



Inclusief dvd  
met de documentaire  
*'t is goed zo.*  
Op weg naar een  
waardige dood

EELCO DE GOOIJER

'T IS

GOED ZO

Blogs 2013-2016 over psychisch lijden en euthanasie

Copyright © 2018 familie de Gooijer  
ISBN: 9789078761709

Redactie: Marijke van den Hatert  
Eindredactie en vormgeving: uitgeverij Tobi Vroegh  
Foto omslag: Dolph Cantrijn  
Drukwerk: Ipskamp Printing, Enschede

Zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever mag niets uit deze uitgave op enigerlei wijze worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt, door middel van druk, foto-kopie, microfilm of op welke andere wijze ook.

Uitgeverij Tobi Vroegh wil met haar uitgaven bijdragen aan de emancipatie en participatie van mensen met een psychiatrische achtergrond.

Uitgeverij Tobi Vroegh  
Cornelis Dirkszstraat 27-III, 1056 TP Amsterdam  
[www.tobivroegh.nl](http://www.tobivroegh.nl)

EELCO DE GOOIJER 'T IS  
GOED ZO

Blogs 2013-2016 over psychisch lijden en euthanasie



Linksboven: Eelco (2) met Jelke.  
Linksonder: Eelco (5) en Jelke (3), trots op behaald resultaat met judo.  
Rechtsboven: Laatste schoolfoto van Eelco in Tilburg.

Eelco de Gooijer werd op 29 juli 1978 in Tilburg geboren. Op zijn derde vond het eerste contact met hulpverleners plaats, iets dat heel zijn leven zal blijven.

Eelco werd met verschillende psychiatrische stoornissen gediagnosticeerd. Veel diagnoses deden geen recht aan de problematiek en stoornis van Eelco. Zoals hij het zelf verwoordde: 'Mijn diagnose moet nog in de DSM nog worden vastgesteld.' Uiteindelijk is gekozen voor de hoofddiagnose PDD-NOS.

Op zijn 12de heeft hij het ouderlijk huis verlaten voor behandeling in verschillende instellingen. Naast zijn Wajong-uitkering heeft hij altijd vrijwilligerswerk gedaan. Eelco was maatschappelijk betrokken, had overal een mening over en liet die horen ook.

Hij vroeg hulp bij het leren omgaan met zijn beperkingen en om de kwaliteit van zijn leven te verbeteren. Dat gevecht heeft hij verloren. Op 23 november 2016 is Eelco, gesteund door zijn naasten, in alle rust overleden. Hij heeft het leven via de voordeur mogen verlaten.



Eelco met het provocerende 'I take the THE out of psychotherapist' op zijn t-shirt.

## Voorwoord

*'I take the THE out of psychotherapist'*. Met deze opdruk op zijn t-shirt kwam Eelco de Gooijer in 2001 bij mij voor het eerst binnen. Als jonge psycholoog, riep deze tekst het nodige bij me op. Het riep op dat ik op mijn hoede moest zijn, maar tegelijkertijd zag ik ook zijn schreeuw om hulp. Eelco zette gelijk de toon van het gesprek.

Hij had al verschillende therapeuten versleten, de een met goed resultaat, de ander met minder. We hadden het samen over zijn tekst op zijn t-shirt. Gezien zijn vele ervaringen met therapeuten, had hij deze bewust aangedaan. Eelco hield wel van prikkelende teksten en interacties. Later begreep ik ook dat deze woorden nodig waren om gezien en gehoord te worden. Het waren woorden van een 'cry for help'. Eelco heeft me meegenomen in zijn leven. Ik ben geraakt door zijn lijden, maar ook door zijn kwaliteiten. Eelco had heldere ideeën over het cliëntenperspectief, over bejegening en over houding. In zijn rol als cliëntenondersteuner, heeft Eelco ook de nodige constructieve input gegeven voor GGZ Breburg en Buro Maks. Ook was hij actief via zijn blogs op BroedplaatsZ.

