

# Verborgen verdriet

Een indringend verhaal over de impact van psychische stoornissen op een jong leven.



Eerste druk © 2020 Joyce Scholten

Coverontwerp: Joyce Scholten

ISBN: 978-94-021-4484-0

De gebruikte namen zijn om privacyredenen gefingeerd, tenzij er toestemming is gegeven om de daadwerkelijke naam te gebruiken

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm, internet of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.



Lieve lezer,

Ik ben Joyce Scholten, een meisje van 20 jaar. Sinds mijn 12e levensjaar zit ik in de hulpverlening, wat begon met therapie voor depressie, eindigde in talloze opnames in de psychiatrie en jeugdzorg. Ik heb meerdere traumatische gebeurtenissen meegemaakt in mijn leven en vecht sindsdien tegen depressies, Anorexia Nervosa, CPTSS, een dwangstoornis en zelfbeschadiging.

Wat bijzonder dat je hebt besloten mijn boek te lezen. Dit is mijn levensverhaal, alles wat ik in mijn leven heb meegemaakt, wat mij heeft gevormd tot wie ik nu ben, is te lezen in dit boek. Het is geschreven vanuit mijn beeld op de wereld, mijn ervaringen en mijn hersenspinsels.

Ik schrijf in dit boek over CPTSS, depressies, suïcide, Anorexia Nervosa, dwang, seksueel misbruik en zelfbeschadiging. Mocht je hier zelf ook mee worstelen, denk er dan goed over na of je het aankan dit boek te lezen. Bij deze mijn waarschuwing voor eventuele triggers.

Ik hoop dat dit je een kijkje geeft in mijn leven, mijn gedrag en vooral in mijn gedachten patronen. Het kan mooi, interessant en heftig zijn, maar het is wel hoe het echt voor mij voelt.

Het is begonnen als dagboek, omdat ik van schrijven houd, en ik daar mijn gevoelens en passie in kwijt kan. Ik had nooit durven dromen dat dit zou eindigen in mijn eerste èchte boek. Deze autobiografie. Ik hoop dat ik op deze manier kan bijdragen aan verbetering in de psychiatrie en jeugdzorg, door mijn ervaringen (hiermee) te delen.

Liefs,

Joyce Scholten, 2020

*Denk jij weleens aan zelfmoord, of ken je iemand die dat doet? Neem dan contact op met 113 zelfmoordpreventie ([www.113.nl](http://www.113.nl))*

# Verborgen verdriet

Een indringend verhaal over de impact van psychische  
stoornissen op een jong leven.

Joyce Scholten







## Vechtscheiding

‘Joyce, Joyce, we hebben een SO van Engels vandaag!’ roept Annet.

‘Ik heb niet geleerd. word gek van mijn ouders. Ze liggen in vechtscheiding, met de nadruk op vecht.’

‘Oh, ik ga wel naast je zitten’ knipoogt ze.

We lachen en lopen de klas in, ik loop gelijk de bocht om naar het bureau van Hugo, de docent.

‘Meneer, ik heb niet geleerd.’

‘Waarom niet?’

‘Ja, dat kan ik niet zeggen..’ stamel ik.

‘Oké, ga maar zitten. Ik kijk straks je SO wel na en dan zie ik het wel.’

Ik ga zitten en maak met moeite de toets. Ik hoor steeds het geschreeuw van mijn ouders en kan het maar niet loslaten. Wat is er gebeurd dat het lijkt alsof ze ineens een hekel aan elkaar hebben?

Als ik het SO af heb staar ik voor me uit en wacht tot de tijd voorbij is.

‘Hoe ging het?’ vraagt Annet.

‘Bagger. En die van jou?’

‘Hetzelfde.’

‘Zo mensen van het goede leven, we zijn klaar met de les, jullie mogen gaan!’

Ik pak mijn tas in en loop samen met Annet naar de deur.

‘Joyce, kun je even blijven?’ vraagt Hugo.

Ik kijk Annet aan, ‘volgens mij zit ik in de problemen’ fluister ik lachend.

‘Ja hoor, ik blijf wel.’

Ik ga tegenover hem staan en wacht tot hij begint te praten.

‘Ik heb je SO nagekeken en je hebt een 5.’

Ik knik. ‘Oke.’

Hij kijkt me aan en wrijft met zijn handen. ‘Joyce, dit is niks voor jou, je vindt het niet eens erg. Je doet vreemd. Wat is er met je aan de hand?’ vraagt hij terwijl hij wenkt naar een stoel waar ik op moet gaan zitten.

‘Niks, gewoon niet geleerd’ antwoord ik.

‘Joyce, ik meen het.’

Ik sta op en loop naar de deur, ‘ik heb gewoon niet geleerd, het gaat thuis super slecht en ik heb daar moeite mee, mag ik nu gaan?’

Hij knikt en pruilt zijn lip. Als ik in de aula kom willen al mijn vriendinnen meteen weten wat er aan de hand was. ‘Niks, leg ik later wel uit’ lach ik terwijl ik mijn brood in de prullenbak gooi.

Na de pauze beginnen we aan een lesje geschiedenis. Ik heb er totaal geen zin in aangezien die docent overal commentaar op heeft, en zo ook deze les. ‘Ha die Joyce, ik las net wat over je in de vergadering, je ziet er niet zo goed uit meid, ga snel zitten.’

