

‘MIJN MOEDER WAS EEN DAPPER WIJFFIE’

De moeder van voetbaltrainer Foppe de Haan leed aan zware depressies, werd drie keer opgenomen en maakte uiteindelijk een einde aan haar leven. Voetbal hield hem op de been.

DOOR FRIEDA PRUIJ

“Dit heb ik nog niet vaak verteld”, bekent voetbaltrainer Foppe de Haan halverwege het interview. “Ik heb niet geleerd om mijn gevoelens te uiten. In mijn jeugd was er niemand bij wie ik uit kon huilen.”

In een gesprek met journalist Hugo Borst sprak De Haan in 1997 voor het eerst over zijn depressieve moeder die uiteindelijk zelfmoord pleegde. “Dat was een overwinning. Ik vermoedde wel dat een aantal collega’s in Heerenveen het wisten, maar tot die tijd sprak niemand erover. Daarna was het geen taboeonderwerp meer. Ik was opgelucht dat ik het opengebroken had.”

De Haan groeit op in een eenvoudig huisje in Lippenhuizen, in de Friese Wouden. Vader maakt boerenwagens, moeder kan goed naaien. Het zijn mensen van weinig woorden. “Alles wel”, is de hele tekst onder de aankondiging van de geboorte van hun zoon in de krant. Moeder is gedreven en slim. Ze vindt dat Foppe en zijn zes jaar jongere zusje moeten doorleren. Vader is actief in het dorp en een “mens van goede wil”.

De eerste tien jaar van zijn leven is De Haan gelukkig. “Ik houd van buiten, van spelen, van avontuur. Daar was de omgeving fantastisch voor. Met mijn oranje fiets reed ik de wereld in. Ik voetbalde veel en mocht graag leren, was een nieuwsgierig mannetje.”

KWAKZALVER

Op zijn tiende wordt zijn moeder steeds magerder. Ze moet onderzocht worden in het ziekenhuis. “Maar op het laatst durfde ze niet te gaan en moest ik een brief naar de dokter schrijven. Ik zie me nog zitten: ‘Weledelgeleerde heer...’ Mijn ouders communiceerden al niet zo fantastisch, maar toen helemaal niet meer. Mijn vader was bang dat mijn moeder kanker had of zo. Hij liep er voor weg.” Van een betrokken vrouw verandert zijn moeder in een in zichzelf gekeerd, eenzaam hoopje mens. Ze loopt van kwakzalver naar kwakzalver, maar niemand kan haar helpen. “Op mijn twaalfde viel ze en kreeg ze een zware hersenschudding. Dat was rampzalig. Ze belandde in bed en jammerde dat het niet meer goed zou komen. Op een dag zat ik op school

en hoorde ik geschreeuw. Het ging me door merg en been. Ik dacht: o God, dat is mem. Maar het bleken jongens van school te zijn.”

Elke dag komt hij bang thuis, niet wetend hoe hij zijn moeder aan zal treffen. “Soms lag ze een hele nacht te huilen en te roepen, totaal in de war. Ik ben wel eens midden in de nacht naar de huisarts gegaan om een pilletje te vragen. Op mijn zestiende werd ze voor het eerst opgenomen in een psychiatrische inrichting. Ook daar was ze doodongelukkig. Ze werd totaal niet geholpen. Na drie opnames hebben we het opgegeven.”

DOMINEESVROUW

Vader De Haan spreekt niet over wat er aan de hand is; hulp van buiten komt er niet. “Ik maakte schema’s om de taken in huis te verdelen. Familie liep met een boog om onze problemen heen, op één tante na die mijn moeder een paar maanden in huis nam.”

Voetbal houdt hem op de been. “Als ik verdrietig was, deed ik mijn trainingspak aan en ging ik rennen. Mijn geluk was dat ik sport mooi vond. Ik kon goed de knop omdraaien: op het sportveld speelde ik lekker met mijn vrienden. Ik had een fantastische trainer die aanvoelde dat er iets aan de hand was. We praatten er niet over, maar hij gaf me aandacht en complimenten.”

