

**(OVER) LEVEN
MET ADHD**

(OVER) LEVEN MET ADHD

Van overleven naar leven met ADHD

Lieze Aerts

Ik draag mijn boek op aan mijn kinderen, Emilio en Luigi.

Dankzij hun levenskracht vond ik in de donkerste dagen steeds een doel om door te gaan.

Ik hou ontzettend veel van jullie.

Mama.

INHOUD.

VOORWOORD	8
INLEIDING	10
WAT IS ADHD?	14
JEUGD	16
SCHOOL	26
LIEFDE	36
OUDERSCHAP	50
WERK	60
BURN-OUT	70
HULPVERLENING	78
DIAGNOSE	88
LEVEN MET ADHD	92
EEN BRIEF AAN ADHD	104
DANKWOORD	120

VOORWOORD.

In November 2017 viel ik uit met burn-out en depressie. Ik werd opgenomen in het Psychosociaal Centrum, waarna de diagnose ADHD werd vastgesteld.

Na mijn herstel speelde ik met de gedachten om iets te doen met mijn ervaring. Ik voelde een grote drang om mijn kennis door te geven aan lotgenoten, in de hoop een bron van erkenning, steun en inspiratie te zijn.

Ik las meerdere boeken over ADHD, van wetenschappelijke tot werk- en zelfhulpboeken, waardoor mijn kennis toenam over deze ontwikkelingsstoornis. Nadien behaalde ik een diploma 'omgaan met ADHD' via het afstandsonderwijs, en werd mijn eigen leermeester!

Ik besloot een boek te schrijven over mijn herstelverhaal vanuit mijn belevingswereld, over alle moeilijkheden doorheen diverse levensfasen.

Uit respect voor de personages veranderde ik de namen.

Moge mijn verhaal rust brengen, zoals ik de rust vond door het te kunnen neerschrijven.

Veel leesplezier.

Lieze.

INLEIDING.

Lang voor mijn bestaan waren de ouders van mijn vader al zelfstandige. Ze baten bij hun thuis een café uit, waar mijn grootvader in een hok achterin de haren knipte, en de baarden scheerde. Het was een gezellig boerenfolk! Deze grootouders noem ik Drè en Suzy. Ze kregen drie kinderen, en leefden in de gouden jaren waarin zelfstandige nog goed hun geld konden verdienen.

In mijn beleving was Suzy een sterke, dominante vrouw die de controle in handen had. Ze was heel gedreven, en zat nauwelijks stil. Drè was een zachtaardige en gevoelige man, hij was bijzonder handig, en werkte zich letterlijk kapot!

Suzy en Drè waren mensen van het platteland, die met de weinige luxe die ze bezaten meer dan tevreden waren. Ze leefden in teken van hun werk, waardoor ze veel te weinig genoten van het leven.

De ouders van mijn moeder kwamen uit een ander ‘milieu,’ ik noem ze vanaf nu Tina en Eddy.

Eddy had een zeer belangrijke functie in de bank als directeur van een filiaal, Tina studeerde voor kapster tot ze zwanger werd. Ze kregen vier kinderen, het èerste kind werd met een handicap geboren, en stierf later.

In mijn beleving waren Tina en Eddy eerder berust op geld en status, ze leefden luxueuzer. Tina was een ijdele vrouw die overdag voor het huishouden instond, en ’s avonds opgemaakt haar man opwachtte. Ze was zeer ongeduldig, en droeg het hart op de tong. Eddy was in mijn beleving een zeer strenge en veeleisende man, hij was perfectionistisch en had een neus voor zaken.

Mijn ouders leerden elkaar kennen op het eindejaarsbal, de vonk sloeg meteen over! Na tal van brieven die ze elkaar schreven, en de weerstand die ze doorstonden, werden ze een sterk koppel.

Mijn vader zou meestappen in de zaak van zijn ouders, en mijn moeder zou verder studeren voor verpleegster. De liefde gaf een andere wending aan haar plannen, wanneer ze ging inwonen bij Suzy en Drè om samen met mijn vader de zaak om te bouwen tot een luxe superette met woonst. Suzy en Drè zouden verhuizen naar het appartement boven de woning van mijn ouders.

Tina en Eddy stonden niet helemaal achter deze beslissing, ze hadden een ander soort leven in gedachten voor hun dochter. De levensstijl van Suzy en Drè was in een te groot contrast met dat van hen, ze waren bang dat hun dochter ongelukkig zou worden.

Ik kan nu al zien vanwaar mijn grote passie voor haarverzorging en zelfstandigheid komt, mijn drang naar perfectionisme en controle, mijn sensitiviteit, ongeduld en impulsiviteit.

**ADHD is geen beperking,
het is de ingang tot een hoger level.**