Ik kijk Annet en Puck met een rood aangelopen gezicht aan. Als ik ga zitten schuil ik mijn hoofd achter mijn boeken en begin te lezen. Wat moet iedereen wel niet van me denken?

*Je stelt je aan. En je ziet er niet slecht uit. Je ziet er vies uit, en dik. Gadver, ga sneller afvallen. Meer bewegen.*

Na de les komen wat klasgenoten aan mijn tafel staan.

‘Wat doet hij nou weer raar’ vraagt Lara.

‘Ja inderdaad, lekker apart weer’ lach ik.

Annet kijkt me bedenkelijk aan, ‘Joyce, ik vind wel dat hij gelijk heeft, je ziet er echt minder goed uit. Ben je afgevallen?’

‘Nee, natuurlijk niet’ kap ik haar af. ‘Ik ga naar mijn kluisje, ga je nog mee of blijf je hier staan?’ glimlach ik terwijl ik haar mijn hand toe rijk.

‘Eigenwijze druif.’

## De brief

Als we de klas uit lopen blijf ik in de gang voor de deur staan. ‘Gaan jullie maar vast’ zeg ik tegen Annet.

‘Oké, ik zeg wel dat je later bent’ antwoord Lara.

Als Cas uit de klas loopt klop ik op de deur.

‘Kom maar hoor Joyce’ zegt Hugo. Ik zet mijn tas op zijn tafel neer en begin meteen te praten.

‘Moet je persé alles aan je mentor vertellen als hij ernaar vraagt?’

‘Ga zitten meisje, wat bedoel je precies?’

‘Nou, Reza vraagt steeds of er iets aan de hand is’ ga ik verder.

‘Is dat er dan?’

Ik kijk hem aan en word rood. Ik kan het niet meer verzwijgen.

‘Ja.’

‘Waarom wil je het niet vertellen? Wil je het aan mij vertellen?’

Ik begin te huilen.

‘Omdat het niet belangrijk is, en ik red me wel.’

‘Ja, ik zie het’ lacht hij. ‘Je haalt onvoldoendes, en niet alleen bij mijn vak. Er wordt over je gesproken in schoolvergaderingen, je ziet er slechter uit en je bent er totaal niet bij met je hoofd. Ja, alles gaat prima en jij red je wel!’

Ik haal mijn schouders op.

‘Ik stel voor dat je het opschrijft en aan mij geeft, misschien kan ik er iets mee. Ik overleg het dan ook wel met Reza.’

Nadat ik rustig ben gaan zitten in de volgende les, begin ik te schrijven aan de brief. Annet leest mee en knikt.

‘Ga je straks mee naar Hugo? Ik wil er gelijk vanaf zijn’ vraag ik Annet.

Ze lacht, ‘tuurlijk.’

Na de les lopen we richting het kantoor van Hugo. Terwijl ik ondertussen Annet iets over het gesprek met hem vertel komt hij aangelopen en kijkt me met een vragende blik aan. Ik loop naar hem toe en geef hem de brief, ‘ik heb het af.’

‘Ik ga het nu wel even lezen, wil je even bij me blijven staan?’

Ik knik en kijk naar Annet. Hij leunt tegen de kluisjes, gaat zitten op de grond en loopt heen en weer terwijl hij de brief leest.

*Het is slecht. Jij kan niet schrijven en waag het eens te vertellen over je gedachten aan de dood en eten.*

Als hij klaar is met lezen kijkt hij Annet met een dwingende blik aan om weg te gaan.

‘Ik wil een gesprek met je in mijn kantoor.’

*Zie je wel, je had dit niet moeten doen. Wat denkt hij wel niet van jou?!*

‘Oké dan’ twijfel ik.

‘We maken nog even een afspraak oké, ik moet nu weg.’

Ik knik en loop terug naar de aula waar al mijn klasgenoten zitten te chillen in de banken. Ik ga bij ze zitten. We maken foto’s, kijken filmpjes en lachen over onzinnige dingen.

Als we later onderweg zijn naar de Franse les komen we langs het kantoor van Hugo. Hij staat net even buiten met een brugpieper te praten. Ik probeer zo onopvallend mogelijk erlangs te lopen maar hij heeft me al gezien. Hij tikt op mijn schouder en maakt een wenkende beweging dat ik met hem mee moet lopen. Ik loop maar mee zijn kantoor in en ga zitten op de stoel aan de grote vergadertafel. Hij pakt zijn agenda en knikt.

‘Ik kan op donderdag’ zegt hij.

Ik pak ook mijn agenda erbij en kijk of ik kan.

*Jij kan dan niet, blaas het af.*

‘Ik ook.’

‘Top, dan zie ik je donderdag het 2<sup>e</sup> uur’

Ik loop zijn kamer uit en ga snel de Franse les in. Als ik net binnen stap gaat de bel, ik ben nog op tijd, nu hoeft ik niemand iets uit te leggen.

Die donderdag sta ik te wachten voor de deur van Hugo als ik hem aan zie komen lopen met zijn agenda en een kop hete koffie. Hij maakt de deur open en gaat zitten aan tafel. Ondertussen pakt hij mijn brief erbij en begint nog even wat dingen terug te lezen.

‘Nou meid, nu valt het kwartje, nu snap ik wat er met je aan de hand is.’

*Wat is er aan de hand dan?*

Ik kijk hem aan en knik een beetje.