Ik ben Eelco dankbaar dat hij me heeft meegenomen in zijn (euthanasie)traject. Als psycholoog ben ik opgegroeid met het idee om mensen beter te maken. We hebben samen verschillende behandeltrajecten doorlopen. Soms wel met kortstondig effect, maar geen langdurige. Uiteindelijk moesten we constateren dat het hoogst haalbare bereikt was. Zoals Eelco het mooi verwoordde en zoals in zijn behandelplan beschreven, was het doel het huidig evenwicht behouden en verder achteruitgang tegen te gaan. De achteruitgang zette zich echter ondanks alle goede zorg van zijn ouders, vriendin, anderen in zijn sociaal netwerk en hulpverleners toch in.

Alle betrokken mensen ondersteunden Eelco in zijn keuze voor euthanasie. Dit traject verliep gelukkig zeer voorspoedig. Op 23 november 2016 is Eelco overleden. Voor, tijdens en na zijn overlijden is er veel gesproken over euthanasie. Onze eerste ontmoeting was prikkelend, maar ook na zijn dood heeft Eelco nog vele mensen geprikkeld. En dat is maar goed ook!

*Sammy Peter*, klinisch psycholoog



Boven: Bespreking bij Zorgbelang in 2013 met mede-bloggers.  
Onder: Gesprek met Marjo Frenk, wethouder van zorg en welzijn in 2013.

## Inleiding

Dit boek begint in januari 2013, bij de eerste informatiebijeenkomst van BroedplaatsZ. Mijn eerste kennismaking met Eelco ook en die begon meteen goed. Met de armen over elkaar, achterovergeleund in zijn stoel, vuurde Eelco een spervuur aan vragen op ons af. Na afloop zeiden we: 'Die gaat het vast niet doen.' Maar jawel. Al snel leerde ik hoe het zat: een Eelco die geen kritiek gaf, was een Eelco die geen betrokkenheid voelde bij een project. Dus kritiek was een goed teken, hoe ongezoeten of bot het er ook uit kwam.

BroedplaatsZ had als doel om zorgvragers en beleidsmakers via social media met elkaar in gesprek te laten gaan. Eén van de manieren om dat te doen, zou zijn via een documentaire. In het oorspronkelijke idee zou Eelco gevolgd worden in zijn rol als ervaringsdeskundige en zouden we laten zien hoe hij vanuit die rol bezig was met beleidsbeïnvloeding. Tijdens het filmen kwam er ook een andere kant naar voren. De strijd van leven en dood: wel willen, maar niet weten hoe. Het leven zo zwaar, zo uitzichtloos vinden. Dus stonden we voor een keuze: welk verhaal willen we vertellen? Uiteindelijk koos Eelco er voor om die strijd te laten zien, omdat dit zo bepalend was in zijn leven. Hoe Eelco het leven ervoer. Een keuze die Eelco ook in al zijn kwetsbaarheid liet zien. Niet de man die wij kenden als ervaringsdeskundige en belangenbehartiger, met altijd een antwoord klaar. Maar een man die zijn twijfel en verdriet duidelijk liet zien, en de zwaarheid ook van zijn bestaan.

In zijn blogs neemt hij de lezer steeds vaker mee in die zwaarheid van zijn bestaan, maakt hij de lezer deelgenoot van zijn twijfels en angsten. En is hij tegelijkertijd steeds bezig met het uitdragen van zijn boodschap: ondraaglijk psychisch lijden bespreekbaar maken. Dat het toekennen van de euthanasie zo'n hausse aan media-aandacht met zich mee zou brengen, had ook Eelco niet verwacht. Met zijn overlijden is het verhaal (gelukkig) nog niet af. Omdat het verhaal verder gaat dan alleen zijn dood. Dit boek en de documentaire zijn daar het bewijs van. Hodor!

*Els Braas*, projectleider BroedplaatsZ 2013-2015

## Blogs 2013-2016 van Eelco de Gooijer geschreven op BroedplaatsZ in Tilburg

30 01 2013

### Hello world

Hello World, mijn eerste blog hier. Eens kijken hoe alles hier werkt en of alles gaat lukken.

---



30 01 2013

### I take the 'the' out of psychotherapist

Dit plaatje stond op een t-shirt dat ik vaak droeg bij bijeenkomsten. Het viel op dat psychologen erom konden lachen, psychiaters minder. Trek uw eigen conclusie...

