat heeft me er echt bovenop geholpen.'

## Daar was ze weer

'Mijn aangifte van poging tot doodslag heeft uiteindelijk geleid tot een rechtszaak. Ik vond het heel spannend, ik had nog nooit zoiets meegemaakt. De vrouw die mij dit heeft aangedaan, was niet bij de zitting aanwezig. Alleen haar advocaat. Die sprak over een 'eenvoudige mishandeling'. Toen ik dat hoorde, dacht ik: wát? Ze probeerde een stoelpoot in mijn oog te rammen en heeft me bij mijn keel gegrepen, dat zie ik niet als een eenvoudige mishandeling. Die woorden maakten me echt woest. Vanwege de privacy van mijn cliënt, mag ik verder geen details over de uitspraak delen. Uiteindelijk was ik vooral blij dat ik haar niet meer op mijn werk zou tegenkomen. Tenminste, dat dacht ik.

Want negen maanden na de mishandeling, wandelde ze ineens weer rond op mijn afdeling. Boos stapte ik naar mijn leidinggevende: hoe kon dit gebeuren? Zij vonden het ook niet prettig dat ze terug was, maar hebben te maken met een opnameplicht. Mijn cliënt mocht niet ineens naar een andere provincie worden overgeplaatst. Zélf niet na mijn zitting.

Er zat niets anders op dan haar onder ogen te komen, hoe eng ik dat ook vond. Mijn collega is in de keuken met haar een beetje over koetjes en kalfjes gaan praten terwijl ik op een afstand toekeek. Haar durven zien was voor mij genoeg. Toen ze mij zag, deed ze niets. Alsof ze zich de aanval niet meer

herinnert. Dat vond ik niet erg. Ik had haar nu gezien en kon het afsluiten. Ze heeft ook nooit iets tegen me gezegd. Deze vrouw is ziek, daardoor kan ik het goed voor mezelf relativeren. Tijdens mijn diensten vermeed ik haar wel zoveel mogelijk, bijvoorbeeld door ervoor te zorgen dat ik niet in haar groep werd ingeroosterd.'

## Niet meer naïef

'De aanval heeft zich de afgelopen jaren honderden keren in mijn hoofd afgespeeld. Toen ik vlak voor de coronatijd op mijn werk een training kreeg over hoe je jezelf uit een wurggreep manoeuvreert, barstte ik in tranen uit. Pas toen besepte ik echt hoe erg het trauma toch nog in mij zit. Logisch ook: het had zó anders kunnen aflopen. Toch heb ik nooit gedacht aan stoppen met dit vak. In al die jaren dat ik in de psychiatrie werk, zijn er ook genoeg mooie momenten

**'Ik werd woest toen haar advocaat het over 'eenvoudige mishandeling' had'**

geweest. Daar hou ik me aan vast. Zoals die keer dat een cliënt mij heel dankbaar was, omdat ik ervoor had gezorgd dat hij weer even naar buiten mocht. Of toen we met z'n allen een sneeuwbal-engevecht hielden. Sinds de aanval sta ik wel anders in mijn werk. Ik ben schrikachtiger geworden en als ik geschreeuw hoor, zal ik er niet meer meteen op afgaan. Ik kijk eerst of er een collega is die mee kan gaan. En in gesloten ruimtes check ik altijd als eerste waar ik naar buiten kan. Het is ergens ook positief dat ik ben veranderd. Vroeger stond ik misschien te naïef in mijn werk, ik stapte op iedere situatie af. Nu denk ik eerst aan mijn eigen veiligheid. Privé merk ik ook een verschil. Als ik op straat loop, ben ik alerter en bekijk ik goed waar iedereen staat en wat men doet. Soms denk ik wel: kak, iemand heeft ervoor gezorgd dat ik anders in mijn werk en soms ook in het leven sta. Dat zal ik mijn cliënt nooit vergeven. Inmiddels werk ik niet meer op de gesloten afdeling. Ik doe nu een opleiding tot sociaalpsychiatrisch verpleegkundige en werk in de ambulante ouderenpsychiatrie. Als ik mijn studie heb afgerond, mag ik crisisdiensten draaien. Dan kom je weer in aanraking met heftige cliënten, maar die vind ik juist interessant. Ik ben niet bang dat het weer mis zal gaan. Je weet het natuurlijk nooit, maar in de crisisdienst mag je niet zonder een andere collega op een situatie afstappen. Dat geeft mij wel het nodige vertrouwen. Ondanks wat er is gebeurd, ben ik van de psychiatrie blijven houden. Gelukkig maar.' •