‘Ik heb even met je mentor overlegt, want die wist schijnbaar ook al wat dingen’ volgt hij, ‘en we willen je doorsturen naar een vertrouwenspersoon hier op school van het LBT.’

‘Oh, nou dat hoeft niet hoor’ lach ik.

‘Het is geen vraag Joyce. Je gaat daar heen.’

‘Nou..’ mompel ik, ‘dat is mijn keuze toch?’

'Je hebt serieuze problemen die opgelost moeten worden, anders kun jij niet normaal presteren op school, en dat gaat nu al fout.'

Ik kijk naar de tafel en knik maar weer.

'Ik wil je doorsturen naar Mark, je docent van Levensbeschouwing.'

'Ik vind het niet belangrijk dus ik hoef er echt niet heen.'

'Ja. Maar wij vinden het wel belangrijk en wij hebben de verantwoordelijkheid over jou dat het goed met je gaat op school.

Dus je gaat daar morgen heen. En als er iets is meisje, dan moet je echt komen hè? Volgende week donderdag, hetzelfde uur wil ik weer een afspraak met je, in mijn kantoor' zegt hij.

Ik sta op en schuif de stoel aan.

'Tot straks in de les dan maar' zucht ik.

## LBT

De volgende dag kom ik gespannen op school. Ik wil niet praten over moeilijke dingen, het gaat vanzelf wel weer over. Ik heb Annet nog niks verteld omdat ik me echt dood schaam dat ze vinden dat ik hulp nodig heb. Normaal vertel ik haar alles, maar dit kan ik niet.

In de pauze na het 6<sup>e</sup> lesuur loop ik naar het lokaal toe waarvan Hugo zei dat ik me daar moest melden.

Ik klop op de deur.

‘Ja’ klinkt er luid.

Ik zet de deur op een kier en gluur naar binnen.

‘Hoi Joyce, kom binnen’ antwoord Mark enthousiast, ‘ga zitten. Weet je wat de bedoeling is van het LBT?’ vraagt hij.

Ik schud met mijn hoofd. ‘Geen idee, eerlijk gezegd.’

‘We gaan hier iedere week bespreken wat je moeilijk vindt, hoe het met je gaat en we schrijven alles uit op het krijtbord. Zo kunnen we jouw gedachten cirkel en gedrag goed zien, en zo is alles overzichtelijk voor jou, maar ook voor ons. Goed idee?’

‘Nee’ lach ik.

‘Ik snap dat het niet leuk is. Maar het kan soms juist heel helpend zijn, we proberen het gewoon en dan kan jij later bepalen of je door wilt gaan of niet. Is dat wel een goed idee?’

Ik knik. ‘Oké dan.’

Na een aantal weken bij Mark het LBT te hebben gevolgd en nog gesprekken te hebben gehad met Hugo en Reza, komen we op het punt dat we een keuze moeten maken hoe we verder gaan. Helaas werkt het niet en wordt er tijdens een vergadering besproken dat we hier stoppen.

Tijdens een afspraak met Mark komt ook Hugo binnengelopen.

‘We willen even met je praten.’

Ik stop met schrijven en kijk ze aan.

‘Joyce, je moet naar een psycholoog, jouw problematiek gaat buiten onze school lijnen, je hebt echt betere hulp nodig.’

‘Ik wil dat niet, het gaat wel weer prima met me’ antwoord ik.

‘Joyce, ik zie toch dat je afvalt en dat je bezig bent met alles wat er om je heen gebeurt? Ik merk dat echt wel hoor!’

‘Ik kan wel met je verder in de LBT maar we gaan hier niet het resultaat bereiken die we zouden willen bereiken’ volgt Mark.

‘Ik wil niet eens iets bereiken. Jullie kwamen met dit idee en ik ben erin meegegaan’ stamel ik in paniek.

‘Toch vinden wij dat je echt naar een psycholoog moet die jou beter kan helpen dan dat wij dat kunnen.’

‘Ja, het zal wel. Ik wil er niks van weten.’

‘Je zal wel moeten wil je goed in je vel komen te zitten en je schoolprestaties weer opschroeven.’

‘Ik ga dit ook even met Reza overleggen en dan moet hij het maar met je ouders bespreken’ eindigt Hugo.

Ik pak boos mijn tas in en loop de klas uit.

‘Het is alleen maar voor jouw lichamelijke en geestelijke gezondheid Joyce!’ roept Mark.

*Er is niets mis met jouw lichamelijke gezondheid. Je bent een dik varken, dat is het probleem, niet hoe je denkt.*



## Psycholoog

Een aantal dagen later heb ik al mijn eerste afspraak bij een psychologen praktijk in Bommel. Als ik in de wachtkamer naast mijn vader zit te trillen van de spanning, komt er een vrouw de hoek om gelopen.

‘Hoi, jij bent vast Joyce.’ Ze geeft me een hand.

‘Ik ben Hilde, jouw psychologe vanaf vandaag, loop je mee?’

Ik loop achter haar aan en stap een klein kamertje binnen.

‘Wil je wat drinken meid?’ vraagt ze lief.

‘Nee bedankt, ik hoef niet.’

We gaan zitten.

‘Goed, waar kan ik je mee helpen Joyce?’

Ik haal mijn schouders op, ‘ze hebben mij via school doorgestuurd naar hier omdat ze denken dat het niet goed met mij gaat.’

‘Dat denken ze?’

Ik knik. ‘Ja.’

‘En waarom denken ze dat?’