Twee andere mensen hadden misschien wel wat meer kunnen betekenen. “Hoewel we onkerkelijk waren, sprak mijn moeder met de vrouw van de doopsgezinde dominee over haar problemen. Haar



Foppe de Haan als vierjarige met zijn moeder in zijn geboorteplaats Lippenhuizen

Hij voelt goed aan hoe het gaat met de jongens die hij traint. “Als ik zag dat ze het moeilijk hadden, hoorde ik ze niet uit, maar gaf ik ze aandacht. Eén jongen had thuis grote problemen die ik herkende. Aan hem heb ik mijn eigen verhaal verteld, zodat hij begreep dat ik hem begreep. Toen begon hij te praten en kon ik hem vertellen hoe ik er mee om was gegaan: beseffen dat je er niks aan kunt veranderen, afstand proberen te nemen en je richten op je eigen ontwikkeling.”

BOVEN WATER

Voor kinderen tussen wal en schip richt De Haan in 2005 het Foppe Fonds op. Het geld dat de ex-trainer verdient met bijvoorbeeld lezingen, stort hij daarin

zodat kinderen met een handicap of met weinig geld toch kunnen sporten.

“Omdat ik daar zelf ongelooflijk veel genoeg aan heb beleefd en het gevoel heb dat mij dat boven water heeft gehouden.”

In zijn eigen leven wordt hij vooral aan zijn eigen jeugd herinnerd als

hij mooie dingen meemaakt met zijn vijf kleinkinderen, zoals samen Sinterklaas vieren. “Dan heb ik bijna altijd het gevoel: dat heb ik zelf gemist. Als ik iemand over mijn kleinkinderen vertel, krijg ik heel snel tranen in mijn ogen.”

man en zij hadden misschien wel een keer met ons kunnen komen praten. En de huisarts toonde begrip als ik kwam, maar het kreeg nooit een vervolg.”

Op zijn 28ste is hij op de verjaardag van zijn schoonmoeder als de telefoon gaat. Het is zijn vader. “Mem is er niet meer”, zei hij. Ze had al eerder geprobeerd een einde aan haar leven te maken door in het water te springen, maar toen had mijn vader haar op tijd gevonden. Daarna sloot hij de deur hermetisch af, maar ze was door een raampje gekropen.”

Opluchting overheerst bij De Haan, zijn vader en zus. “Eigenlijk is het heel dapper. Je pleegt niet zomaar zelfmoord, daar heb je moed voor nodig. Het paste wel bij haar, want in haar goede tijd was ze een dapper wijffie. Ze had een besluit genomen: dit wil of kan ik niet meer.”

MERKWAARDIGE BOEKENLIJST

Na het ulo gaat De Haan naar de kweekschool en wordt gymnastiekleraar, omdat hij zelf zoveel lol aan sport beleeft en

dat graag op anderen wil overdragen. Na zijn moeders dood, rond zijn dertigste, doorloopt hij in twee jaar de vierjarige sportacademie “om het hoogste diploma te halen, zoals mijn moeder gewild had”. Hij studeert af met een “merkwaardige boekenlijst” met werken als *Wie is van hout* van Jan Foudraïne en *Lessen voor levenden* van Elisabeth Kübler-Ross.

De Haan wordt trainer in zijn dorp, gaat lesgeven aan trainers, haalt zijn eigen trainersdiploma’s en wordt uiteindelijk trainer bij sc Heerenveen. In dat werk heeft hij veel baat bij de ervaringen in zijn kindertijd. ‘Ik wist dat fysieke en mentale gezondheid wezenlijk zijn, veel belangrijker dan een wedstrijd winnen. Ik kan dus goed relativeren en over de waan van de dag heen kijken. Ook afzien en doorzetten heb ik in mijn jeugd geleerd.

“Mijn trainer gaf me aandacht en complimenten”



FOPPE DE HAAN

Foppe de Haan (1943) was van 1985 tot 2004 voetbaltrainer van sc Heerenveen. Daarvoor werkte hij als sportdocent. Tot 2009 was De Haan de coach van Jong Oranje. Daarna was hij trainer bij Ajax Cape Town en bondscoach van het Polynesische eilandstaatje Tuvalu. Sinds najaar 2011 begeleidt hij als senior coach bij sc Heerenveen trainers. Hij is getrouwd en heeft twee dochters.