De brief van meneer Bakker (B2 · NT2 Dutch B2)

Tekst / Transcript

Meneer Bakker was al bijna een jaar niet meer aan het werk geweest. In het begin dacht hij dat hij gewoon oververmoeid was, maar de weken gingen voorbij en niets veranderde. Elke ochtend bleef hij langer in bed liggen dan de dag ervoor. Zijn vrouw drong er uiteindelijk op aan dat hij hulp zou zoeken, en zo kwam hij bij een therapeut terecht die in de buurt van het station werkte.

De eerste gesprekken vielen hem zwaar. Hij was opgegroeid in een gezin waarin praten over gevoelens als een zwakte werd beschouwd, iets voor mensen die niet stevig genoeg in hun schoenen stonden. Praten leek hem dus eerder een nederlaag dan een oplossing. Toch merkte hij na een paar weken dat het hem goedkeurde om hardop te zeggen wat hem dwarszat. De vrouw tegenover hem viel hem nooit in de rede en stelde vragen die hij zichzelf nooit had durven stellen.

Wat hem het meest bezighield, was zijn eigen onzekerheid over de toekomst: hij wist niet meer of hij ooit nog zou functioneren zoals vroeger. Zijn werkgever stuurde intussen brieven met vage formuleringen over 'mogelijke stappen'. Die brieven veroorzaakten alleen maar verwarring, want niemand legde uit wat er nu precies van hem werd verwacht. Hij las ze soms drie keer achter elkaar en begreep ze nog steeds niet. Op een avond gooide hij er een in de prullenbak en zei tegen zijn vrouw dat het hem niets meer kon schelen.

Zijn huisarts had hem daarnaast medicatie voorgeschreven, en dat gaf hem een dubbel gevoel. Aan de ene kant sliep hij eindelijk weer door de nacht, aan de andere kant vond hij het idee vervelend dat pillen nodig waren. De therapeut legde uit dat hij twee dingen niet met elkaar moest verwarren: het slikken van pillen betekende niet dat hij zelf niets meer hoefde te doen. Ze bleven wekelijks doorwerken aan concrete oefeningen. Langzaam ontstond er weer structuur in zijn dagen.

Toch waren er terugvallen. Op een grijze zondag in februari voelde hij zich zo ellendig dat hij de gordijnen de hele dag dicht liet. Hij belde zijn zus, maar hing na twee minuten weer op. In dat soort momenten was hij bijna wanhopig genoeg om alles op te geven, en dat schrok hem zelf het meest af. Zijn vrouw ging naast hem zitten zonder iets te zeggen, en na een uur stond hij op om koffie te zetten. De volgende ochtend schreef hij alles op wat hij voelde, precies zoals hem was geadviseerd. In het voorjaar keerde hij voor twee dagen per week terug naar kantoor, en dat was, zoals hij het zelf zei, geen genezing maar wel een begin.

Woordenlijst

Word	Meaning
de therapeut	
de onzekerheid	
de zwakte	
verwarren (met iets anders)	
de verwarring	
wanhopig	
ellendig	
de medicatie	
de long	
de zenuw	

de heup
de elleboog
de duim
de schedel
genezen
verlichten

Try our 6-step method for free and make these words stick.

Listen to this episode online: https://course.interactivelessons.nl/local/podcast/episode.php?id=29202

Start this course for free: https://course.interactivelessons.nl/mod/quiz/view.php?id=2031