‘Omdat mijn prestaties omlaag gaan, en het thuis niet goed gaat met mijn ouders, waar ik soms last van heb.’

‘Wat gaat er niet goed dan?’

‘Er is veel ruzie in huis en ik word overal in betrokken, maar dat wil ik helemaal niet.’

Ze schrijft wat op en fronst haar wenkbrauwen, ‘hmm. oké. Sta je open voor een vragenlijst en afhankelijk daarvan eventueel een behandeling hier?’

‘Nou eigenlijk niet, ik denk dat er niet zoveel aan de hand is.’

We raken verder in gesprek en praten over alles wat me dwars zit en over de last in mijn omgeving. Aan het einde van ons eerste gesprek vraagt ze mij toch de vragenlijst in te vullen.

‘Mag dat ook thuis?’ vraag ik.

Ze kijkt me aan en ziet de moeheid en angst in mijn ogen.

‘Vooruit, maar vergeet het volgende week niet mee te nemen.’

‘Oke.’

Ik geef haar een hand en loop de kamer uit naar pa die al op me staat te wachten buiten.

‘Hoe was het?’ vraagt hij.

‘Prima, maar nu wil ik naar huis’ antwoord ik geïrriteerd.

We rijden gespannen naar huis. Waarom heb ik therapie nodig?

*Je bent gek geworden.*

## Ruzie

Een aantal maanden later wonen mijn ouders gescheiden van elkaar, en als ik ruzie heb met Emma, mijn moeder, beschuldigt ze mij ervan dat pa en zij gaan scheiden.

‘Het is allemaal jouw schuld. Bitch! Jij wilde dat Thomas en ik uit elkaar zouden gaan!’

Zij kan al die woorden makkelijk uitspreken maar voor mij zijn ze beschadigend. Ik snap het gewoon echt niet, wat doe ik verkeerd? Ik probeer juist alle rust in huis te bewaren maar ze zijn allebei zo eigenwijs dat het niet eens uitmaakt wat ik probeer. Ik begin steeds meer te geloven dat het echt allemaal mijn schuld is, want ze heeft er kennelijk een reden voor dit alleen tegen mij te zeggen en niet tegen Sem.

Alles spookt steeds door mijn hoofd wanneer iets me tegenzit. Ik denk steeds, *ik ben niet perfect, niemand heeft mij nodig, ik ben overbodig in deze wereld.*

Als ik me echt beter zou willen voelen moet ik eerst al die boeken openmaken van jaren geleden, waar ondertussen ook al een dikke laag stof op ligt, om alles te kunnen verwerken wat er gebeurd en gezegd is van de jaren dat ik gepest ben. Ik kan dingen niet zomaar loslaten, ik wil antwoorden hebben en blijf graven tot ik ze heb gevonden. Niemand is tegenwoordig meer eerlijk en dat maakt alles zo moeilijk en ingewikkeld.

Ik wil anderen altijd helpen en dat doe ik ook, maar juist meer om mijn eigen problemen te kunnen vergeten.

De gesprekken die ik heb met Hilde, mijn psychologe, zijn soms verhelderend maar ik merk dat het gewoon niet werkt. Ik zak steeds verder in bepaalde handelingen en ik krijg ook meer neigingen om iets te doen bij mezelf. Gewoon omdat ik die controle in mijn omgeving zo erg mis. Vroeger was alles voorspelbaar en wist ik waar ik aan toe was, en ineens, toen de relatie tussen pa en ma minder goed ging, brak mijn ondergrond in stukken en dreef ik ineens in mijn eentje op een stuk ijs in het midden van de oceaan, vechtend tegen mijn omgeving en vechtend tegen mezelf.

Ik mis de steun om me heen, het kunnen vragen om hulp en dat er echt iemand voor me klaarstaat, iemand die niet alleen aan zichzelf denkt.

Ik wil gewoon verder met mijn leven, verder met school en verder met het genieten als ik met vrienden ben, maar stiekem word ik

gedwongen om in het verleden te blijven hangen door alle vragen die ik mezelf steeds weer stel.

Ik kan niet alles bij Hilde vertellen, omdat sommige dingen gewoon te persoonlijk zijn. Maar juist die dingen maken dat ik zoveel vragen heb. Ze wilt me wel helpen, maar ze kan geen goede weg vinden voor mijn behandeling. Ze weet niet wat ze moet met een cliënt die weinig verteld omdat ze te loyaal is naar haar ouders en anderen toe. Ik hoopte dat ze mij zou kunnen vertellen wat ik kon doen om me beter te voelen, om weer Joyce te worden. Maar juist omdat zij mij vertelt het ook niet te weten, krijg ik het gevoel dat het niet beter kan en dat ik alleen nog maar verder de hulpverlening in ga zakken.

*Conclusie, ik heb gefaald.*

## Uitleg

Ik wil even wat uitleggen.

Iets uitleggen over mijn thuissituatie van de afgelopen jaren.

Mijn ouders zijn gelukkig getrouwd toen mijn broer en ik er nog niet waren. Jaren later kwam Sem, en jaren daarna kwam ik, Joyce.

We waren een fijn gezin en konden het goed met elkaar vinden, we woonde in een mooi huis met onze hond Cita.

