

# Paniekaanvallen houden oud-Ajaciëden Van der Wiel en Kishna van het veld: ‘Ik kon er niet mee leven’

Gregory van der Wiel (32) weet nog niet of hij zijn rentree in de eredivisie zal maken. De 46-voudig international, die al een paar maanden geregeld meetraint bij RKC Waalwijk, probeert af te rekenen met paniekaanvallen.

BRON: Het Parool - Wilber Hack 3 november 2020



Gregory van der Wiel op de training bij RKC Waalwijk. BEELD EPA

In een lange verklaring op zijn website beschrijft Van der Wiel wat hem de laatste jaren overkomen is. Interviews wil Van der Wiel, basisspeler bij Oranje tijdens het WK 2010, voorlopig nog niet geven. Maar met de verklaring wil hij iedereen duidelijk maken waarom hij nog niet terug is op het veld en welke hordes hij moet nemen.

‘Als profvoetballer voelde ik altijd de druk om de beste kant van mezelf te laten zien, hoe ik me ook voelde,’ schrijft Van der Wiel uit. ‘Ik zette altijd mijn emoties opzij en dat is iets dat zich na al die jaren heeft opgebouwd. Frustratie, woede, teleurstelling, verdriet. Ik zette het allemaal aan de kant.’

De rechtsback uit Amsterdam, die zich heel kwetsbaar opstelt, vertelt dat hij gewoon is doorgegaan met zijn leven en carrière. Hij negeerde zijn gevoelens, ook al waren de laatste jaren van zijn carrière niet gemakkelijk. Hij zegt dat hij zich lang niet altijd gelukkig voelde in zijn periode bij Paris Saint Germain (2012-2016), dat hij daarna een moeilijk jaar beleefde bij Fenerbahçe in Istanbul en een paar slechte maanden kende bij Cagliari.

## Emotionele klap

‘Maar de grootste emotionele klap kwam toen ik gedwongen werd Toronto FC te verlaten,’ doelt hij op 22 maart 2019. ‘Na al die negativiteit beleefde ik een geweldig jaar bij Toronto. Ik hield van het team, van de mensen en van de stad. Ik was van plan er een lange periode te voetballen. Maar ik moest vertrekken na een professioneel gesprek met de coach, met wie ik goed kon opschieten. Dat deed veel pijn en dat doet het nog steeds.’

Opnieuw negeerde Van der Wiel die signalen en verhuisde naar Los Angeles. Hij wilde er zelfs zonder salaris voor een van de twee profclubs (LA Galaxy of LAFC) voetballen, maar na aanvankelijk positieve reacties kwam er geen vervolg. ‘Daar eindigde mijn carrière langzaam. In die tijd bleef ik doorgaan en besepte ik niet wat het emotioneel met me deed,’ legt hij uit. Van der Wiel hoopte nog wel dat hij voor zijn oude Ajax-trainer Frank de Boer kon gaan spelen bij Atlanta United, maar die club liet na het eerste contact niet meer van zich horen.

Elke dag wakker worden zonder te weten wat te doen, bleek heel lastig voor Van der Wiel. ‘Ik ging van een routinematig leven van elke dag trainen en elke week wedstrijden spelen naar een leven zonder doelen of routine. Zes maanden later begonnen mijn paniekaanvallen.’

## Hartaanval

Van der Wiel heeft er al meer dan een jaar last van. Het begon, zo vertelt hij, toen hij thuis aan het ‘chillen’ was. Hij dacht aan een hartaanval. ‘In verschillende ziekenhuizen en door tal van artsen is mijn hele lichaam gecontroleerd. De conclusie was dat het optimaal functioneerde. Ik ben me gaan focussen op het mentale aspect. Daar ben ik tot vandaag de dag mee bezig.’

Sinds hij weer in Amsterdam woont voelt Van der Wiel zich beter. De liefde voor het voetbal dreef hem naar RKC. ‘De club ontving mij met open armen en bood mij aan om me bij alles te helpen. Na leuke gesprekken met hoofdtrainer Fred Grim en technisch directeur Mohammed Allach wilde ik het daar proberen.’

Hij heeft nog geen contract bij RKC. De Waalwijkse club geeft hem de vrije hand om zijn weken naar eigen inzicht in te vullen. ‘Ik ben er nog niet maar ik werk elke dag hard om mijn comeback te maken. Ik weet niet zeker of dit gaat gebeuren. Dat zal de tijd leren. Wat de uitkomst ook is, ik ben erg dankbaar voor de geweldige hulp die ik krijg van iedereen bij RKC.’

## Kishna kent vergelijkbare problemen

Naast Van der Wiel heeft ook voormalig Ajax-links buiten Ricardo Kishna al geruime tijd te maken met angstaanvallen. Dat vertelde de Hagenaar aan oud-profvoetballer Andy van der Meijde, voor diens programma *Andy Niet te Vermeijde*.

Ook de 25-jarige aanvaller van ADO Den Haag, in het verleden uitkomend voor onder meer Ajax en Lazio, dacht eerst aan een fysieke oorzaak van zijn misère. “Ik ben naar Duitsland gereden om een scan te laten maken van mijn hoofd, van mijn hart, van mijn longen; alles. Ik werd helemaal gek, dacht: ik heb een tumor in mijn hoofd. Of: ik krijg een hartaanval,” aldus Kishna, die veelvuldig te maken had met ernstig blessureleed aan zijn knie.

“Ik was vijf minuten bij mijn psycholoog en hij zei: je hebt gewoon paniekaanvallen. Ik zei: nee, je bent gek, ik voel hier dingen. Ik voel *hier* iets, het gaat gewoon niet goed. Hij gaf me een lijst met 50 symptomen en ik had er 38.”

Kishna: “Het dieptepunt was echt dat ik dacht: als ik dit nog langer heb, wil ik er niet meer zijn. Ik wilde geen zelfmoord plegen, maar dacht echt: ik kan hier niet mee leven. Ik kan hier gewoon niet mee leven.”

Kishna speelde zijn laatste wedstrijd op 17 september 2017, toen hij als speler van ADO Den Haag tegen zijn oude club Ajax opnieuw een zware knieblessure opliep.