---

01 02 2013

### Let's not. But say we did

'Let's not. But say we did.' Eelco

---

02 02 2013

### In het Brabants Dagblad

Spannend, vandaag sta ik in de krant. Gelukkig niet alleen, maar samen met twee andere deelnemers van BroedplaatsZ. Het interview dat ik heb gegeven staat goed in de krant. Niets waar ik het niet mee eens ben. Alleen... tja, het is natuurlijk onmogelijk om een lang en ingewikkeld verhaal samen te vatten in een klein stukje tekst. De zin 'in de kern een totaal gebrek aan motivatie'

valt op. Een moeilijke, want hij is gewoon waar, maar het gevaar is dat mensen het niet begrijpen. Ik ben niet lui of gemakzuchtig. Ergens tussen weten wat ik moet doen en het uitvoeren blijft het misgaan.

Ik heb natuurlijk allerlei trucjes ontwikkeld waardoor dit mensen vaak niet opvalt. Als je mij iets vraagt te doen, doe ik het eigenlijk meteen. Wat attent, zeggen mensen dan, maar als ik het niet meteen doe, dan is de kans dat ik het niet meer doe gewoon erg groot. Dus of het nu iets opzoeken, iemand met zijn computer helpen of een handje in het huishouden helpen is: iedereen denkt dat ik zo sociaal ben, maar het is een trucje omdat ik het anders niet doe.

Helaas werkt dit alleen als andere mensen iets vragen, voor mezelf werkt het niet. Hoe ik hiermee omga? Weer meer trucjes. Mensen uitnodigen, dan moet ik namelijk wel opruimen. Afspreken voor koffie op de sportschool, en als ik er dan toch ben ga ik maar meteen sporten. Het probleem is alleen dat als ik het trucje te vaak herhaal het zijn kracht verliest. Het is dus zaak om er spaarzaam mee om te gaan.

Helaas ziet niemand wat voor moeite de dingen mij vaak kosten, en zien ze alleen maar de rol die ik speel. De rol die ik moet spelen om voor mezelf de dingen te kunnen doen. Ach, ik ben nu uit de kast als GGZ-cliënt. Hopelijk snappen mensen mij straks beter. En als ze het niet snappen? Tja, dan zullen ze waarschijnlijk denken 'wat een gek en aansteller'. Maar zeg eens eerlijk, zijn dat de mensen die ik in mijn leven wil hebben?

---

05 02 2013

### It's a brand new day

(clip op YouTube: Dr. Horrible - Brand New Day with lyrics)

*It's a brand new day  
Yeah the sun is high  
All the angels sing  
Because you're gonna die*

*Go ahead and laugh  
Yeah I'm a funny guy  
Tell everyone goodbye...  
It's a brand new day.*

Dit geeft behoorlijk weer hoe ik me op dit moment voel. Het zit eventjes allemaal een beetje tegen. Veel aan m'n hoofd en helaas niemand met wie ik het kan delen omdat sommige dingen nog niet openbaar mogen worden. Soms kan je ook te veel weten en te goed op de hoogte zijn van dingen. En nee, er staat wel dat er iemand doodgaat, maar ik heb geen plannen om dat ook echt te doen, dus u hoeft geen politie te bellen.

---

**05 02 2013**

### **The bureaucratic mentality is the only constant in the universe**

*'The bureaucratic mentality is the only constant in the universe.'  
Dr. McCoy, Star Trek IV: The Voyage Home*

---

**08 02 2013**

### **Wat mensen niet zien**

Vandaag is een verloren dag. Dat wist ik al maanden geleden, 8-2-2013 is een verloren dag. De reden? Ik had net bevestigd dat ik op 7-2-2013 naar de kennisdag GGZ zou gaan.

Dit soort dagen en bijeenkomsten zijn belangrijk voor mij. Ik ontmoet nieuwe mensen, leer nieuwe dingen en kan mijn bijdrage leveren. Helaas kosten ze ook heel veel energie. En dat is iets wat niemand ziet, want instorten doe ik pas als iets is afgelopen. Als ik terugkijk is dat altijd zo geweest en misschien zelfs wel een kracht van me. Zolang ik bezig ben doe ik wat moet gebeuren, kan ik lang doorgaan en ga ik er helemaal voor. Onder stress en druk presteer ik het beste. Mensen vinden dit een goede eigenschap van mij.