Echter toen ik rond een jaar of 5 was, kregen mijn ouders veel ruzie en zijn ze tussendoor al eens uit elkaar geweest en uiteindelijk, voor ons, tóch weer terug bij elkaar gekomen. Maar iets wat gebroken is, moet je lijmen, en dat wordt nooit zo mooi als het eerder was. Zo ook in ons gezin. Het lukte maar niet om het écht goed te lijmen.

Ruzies bleven, tot ze uiteindelijk gescheiden van elkaar leefde in één huis. Emma op de slaapkamer en Thomas boven op zolder, in zijn kantoor. Je kunt je misschien wel voorstellen dat dat als kind zijnde niet leuk is om te zien. Vooral omdat ik zo jong was, kon ik het gewoon niet begrijpen. Ja, ik maakte de ruzies van dichtbij mee, en kreeg meer te horen dan mijn ouders dachten, maar ruzie kun je uitpraten, vond ik.

In 2013 besloot mijn vader, toch te gaan scheiden. Het kon niet meer zo verder, er waren teveel ruzies en de sfeer was 24/7 gespannen in huis. Emma wilde niet, ze wilde in therapie. Je kan je vast voorstellen hoe pijnlijk het voor Emma voelde om ‘aan de kant gezet te worden’. Begin 2014 kregen ze beide een eigen huisje, in dezelfde wijk. Sem besloot bij Thomas te gaan wonen, en ik besloot om de ene week bij Emma, de andere week bij Thomas, te zijn. Dit ging goed, tot Emma zóveel verdriet en pijn ervaarde, dat ze zichzelf helemaal isoleerde van de buitenwereld. Ze zag alleen mij nog iedere week. Het deed haar zoveel pijn om èn haar man, èn haar kind kwijt te zijn. Sem kwam namelijk niet bij haar over de vloer. Emma kon haar verdriet hierover niet anders kwijt dan het te uiten in woede, richting mij. Ik ga niet openlijk praten over alles wat er gebeurd is, maar het komt erop neer dat ik flink wat trauma's heb overgehouden aan die periode. Ik besloot weg te lopen van huis en, na heel wat rechtszaken, bij Thomas te gaan wonen, voorgoed.

## Hoofdpijn

Ik heb al een jaar last van veel hoofdpijn. We zijn al vaak naar de huisarts geweest maar ik word steeds maar naar huis gestuurd. Aangezien mijn oom is overleden aan een hersentumor, besluiten mijn ouders nu toch maar aan te dringen op een serieus onderzoek. Ik word via de huisarts doorgestuurd naar de kinderarts in het ziekenhuis.

Nadat we gebeld hebben om een afspraak te maken duurt het nog een paar weken tot ik terecht kan, eerst krijg ik nog een brief thuis gestuurd met de naam van de kinderarts en waar we precies moeten zijn.

‘Ga je mee Joyce? We moeten je Emma nog ophalen en we moeten een kwartier van tevoren aanwezig zijn.’

Als we na een half uur rijden bij het ziekenhuis zijn aangekomen melden we ons bij de registratiebalie. ‘Jullie moeten naar route 6, dat is op de begane grond, links achteraan.’

‘Prima, gaan we daarheen’ glimlacht Thomas.

We komen aan bij route 6 en pa maakt de deur voor ons open. Ik loop achter hem aan en kijk meteen de wachtkamer in. Er zitten allemaal kleine kindjes met hun ouders, maar ook kinderen van mijn leeftijd met hun ouders. Er zitten 3 vrouwen achter de balie.

‘Wat is je naam?’ vraagt een van de drie vriendelijk.

‘Joyce Scholten’

‘Oké Joyce, ik heb je aangemeld dus de dokter weet dat jij er bent. Ik ga je eerst nog even meten en wegen, kom je mee?’

*Wegen??*

Ik geef de mevrouw een hand en loop met haar mee naar een klein kamertje met een weegschaal, een meetlint, een computer en een behandelbank waar je op kunt liggen.

‘Dan mag je even je schoenen uit doen en zware spulletjes uit je zakken halen.’

Ik ga strak onder het meetlint tegen de muur aan staan.

‘Je bent 1 meter 67, een grote meid’ zegt ze.

Daarna ga ik op de weegschaal staan en schrijft ze mijn gewicht op.

Ik doe mijn schoenen weer aan en loop terug naar mijn ouders die nog in de wachtkamer zitten te wachten.

‘Joyce’ wordt er even later geroepen.

‘Ja, kom Joyce.’ Thomas aait over mijn hoofd.

‘Hai, ik ben Roos en ik heb nog een arts-assistent bij me, vind je dat erg?’

Ik schud mijn hoofd, ‘nee hoor.’

Als eerst begint de dokter met een vragenlijst, ik moet allemaal vragen beantwoorden die gaan over het functioneren in het dagelijks leven.

Na de vragenlijst moet ik op de behandelbank komen zitten. Ik zet mijn eerste stap op het krukje en ik voel de zenuwen opkomen, ik ga zitten en kijk naar aan, ze lacht naar me.

Als eerst doet ze een geheel lichamelijk onderzoek, ze luistert naar mijn hart en longen en voelt aan mijn buik. Na het meten van mijn hartslag moet ik op het randje komen zitten.

‘Ik ga even met een lampje in je ogen schijnen, je mag mij in mijn linkeroog blijven aankijken.’

Ik moet op de grond gaan staan en doen alsof ik over een heel dun touwtje loop naar de overkant. Ook moet ik met mijn vingers het topje van mijn neus aanraken met mijn ogen dicht. Een hele klus met zoveel hoofdpijn.

