



deVerdieping
Trouw

Boer Erik zou iedereen een burn-out willen aanraden: Het is een echte reset

SAMENLEVING

Joop Bouma – 0:40, 22 juni 2018



Annette en Erik Jansen hebben samen een boerenbedrijf op landgoed Twickel. Met de 100 koeien verdienen ze 'een goeie boterham'. © Hanne van der Woude

DE STAAT VAN DE BOER Na de zelfdoding van zijn zakenpartner kreeg boer Erik Jansen twee keer een burn-out. Het was een moeilijke periode, maar hij kan het iedereen aanraden: 'Je wordt uit je vaste patronen gehaald. Het is een echte reset'.

Kom er aan”, roept Erik Jansen (49) vanuit de stal. Behendig strooit hij wat krachtvoer voor zijn koeien die traag kauwen op hun kuilgras. “Ja, prachtig, hè”, zegt Jansen, als hij merkt dat zijn boerenbedrijf bewondering oproept bij het bezoek. “Ik heb het mooiste vak dat er is.”

Dat gevoel is een tijdje weg geweest. In de keuken bij de koffie komen de verhalen. Geen grootspraak over jongvee, melkafgifte, bedrijfsrendement. Maar verhalen over zorgen, tegenslag en langzaam opkrabbelen.

Sinds eind jaren zestig boeren de Jansens in Azelo op het Twentse landgoed Twickel. Eriks vader begon met zo’n zestig koeien. In 1977 bouwde hij een ligboxenstal en breidde uit naar 100 stuks melkvee. “We hebben nu rond de 110 koeien. We kunnen naar 140, maar voor mij hoeft dat niet.” Zijn vrouw, Annette (47): “We kunnen hier van bestaan. Als je het een beetje goed doet, is er een goeie boterham uit te halen.”

Erik: “De nieuwe rentmeester van Twickel zou graag wat meer biologische bedrijven zien. De tijd is rijp, zegt hij, maar voor mij nog niet. Ik vind me zelf al aardig biologisch. Die paar zakken kunstmest die ik nog gebruik, wil ik graag nog even blijven gebruiken. Dat is mijn zekerheid.”

Toen ik niet meer sliep, dacht ik: dit gaat niet goed

Erik Jansen

Erik kwam direct na school in het bedrijf, samen met zijn oudere broer Gerrit nam hij de boerderij over van vader. Gerrit was manisch depressief. “Mijn vader vroeg of ik dat wel samen met mijn zieke broer wilde. Ik was jong en ik geloofde in gelijke kansen, ik dacht, we gaan dit samen doen. Dat is een aantal jaren redelijk gegaan. Maar op het laatst werd het moeilijker.”

Acht jaar geleden kwamen Gerrit en Erik er alleen voor te staan, na het overlijden van hun vader. De laatste jaren liep het stroever tussen de twee broers. “Op een gegeven moment werd het drukker, Annette en ik kregen een gezin, het begon steeds meer spaak te lopen.” Plannen voor uitbreidingen werden eindeloos uitgesteld. “Gerrit wilde het altijd weer anders. Dan wachtten we weer een tijdje. Maar op een gegeven moment moest de knoop

worden doorgehakt. Het was eind 2014, we zouden begin 2015 beginnen met de bouw van de schuur. Toen heeft Gerrit in december een eind aan zijn leven gemaakt. Hij heeft het hier op het erf bij mijn moeder in huis gedaan, zij heeft hem gevonden. Ik vind dat nog steeds verschrikkelijk voor mijn moeder.”

Zware periode

Na de zelfdoding van Gerrit brak een zware periode aan. Annette: “Je hebt samen een bedrijf met vaste werkzaamheden, dat moet allemaal opgevangen worden. Privé ben je druk, met het bedrijf moet je de boel regelen. En toen stonden we voor de keuze: wat gaan we doen met de plannen voor de nieuwbouw van de stal?” Erik: “De stal was op. Dus we hebben de nieuwbouw doorgezet en dat duurde het hele jaar 2015. Aan het eind van dat jaar was mijn energie weg.”

Erik: “Je laat je alles eens bezinken, nieuwe stal, je broer en compagnon is er niet meer. Veel verdriet gehad, maar alles ging door. Het begon met slecht slapen.” Annette: “En een kort lontje”. Erik: “Ja, dat hoorde ik ook wel van anderen, dat heb je zelf niet in de gaten. Je stelt simpele klussen uit en dat blijft dan maar door je hoofd spoken.”

Annette: “Hij zag overal beren op de weg, dit moet nog en dat moet nog. We kunnen het niet aan, we hebben veel te veel werk, zei hij. Ik zei: wat moet er gebeuren dan? Ja, dat weet ik eigenlijk ook niet, antwoordde Erik dan. Het overzicht was gewoon weg. Hij zag alles op zich af komen en kon niet meer oplossingsgericht denken.”

Erik: “Toen ik niet meer sliep, dacht ik: dit gaat niet goed”. Hij kreeg begeleiding van een psycholoog, maar de man had geen gevoel bij het boerenwerk. “Ik heb mijn werk hier bij huis, ik hoef maar naar buiten te kijken en ik zie het werk.” Uiteindelijk belandde Jansen bij Paulien Hogenkamp, agrarisch coach. “Toen zijn we er redelijk snel uitgekomen en kon ik het afbouwen. Maar vorig voorjaar kwam het terug.” Ook die tweede burn-out is achter de rug.

Het klinkt misschien raar, maar ik zou een burn-out iedereen willen aanraden eigenlijk.

Nu gaat het heel goed, vertelt het boerenechtpaar. Al weten ze zelf ook wel: het kan zo maar weer opduiken. Annette: “Er zijn weinig ondernemers die zo vaak met nieuwe regels worden geconfronteerd als boeren. Je zit eigenlijk constant middenin een wedstrijd waarvan

de regels tijdens het spel telkens worden bijgesteld. Daar kun je niet op bouwen, dat maakt ons werk niet makkelijk.”

Ze hebben drie kinderen. Een meisje van 17, twee jongens van 14 en 12. Ze maken zich geen zorgen over de opvolging. Annette: “De jongste vindt het leuk. Als ‘ie straks nog wil, dan is dat prima. Hij moet het voor meer dan honderd procent willen, zeg ik altijd. Hij gaat gewoon naar de havo en wij zeggen tegen hem: kijk, maar eens goed om je heen, wat er nog meer is, maak later maar je keuze.”

Aanrader

Erik: “Ik zou een burn-out iedereen willen aanraden eigenlijk. Het klinkt misschien raar. Maar je komt er echt wel uit en je krijgt inzicht in hoe je je werk doet. Je wordt uit je vaste patronen gehaald. Een echte reset.”

Annette: “We maken bewustere keuzes. Vroeger maakte hij langere dagen en was er minder tijd voor ontspanning. Maar je zit in een kleine gemeenschap. Er wordt natuurlijk over gepraat. In het begin zei de huisarts: ga lekker een eind fietsen of wandelen, weg van het bedrijf. Maar Erik had zoiets van: Huh, wat denken de burens dan wel niet: ‘Heeft Erik tijd om overdag te fietsen? Moet hij niet aan het werk?’” Erik: “In het begin fietste ik een eindje om, ik dacht: daar kennen ze me niet. Tegenwoordig maakt het me niet meer uit. Ik fiets waar en wanneer ik wil.”