Maar de keerzijde zien ze niet. Dat ik de dag erna helemaal op

ben, niet meer kan, niets meer lukt. Dit stukje verberg ik, want ik wil niet zwak lijken. Om maar eens een typische GGZ zin te gebruiken: 'ik mis de balans'. Nu is het deze keer niet zo heel erg. Ik heb er bewust voor gekozen om deze dag te bezoeken en heb mijn agenda eromheen zo aangepast dat ik op vrijdag geen afspraken had. Op die manier merkt niemand het. Maar natuurlijk komt het ook voor dat er onverwacht iets gebeurt waardoor ik opbrand. En dan is het erger. Dan kan ik niet de rust nemen die ik nodig heb om te herstellen. Dan ga ik maar door, blijf in de 'overdrive' staan. Net zolang tot ik helemaal instort. Iets wat dan voor de buitenwereld altijd onverwacht is want het ging net zo goed, je was net zo lekker bezig.

Ach, alles heeft zijn prijs. En gelukkig begin ik er steeds beter in te worden om hiermee om te gaan en op tijd aan te geven als het mis dreigt te gaan. Alleen jammer dat het voelt alsof ik me steeds moet verdedigen tegen de buitenwereld. Ach, het komt ook wel weer goed. En ondertussen gaan we maar gewoon door. Wat kan ik anders doen, geen idee...

---

**08 02 2013**

### **Moet ik bloggen?**

Eigenlijk wel vind ik van mezelf. Ik heb namelijk beloofd dat ik zou bloggen en twitteren. Twitteren is makkelijk, dat doe je eventjes tussendoor: 140 tekens en versturen. Niet echt lang nadenken. Maar een blog. Je kunt er veel meer in kwijt, maar je kunt ook veel langer denken of je dit ook echt wilt versturen. Staat er wel precies wat je bedoelt? Zullen mensen het begrijpen? En aangezien ik vind dat alles altijd perfect moet komen het meer dan eens voor dat ik een compleet blog toch maar niet plaats en verwijder.

Als voorbeeld: dit is mijn 5de versie. Weet je, het is wel goed, ik verstuur dit gewoon en ga nadenken over mijn volgende blog, want dat moet natuurlijk boeiend, pakkend, maatschappelijk relevant, persoonlijk, leerzaam en leuk zijn. En ja, ik weet het, ik leg mijn eisen te hoog. Misschien moet het gewoon rechtstreeks uit mijn hart komen.

---

*'Elke avond ga ik slapen en hoop dat ik de volgende dag niet meer wakker word.'*

Het leven van Eelco de Gooijer (1978-2016) werd gekenmerkt door psychisch lijden. Al op jonge leeftijd kwam Eelco in contact met de hulpverlening en kreeg hij verschillende psychiatrische diagnoses. Niets deed werkelijk recht aan zijn problematiek. Uiteindelijk is gekozen voor de hoofddiagnose PDD-NOS. De *struggle of live* heeft hij verloren en zijn euthanasiewens werd op grond van psychisch lijden gehonoreerd. Op 23 november 2016 is Eelco, gesteund door zijn naasten, in alle rust overleden.

Eelco wilde niets liever dan ondraaglijk psychisch lijden bespreekbaar maken. Hij was óók gedreven belangenbehartiger. Tot aan zijn dood schreef hij blogs bij 'BroedplaatsZ' in Tilburg. Op indringende wijze maakte hij de lezer deelgenoot van zijn twijfels en angsten. Hij nam daarbij geen blad voor de mond. Eelco was kritisch naar de hulpverlening en eerlijk over zichzelf.

Met *'t Is goed zo*, is het nog niet af. Bij deze uitgave is een dvd ingesloten met de documentaire *'t Is goed zo. Op weg naar een waardige dood* van Jesse van Venrooij. Het is een intieme film die Eelco en zijn naasten op gevoelige wijze in beeld brengt tijdens het euthanasietraject.



[www.tobivroegh.nl](http://www.tobivroegh.nl)