‘Ja, je mag weer komen zitten.’

Ze wast haar handen en schuift aan haar bureau. Na wat typen kijkt ze ons aan.

‘Ik wil toch graag een MRI-scan laten maken van haar hoofd.’

Ik schrik. ‘Een MRI-scan is toch voor zieke mensen?’ vraag ik.

‘Ja dat klopt, maar ook om te kijken of iemand misschien iets medisch heeft. Ik vind op zich de resultaten van het onderzoek niet heel slecht maar er zitten wat onzuivere dingen in de manier waarop je beweegt en uit je ogen kijkt. Daarom wil ik weten of je misschien een hersentumor hebt.’

Mijn ouders pakken mijn hand vast.

‘Het is niet eng, je moet gewoon op een bank liggen en dan wordt je in een kleine machine geschoven, het enige wat jij hoeft te doen is stil liggen. Maar dat kan jij vast wel’ lacht ze.

‘Bedankt. Moet ik voor bij de balie de afspraak maken voor de scan?’ vraagt Thomas.

Ze knikt. ‘Gewoon bij de balie waar je je ook aangemeld hebt en dan spreken we elkaar na de MRI scan weer.’

Thomas loopt alvast naar voren en praat met de assistente.

‘Volgende week kan de scan gemaakt worden’ zegt ze. ‘En over 2 maanden moet je terugkomen bij de kinderarts. Mocht de uitslag

slecht zijn dan is de afspraak natuurlijk eerder, maar daar hopen we niet op.'

Nadat we nog wat gedronken hebben in het restaurantje in de aula lopen we terug naar de parkeergarage en rijden van het terrein af. Ik ga nu naar Annet haar verjaardag. Ik blijf slapen en we gaan er een leuke avond van maken, ik heb er zin in!

Dit zijn gelukkig dingen waar ik heel erg van kan genieten, gewoon de kleine dingetjes, ondanks de hoofdpijn en het gezeur thuis kan ik wel gewoon blijven lachen en lol maken, mijn vriendinnen steunen me in alles, ook al weten ze eigenlijk niks over wat er aan de hand is, behalve Annet dan, die weet alles.

## MRI scan

Een week na de afspraak bij de kinderarts moet ik weer terug naar het ziekenhuis voor de MRI-scan. Ik heb een brief thuis gestuurd gekregen met een lijstje wat ik wel en niet aan mag doen qua kleding. Ik besluit een joggingbroek met een los shirtje aan te trekken.

‘Ga je mee?’ roept pa.

Ik trek snel mijn schoenen aan en ren de trap af. We stappen de auto in op weg naar het ziekenhuis. Alweer voel ik de zenuwen in mijn buik en vind het erg spannend. Als we zijn aangekomen parkeren we onze auto beneden in de parkeergarage en lopen naar binnen. We melden ons weer aan bij de registratiebalie en vragen naar route 25.

‘Dat is hierboven. Je moet hier de trap op en dan loop je over het bruggetje naar de linkerkant. Dan zie je route 25 op een bordje staan en daar moet je je aanmelden.’

We melden me aan bij de balie van de röntgenafdeling en ik moet wachten in wachtkamer 4, helemaal aan het einde van de gang. Ik klets nog even met Thomas en kijk wat in tijdschriften als mijn naam wordt geroepen.

Ik geef papa een kus en loop achter de man aan. Ik word naar een kamertje gebracht waar ik mijn schoenen uit moet doen en loop dan door naar de grote kamer waar een mevrouw op mij staat te wachten. ‘Je mag op het bed komen liggen met je hoofd in de klem. Dan zet ik even de deksel erop en krijg je een koptelefoon van mij. Ik geef je ook nog een pieper waar je op kunt drukken als er iets aan de hand is. Ben je er klaar voor?’

Ik lach, ‘denk het.’

Dan schuift het bed in de machine en zie ik allemaal lampjes en een spiegel. Door de spiegel kan ik naar de mevrouw achter het raam kijken, zij maakt de scan en kijkt of het allemaal goed gaat.

Ondertussen wordt er de top 1000 opgezet en probeer ik me op de muziek te concentreren in plaats van de harde geluiden. Na een half uur is de scan klaar en mag ik mijn schoenen weer aandoen.

Een week later belt Roos met de uitslag van de MRI-scan. Gelukkig kan ze mij vertellen dat er niks bijzonders op de scan te zien is en dat ik dus geen hersentumor heb.



‘Maar wat is het dan wel?’ vraagt Thomas als hij in gesprek is aan de telefoon.

‘Ik wil graag een second opinion van Joyce door een andere kinderarts.’

Ik spring een gat in de lucht dat het geen tumor is, want dan had mijn leven er heel anders uit gezien over een tijdje. Nu kan ik me weer focussen op school.

*Er is niks te zien dus het valt reuze mee, je moet je gewoon niet aanstellen.*

Een paar dagen later krijg ik de second opinion. Er worden dezelfde onderzoekjes gedaan en ik word weer gewogen en gemeten. Tot mijn verbazing ben ik een kilo aangekomen. Ik stap de weegschaal af en wordt afgeleid door enorm veel gedachtes.

*Je bent te dik. Je mag niet leven. Je moet afvallen. Die weegschaal breekt nog eens een keer als je erop gaat staan. Je moet stoppen met eten.*

Ik vind het vreselijk om te zien en probeer het snel te vergeten, maar dat is al te laat, ik heb mijn plannetje gemaakt, ik ga afvallen en niemand kan mij tegenhouden.

We praten nog verder met de arts en vragen wat de volgende stap is.

‘Ik wil Joyce doorsturen naar de oogarts om te laten kijken of er iets met haar ogen is’ zegt de kinderarts.

Een tijd later heb ik een afspraak bij de oogarts. We komen aan in het ziekenhuis en lopen naar de route. Ik meld me aan en moet even wachten. Dan krijg ik eerst wat druppeltjes in mijn ogen en moet daarna nog even wachten in de wachtkamer totdat de druppels zijn ingewerkt. Ik word geroepen door de oogarts en moet in een speciale stoel gaan zitten. Hij schuift een soort machine voor mijn ogen en kijkt door een glas heen.

‘Er is niet zoveel te zien aan haar ogen’ zegt hij, ‘het hoornvlies is niet beschadigd en eigenlijk alles ziet er wel prima uit.’

‘Oh, nou dan moeten we weer verder zoeken wat het dan wel is’ zucht pa.

‘Ik zet dit sowieso in het systeem waar de kinderarts ook naar kan kijken, en dan denk ik dat het het beste is om met haar weer verder te kijken.’

Ik knik en geef hem een hand. ‘Bedankt.’

‘Oke dus dit is het ook niet, ben ik dan echt gek geworden?’ vraag ik

gefrustreerd aan pa als we de kamer uitgelopen zijn.

‘Tuurlijk niet, we gaan gewoon over 2 maanden naar de kinderarts terug en horen van haar wel wat nu de verdere bedoeling is. Tot die tijd kunnen we niet zoveel doen schat, het spijt me.’

De weken verstrijken maar mijn hoofdpijn wordt niet minder. Ik ben al een paar weken niet naar school geweest en ben erg moe, ik kan niet zoveel meer doen en moet veel rusten omdat anders mijn hoofdpijn te erg wordt. De medicijnen van de kinderarts helpen me niet zo goed dus Thomas besluit de kinderarts te bellen om even te overleggen.

Ik ben met oma in gesprek als hij de telefoon met een zucht ophangt en mij teleurgesteld aankijkt.

‘Wat is er?’ vraag ik.

‘Je moet worden opgenomen in het ziekenhuis lieverd.’

Ik kijk hem geschrokken aan.

‘Wanneer?’

‘Morgenochtend al, ze wilt je observeren om te kijken wat er aan de hand kan zijn aangezien het raar is dat ze op de MRI-scan niks konden zien.’

‘Dus het kan alsnog een tumor zijn?’

‘Voor nu hebben ze dat uitgesloten, maar dat moet de opname uitwijzen. In de opname kan er meer duidelijk worden hoe jij functioneert, reageert op bepaalde prikkels en of het misschien aangezichtspijn is of toch iets anders.’

Ik zucht.

‘Sorry schat, ik kan er niks anders van maken. Maar wel fijn dat ze er wel werk van maken, want zo verder hobbelen heeft ook geen zin. Dat ben je met mij eens toch?’

Ik knik, ‘dat wel.’

In de avond pak ik mijn tas in want ik moet minimaal 3 dagen blijven. Ik neem onderbroekjes, hemdje, een handdoek, mijn pyjama en een leesboekje mee. Ook neem ik mijn dagboek mee waar ik in schrijf.

Heb jij een eetstoornis, Joyce?

Vandaag wordt ik voor het eerst in mijn leven opgenomen. Ze gaan in het ziekenhuis kijken wat er aan de hand is, waarom ik zoveel hoofdpijn heb.

*Een dik kind in het ziekenhuis, kan het nog hilarischer. Je bent het niet waard. Je bent veel te dik en dat is vast de reden dat je hoofdpijn hebt. Je moet afvallen, dan komt alles goed.*

Het stopt maar niet en ik word er doodziek van.

Als we aankomen in het ziekenhuis en naar binnen lopen staan we voor de zoveelste keer bij de registratiebalie, maar dit keer voor een opname.

Ik krijg een koptelefoontje om tv te kunnen kijken en word naar de afdeling gestuurd.

‘Je moet naar B12A’ wordt er gezegd.

We lopen de trap op naar de afdeling en ook daar meld ik me weer.

‘Jij bent vast Joyce!’ zegt een verpleger.

‘Dat klopt helemaal’ antwoord ik lachend.

Wat een guitige kop heeft die vent, vet leuk.

‘We gaan zo je intake doen in de hang out, ga daar maar even zitten, dan komt er zo iemand aan.’

Ik ga op de bank zitten en kijk een beetje om me heen. Dan komt er een verpleegster aan met een rijdend computertje en stelt zich voor.

‘Hoi, ik ben Manouk en ik ga je intake doen, vind je het spannend?’ vraagt ze.

‘Een beetje.’

Ze stelt me allemaal vragen over school, over mijn gezondheid zoals allergieën en ziektes.

‘Zo dan ga ik je naar je kamer brengen, kom maar mee.’

Ik kom in kamer 209 te liggen. Het was eerst een tweepersoonskamer maar het is nu een eenpersoonskamer, dus het is lekker groot voor mij alleen, eindelijk wat meer privacy.

‘Links is de badkamer en rechts is de wc,’ vertelt ze nog even, ‘je hoeft ze niet te delen.’

Ik ga relaxt op bed liggen terwijl mama mijn tas uitpakt en alles in de kast hangt. Dan komt Manouk nog even terug en doet een armbandje bij me om. Er staat mijn naam, geboortedatum en opname afdeling op. Daarna komt er iemand langs die het eten bezorgd en vraagt wat ik wil eten.

‘Ik hoef niks, dank u wel!’ glimlach ik.

Gedachten overspoelen, ik probeer het te negeren maar het lukt niet.

*Je gaat afvallen als je zo doorgaat. blijf eten weigeren.*

Papa en mama gaan naar huis en ik ga nog even wat huiswerk maken. Daarna krijg ik het avondeten en ik twijfel of ik iets moet eten of niet.

*Doe het niet, neem het niet.*

*Doe het wel.*

*Doe het niet.*

*Doe het wel.*

Mijn gedachten worden van kwaad tot erger en uiteindelijk besluit ik alleen de groente te eten en de deksel terug op het bakje te doen zodat het niet opvalt. Thuis doe ik dat ook bijna altijd zo of ik gooi het snel weg als iemand niet kijkt, ze hebben het toch niet door.

Ik ga nog even tv kijken, want Thomas en Emma komen zo weer op bezoek voor de avondvisite.

Als ze er zijn gaan we beneden een kaartspel spelen en wat drinken bij het restaurantje.

Als we klaar zijn ruimen we onze spullen op. We lopen rustig terug naar mijn kamer en ik ga op bed nog even tv kijken.

‘Ik ben moe’ gaap ik.

‘Wij gaan ook naar huis schat, het bezoekuur is voorbij.’

Ze pakken hun jas en geven me nog een knuffel.

‘Succes vanavond lieverd, alles komt goed’ fluistert mam in mijn oor.

Ik loop nog even naar de deur en zwaai ze uit. Als ze om het hoekje zijn draai ik me om en voel de tranen in mijn ogen staan. *Je mag niet huilen Joyce. Je bent zwak. Je bent dik. Niemand hier let op je, blijf afvallen. Val dood.*

Ik pak mijn pyjama en tandenborstel, en loop naar de badkamer. Ik poets mijn tanden, kleed me om, kam mijn haren en maak een vlecht. Dan doe ik de deur van de badkamer dicht, kijk nog even op het bord welke verplegers er morgen zijn en loop mijn kamer in. Ik ga op bed liggen en check nog even mijn laatste Whatsapp berichtjes. Ik zucht en kijk om me heen. Het was een dagje vol prikkels vandaag, ik word er zo onwils moe van, en ik word ook met de dag dikker, bah.

De volgende ochtend word ik om half 8 wakker gemaakt om te gaan douchen. Ik kijk even op mijn telefoon en stuur papa en mama een berichtje over hoe de nacht is gegaan. Ik pak mijn spullen uit de kast en ga douchen, doe mijn haren en kleed me om. Dan loop ik terug naar de kamer om de handdoeken op te hangen en mijn bed op te

maken. Er komt weer een man met een kar waar al het eten in zit. Ik vraag om een boterham met jam en eet het voor de helft op. Dan begin ik aan mijn huiswerk en bel ik nog even met oma. Op eens komt Manouk binnen, 'ik ben er weer meis, hoe gaat het met je vandaag?' vraagt ze vriendelijk.

'Goed.'

'Zeker weten?'

Ze pakt een stoel en gaat erbij zitten.

'Je ziet er zo moe en witjes uit, en ik zag ook dat je je boterham niet had opgegeten.'

Ik kijk weg en zeg niks.

'Wat is er meis?'

Ik wil niet reageren en ze begint over wat anders te praten. Later helpt ze mij met mijn huiswerk wiskunde en dan is het tijd voor de lunch. Ze komt samen met de man voor het eten om te vragen wat ik wil hebben. Ik vertel dat ik niks hoef maar daar neemt ze geen genoegen mee. Ze pakt een boterham met jam en komt bij me zitten.

'Zo, ga dat maar even lekker opeten.'

'Nee' antwoord ik bot.

Ze komt dichterbij me zitten en pakt mijn handen vast. Ze kijkt me aan, 'Joyce, er is iets. Ik zie het aan je. Waarom eet je niet?'

Ik krijg tranen in mijn ogen en kan mijn gedachten niet meer stoppen of negeren.

*Niks zeggen, je bent zo dik je MOET afvallen. Negeer haar, niet eten. Niet eten, niet eten, niet eten.*

'Vind je het lastig als ik dat vraag?'

Ik barst in huilen uit en de man van het eten verlaat de kamer en doet de deur dicht. Ze kijkt me meelevend aan en geeft me een knuffel.

'Zullen we dan een plakje peperkoek eten samen?'

'Nee, ik wil niks eten, ik heb geen honger.'

Ze pakt mijn hand en trekt me mee naar de keuken. Ze trekt de lades open en pakt er een koekje, een peperkoek, een appel en een snoepje uit.

'Kies maar wat je wilt, en anders kies ik.'

'Ik hoef ècht niet' stamel ik.

Ik probeer mijn emoties nog een beetje weg te lachen want het word thuis niet gewaardeerd als ik mijn emoties toon. Ik ben zo bang voor de reactie van anderen.

'Alright, kies jij niet dan kies ik.'

Ze pakt de appel en zet het in de hang out neer. Ik ga op de bank zitten en kijk naar de appel.